



## LECCIÓN 160

**Yo estoy en mi hogar. El miedo es el que es un extraño aquí.**

### **Comentario de Sarah:**

Esta lección describe, de una manera muy cruda, la locura de la elección hecha por el Hijo de Dios en favor del ego que se identifica aquí como el extraño. Con esta elección de dejar que el extraño entrara en nuestro hogar prístino, vino una invasión de miedo. Ahora, somos un extraño al Ser que todavía está en Casa con Dios. Nos hemos identificado con el miedo, por lo que ya no conocemos nuestra realidad como Amor. Estamos confundidos acerca de nuestra identidad y nos preguntamos: "¿Qué soy?" **"¿Quién podría estar en su sano juicio en tales circunstancias?"** (W.160.1.5) Cuando nos alineamos con el ego como nuestra identidad, reina la locura y la confusión. Una vez que has hecho una elección por el ego, automáticamente te conviertes en un extraño al Ser Crístico que eres. **"Y de este modo, no te conocerás a ti mismo."** (W.160.1.3) Quien realmente soy ahora está alienado.

Con el extraño en nuestro hogar prístino, hemos invitado al pecado, la culpa y el miedo a acompañarlo y traer temor al castigo de Dios. Nos sentimos perdidos en el mundo, por lo que seguimos buscando un lugar donde podamos sentirnos como en casa. Jesús nos pide que consideremos lo que estamos buscando. **"¿Qué podría encontrar? Alguien que se ha convertido en un extraño ante sus propios ojos no puede encontrar un hogar no importa dónde lo busque, pues él mismo ha imposibilitado su regreso."** (W.160.6.2-3) Al igual que el Hijo Pródigo, ahora pensamos que somos tan culpables, que regresar a casa no es posible, así que seguimos escondiéndonos de Dios creyendo que Él tiene un castigo reservado para nosotros por lo que hemos hecho. Seguimos buscando desesperadamente el amor que creemos haber perdido, así que seguimos buscándolo en el mundo donde nunca se podrá encontrar. La paz, la plenitud y la felicidad que buscamos, no se pueden encontrar en el mundo porque no existe allí. Cuando seguimos el mantra del ego, seguimos buscando pero nunca hallando. Hasta que buscamos dónde está nuestra felicidad, que está dentro, vamos en una búsqueda inútil, buscando la felicidad donde nunca se puede encontrar.

Cuando tengo pensamientos de miedo en la mente, digo: "Tengo miedo", como si los pensamientos de miedo fueran yo. Cuando tengo pensamientos de ira, tristeza y celos, digo que estoy enojado, triste, preocupado o celoso, sin embargo, estos pensamientos no son descriptivos de nada verdadero sobre mí. Son solo pensamientos que he elegido creer, y cuando me aferro a ellos, me convierto en un extraño al Ser que está en un estado constante de paz y felicidad indescriptible. (Nota: la traducción literal de inglés a español sería: Soy miedo/ I am afraid, soy enojado, soy triste, etc.)

¿Por qué elegimos identificarnos con pensamientos que no son verdaderos? **"¿Cuál podría ser la razón, sino que has invitado a ese extraño a ocupar tu lugar, y has permitido convertirte en un extraño ante tus propios ojos? Nadie se dejaría desahuciar tan innecesariamente, a menos que pensase que hay otro hogar que está más de acuerdo con sus gustos."** (W.160.3.2-3) Sí, todavía creemos que el mundo y el cuerpo nos dan lo que

queremos, y mientras pensemos esto, continuamos persiguiendo metas espirituales, pero aún nos aferramos a la creencia de que hay algo que ganar del mundo.

