



LECCIÓN 179

Quinto Repaso ~ Lección 167 y Lección 168

[167] **Sólo hay una vida, y ésta es la vida que comparto con Dios.**

[168] **Tu gracia me es dada. La reclamo ahora.**

Comentario de Sarah:

Tomando pasajes del Curso que resuenan profundamente, contemplando el significado de las palabras, y aplicándolas en situaciones en las que estamos tentados a escuchar la voz del ego, cambia la forma en que vivimos en el mundo. Este proceso puede romper eficazmente el poder de los pensamientos, que producen miedo y ansiedad. Son pensamientos obsesivos, dando vueltas y vueltas en la mente en caminos trillados, creando experiencias de miedo y ansiedad y reforzando las creencias que tenemos en la mente. Esto se convierte en un ciclo donde lo que creo; veo, lo que veo; lo experimento y lo que experimento; lo pienso. Es un bucle descrito de esta manera por Regina Dawn Akers. Lo que estas lecciones ofrecen es una forma de salir del patrón. **"Pero que sí escuchas a la voz de tu ego lo demuestran tus actitudes, tus sentimientos y tu comportamiento."** (T.4.IV.1.2) (ACIM OE T.4.V.56) Cuando cambiamos nuestros pensamientos, cambiamos nuestras vidas porque todo se deriva del pensamiento. **"Yo [Jesús] he dicho que no puedes cambiar de mentalidad modificando tu conducta, mas he dicho también, y en muchas ocasiones, que puedes cambiar de mentalidad."** (T.4.IV.2.1) (ACIM T.4.V.57)

Es un proceso de llevar las palabras de la cabeza al corazón. Lo que esto significa para mí es que debo poner las palabras en práctica, para que pueda experimentar la profunda resonancia en mi corazón del significado detrás de las palabras. Me parece interesante cuando las personas sienten que tienen que alejarse del Curso, creyendo que es "demasiado intelectual". Sin lugar a dudas, el Curso toma un nivel de comprensión intelectual, pero para mí, ha sido una forma de terapia cognitiva, que se basa en la teoría de que gran parte de cómo nos sentimos está determinado por lo que pensamos. Por lo tanto, nuestros sentimientos siguen nuestros pensamientos. Sí, se necesita contemplación y reflexión para entender lo que se está diciendo, y requiere que nos tomemos un tiempo con la lectura. La mente del ego a menudo es confundida por la redacción del Curso, pero creo que los pensamientos ofrecidos por Jesús, en gran medida, pasan por alto nuestra mente pensante y alcanzan un lugar de conocimiento interno en nosotros.

Me encanta la forma en que un amigo mío lo expresó cuando escribió: "No permitas que la falta de comprensión intelectual te impida completar el Curso. Toda la comprensión que necesitas se te dará precisamente cuando te sirva mejor. Lo que el ego entiende es en gran medida ilusión. Es al reino del alma al que un Curso de Milagros nos llama. El Texto te sanará antes de que lo entiendas. UCDM se comunica más a nivel del corazón que de la mente. Los conceptos intelectuales son el caramelo para mantener tu mente ocupada mientras el curso te transforma. "

Cuando Jesús dice: "**Sólo hay una vida, y ésta es la vida que comparto con Dios**" (W.179 [167]) está diciendo que no hay muerte porque la vida no tiene opuestos. Lo que llamamos vida y muerte en el mundo es todo ilusorio. La vida que parece que estamos viviendo podría verse como una obra de teatro, un sueño, donde los eventos van y vienen y varios personajes aparecen en nuestro drama. Pero podemos aprender a observarlo más y a participar en él cada vez menos. Cuando lo miramos sin juzgar por encima del campo de batalla y observamos su irrealidad, nos desconectamos del drama. Cuando miramos desde la perspectiva del soñador, en lugar de la del personaje en el sueño, podemos ver que nada aquí es serio. Jesús los llama juguetes para todos los niños. "**Llega un momento en que la infancia debería dejarse atrás para siempre. No sigas aferrándote a los juguetes de la infancia. Deséchalos, pues ya no tienes necesidad de ellos. El sueño de juicios no es más que un juego de niños, en el que el niño se convierte en un padre poderoso, pero con la limitada sabiduría de un niño.**" (T.29.IX.6.1-4) Sí, parece serio para los personajes del sueño, pero la realidad es que no somos los personajes y nada de lo que está pasando aquí es cierto.

