

## ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



### LECCIÓN 225 Dios es mi Padre, y Su Hijo lo ama.

#### Comentario de Sarah:

¿Cómo demostramos nuestro amor a nuestro Padre? ¿Cómo Le devolvemos nuestro amor? Esta Lección dice: **“Tengo que corresponder a él, pues quiero tener plena conciencia de que es mío...”** (L.225.1.2) En otras palabras, si quiero experimentar el amor que soy, y si quiero que sea en plena conciencia, debo extender el amor a mi hermano; porque dar y recibir son en verdad lo mismo. En el fondo, nos estamos dando a nosotros mismos. **“Padre, no puedo sino corresponder a Tu Amor, pues dar es lo mismo que recibir y Tú me has dado todo Tu Amor.”** (L.225.1.1) El amor que mi Padre me ha dado debe extenderse ahora para que pueda saber que está en mí para dar.

Si quiero conocer mi Ser, debo responsabilizarme de las creencias que me atacan a mí mismo y traerlas a la conciencia. Cuando juzgo y abrigo resentimientos y me escondo detrás de mis defensas, no puedo ser consciente de mi verdadera identidad como amor. Nuestra naturaleza es el amor, tal y como nos lo ha dado Dios, pero no podemos conocerlo cuando damos más valor a las cosas que hemos sustituido por el amor. En otras palabras, las cosas de este mundo que valoramos más, como nuestros resentimientos, las opiniones y los juicios que albergamos y la necesidad de tener razón, nos alejan de la conciencia de lo que somos. Cuando entregamos los obstáculos al amor que mantenemos en la mente, al Espíritu Santo, liberamos lo que se interpone en el camino del amor, y así experimentamos el cambio en la mente que es el milagro. Es un cambio de los pensamientos de ataque al pensamiento de amor.

Mira de nuevo la discusión sobre **“¿Qué es el perdón?”** (L.PII.Q1) Aquí, Jesús habla de nuestras proyecciones. **“Dicho pensamiento [que no perdona] protege la proyección, apretando aún más sus cadenas de manera que las distorsiones resulten más sutiles y turbias, menos susceptibles de ser puestas en duda y más alejadas de la razón. ¿Qué puede interponerse entre una proyección fija y el objetivo que ésta ha elegido como su deseada meta?”** (L.PII.Q1.2.3-4) Lo que proyectamos en los demás nos impide ser conscientes de los aspectos no sanados de nuestra propia mente. Al culpar y juzgar a los demás, me protejo de reconocer la culpa en mi mente. En cambio, la veo en ti. Ahora mi mente está aprisionada por cadenas de pensamientos que no perdonan. Si mi objetivo es verte como culpable y ver mi pecado en ti, mi posición fija no cambiará. Cuando justifico mi ira y me quedo con mi historia sobre ti, hago mi caso de por qué la culpa te pertenece. Ahora, no es posible la sanación. La mente del ego, que es la mente errada, mantiene todos estos pensamientos que no perdonan que bloquean el amor. Mientras nos neguemos a liberar estos pensamientos al Espíritu Santo para su sanación, no conoceremos los regalos que ofrece el perdón.

El propósito de aferrarse a los pensamientos que no perdonan es mantener la separación y nuestra inversión en el yo separado y el mundo. **“Se dedica con furia a arrasar la realidad, sin ningún miramiento por nada que parezca contradecir su punto de vista.”** (L.PII.Q1.3.4) Cuando estamos dispuestos a liberar nuestros juicios asumiendo la responsabilidad de nuestras proyecciones y simplemente mirándolas con la luz de la verdad, se hace espacio en la mente para que el amor entre a raudales. Nuestra creencia en el pecado y la culpa es lo que mantiene la aparente realidad del cuerpo y del mundo. Con ella viene una inversión en el pasado y el futuro y las expectativas de cómo deberían ser las cosas en el mundo para hacernos felices. Cuando elegimos liberar nuestros pensamientos implacables al Espíritu Santo, podemos encontrar el centro tranquilo en nosotros y **“aprender a darle la bienvenida a la verdad exactamente como ésta es.”** (L.PII.Q1.4.5)

Jesús dice que no sabemos perdonar y que hay que enseñarnos. **“No hagas nada, pues, y deja que el perdón te muestre lo que debes hacer a través de Aquel que es tu Guía, tu Salvador y Protector, Quien, lleno de esperanza, está seguro de que finalmente triunfarás.”** (W.PII.Q1.5.1) Por nuestra cuenta, no tenemos poder para hacer nada. Por mucho que nos esforcemos y tratemos de mejorar y ser mejores personas, el ego nunca se deshará a sí mismo. Acoge con beneplácito nuestros empeños y nuestros esfuerzos por mejorarnos a nosotros mismos, incluido nuestro viaje espiritual, siempre y cuando pueda acompañarnos y su "vida" no se vea amenazada y se mantenga la creencia en la separación.

El Espíritu Santo es la luz en nosotros, como símbolo del amor que somos. Su luz desvanece todo lo que es traído a Él en el sincero deseo de sanación. Al dejar que Su luz nos guíe en las ajetreadas ocupaciones donde quiera que seamos enviados, el contenido del amor se expresa a través de nosotros. La purificación es siempre necesaria en primer lugar. Esto no tiene nada que ver con el cuerpo. No purificamos un cuerpo ni lo privamos porque el cuerpo no es impuro. Ken Wapnick escribe que lo que hace que el cuerpo sea pecaminoso, impuro o profano son los pensamientos, lo que significa que son nuestros pensamientos los que tienen que ser purificados, no el cuerpo. **“Todo el mundo tiene derecho a los milagros, pero antes es necesario una purificación”.** (T.1.I.7) Es la mente la que debe ser purificada. El único pensamiento que debe ser sanado es el pensamiento de culpa, que es un impedimento para el milagro. Si el amor está en nuestros corazones y nuestras mentes, entonces todo lo que hacemos se convierte en una extensión de ese amor. La purificación sólo puede venir pidiendo ayuda al Espíritu Santo para liberar nuestra creencia en la separación.

