



LECCIÓN 150
Cuarto Repaso - Lecciones 139 y Lecciones 140

Comentario de Sarah:

[139] Aceptaré la Expiación para mí mismo.

[140] La salvación es lo único que cura.

Aquí estamos, casi a mitad de año. ¡Difícil de creer! La lección de hoy es la última de nuestro repaso. Es un recordatorio sobre la importancia de dedicarnos a aceptar nuestra verdadera identidad ya en la mente, que es lo que ya somos. Es un momento de reconocimiento del Ser eterno e inmutable. Parece que hemos separado nuestra identidad de nuestra conciencia, sin embargo, es lo único real sobre nosotros. El yo que creemos que somos es una imagen, una identidad falsa y un personaje en el sueño en el que parecíamos convertirnos en el pequeño tictac del tiempo cuando nos alineamos con el ego. Este yo es un conjunto de pensamientos, creencias y valores que tenemos e incluye todos los conceptos sobre nosotros mismos, así como los roles que hemos adoptado. Ninguna de ellas es cierta. Lo único cierto es que somos tal como Dios nos creó: perfectos, completos, santos, Uno con Dios, y conteniendo todos Sus atributos como Su Hijo.

El Dr. PhD David Hawkins, describe el verdadero Ser que somos como el hardware de una computadora. Es nuestra naturaleza amorosa, inocente, de Cristo. Por otro lado, el software contiene las creencias que han sido programadas en nosotros por el condicionamiento de nuestra cultura, familia y lo que hemos hecho de nuestras experiencias. Es importante tener en cuenta que el software no cambia el hardware. Somos inocentes, como todos. Todos hemos sido programados, pero el hardware no ha sido cambiado por esa programación que corre nuestras vidas. Ahora estamos aprendiendo a incorporar nuevo software, haciendo un recableado al cerebro a través de nuestro estudio y aplicación de la enseñanza del Curso.

Durante muchos años, mientras estudiaba y practicaba las Lecciones y el Texto, tuve problemas para entender lo que significaba aceptar la Expiación para mí. A pesar de aprender la definición del Curso de Expiación, seguí teniendo la definición mundana en mi mente. La expiación está profundamente arraigada en mí como un concepto negativo de desgaste por mis pecados, penitencia, mea culpa, creencia en la indignidad, y haber hecho algo mal y necesitar expiar, pero esta no es la definición del Curso. La Expiación se trata sólo de aceptar la Corrección por nuestros errores. Cuando llegamos a reconocer que nunca hemos abandonado nuestra Fuente, no queda nada que corregir. Si bien sabemos que hemos cometido muchos errores, hemos tenido agravios y hemos lastimado a otros, Jesús nos asegura que no hay necesidad de culpa porque no hemos pecado. Él simplemente nos invita a aceptar la Corrección en nuestras mentes por nuestros errores, y serán liberados por Su amor y Su gracia. Si el pecado existiera, no podría haber corrección, sólo castigo. Sin embargo, Jesús nos asegura que no hemos pecado. Solo hemos cometido un error al elegir la separación y, con ella, nuestra identidad separada. Además, dice que el error fue corregido por el Espíritu Santo en el momento en que lo cometimos. Ahora se trata de aceptar la Corrección, que nos espera en cualquier momento que elijamos. El Espíritu Santo negó todas las consecuencias de la decisión que tomamos de separarnos.

Como resultado de la separación, olvidamos quiénes somos y nos perdimos en el oscuro sueño del ego. El único camino de regreso a la conciencia de nuestro Ser, que ya está en la mente, es aceptando quiénes somos en nuestra perfección, en nuestra Unidad con nuestro Creador y en nuestra inocencia. Esto es lo que se entiende al aceptar la Expiación para nosotros mismos. Es dejar ir la culpa y la vergüenza, nuestros juicios sobre nosotros mismos, nuestros autoconceptos, nuestras autoevaluaciones, nuestra individualidad, nuestra especialidad y, en última instancia, nuestra noción errónea de que somos cuerpos que viven en el mundo. De hecho, es el dejar ir todo lo que creemos que somos como egos, cuerpos y personalidades; lo que constituye el falso yo. Básicamente, aceptar la Expiación es aceptar la verdad acerca de nosotros mismos. Somos creados a imagen de Dios con todas Sus características. Por lo tanto, aceptar la Expiación es un proceso de reconciliación que no es posible dentro del marco del sistema de pensamiento del ego, es decir, el ego nunca se deshará a sí mismo. Necesitamos ayuda de fuera del marco del ego. En otras palabras, necesitamos pedir ayuda al Espíritu Santo en la mente.

