



## LECCIÓN 167

### Sólo hay una vida, y ésta es la vida que comparto con Dios.

#### Comentario de Sarah:

Como la Lección 163, "**La muerte no existe. El Hijo de Dios es libre**", dice lo mismo esta lección, pero ahora el enfoque está más en la naturaleza de nuestra única vida. La vida no tiene grados. Es como la verdad. Puesto que Dios es Vida, lo que Él crea sólo puede ser vida, ya que no puede haber opuesto a Dios. Ciertamente, en este mundo, parece que hay un opuesto a la vida, y lo llamamos muerte. Como se dijo en la Lección 163, la muerte es evidente para nosotros, ya que la vemos a nuestro alrededor y parece muy real. La ilusión del cuerpo y el mundo parecen más reales que la Unidad, que no tiene opuesto. Sin embargo, Jesús dice: "**La muerte no existe porque lo que Dios creó comparte Su vida.**" (W.167.1.5) Nada fuera de Dios existe. Si este es el caso, la muerte debe ser ilusoria y, por lo tanto, no tiene realidad. La vida es todo lo que hay. Lo que para nosotros representa la vida es simplemente ilusión. "**La muerte no existe porque el Padre y el Hijo son uno.**" (W.167.1.7)

Hay quienes tienen la creencia de que cuando morimos, vamos al Cielo; para algunos, existe la creencia de que vamos al infierno, y para otros, que es el final de todo. La verdad es que sólo podemos conocer el estado del Cielo a través del despertar. Como se dijo en la discusión sobre la muerte en la Lección 163, nada sucede cuando morimos porque todo es parte del sueño. Morir es de cuerpos, pero los cuerpos no son reales. Nuestra realidad es eterna. Sólo hay vida. El más allá es sólo el presente eterno ahora. Cuando aceptamos la irrealidad de la muerte, nos ayuda a ver que despertar de este sueño es una decisión que podemos tomar ahora.

"**En este mundo, parece haber un estado que es lo opuesto a la vida. Tú lo llamas muerte.**" (W.167.2.1-2) La muerte parece aparecer en muchas formas, como aprendimos en la Lección 163. Sin embargo, si ella es la muerte del cuerpo, o la muerte en forma de tristeza, pérdida, ansiedad, enfermedad, dolor, cansancio, ira o sufrimiento de cualquier tipo, nada de eso es cierto. De hecho, cualquier estado en el que no seamos supremamente felices no puede ser real. La experiencia del yo individual, aparentemente viviendo en un cuerpo, es un estado ilusorio de un personaje en un sueño. Nuestro verdadero estado es la alegría y la paz perfectas. (W.167.2.5) Cuando respondemos a cualquier cosa en este mundo con ansiedad y miedo o incluso "**... . . cualquier ligera incomodidad o fruncimiento de ceño**" (W.167.2.6) Jesús nos dice que en realidad estamos negando la vida que somos. Si Dios es todo lo que hay y Él es Vida, lo que experimentamos, incluyendo la muerte, simplemente no puede ser verdad.

En última instancia, la muerte es un pensamiento en la mente errada. Si nuestro estado natural de felicidad extrema puede cambiarse a un estado de tristeza, miseria y sufrimiento, debe ser porque nos aferramos a una creencia falsa. De hecho, se puede decir que todos nuestros problemas son el resultado de los pensamientos, valores, conceptos y creencias equivocadas que tenemos. Estos pensamientos equivocados han surgido con la aparente separación de la verdad de lo que somos. Con la separación viene nuestra identidad separada como cuerpo y personalidad, pero es una identidad que es ilusoria. Es solo una imagen proyectada en la pantalla del mundo. Si

ese es el caso, entonces lo que creemos que somos no vive y, por lo tanto, no muere. Nuestra realidad está fuera de este sueño.