¿Qué sabemos de la paz? Intentamos encontrarla a nuestra manera. Intentamos averiguar cómo ser pacíficos. Pensamos que la paz viene de las cosas que van bien en el mundo. Pensamos que, si se satisfacen nuestras necesidades, por fin conoceremos la paz; sin embargo, lo que hacemos es buscar la paz en la forma. Esperamos que lleguen las vacaciones de verano, en las que creemos que encontraremos la paz que se nos escapa en nuestra vida cotidiana. Estamos deseando relajarnos y tomarnos un tiempo del ajetreo diario. Pensamos que estaremos en paz si abordamos con éxito las cosas del mundo que creemos que son importantes de realizar. Pero la paz que buscamos ya está en nosotros. No hay nada que buscar porque ya la tenemos. Lo único que se nos pide es que estemos quietos, que vengamos en silencio, que escuchemos, que vayamos a nuestro interior y que nos abramos a escuchar Su Voz. Hoy venimos con certeza, **“libre de miedo y con un porvenir en el que sólo se puede perfilar paz.”** (L.225.1.2)

Sólo a través del perdón podemos experimentar un profundo descanso y relajación. El juicio es lo que nos cansa, según Jesús. Nuestro descanso viene al dejar de juzgar. Por eso, la mejor manera de emplear nuestro tiempo, si realmente queremos la paz y la felicidad, es vigilar la mente en busca de pensamientos que interfieran. Ninguna búsqueda mundana nos satisfará ni nos traerá

la alegría y la paz que ofrece el perdón. Se trata de liberar nuestra creencia en la culpa. Nuestra creencia en la culpa, nuestro sentimiento de "soy malo", el sentirse indigno y la creencia en un estado de carencia son las únicas fuentes de sufrimiento. Se nos pide que contemplemos este pensamiento. Es una realización sorprendente cuando aprendemos que todo proviene de la mente, en lugar de los acontecimientos de nuestra vida. Pensamos que nuestro sufrimiento proviene de lo que alguien ha hecho o no ha hecho o de alguna circunstancia externa. Ciertamente, no pensamos que nuestra propia culpa, y todo el auto ataque que conlleva, es la fuente de todo el sufrimiento. La fuente de todo sufrimiento es interna. Proviene de las creencias sobre nosotros mismos y de los autoconceptos que abrigamos, todo lo cual puede deshacerse mediante el perdón.

Sí, cometemos errores que necesitan corrección, pero con la culpa, creemos que merecemos castigo. El perdón nos ofrece la oportunidad de responsabilizarnos de nuestras percepciones erróneas y traerlas para Su Corrección. Es nuestra manera de salir de este ciclo de pecado, culpa y miedo. Cualquier juicio que no pongamos en duda protege lo que proyectamos en los demás. **"La mente se ha cerrado y no puede liberarse."** (L.PII.Q1.2.2) Preferimos ver nuestra culpa en los demás y queremos que se castigue en ellos. Esperamos que Dios esté observando para que sepa cuánto nos han maltratado los demás y, por lo tanto, cuánto merecen el castigo que secretamente creemos merecer. Sin embargo, cuando culpamos a otros, la creencia en el pecado se refuerza en nuestras propias mentes, en lugar de corregirse, lo que trae más culpa y más necesidad de culpar, encontrar faltas y juzgar. Ya sea que culpemos a otros o a nosotros mismos, es lo mismo. La culpa nos mantiene en el ciclo de pecado, culpa y miedo.

Hoy se nos invita a buscar la mano de Jesús, y cuando lo hagamos, él nos promete que nunca nos dejará porque somos uno con él. Confiemos hoy en su apoyo, mientras liberamos nuestros pensamientos de conflicto que se arremolinan en la mente y nos impiden conocer nuestro verdadero Ser como el amor y la paz que somos. El modo en que demostramos nuestro amor a Dios es llegando a conocer nuestro Ser como el Hijo que le ama. En otras palabras, llegamos al reconocimiento de la verdad de lo que somos a través del perdón. Sólo podemos hacerlo cuando asumimos voluntaria y sinceramente la responsabilidad total de todos nuestros pensamientos. Vigilamos nuestra mente, y liberamos la auto condena y los conceptos que abrigamos sobre nosotros mismos. Cuando ya no mantenemos la culpa en la mente, aceptamos nuestra inocencia y la vemos en todos.

**"No sé lo que soy, por lo tanto, no sé lo que estoy haciendo, dónde me encuentro, ni cómo considerar al mundo o a mí mismo."** (T.31.V.17.7) (ACIM OE T.31.V.60) Deja ir la mente "yo sé". No conocemos nuestro Ser porque nos hemos perdido en el sueño.

Ahora se nos dan oraciones que nos invitan a entrar en el silencio y la quietud en los que se puede conocer la verdad. Jesús entra en esa quietud con nosotros. Él es la puerta que mantiene abierta para nosotros y nos da la bienvenida para que la atravesemos y nos unamos a él donde está. **"Ahora lo recorreremos juntos y en paz."** (L.225.2.3) Nos asegura que nunca nos dejará. No puede hacerlo porque es uno con nosotros. Él es el símbolo de la verdad en nuestras mentes rectas. Somos nosotros los que hemos cerrado la puerta a la conciencia de su presencia constante, y somos nosotros los que ahora podemos hacer otra elección. Él espera nuestra decisión. Nuestra felicidad depende de ella.

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