



**LECCION 196**  
**Es únicamente a mí mismo a quien crucifico.**

**Comentario de Sarah:**

Jesús nos dice que es imposible que cualquier cosa que ocurra no provenga por nuestra propia elección. El poder de nuestra decisión determina cada situación en nuestras vidas, pero es importante reconocer a quién le está hablando Jesús. No se dirige a mí, Sarah, al yo que creo que soy como cuerpo y personalidad en este sueño. No. Se dirige a la mente que toma decisiones. Es la parte de la mente que ahora puede elegir revertir la elección errónea de ponerse del lado del ego, porque el ego nunca se deshará a sí mismo. Por lo tanto, debemos recurrir al poder disponible fuera de la matriz de este mundo.

Para el ego, el ataque es necesario para su salvación. Se basa en el sistema de pensamiento de "uno o el otro", lo que significa que, para cada uno de nosotros, nuestras necesidades son lo primero. Se originó con el ataque a Dios a través del cual parecimos establecer nuestra existencia separada. Así, para el sistema de pensamiento del ego, el ataque significa ganancia. El ego nos mantiene invertidos en la idea de que debemos atacar para triunfar en el mundo. Está invertido en este juego de ataque y nos dice que esto es lo que debemos hacer para tener éxito. **“Tal vez pensaste que era tu salvación.”** (L.196.5.2) Nos parece así porque pensamos que es la forma de conseguir protección para nosotros mismos, mientras mantenemos que somos inocentes y no tenemos otra opción que atacar y defender. Parece que si queremos tener éxito debemos seguir crucificando a los demás para ganar para nosotros mismos.

Este es el camino del mundo en el que el final es la muerte. El sistema de defensa del ego utilizado para mantenerse es tenernos en esta prisión y ciclo interminable de nacimiento y muerte. Es la base de todo nuestro miedo, aunque, nunca supimos donde se originó ese miedo hasta que Jesús nos mostró cómo estaba todo esto montado. Debido a que nosotros somos los que compramos el montaje, el poder está en nosotros para cambiar nuestras mentes. Él nos muestra que hay otro camino. Tenemos una opción. Hay una salida. Nuestra decisión inicial en favor del ego que nos llevó a este aparente encierro puede ser revertida y eso es una buena noticia.

Continuamos siguiendo los dictados del ego hasta que vemos que no ganamos nada, excepto más dolor y sufrimiento. Cuando reconozcamos esto, no queremos atacar a nadie porque vemos que siempre es un ataque contra nosotros mismos. Sólo entonces **“Te liberarás de la demente creencia de que atacando a tu hermano te salvas tú.”** (L.196.1.3) El hecho de que la seguridad de nuestro hermano sea la nuestra (L.196.1.4) se basa en el reconocimiento de que la libertad de nuestro hermano, de la prisión que ha hecho, es nuestra propia libertad porque somos Uno. Lo que damos, lo recibimos. Esta es la base de la relación santa, que deshace todo especialismo y reconoce que nuestros intereses son los mismos.

Ahora se nos pide que demos cabidas a la verdad. Lo hacemos retirando nuestra inversión en la creencia de que somos víctimas del mundo que vemos y asumiendo la responsabilidad por nuestros pensamientos de ataque. El mundo y el cuerpo fueron hechos para que no tuviéramos que responsabilizarnos de nuestra condición de seres separados. No queremos ser responsables de lo que el ego nos dice que hemos hecho al atacar a Dios para conseguir nuestro yo independiente. Sentimos culpa, aunque no tenemos idea de dónde viene. La culpa es intolerable, así que el ego ideó una solución, que es hacer que los demás sean culpables de cómo nos sentimos. Proyectamos la culpa que está en la mente en nuestros hermanos "culpables" y nos vemos injustamente tratados. El mundo se hizo para protegernos del horror de lo que el ego dice que hemos hecho, haciendo a los demás responsables de cómo nos sentimos y culpándolos de nuestra condición. Vemos el mundo como un lugar indiferente que no se preocupa por nosotros y **“se nos hostiga sin cesar, o donde se nos atropella sin la menor consideración por nosotros o por nuestro futuro.”** (L.195.9.3)

El ego nos dice que hemos cometido un pecado horrendo al separarnos de Dios y que ahora merecemos un castigo por haberlo matado para poder existir. Nuestra culpa se proyecta en la creencia errónea de que podemos librarnos de ella. Cuando llegamos a ver que somos responsables de haber robado nuestra identidad a Dios y que ahora es nuestro enemigo, Jesús dice que este momento puede ser terrible. Es un momento en el que nos damos cuenta de que nos hemos equivocado al comprar el mito del ego. **“Hay un instante en que el terror parece apoderarse de tu mente de tal manera que no parece haber la más mínima esperanza de escape.”** (L.196.10.1) ¡Es la comprensión de que nuestro miedo es de nosotros mismos! Es darse cuenta de que nuestra propia mente está dividida. No es mi hermano quien me aterroriza, sino yo mismo. Yo soy mi propio enemigo.

