

## ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



### LECCIÓN 216 ~ Sexto Repaso [196] No puede ser sino a mí mismo a quien crucifico.

#### Comentario de Sarah:

No es difícil entender que cuando atacamos, sufrimos, pero es mucho más difícil vivirlo cada día, especialmente cuando experimentamos cualquier tipo de ataque percibido y nos sentimos justificados para tomar represalias. Fíjate en lo fácil que es ver defectos y lo que parecen ser idiosincrasias e incoherencias en los demás y utilizarlos para juzgar y criticar. Sin embargo, es precisamente lo que no nos gusta en nosotros mismos lo que condenamos en los demás. La solución es, por supuesto, **“Si ataco, sufro. Mas si perdono, se me dará la salvación.”** (L.216.3-4) El perdón en el Curso consiste siempre en recordar que la lección es siempre nuestra. Todo proviene de nuestra mente. Somos los soñadores de nuestro sueño. Juzgamos algo en un hermano que no hemos perdonado en nosotros mismos. Nuestro hermano es un espejo perfecto para nuestra mente cuando estamos dispuestos a responsabilizarnos de lo que vemos en él como una proyección de nuestras propias deficiencias y autoagresiones percibidas.

Ahora bien, si observas detenidamente la redacción de esta Lección, verás que habla totalmente de lo que nos hacemos a nosotros mismos. Cuando me enfado con alguien, me resulta útil ver que no hay "otro". Lo que percibo en cualquier persona está enteramente en mi propia mente. Sólo me pueden afectar los comportamientos de los demás si les doy el poder de hacerme daño. Vernos a nosotros mismos como víctimas de los demás es la forma en que el ego lo preparó todo para que pudiéramos justificar nuestros ataques y considerarnos víctimas inocentes. Cuando perdonamos, al ver que somos responsables de nuestro propio dolor, vemos que en realidad nadie nos ha hecho nada. Sí, en el sueño, parece que ha ocurrido algo, pero la causa de todos nuestros disgustos está en la mente.

Los demás interpretan el guión que hemos escrito para ellos. Es como si leyeran sus líneas de un teleprompter, y estas líneas han sido determinadas por nosotros. Esto probablemente parezca una exageración, pero es muy útil para recordar que su respuesta, que puede parecer un ataque, está orquestada por nuestra mente para nuestro despertar. No somos víctimas del mundo que vemos.

Jesús nos pide que desconfiemos de la idea de que podemos ser tratados injustamente. **“La injusticia y el ataque son el mismo error, y están tan estrechamente vinculados que donde uno se percibe el otro se ve también. Tú no puedes ser tratado injustamente. La creencia de que puedes serlo es sólo otra forma de la idea de que es otro, y no tú, quien te está privando de algo.”** (T.26. X.3.1-3) (ACIM OE T.26.XI.87) Nuestros hermanos simplemente han revelado el dolor y los aspectos no sanados de nuestras mentes. Este dolor debe ser visto para ser sanado. Como han revelado dónde se necesita la curación en nosotros, son

nuestros salvadores. Cuando perdonamos, se nos da la salvación, y qué es la salvación sino conocer nuestra propia inocencia, dicha y grandeza. No podemos conocer esto cuando atacamos.

"Lo que damos, lo recibimos" es una ley que funciona el cien por cien de las veces. No hay excepciones. Puedo pensar que te estoy haciendo daño y mantener mi inocencia, pero esta es la mentira del ego, que nos dice que podemos deshacernos de la culpa en la mente proyectándola en los demás. Cada vez que hacemos daño a alguien o intentamos ganar a costa de nuestro hermano, sufrimos. No podemos escapar de la realidad de que lo que hacemos a los demás nos lo estamos haciendo a nosotros mismos. La creencia egoica es que cuando proyectamos la culpa, nos liberamos de ella. Lo que nos oculta, es que es precisamente, así como la mantenemos.

La regla de oro dice: "Haz a los demás lo que quieras que te hagan a ti". En otras palabras, lo que das, lo recibes. Parece que podemos elegir qué dar. La elección es ofrecer amor a nuestros hermanos, o negárselo. Sin embargo, no hay margen de maniobra con esta ley. Lo que doy, lo recibo. Es una ley inmutable. Cuando causo dolor, siento dolor a cambio. La forma en que se manifiesta es que cuando ataco, experimento culpa y creo que merezco castigo, y así lo atraigo a mi vida. Los acontecimientos difíciles de nuestra vida se basan en la creencia de que los merecemos a causa de nuestros ataques.

Todo ataque tiene la intención de herir. Podemos decir que no era nuestra intención, pero nos mentimos a nosotros mismos. Atacamos porque queremos hacerlo. Por eso, observar la mente requiere disciplina, vigilancia y el valor de ser muy honestos con nosotros mismos. Requiere que miremos abiertamente nuestras intenciones y ver dónde tratamos de obtener de los demás, utilizándolos para nuestro beneficio personal. Lo que hacemos en estas situaciones es siempre perjudicarnos a nosotros mismos mientras servimos a nuestro especialismo. No puedo pensar en nada que deshaga el ego más fácilmente que tomar esta ley muy en serio y aprovechar cada oportunidad para mirar nuestras defensas y asumir la responsabilidad de nuestras proyecciones. Cuando no estamos siendo amables, hay que perdonar/sanar. Perdonamos tan pronto como nos damos cuenta de que hemos intentado ganar a costa de nuestro hermano.