Cada vez que somos algo menos que alegres, reconocemos la muerte de alguna forma. Nuestra única vida, que compartimos con Dios, está perfectamente en paz y en un estado de alegría en el que hemos estado. En otras palabras, solo hay una vida. Las vidas que parece que hemos vivido son todos estados de sueño. Como dice Jesús en el Manual para Maestros, "**En última instancia, la reencarnación es imposible. El pasado no existe ni el futuro tampoco, y la idea de nacer en un cuerpo ya sea una o muchas veces no tiene sentido. La reencarnación, por lo tanto, no puede ser verdad desde ningún punto de vista.**" (M.24.1.1-3)

Somos creados perfectos. "**Somos ahora tal como siempre hemos sido y como seremos siempre.**" (W.167.12.2) Cuando experimentamos nuestra propia perfección, aunque sea brevemente, el velo se levanta por un instante. Está disponible para nosotros ahora. No espera al tiempo, sino sólo a nuestra disposición y a que estemos listos. Su regalo es nuestro, simplemente esperando ser reconocido. Esta Lección nos recuerda que todavía estamos en la Mente de Dios porque las ideas no abandonan su fuente. Dado esto, nuestra naturaleza es como la de Dios. Sus Creaciones no pueden tener atributos que no sean del Creador. Si bien nuestra experiencia es que nuestras emociones se alteran a lo largo del día, dependiendo de circunstancias aparentemente externas, nuestra realidad es inmutable. Nuestro estado emocional se atribuye a eventos, personas y situaciones fuera de nosotros mismos a los que culpamos de cómo nos sentimos. La verdad es que las situaciones en nuestras vidas sirven a nuestra necesidad de tener algo o alguien a quien culpar en lugar de asumir la responsabilidad de cómo nos sentimos.

"**Hoy procuraremos mantener su santo hogar tal como Él lo estableció y como Su Voluntad dispone que sea eternamente.**" (W.167.11.1) En otras palabras, podemos traer nuestras percepciones erróneas de vuelta a la mente, de que alguien o algo, "allá afuera", es responsable de nuestro malestar. A medida que traemos nuestras proyecciones de vuelta, podemos ver que cualquier conflicto aparentemente externo a la mente es nuestro propio conflicto interno proyectado en el mundo. En lugar de tratar de resolverlo allá afuera donde no se puede resolver, asumimos la responsabilidad de nuestros pensamientos conflictivos y los llevamos al Espíritu Santo para ser sanados. La curación requiere que asumamos la responsabilidad de nuestro estado mental. Independientemente de lo que esté sucediendo en nuestras vidas, son solo nuestras percepciones de las personas y situaciones las que necesitan ser sanadas. Hemos dado

sentido a los eventos neutros y ahora podemos retirar el significado para que la mente pueda ser devuelta a la paz. Sin embargo, nada de lo que no nos responsabilicemos, puede ser deshecho.

"Tu gracia me ha sido dada. La reclamo ahora. Padre, vengo a Ti. Y Tú vendrás a mí que te lo pido, pues soy el Hijo que Tú amas. " (W.168.6.5-9) Estas son las palabras que podemos usar para orar al pasar nuestro tiempo hoy con Dios en silencio. **"Dios nos habla. ¿No deberíamos nosotros acaso hablarle a Él? "** (W.168.1.1-2) Hoy, volvemos al lugar tranquilo en nuestras mentes donde estamos en la Presencia de Dios. Ese lugar siempre está disponible para nosotros. Dios no está distante. Su presencia es la quietud dentro de la mente donde todo está bien.

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>