Jesús ha establecido un plan de estudios cuidadosamente diseñado, que nos permite saber cómo volver a nosotros mismos. Hacemos estas lecciones para el entrenamiento de la mente, reconociendo que no conocemos el camino y confiamos en Aquel que sí sabe. Solo con entrenamiento mental y voluntad, dedicación, compromiso y apertura podemos llegar a conocer nuestra realidad. Estamos invitados a observar nuestros pensamientos erróneos sobre nosotros mismos, a mirar todos nuestros juicios, preocupaciones, resentimientos, ira y especialidad a medida que llegan a la conciencia, y a estar dispuestos a corregirlos. Cuando miramos nuestros juicios con la luz, el amor y el no juicio del Espíritu, se nos recuerda que lo que estamos percibiendo y creyendo no es la verdad. Él es la Corrección siempre disponible para nosotros cuando estamos dispuestos a dar el primer paso y mirar nuestras propias decisiones equivocadas. Esto es lo que es el perdón. Trae el milagro. Cambia nuestra percepción. Nos devuelve a nuestra grandeza. Todo lo que se nos pide que hagamos es permanecer vigilantes y no caer en la pequeñez.

La "vida" del ego depende de la aceptación de nosotros mismos como pecadores culpables. La voz del ego nos reprende: "¡No puedes hacer eso! ¿Quién crees que eres? Es arrogante pensar que eres perfecto. ¡Mira todas las cosas que has estropeado y todas las personas a las que has lastimado! Debes sentirte culpable. Mereces un castigo". Para el ego, es santo aceptarse a sí mismo como un pecador culpable. El ego es feliz cuando aceptamos una sentencia de culpa sobre nosotros. Sin embargo, Jesús nos dice que, si escuchamos el consejo del ego y aceptamos su descripción de nosotros, en realidad estamos siendo arrogantes. Si Dios dice que somos seres inocentes y eternos, que nunca hemos pecado, entonces aceptar la aseveración del ego sobre nosotros mismos es desafiar a Dios. La voz del ego dice que Dios está equivocado acerca de nosotros y que sólo él está en lo correcto acerca de quiénes somos. Es por eso por lo que Jesús nos desafía preguntándonos: "**¿Prefieres tener razón a ser feliz?**" (T.29.VII.1.9) (ACIM OE T.29.VIII.43) En otras palabras, ¿vamos a seguir escuchando lo que el ego dice acerca de quiénes somos, o nos volveremos al Espíritu Santo para que se nos recuerde nuestra Naturaleza Divina?

Esta lucha continúa en nuestras mentes en conflicto, pero el Espíritu no lucha contra el ego porque el ego no es real. Es un sistema de pensamiento erróneo en la mente que estamos llamados a liberar. El Espíritu simplemente espera que preparemos nuestras mentes para finalmente aceptar la verdad acerca de nosotros mismos. La forma en que llegamos a la verdad es a través de la práctica espiritual diaria de meditación, contemplación, enfoque, investigación profunda y de escribir un diario. Estamos llamados a hacer lo que sea necesario para llegar a la aceptación de nuestra inocencia y nuestra verdadera naturaleza. Aceptamos lo que es verdad acerca de nosotros mismos y negamos el poder de cualquier cosa fuera de nuestras propias mentes para ayudarnos o lastimarnos. Se trata de estar dispuestos a mirar con gran honestidad cómo bloqueamos y resistimos la verdad.

Cuando nuestra inversión en el cuerpo y la personalidad es reconocida como el falso yo, nos volvemos más dispuestos a mirar nuestras decisiones equivocadas y no tomarlas personalmente. Sólo defendemos el falso yo cuando creemos que es lo que somos. A medida que nos identificamos más y más con el que está presenciando a la persona y no con la persona en sí, hay menos necesidad de defender. A través de la liberación de los temerosos autojuicios, se abre espacio para que la verdad alboree en nuestras mentes. Con cada paso de este viaje, nuestra confianza y aceptación del proceso aumenta, y podemos ver cómo todas las cosas funcionan juntas perfectamente para nuestro bien.

Es la voz constante y persistente del ego, escuchada sin parar en nuestras cabezas, lo que nos mantiene distraídos de la verdad. Nos mantiene invertidos en el sueño o la pesadilla y constituye la mente de mono de pensamientos aleatorios que nos torturan y nos impiden la paz. Todo su propósito es mantenernos alejados de la verdad. El ego está amenazado por nuestras mentes tomadoras de decisiones, sabiendo que podemos retirar nuestra lealtad de él cuando lo deseemos. Por lo tanto, está fuertemente invertido en recordarnos constantemente nuestra culpa e indignidad, y nos ofrece una amplia justificación para mantener los resentimientos y la ira. Debido a que no queremos el peso de la responsabilidad de todo esto, preferimos vernos a nosotros mismos como víctimas de un mundo que está fuera de nosotros mismos. Nuestras historias de traición por parte de otros justifican nuestra posición y nos permiten ver a los demás como responsables de nuestra condición para que podamos mantener nuestro rostro de inocencia. Creemos en nuestras historias y ocultamos nuestra sombra, tratando constantemente de mostrar al mundo una imagen de la cara de la inocencia. Lo que hace es cubrir el odio, la rabia y el terror que tenemos en la mente por lo que creemos que hemos hecho. Esto es lo que hay que ver si queremos descubrir el amor que hay debajo de todo. Requiere que volvamos nuestra atención hacia adentro donde el ego nos dice que nunca miremos.