Cualquier pensamiento negativo que tengamos sobre cualquier persona puede disiparse inmediatamente aplicando sinceramente la Lección. La aplicación de la Lección debe convertirse en un hábito que aprendamos bien, ya que generalmente no es nuestra reacción inmediata ante una situación difícil. **"El ego siempre habla primero"** (T.5.VI.3.5) (ACIM OE T.5.VIII.73) significa que el ego será el primero en darnos su interpretación de cualquier situación. Así, nuestra respuesta hoy es: **"No quiero este pensamiento. El que quiero es \_\_\_\_\_"**, (L.RVI.IN.6.2-3) **"Si perdono, se me dará la salvación."** (L.216.1.4) O: **"No quiero este pensamiento. El que quiero es \_\_\_\_\_"**, (L.RVI.IN.6.2-3) **"No puede ser sino a mí mismo a quien crucifico."** (L.216.1.1) O utiliza una versión que te sirva para que tenga sentido para ti. No se trata de repetir de memoria estas palabras. Las palabras son poderosas, pero sólo cuando conectamos con ellas profundamente y con sinceridad y convicción.

Si lo que hago me produce sufrimiento, puedo reconocer que no es necesario porque la paz está siempre disponible para mí ¿No estarías muy motivado para cambiar tus pensamientos y comportamientos si realmente creyeras en esta ley? Querrías hacerlo por tu propio interés. Si yo tuviera el pensamiento de disparar una flecha que cayera en mi propio corazón, estaría altamente motivado para no realizar esa acción. Por lo tanto, la Lección afirma que esto es exactamente lo que sucede, excepto que el ataque puede volver en otra forma.

Por ejemplo, si te culpo, puede que se me estropee el coche como forma de autocastigo, o que pierda mi trabajo, o que me ponga enfermo. Atraemos todas estas experiencias hacia nosotros con

un propósito. Todas ellas están ahí para recordarnos que, a medida que perdonamos, el mundo nos parece cada vez más benigno, independientemente de los problemas que parezcan existir. Entonces somos capaces de ver más allá de los acontecimientos y aceptarlos como parte de nuestra aula de aprendizaje, en lugar de resistirnos y verlos como algo que nos trae castigo y más sufrimiento.

Hay muchas maneras de atacar a nuestros hermanos. Incluso podemos encontrarnos utilizando la metafísica del Curso para hacer que alguien se equivoque. Podemos intentar corregirlos, juzgarlos o criticarlos creyendo que estamos siendo útiles. Sin embargo, cuando nos hacemos a un lado y ponemos al Espíritu Santo a cargo, sólo entonces es posible la paz. Hemos creído durante mucho tiempo que la causa de nuestra angustia está fuera de nuestra mente. Cambiar de mentalidad sobre esta creencia requiere mucha vigilancia y disciplina. Jesús nos ayuda a darnos cuenta de que todo proviene de nuestra mente y no de elementos hostiles del mundo o como resultado de la condición del cuerpo. Todo esto forma parte de la estrategia del ego para mantenernos sin mente.

Cuando descubrimos que el asesino está dentro, puede inducirnos mucha culpa; y cuando nos sentimos culpables, encontramos formas de castigarnos. **“Pues el ego quiere destruirte, y si te identificas con él no podrás sino creer que su objetivo es también el tuyo.”** (T.13.II.5.6) (ACIM OE T.12.II.5) En la Lección 196, **“No puede ser sino a mí mismo a quien crucifico”**, Jesús dice que nuestros ataques a los demás en nombre de la autodefensa conducen al miedo a la crucifixión a manos de Dios y del mundo. Como nos recuerda la Lección 198, **“Sólo mi propia condenación me hace daño. Sólo mi propio perdón me puede liberar.”** (L.198.9.3-4)

Es útil recordar a este respecto: **“Todo el mundo inventa un ego o un yo para sí mismo, el cual está sujeto a enormes variaciones debido a su inestabilidad. También inventa un ego para cada persona a la que percibe, el cual es igualmente variable. Su interacción es un proceso que los altera a ambos porque no fueron creados por el Inalterable [Dios] o mediante Él. Es importante darse cuenta de que esta alteración ocurre con igual facilidad tanto si la interacción tiene lugar en la mente como si entraña proximidad física. Pensar acerca de otro ego es tan eficaz en el proceso de cambiar la percepción relativa como lo es la interacción física. No puede haber mejor ejemplo que éste de que el ego es solamente una idea y no un hecho.”** (T.4.II.2.1-6) (ACIM OE T.4.III.25)

¿Qué relación tiene esto con la lección de hoy? Bueno, todos jugamos al juego de la separación y al juego del daño. Hemos llamado a nuestra experiencia a todos los personajes que aparecen en nuestra película, entre los que se encuentran los que desempeñan el papel de nuestros amigos y enemigos. Somos como niños jugando a un juego, habiendo olvidado que es un juego y en cambio nos lo tomamos todo en serio. Sin embargo, podemos hacernos a un lado y sonreír suavemente ante todo ello. Nuestros pensamientos nos hacen daño cuando los tomamos en serio. Podemos invitar al Espíritu Santo para que nos dé una interpretación diferente a la que nosotros percibimos de la situación. Podemos hacerlo renunciando a nuestro deseo de crucificar a nuestros hermanos, o de intentar conseguir para nosotros mismos a costa de ellos. Cuando perdonamos, vemos que todos somos iguales. Compartimos el mismo ego, aunque con diferentes circunstancias de vida, y compartimos Un sólo Ser.

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