Esto refleja nuestras mentes divididas y objetivos contradictorios. Es cierto que sufrimos debido a los pensamientos y creencias egoicos que tenemos, pero hay una recompensa o no continuaríamos manteniendo estos pensamientos. En primer lugar, nos mantiene invertidos en el yo separado que todavía valoramos. En segundo lugar, creemos que podemos hacer que otros sean responsables de nuestro sufrimiento y dejar que tomen el castigo anticipado por la separación, mientras mantenemos nuestra inocencia. Damos los atributos del miedo al amor, lo que significa que ahora miramos al miedo para mantenernos a salvo. Damos nuestra lealtad a nuestro cuerpo, nuestra individualidad y nuestra independencia donde creemos que radica nuestra felicidad. Creemos que sabemos lo que más nos conviene y lo que nos mantendrá a salvo. Y así, nos mantenemos adictos a la programación egoica creyendo en nuestros pensamientos y manteniéndonos en un ciclo autodestructivo de pecado, culpa y miedo.

Y es así como el ego nos ha convencido de que podemos ser protegidos de la ira de Dios. Nos hemos convencido de que el mundo es nuestro patio de recreo y un lugar para escondernos de Dios. De hecho, lo describe como un lugar donde Dios no entra. **"El 'ataque a Dios' le hizo pensar a Su Hijo que era huérfano, y como resultado de su depresión inventó al dios de la depresión."** (T.10. V.4.2) (ACIM OE T.9.XI.96) Qué triste sustituto de la verdadera felicidad, sin embargo, hasta que no veamos lo que hemos hecho, no sabremos que hay otra manera de ver. Pero a través de esta enseñanza, el velo que hemos corrido a través de nuestra vista se quita lentamente y llegamos a ver cómo el ego lo establece todo. No es nuestro amigo. De hecho, es el extraño el que se ha apoderado de nuestro hogar prístino y se ha puesto cómodo por invitación nuestra. Este es el colmo de la locura.

El extraño al que hemos invitado a nuestra casa es el miedo. Como resultado, ya no nos sentimos seguros. Nos sentimos desposeídos de nosotros mismos. Vivimos con una sensación de ansiedad subyacente, preocupación, ira, depresión, inquietud, frustración, indignidad, impotencia, confusión, tristeza y dolor. Estos, y una miríada de otros sentimientos, son los que se han instalado en nuestras mentes equivocadas. La verdad considera que estos sentimientos no tienen sentido. Son ajenos a nuestra verdadera naturaleza. Hemos elegido la pequeñez sobre la magnificencia, pero esto no tiene por qué ser así. Todo lo que se requiere es reconocer que tenemos el poder de decirle al loco que se vaya. **"¿Qué razón hay para no decir esto? "** (W.160.3.1) ¿Por qué seguimos teniendo pensamientos de miedo? ¿Por qué continuamos escuchando el consejo del ego que no conoce lo que más nos conviene? Hasta que reconozcamos lo que hemos hecho y liberemos nuestra lealtad al sistema de pensamiento de pecado, culpa y miedo, seguimos siendo un extraño para nosotros mismos. Ya no tenemos que escuchar al ego, pero para darnos cuenta de que no queremos el sistema de pensamiento del ego, debemos estar muy atentos para ver su juego. Jesús nos saluda revelando los engaños en la mente y el costo para nuestra paz y felicidad. Él nos muestra cómo hemos sido engañados y cómo continuaremos viviendo en un estado de miedo subyacente hasta que elijamos en contra del ego y nos volvamos al Espíritu Santo que nos muestra la salida.

A nivel práctico, debemos estar atentos a la observación de nuestros pensamientos, ya que no podemos sanar lo que no vemos. Significa tener conciencia de nuestras creencias, nuestros valores, nuestros sentimientos, nuestros pensamientos y nuestros autoconceptos. Tenemos una miríada de falsas creencias. Creemos que depende de nosotros descubrir nuestras vidas y saber qué hacer, saber lo que más nos conviene, cumplir con nuestras creencias de que carecemos, de ser indignos, de estar abandonados y de ser atacados. Estas, y otras creencias que tenemos, ahora

deben ser cuestionadas. Nos hemos equivocado en todo lo que valoramos y creemos. Todos nuestros autoconceptos son parte de la identidad del extraño.