En este reconocimiento, vemos que el enemigo nunca está fuera de nosotros. Hemos temido un ataque desde fuera donde nunca lo hubo. Era sólo un pensamiento de ataque en nuestra propia mente. La mente es causa y el mundo es efecto. Nuestros pensamientos de auto ataque se proyectan en Dios, creyendo que Él también está fuera de nosotros y que debe ser temido. **“Y de esta manera, un dios externo a ti se convirtió en tu enemigo mortal y en la fuente del miedo.”** (L.196.10.5) Jesús dice: **“Hasta que esta forma de locura no cambie, no habrá esperanzas.”** (L.196.6.2) Cuando abandonamos la idea de que Dios es nuestro enemigo, ya no hay nada que mantenga el sistema de pensamiento del ego.

El último obstáculo para la paz es nuestro miedo a Dios. Una de las formas en que este miedo se hace consciente es cuando observamos los acontecimientos y las circunstancias de nuestra vida y nos preguntamos por qué Dios nos trae estas "Lecciones", o por qué deja que ocurra esta tragedia, o por qué se lleva a nuestro ser querido, o por qué no evitó que ocurriera esta trágica situación ya que Él es todopoderoso. Es la creencia de que Dios está detrás de todos los eventos trágicos en el mundo. Es como si Él se vengara de nosotros por lo que hemos hecho, y ahora trae todo tipo de calamidades para castigarnos. Creemos que Dios está detrás de todo, moviendo todos los hilos. Atribuimos todas las fuerzas que parecen estar trabajando contra nosotros a fuerzas externas a nosotros, incluyendo la fuerza más poderosa de todas: Dios. Esto nos mantiene en la lucha.

**“Y ahora, por un instante, percibes dentro de ti a un asesino que ansía tu muerte y que está comprometido a maquinan castigos contra ti hasta el momento en que por fin pueda acabar contigo. No obstante, en ese mismo instante es el momento en que llega la salvación. Pues el temor a Dios ha desaparecido. Y puedes apelar a Él para**

**que te salve de las ilusiones por medio de Su Amor, llamándolo Padre y, a ti mismo, Su Hijo.**" (L.196.11.1-4) Ahora se comprende que el ego nos ha vendido gato por liebre. Todo es un mito. No hay necesidad de pecar si no ha ocurrido nada real, y con ello se van también todo el miedo y la culpa. Todo ha sido inventado por el ego para evitar que cambiemos nuestra lealtad a él porque cuando lo hacemos, es el fin del ego. Por eso Jesús nos expone todo esto con tanto cuidado, para que podamos ver las "dinámicas" del ego y reconocer su nada. Llegamos a ver que no hemos pecado en absoluto, sino que simplemente nos hemos equivocado al elegir el ego. Estamos en casa con Dios y nunca hemos dejado a nuestro Padre que nos ama.

Es a través de nuestras relaciones especiales, cuando mostramos misericordia a nuestros hermanos en lugar de atacarlos, que experimentamos que somos iguales. **"De esta manera le enseñas también a tu mente que no eres un ego."** (L.196.3.1) Si no eres un ego, tampoco eres un cuerpo, y no eres ese terrible yo pecador que crees que eres. Ya no estás dispuesto a escuchar las distorsiones del ego, ni a dejarte engañar por sus mentiras. Jesús dice: **"Se te pide que vivas de tal forma que demuestre que no eres un ego, y yo no me equivoco al elegir los canales de Dios."** (T.4.VI.6.3) (ACIM OE T.4.VII.89)

El ego sigue diciéndonos que merecemos ser crucificados y morir. Presta atención a cómo te crucificas a ti mismo y podrás ver que estas palabras son ciertas. La resurrección consiste en despertar del sueño de la muerte, pero primero debemos ver que es un sueño. Empezamos por ver que nosotros somos los responsables de nuestra condición y no nuestros padres, ni el sistema educativo, ni nuestro jefe, ni nadie más a quien queramos culpar. Cuando culpamos a los demás de nuestra condición, se desplaza la responsabilidad de nosotros mismos a los demás. Incluso si nos culpamos a nosotros mismos, hay alguien a quien vemos como responsable de cómo somos. O culpamos al cuerpo por habernos defraudado y también lo vemos como algo ajeno a nosotros y responsable de nuestra condición. La curación consiste siempre en volver a la mente donde está el problema.