Ya sea que experimentemos enfermedad, dolor, tristeza o miedo, todos provienen de la elección de la mente errada y son inexistentes. Comienzan con la creencia de que el ego es verdadero, el cuerpo y el mundo son reales, y los problemas que experimentamos son causados por eventos y circunstancias fuera de la mente. En respuesta a nuestros problemas percibidos, tratamos de solucionarlos con remedios que nunca pueden funcionar. Esto se debe a que tratamos de solucionar problemas que no existen cuando los vemos fuera de la mente y en la pantalla de este mundo. Todos los problemas se originan en la mente y aquí es donde está la solución. Por ejemplo, puedo estar sosteniendo pensamientos de conflicto y angustia en mi mente, pero ahora veo el conflicto en mis relaciones porque lo que está en mi mente se manifestará en el mundo.

Trabajar con la imagen externa de mi condición interna no resolverá mis problemas en mis relaciones. La única solución es tomar responsabilidad por el conflicto interno en mí y llevarlo a la luz sanadora del Espíritu Santo. Entonces mis problemas externos no se experimentarán como un conflicto, independientemente de lo que parezca estar sucediendo. Veré todo como amor o un llamado al amor, y experimentaré alegría y paz. La curación requiere que regrese a la verdadera fuente de mi problema, que es la culpa en mi mente. **"Las ideas no abandonan su fuente."** (W.167.3.6) Esta es una idea central en el Curso, es decir, para entender cualquier cosa en el Curso, debemos entender que todo se origina en la mente. Por lo tanto, solo tiene sentido volver a la mente, que es el único lugar donde puede ocurrir la curación. Tenemos el poder interno de elegir ver cada situación, incluida la muerte, de manera diferente.

Cuando no somos supremamente felices, pacíficos y alegres, hemos negado la vida que somos. Hemos negado a Dios. Hemos afirmado la muerte. Hemos afirmado que ahí hay algo más que Dios y otra cosa que Su Unidad perfecta. Sostenemos la creencia de que podría haber algo más que la Vida y que podría haber algo más que el Amor. ¿Cómo podría haber algo más? Necesitamos ver que cualquier cosa diferente a la felicidad suprema no es la verdad. Sin embargo, cuando no experimentamos felicidad, es importante no negar nuestros sentimientos y emociones. De hecho, sentarnos con nuestros sentimientos e investigar lo que debemos estar pensando y creyendo es muy importante para nuestra curación. Ignorar nuestros sentimientos es una forma inapropiada de negación y no es útil. Sin embargo, Jesús nos invita a ver la irrealidad de nuestra experiencia.

Tenemos el poder de elegir ver todo desde una perspectiva diferente. No somos víctimas de circunstancias externas. Mientras experimentamos las muchas formas de muerte de manera regular en nuestra condición aparentemente humana, tenemos la oportunidad de llevar nuestros pensamientos y sentimientos a la conciencia y atravesar el miedo hacia el amor interior. Cuando cambiamos la causa (nuestras mentes), los efectos desaparecen.

Todos los sentimientos, ya sea ansiedad, tristeza, ira, cualquier tipo de sufrimiento o sentimientos de pérdida y dolor, se pueden rastrear a las creencias que tenemos. No es útil simplemente descartar estos sentimientos con la declaración: "Todo es una ilusión". Es cierto que estos sentimientos son parte del sueño de la muerte, pero mientras experimentemos dolor, sufrimiento y pérdida, nuestras mentes todavía se sienten atraídas por la culpa. Al negar nuestros pensamientos y sentimientos, elegimos mantenerlos. Están pidiendo nuestra atención, y para hacer la sanación, no debemos huir de ellos. Llevarlos a la luz amorosa de la verdad es cómo ocurre la sanación. El Espíritu Santo es el Sanador en nuestras mentes. Nosotros no hacemos la sanación. Él lo hace todo. Cualquier cosa que ocultemos o neguemos, estamos eligiendo activamente retener la sanación e insistir en que tenemos razón sobre la forma en que vemos la situación y que nuestros pensamientos y sentimientos están justificados.