Jesús nos pide que consideremos: **"¿Quién es el extraño? ¿A quién no le corresponde estar en el hogar que Dios proveyó para Su Hijo, a ti o al miedo?"** (W.160.4.1-2) ¿Cómo podría el miedo tener alguna parte en la creación de Dios? Tenemos todos los atributos de Dios y el miedo no es parte de Él. Si el miedo no es parte de Dios, no puede ser real, aunque nos parezca real sólo porque lo hemos hecho real en nuestras mentes y le hemos dado poder sobre nosotros. Cuando nos identificamos con el miedo, parece que es el amor el que es el extraño porque el amor en la mente no es evidente para nosotros. El miedo parece más real. En otras palabras, el sueño de este mundo ilusorio parece más real que la realidad de Dios, que a nosotros nos parece más una ilusión.

Pero no tenemos que darle al miedo un lugar seguro para existir. Este extraño (el miedo) se ha vuelto cómodo para nosotros. Ya no lo reconocemos como temeroso, ya que nos hemos familiarizado mucho con nuestros pensamientos y sentimientos basados en el miedo. Puede que no nos gusten, pero son familiares y, por lo tanto, sabemos qué esperar. Como Byron Katie pregunta: "¿Estarías sin este miedo?" **"El miedo es un extraño en los caminos del amor."** (W.160.1.1) El miedo y el amor no pueden coexistir. **"No hay hogar que pueda dar cobijo el amor y al miedo."** (W.160.4.5) **"Si tú eres real, el miedo no puede sino ser una ilusión. Más si el miedo es real, entonces eres tú el que no existe."** (W.160.4.7-8) Por lo tanto, es uno u otro. Ambas cosas no pueden ser ciertas.

**"Tal como Dios te creó, tú no puedes sino seguir siendo inmutable; y los estados transitorios son, por definición, falsos. Eso incluye cualquier cambio en tus sentimientos, cualquier alteración de las condiciones de tu cuerpo o de tu mente; así como cualquier cambio de conciencia o de tus reacciones."** (W.152.5.1-2) Cualquier otra cosa que no sea un estado de amor, paz y dicha es nuestra propia contribución y no nos ha sido dada por Dios. Lo que se crea a imagen y semejanza de Dios es amor, no miedo. Si somos reales, entonces el miedo *debe* ser irreal. Si tengo miedo y es ilusión, no dado por Dios, entonces no es nada y no existe. Sin embargo, aunque puede parecer que abandonamos el Ser que somos, no nos ha dejado. Este es el Llamado dentro de nuestras mentes rectas que hemos escuchado y respondido al venir a este Curso. Mientras nos sentimos perdidos, un milagro nos ha buscado y nos está mostrando que no somos tan extraños. **"Ningún extraño se puede interponer entre Su conocimiento y la realidad de Su Hijo. Él no sabe de extraños. Él está seguro de Su Hijo."** (W.160.7.7-9) **"El milagro vendrá."** (W.160.6.5)

Como resultado de nuestra decisión de invitar al extraño a entrar, pensamos que nuestro hogar nos es negado y que alguien más es el culpable de nuestra condición. Pero debido a que somos los responsables, ahora podemos tomar otra decisión en cada situación y en cada circunstancia que encontramos. Estamos eligiendo ya no escuchar al extraño. El amor está en nosotros esperando nuestra aceptación. El recuerdo de quiénes somos nunca se ha ido. Podemos revertir nuestra decisión de separación cada vez que elegimos perdonar nuestras percepciones erróneas y pedir una nueva interpretación del Espíritu Santo. Tenemos tantas oportunidades en las situaciones y eventos de nuestras vidas para elegir el perdón en lugar del ataque. ¿Por qué continuaríamos lastimándonos a nosotros mismos cuando hay una salida a nuestro dolor? Nuestra felicidad depende de nuestra decisión de observar nuestras mentes y dejar que los pensamientos de miedo se coloquen en el altar donde se intercambian por el milagro. No necesitamos estar atrapados en el miedo, ni aferrarnos a nuestras historias de dolor y traición.