Lo que el ego realmente quiere es nuestra muerte. Planea castigarnos hasta que finalmente nos mata. Nos engaña para que atacemos a los demás diciéndonos que así es como podemos ganar en el mundo. **"El pensamiento desesperante y deprimente de que puedes atacar a otros sin que ello te afecte te ha clavado a la cruz."** (W.196.5.1) Mientras mantenemos los ataques, sentimos más y más culpa, y con la culpa viene la creencia de que merecemos ser castigados y, en última instancia, morir. Aunque la culpa invita al castigo, el ego mantiene esto fuera de nuestra conciencia convenciéndonos de que el ataque nos trae beneficios. El ego necesita que sigamos invirtiendo en su programa para mantenerse en marcha porque sabe que sus días están contados ya que podemos elegir en su contra en cualquier momento que decidamos retirar nuestra lealtad.

¿Qué tan dispuesto estás a renunciar al ataque? Elegir la gracia de Dios es optar por renunciar al ataque y acudir al Espíritu Santo para que interprete cualquier situación difícil. Podemos ser un aprendiz feliz cuando vemos en cada ataque aparente una oportunidad para el perdón y la sanación. Al renunciar a nuestra necesidad de tener la razón en la forma en que vemos a un hermano, en su lugar nos dirigimos al Espíritu Santo para que nos dé Su interpretación. Él nos recuerda constantemente la inocencia de nuestro hermano y la nuestra.

Sólo se requiere un instante para deshacer mil años. **"Pues lo que parece requerir cientos de años puede lograrse fácilmente -por la gracia de Dios- en un solo instante."** (L.196.4.5) Con la práctica, **"La idea de hoy es un paso que nos conduce desde el cautiverio al estado de perfecta libertad."** (L.196.4.1) Cuando experimentamos una transición en nuestro camino mediante la aplicación de estas Lecciones, sentimos que la carga de

la culpa desaparece de nuestras vidas. Esta Lección es un paso significativo en la dirección de la curación, al igual que la Lección que sigue. Primero, vemos que **“No puede ser sino a mí mismo a quien crucifico”** (L.196) y en la Lección de mañana, **“No puede ser sino mi propia gratitud la que me gana”**. (L.197) En otras palabras, es por nuestra felicidad que hacemos el trabajo. Con cada paso, nuestra motivación aumenta, a medida que la luz alborea en nuestras mentes cada vez más. Nuestro miedo es tal que necesitamos dar estos pasos aparentemente pequeños para deshacer el sistema de pensamiento del ego. Tenemos que ser gentiles y pacientes con nosotros mismos. La gracia de Dios siempre está ahí, pero tenemos que estar dispuestos a elegirla.

Como no ha pasado nada realmente por nuestros ataques, no hay necesidad de tener miedo. **“Si es únicamente a ti mismo a quien crucificas, no le has hecho nada al mundo y no tienes que temer su venganza ni su persecución. Tampoco es necesario que te escondas lleno de terror del miedo mortal a Dios que la proyección oculta tras de sí. Lo que más pavor te da es la salvación.”** (L.196.9.2-3) El Dios terrible que vemos que nos persigue es nuestra falsa creencia que abrigamos en la mente de que merecemos ser castigados. Detrás de todo esto está nuestro miedo a la liberación. En realidad, tememos nuestra salvación y Su Amor. Tememos nuestra fortaleza y nuestra libertad. Así, nos mantenemos atados a este ciclo del ego de pecado, culpa y castigo y nos mantenemos pequeños y temerosos haciendo a otros responsables de nuestra miseria, pensando que así escaparemos del castigo de Dios. “¿Quién soy yo para protestar? ¿Este yo débil e incapaz? ¿Cómo es posible que yo haya hecho todo esto? Soy una víctima inocente. Son mis hermanos los que me han hecho ser como soy. No puedo evitarlo. No soy responsable de todo esto” Así que al final es nuestra grandeza lo que tememos. ¿Por qué? Tememos nuestra grandeza porque entonces debemos asumir la responsabilidad de nuestras vidas y aceptar que nadie nos ha hecho nada. Todo lo que parece ocurrir es por nuestra propia elección. Lo que más nos asusta es nuestra liberación. Es nuestro miedo al amor.