A menudo me aferro obstinadamente a la ira y justifico mi sufrimiento. Jesús dice que de eso se trata nuestra atracción hacia la muerte y nuestra inversión en tener la razón. Estos pensamientos parecen tener vida propia, pero esto no es así, ya que, para experimentarlos, necesitan nuestro consentimiento y acuerdo. Los pensamientos que tenemos pueden sentirse tenaces y obsesivos como si no tuviéramos una opción sobre lo que estamos experimentando. Parecen tener bastante control sobre nuestras mentes, especialmente cuando experimentamos eventos que son angustiantes. Sin embargo, los acontecimientos son, en sí mismos, simplemente neutros. Son nuestros pensamientos sobre ellos y las interpretaciones que les damos, los que traen la angustia. El objetivo de esta enseñanza es reconocer que tenemos el poder dentro de nosotros a través del Espíritu Santo para cambiar nuestras mentes sobre la forma en que vemos cualquier cosa que parezca estar sucediendo a nosotros. El milagro está detrás de cada situación aparentemente angustiante, esperando nuestra aceptación. Y con el milagro, nuestra percepción de los eventos que antes encontrábamos angustiantes cambia.

Nuestros pensamientos angustiantes son el velo que nos impide conocer la verdad sobre nosotros mismos. La verdad ya está en nosotros. Nuestros propios pensamientos oscuros mantienen la verdad de quiénes somos de nuestra conciencia. Cuando estamos dispuestos a ser honestos y tener el coraje de mirarlos, solo entonces pueden ser liberados. Esto innegablemente requiere una tremenda honestidad, apertura, indefensión, coraje y, sobre todo, voluntad. Somos maestros de la negación. Mientras nos identifiquemos con el yo que creemos ser, defenderemos continuamente a este personaje en la creencia errónea de que necesitamos proteger esta imagen falsa.

No hemos abandonado la mente de Dios ya que todavía somos una idea en Su mente. No es posible que podamos asumir características diferentes a las de Dios, excepto en la ilusión. Pensamos que podemos asumir cualidades aparte de nuestra Fuente (Dios) y que podemos diferir de nuestras especificaciones de diseño originales. Nos parece que tenemos cualidades que Dios no tiene. Nos experimentamos a nosotros mismos como un cuerpo y una personalidad, separados de Dios, pero esto no puede ser. No podemos ser víctimas de circunstancias externas. No hay circunstancias externas. Todo se origina en nuestras mentes. De la misma manera, nos originamos en la Mente de Dios. Por lo tanto, no podemos ser nada que Él no sea.

Jesús nos dice que realmente no podemos estar dormidos en este sueño ya que Dios está despierto. ¿Cómo podríamos ser algo que Dios no es? Sin embargo, parecemos estar dormidos, inconscientes de la verdad de nuestro Ser. Por lo tanto, todo el viaje trata acerca de despertar de este sueño en el que parece que hemos caído. Sin embargo, debido a que estamos en la Mente de Dios, que no está dormida, nuestro aparente estado de sueño no puede ser verdadero. Dado que las ideas no abandonan su fuente, y Dios es Mente despierta, este debe ser nuestro estado también. Estar en un estado de sueño es asumir propiedades que Dios no tiene.

Jesús dice que las ideas "... **pueden ir mucho más allá de sí mismas. Pero no pueden dar origen a lo que nunca se les dio.** (W.167.5.4-5) Las ideas en la mente sólo pueden parecer vagar más allá de la mente y parecen existir fuera de la mente. En este sueño, las ideas parecen haber ido más allá de sí mismas al hacer este mundo, pero eso no las hace reales. El ego no tiene vida y no puede dar a luz a la vida. Esto no es fácil de entender para nosotros. Nuestra experiencia parece diferente de esto, sin embargo, la realidad es "**Ella [la mente] no puede hacer un cuerpo, ni tampoco habitar en un cuerpo.**" (W.167.6.3)

Nos experimentamos a nosotros mismos como separados de Dios, aparentemente viviendo en un cuerpo y viviendo en el mundo. Creemos que todo esto es real, pero pensar esto no lo hace así.