Podemos distanciarnos del extraño mirando lo que está haciendo. Cuando se identifican los pensamientos y sentimientos que ya no nos sirven, podemos mirarlos sin juzgar. Hacemos esto al alejarnos de ellos y mirar desde fuera de este sueño donde Jesús está con nosotros. Nos convertimos en el observador. Nos convertimos en el investigador de nuestros sentimientos y emociones. Continuamos este proceso hasta que ya no nos identificamos con el extraño en absoluto y atendemos cada vez más a la Voz del Espíritu Santo dentro de nosotros. **"Oye Su Voz asegurarte, con serenidad y certeza, que tú no eres un extraño para tu Padre, ni tu Creador se ha vuelto un extraño para ti."** (W.160.8.4) Dios nos conoce como el Ser De Cristo que somos y no ve el ego en absoluto. Él no sabe de esta ilusión. ¿Cómo podría cuando nada de eso es real? **"Su visión no ve extraños, sino que contempla a los Suyos y se une a ellos jubilosamente."** (W.160.9.2)

Podemos estar verdaderamente agradecidos de que **"Cristo haya venido a buscar en el mundo lo que es Suyo."** (W.160.9.1) Él no ve nada más que la verdad de quiénes somos. Todos nuestros miedos, nuestras preocupaciones, nuestros sentimientos de soledad y separación, nuestra angustia y nuestra tristeza han sido respondidos en Su Llamado. Ahora seguimos voluntariamente nuestro camino de regreso al Ser que no es más que amor. Ya no necesitamos seguir identificándonos con pensamientos de miedo. Podemos saber que este extraño no es quien somos. Nuestra identificación con este extraño disminuye con cada paso que damos en este camino. Es a través del perdón de nuestros hermanos que llegamos a conocer el amor que somos.

**"Más tu no lo podrás recordar a Él [al Ser de Cristo] hasta que contemples todo [tus hermanos] tal como Él lo hace."** (W.160.10.4) Cuando aceptamos a nuestros hermanos como parte de nuestro ser único, al no ver diferencias, el amor que somos se extiende a través de nosotros, y experimentamos nuestra Unidad en nuestro viaje de regreso a nuestro verdadero hogar donde todos pertenecemos. Todos compartimos el mismo sistema de pensamiento equivocado. El mundo puede convertirse en un aula donde el Ser Crístico que compartimos puede nacer de nuevo y reflejar la Unidad del Cielo. En el mundo, la Unidad se refleja al ver a todos iguales.

Estemos decididos a reclamar nuestro verdadero hogar hoy. No está aquí. Nuestro hogar es **"pleno y perfecto, tal como fue instituido."** (W.160.10.2) No hemos sido olvidados por Él, ya que Él está en nuestras mentes, esperando nuestra aceptación. Distanciémonos hoy de la locura de nuestros pensamientos egoístas y de la locura del mundo y elijamos el perdón en cada situación. Hemos pedido la luz, y estamos decididos a ver. No podemos dejar de conocer la verdad. Sigue observando tus pensamientos y ve el reflejo de tu mente en todo y en todos. Asume la responsabilidad de lo que estás proyectando y lleva todos los pensamientos y conceptos de miedo al Espíritu Santo para su curación. Observa cuánto tiempo no aceptas a tus hermanos, los juzgas o eres insensible a ellos. No te juzgues a ti mismo por esto. Simplemente sé el observador. Este mundo es un aula donde podemos ser liberados a medida que usamos cada oportunidad para la curación.

**"Hoy damos gracias de que Cristo haya venido a buscar en el mundo lo que es Suyo. Su visión no ve extraños, sino que contempla a los Suyos y se une a ellos jubilosamente. Ellos lo ven como un extraño, pues no se reconocen a sí mismos. No obstante, a medida que le den la bienvenida, lo recordarán. Y El los conducirá dulcemente de regreso a su hogar, donde les corresponde estar."** (W.160.9) Nadie es olvidado.

Amor y bendiciones, Sarah  
[hueemmert@shaw.ca](mailto:hueemmert@shaw.ca)

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