Cuando aprendemos a reconocer que sólo nuestros *proprios* pensamientos pueden hacernos daño, retiramos cada vez más nuestras proyecciones del mundo y vemos que el problema está en nuestra propia mente. El problema ya no está fuera, en el mundo. Nos damos cuenta de que el problema no está en esta relación. No se trata de mi cuerpo. No se trata del dinero o del jefe. No está en esta persona que parece herirme. Se trata sólo de mis propios pensamientos y de la interpretación que he dado a estos acontecimientos.

El problema es que no confiamos. No amamos. Nos sentimos solos, y nos sentimos continuamente bajo la amenaza de las cosas del mundo. Nos aferramos a cualquier especialismo que podamos, creyendo que, si podemos evitar que los demás se metan con nuestras cosas, nuestra paz y nuestros objetivos, entonces podremos tener alguna apariencia de paz. Responsabilizamos de nuestra felicidad y de nuestra paz a acontecimientos, situaciones y circunstancias ajenas a nuestra mente, asumiendo así el papel de víctimas del mundo que vemos. Es la fuente de todos nuestros resentimientos cuando pensamos que, si esto fuera diferente, yo sería feliz. Esto conlleva la inevitabilidad de un ciclo de ataque y defensa del que la única salida es asumir la responsabilidad de todo ello. Si seguimos manteniendo la creencia de que todo el mundo intenta quitarnos algo, entonces parece que las defensas y los ataques a los demás están justificados.

Todo esto suena bastante oscuro, ¿verdad? Pues bien, esta Lección nos asegura que, si empezamos a cuestionar lo que hemos llegado a aceptar como cierto acerca de estar a merced del mundo, y si volvemos a responsabilizarnos de lo que vemos "ahí fuera", es un paso inicial para romper este ciclo de pecado, culpa y miedo. Es un paso hacia la libertad y una forma de salir de este doloroso camino. Nuestra única salida de todo esto es estar atentos a nuestros pensamientos y aceptarlos

sin defensa de ningún tipo. Con la ayuda del Espíritu Santo, podemos llevar nuestras mentes a su estado natural de Unicidad abstracta. Todo es cuestión de voluntad para dar los pasos necesarios y comenzar el proceso de dar la bienvenida a Dios de nuevo, viendo que no es Dios quien nos ha desterrado, sino que nosotros Lo hemos desterrado al verlo como el enemigo. El ego nos convenció de que sólo podemos ser libres por nuestra cuenta y que debemos seguir escapando de la tiranía de Dios. Nos hemos equivocado en todo, y cuando lo aceptamos, damos los pasos que se nos dan para nuestra liberación.

Cuando el ego queda al descubierto y vemos lo que es, no tiene sentido seguir haciéndonos daño. Cuando el plan que el ego ha puesto en marcha se expone y se libera, ya no estamos atados a él. Sólo puede operar cuando no está en nuestra conciencia. Hicimos una alianza con el ego, pero a medida que vemos cada vez más cómo causa dolor, elegimos retirarnos de su aparente control. El único poder que tiene es el que le damos. Cuando vemos lo que ocurre, podemos hacer algo al respecto. Hasta entonces, reaccionamos sin pensar según los dictados del ego, que es nuestro programa por defecto. ¡Hay otra opción! Estemos decididos hoy a dar este paso para abrazar nuestra libertad de la esclavitud del ego.

Tenemos la ayuda del Espíritu Santo cuando lo invocamos. Nos dirigimos a Él para que nos interprete y nos guíe sobre lo que debemos hacer. Perdemos el interés en la voz obsesiva del ego, que nos dice que debemos atacar y defendernos. Vemos que nuestra felicidad, satisfacción y paz no provienen de nada en el mundo. No se trata de que ninguna relación cambie ni de que ninguna situación sea diferente de lo que es. Nunca ha habido nadie que pueda hacernos felices o infelices, excepto nosotros mismos.

¿Tomará mucho tiempo la curación? Es sólo un instante. Sólo tenemos que estar dispuestos a retirar nuestras proyecciones a medida que vayan surgiendo. **“No necesitamos tiempo para esto, sino únicamente estar dispuestos.”** (L.196.4.3-4) Cuando estamos dispuestos a estar atentos para observar nuestros pensamientos y reconocer su falsedad, les retiramos el poder. Con el deseo, la voluntad y nuestra intención sincera de seguir perdonando al mundo por lo que no nos ha hecho, sanamos nuestras percepciones erróneas. Se trata de reconocer la naturaleza ilusoria de este mundo saliendo del sueño del ego y viendo que todo es una imagen externa de nuestra condición interna. **“¡Cuán benévola y misericordiosa es la idea que hoy practicamos! Acógela gustosamente, como debieras, pues es tu liberación. Es a ti a quien tu mente trata de crucificar. Mas tu redención también procederá de ti.”** (L.196.12.3-6)

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