Podemos pensar lo que queramos, pero no podemos establecer la realidad. Dentro del sueño, la mente puede hacer un cuerpo, pero no puede hacer que el cuerpo sea real, como tampoco podemos hacer que los personajes que aparecen en nuestro sueño nocturno sean reales. Cuando estamos soñando, las figuras y las situaciones en el sueño parecen reales. Si nunca despertáramos de nuestro sueño nocturno, parecería ser nuestra realidad. Cuando despertamos, sabemos que las personas y los eventos en el sueño no eran reales, a pesar de que pensábamos que lo eran mientras soñamos. La fuente del cuerpo es el ego, pero no es una fuente real. Lo que parece morir es el cuerpo, pero el cuerpo es solo un pensamiento en la mente. Dado que el cuerpo y el mundo físico no fueron hechos por el Espíritu, que es la única Fuente real que existe, no pueden tener realidad.

**"Lo opuesto a la vida tan sólo puede ser otra forma de vida."** (W.167.7.1) El cuerpo es sólo el símbolo de la mente dormida. A través del perdón, se libera lo que se ha hecho, que es falso. Cuando el perdón está completo, experimentamos el mundo real, que refleja el Cielo. El perdón sigue siendo parte de la ilusión, ya que no hay nada que deba ser perdonado en verdad. Es una ilusión útil, ya que nos lleva al final de las ilusiones. La verdad es que no hay nada que perdonar porque no ha pasado nada.

**"Lo que parece ser lo opuesto a la vida es meramente un sueño."** (W.167.9.1) Simplemente nos hemos quedado dormidos, soñando con lo que nunca ha ocurrido. Es por eso por lo que el perdón es acerca de ver que lo que crees que tu hermano te hizo nunca ha sucedido. Nada aquí es real. Lo que hace el perdón es reflejar el Amor de Dios en este mundo. En el mundo del tiempo, las cosas parecen suceder, y las personas parecen lastimarnos, pero cuando nos damos cuenta de que nada real ha sucedido y es solo nuestro sueño, entonces todas las formas de muerte se ponen en perspectiva como si no tuvieran un significado real. Todas son nada. Significa que todo lo que pensamos y creemos sobre nuestras vidas y lo que somos está mal. Admitir que no sabemos nada y que estamos equivocados en la forma en que percibimos es un gran paso en el aprendizaje.

Jesús nos pide que aceptemos nuestra herencia. **"Seamos hoy criaturas de la verdad, y no neguemos nuestro santo patrimonio. Nuestra vida no es como la imaginamos."** (W.167.10.1-2) Este es un pensamiento tan alentador. Todos nuestros problemas aparentes son solo imaginarios. Toda nuestra tristeza, sufrimiento y angustia de cualquier tipo no es la verdad. Nos pide que no dejemos **"... que cosas imaginarias que aparentemente se oponen a la vida moren allí donde Dios Mismo estableció el Pensamiento de la vida eterna."** (W.167.10.5) Nuestra práctica hoy se trata de recordar esta verdad y mantener nuestras mentes en un estado de santidad como **"...Él lo estableció."** (W.167.11.1) Con vigilancia, podemos observar los pensamientos que son formas de muerte y estar dispuestos a que se liberen, recordando que no son la verdad sobre nosotros, y que no definen quiénes somos. El objetivo final es conocer nuestra propia perfección que refleja **"...al Señor de la Vida..."** (W.167.12.3) hasta que la ilusión ya no exista.

Hoy, cuando estés tentado a ver a alguien como separado y a creer que el sistema de pensamiento del ego es real, reconoce que estás equivocado. Cuando atacas, criticas, te enojas o culpas a alguien, es solo un intento de ver tu culpa fuera de tu mente, creyendo que las ideas pueden abandonar su fuente. Hoy es otra oportunidad para elegir liberar los bloqueos que ocultan la verdad de lo que somos.

**"El himno de la libertad, el cual canta en alabanza de otro mundo, le brinda esperanzas de paz. Pues recuerda al Cielo, y ve ahora que el Cielo por fin ha descendido a la tierra, de donde el dominio del ego lo había mantenido alejado por tanto tiempo. El Cielo ha llegado porque encontró un hogar en tu relación en la**

**tierra. Y la tierra no puede retener por más tiempo lo que se le ha dado al Cielo como suyo propio".** (T.21.IV.7. 4-7) (ACIM OE T.21.V.47)

Amor y bendiciones, Sarah  
[huemmert@shaw.ca](mailto: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>