Hoy nos recordamos que **"Mi mente sólo alberga lo que pienso con Dios"** (W.RIV. IN.2.2) (ACIM OE W.RIV.3) porque todos los demás pensamientos son impulsados por el ego y no son pensamientos reales. Constituyen la mente engañada que ha olvidado lo que es. Son los pensamientos que nos mantienen alejados de Dios. Son los pensamientos que nos mantienen en el infierno. Son los pensamientos que elegimos para defendernos del amor que somos. Son los pensamientos que debemos estar dispuestos a llevar a la Corrección, permitiendo así que el Espíritu Santo los haga brillar. ¿Qué tan dispuestos estamos a hacer esto? ¿Cuánto estamos dispuestos a confiar en Él? ¿Cuán dispuestos estamos a caminar a través de la oscuridad hacia la luz? Se necesita una gran honestidad y mucho coraje. Debemos soltar nuestras defensas, lo que es un proceso.

¿Cómo aprendemos a aceptar la Expiación para nosotros mismos? Nos tomamos el tiempo para calmar nuestro diálogo interno, para entregar nuestra ira a la curación y para llevar cada pensamiento indigno, culpable e impuro a la verdad. Esto incluye nuestro dolor, desesperación, soledad, impotencia, miedo, dolor, confusión, depresión, tristeza, dolor, juicio y cada concepto que tenemos sobre nosotros mismos, ya sea que lo juzguemos como bueno o malo. Todo esto, y más, lo llevamos a este lugar milagroso de la Expiación. Nos tomamos el tiempo necesario para conectarnos con la paz profunda en nosotros mismos donde podemos experimentar un instante santo, una visión del Cielo, y dejar que se experimente la santidad en nosotros.

Aceptamos la curación en nuestras mentes cada vez que nos acercamos a un hermano con alegría, paz y amor. Cuando ofrecemos paciencia y amor en lugar de condenación, y cuando ofrecemos perdón en lugar de corregir a un hermano, entonces entenderemos de qué se trata aceptar la Expiación para nosotros mismos. Entonces estaremos motivados a visitar este lugar, cada vez más a menudo hasta que llegemos a saber que este mundo no es nuestro hogar y el ego no es lo que

somos. Entonces experimentamos la verdadera curación, que es la única cura para cada tipo de dolor que experimentamos. Es nuestra voluntad de sacarnos a nosotros, y a nuestros hermanos, de nuestra prisión autoimpuesta del sistema de pensamiento del ego.

Ninguno de nuestros remedios elegidos funcionará. **"La salvación es lo único que cura"**. (W.140) En esta lección se nos recuerda que las diversas modalidades de tratamiento para la enfermedad ofrecidas por el mundo nunca pueden curar porque no tratan el problema. Ellas sólo abordan los síntomas. El problema es la culpa en la mente que se proyecta sobre el cuerpo, y termina en enfermedad. Aquí hay ciertamente una verdadera cura para la culpa, que es la aceptación de la Expiación.

Si Dios es santidad y está en todas partes, y el pecado y la culpa no son nada ni están en ningún lugar, entonces la culpa y el pecado no tienen fundamento. Son emociones completamente inválidas que no tienen realidad. Cuando creemos en la culpa y el pecado, el poder de nuestra creencia parece darles realidad. Nuestra responsabilidad, sin embargo, es retirar la creencia en la culpa y reconocer que toda enfermedad es alguna forma de culpa. Un cuerpo enfermo nos ofrece la oportunidad de ver la culpa en la mente para que podamos elegir la paz y la curación. No siempre somos capaces de hacer eso frente a la enfermedad. Jesús nos asegura que no necesitamos sentirnos culpables por tomar alguna forma de magia para aliviar los síntomas para que podamos volvernos hacia la verdadera Respuesta cuando nuestro miedo disminuya. Nunca podemos experimentar la verdadera curación abordando los efectos. La verdadera curación debe abordar la causa, que es la culpa.

Esta es nuestra práctica final en este repaso donde afirmamos la verdad sobre nosotros mismos una vez más. Es útil notar nuestra resistencia a despertar de este sueño tomando nota de la frecuencia con la que recordamos hacer la Lección. Todos tenemos resistencia a renunciar al control, renunciar a nuestra creencia en la independencia y renunciar a nuestras perspectivas. Estamos muy involucrados en nuestros conceptos y nuestras opiniones. Estamos invertidos en tener razón sobre nosotros mismos, pero esto nos impide ser verdaderamente felices.

Hemos llenado nuestras mentes con ideas, creencias y valores que consideramos verdaderos, y ahora debemos reconocer que ninguno de ellos ha traído la verdadera paz. Cuando nos mantenemos a la defensiva, nos hemos identificado con una ilusión de nosotros mismos. No es lo que somos. Con este reconocimiento viene la motivación para dar un paso atrás en la quietud y a la indefensión de nuestro Verdadero Ser.

Amor y bendiciones, Sarah
huemmert@shaw.ca

Publicado en DAILY LESSON MAILING por <http://www.jcim.net>
ÚNASE A LA LISTA DE CORREO AQUÍ: <http://bitly.com/CIMSMailingList-Signup>