

## ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



### LECCIÓN 257

#### Que no me olvide de mi propósito.

##### Comentario de Sarah:

¿Cuál es mi propósito? ¿Por qué estoy aquí? ¿A qué dedico mi atención? ¿Se trata de conseguir lo que queremos en el mundo? ¿Se trata de luchar por las cosas materiales, el reconocimiento, las relaciones, el especialismo y el poder, o es para sanar nuestras mentes a través del perdón? El Curso enseña una y otra vez que el propósito de nuestro tiempo aquí, si se va a utilizar bien, es sólo para el perdón. Es nuestra función, nuestro propósito y nuestra razón de estar aquí. El único propósito es despertar de este sueño, recordar quiénes somos realmente, y conocer la paz y la alegría que es nuestra herencia natural.

Nuestro verdadero propósito ya está en la mente. Es lo que somos pero hemos elegido olvidar. La verdad está plenamente presente todo el tiempo, pero mientras estemos invertidos en centrarnos en satisfacer nuestras necesidades percibidas, estaremos en conflicto. Una parte de nosotros quiere conocer la verdad, y otra parte quiere seguir invirtiendo en el mundo material. Cuando nuestro enfoque está enteramente en nuestra existencia mundana, experimentamos depresión, ansiedad, profunda angustia, desesperación y sufrimiento. Aunque intentamos hacer todo lo posible para evitar el sufrimiento y buscamos formas de mitigarlo, lo único que conseguimos es distraernos de nuestros sentimientos. Ninguna de nuestras estrategias para encontrar la felicidad en el mundo funcionará porque el problema no está en el mundo, ni tampoco la solución. Lo que produce angustia es la identificación con el ego, y la respuesta está en recordar quiénes somos. Cuando abrigamos resentimientos, sufrimos. Cuando utilizamos el mundo como aula para aprender a perdonar, lo estamos utilizando con el propósito de recordar la verdad.

Nuestro enfoque ahora está en los ídolos (falsos dioses) con los que hemos sustituido nuestra realidad. Jesús describe los ídolos como: **“trátese de un cuerpo o de una cosa; de un lugar o de una situación; de una circunstancia o de un objeto que se posea o se desee; de un derecho que se exija o de uno que ya se tenga.”** (T.29.VIII.1.9) (ACIM OE T.29.IX.52) En otras palabras, un ídolo es *cualquier cosa* fuera de nosotros que perseguimos y que esperamos que nos haga completos. Es obvio, entonces, que casi todo lo que valoramos constituye un ídolo. Además, dice: **“Pues los ídolos no se reconocen como tales y nunca se ven como realmente son.”** (T.29.VIII.1.3) (ACIM OE T.29.IX.52) Este es el único poder que tienen. Si viéramos que los ídolos que perseguimos nunca proporcionan la felicidad que buscamos a través de ellos, ciertamente no los perseguiríamos. Perseguiríamos la felicidad donde realmente se encuentra, que es en la liberación de este sueño. Los ídolos afirman nuestra falsa identidad. Apuntalan lo que creemos que somos, y **“De alguna manera crees que completan tu pequeño yo, ofreciéndote así seguridad en un mundo que percibes como peligroso, y en el que hay fuerzas que se han aglutinado a fin de quebrantar tu confianza y destruir tu paz.”** (T.29.VIII.2.3) (ACIM OE T.29.IX.53)

Nuestro objetivo está mezclado entre querer perseguir la verdad por un lado y querer perseguir los ídolos por otro. Esto crea un conflicto en nuestra mente, ya que intentamos recorrer tanto el camino del ego (nuestros intereses separados) como el camino del Espíritu Santo. Otra forma de ver este conflicto es que queremos aferrarnos a un resentimiento contra alguien y justificar nuestros disgustos, pero seguimos queriendo conocer a Dios y estar en paz. Esto refleja la mente dividida. Hasta que no entremos de lleno en nuestro propósito, experimentaremos conflictos. Un ejemplo en mi vida fue cuando cuidaba a mi madre, que a sus 102 años tenía muchas necesidades que ocupaban buena parte de mi tiempo. Aunque lo vi como una oportunidad para sanar y perdonar a mi madre, hubo momentos en los que me sentí resentida por mis responsabilidades. Mi hermana vivía a cierta distancia y no podía visitarla a menudo. Sin embargo, un día que vino de visita, cuestionó algunas de mis decisiones. Me sentí juzgada por ella y percibí que pensaba que no hacía lo suficiente y que no hacía las cosas bien. Lo que hizo fue desencadenar la ira y el resentimiento en mí y un sentimiento de ser tratada injustamente, lo que llevó a un conflicto entre nosotras.

Al reflexionar, me di cuenta de que había preparado todo esto al no escuchar la profunda preocupación de mi hermana por el cuidado de mi madre y quizás su propia culpa por no estar más disponible. En lugar de escuchar su petición de amor, elegí sólo escuchar la crítica y reaccioné basándome en mi propio auto-ataque de que no estaba haciendo lo suficiente por mi madre. Jesús dice: **“Si no te habla de Cristo, es que tú no le hablaste de Cristo a él.”** (T.11.V.18.9) (ACIM OE T.10.VI.58) En lugar de escuchar su petición de amor y ver que **“lo que pensaste que tu hermano te había hecho en realidad nunca ocurrió”**, (L.PII.Q1.1.1) hice realidad el error. Me tomé sus comentarios como algo personal. La crítica no habría encontrado un lugar para aterrizar si no me estuviera juzgando a mí misma por no estar suficientemente disponible para mi madre.

Jesús nos recuerda que perdonar algo que hemos hecho real se llama "Perdón para destruir". El perdón real nos muestra que no ha pasado nada real. Si veo lo que hizo como real y verdadero, no puedo perdonarlo. Ahora necesito traer mis ilusiones a la verdad y dejar que el Espíritu Santo me dé Su interpretación de la situación. Esto significa que debo admitir que me equivoqué en la forma en que interpreté su comportamiento. Cuando recuerdo que mi mente es la causa de todo, puedo cambiar mi forma de ver cada situación. Todo es una proyección de mis propias creencias de auto-ataque. Por supuesto, el ego justifica nuestras acciones. Insiste en que lo que vemos es un hecho y no una interpretación. Si escuchamos al ego, nos quedamos en el infierno. Por eso nuestro enfoque de hoy es: **“Que no me olvide de mi propósito.”** (L.257)

Jesús dice que sólo el perdón puede traernos la felicidad. Este es nuestro único propósito. Si hoy estoy experimentando infelicidad, es porque me he puesto del lado del ego. Sólo yo puedo hacerme infeliz. Si hoy sufrimos o somos infelices de alguna manera, Jesús nos recuerda que el sufrimiento está ocultando un pensamiento que no perdona. (L.98) No hay forma de dolor que el perdón no pueda curar. Tenemos que reconocer que cualquier infelicidad que experimentemos hoy puede ser sanada a través del perdón. Es la única manera de reclamar lo que realmente somos. Tratar de ser amorosos oscurece esta función. No podemos superponer el amor a los pensamientos de preocupación, ansiedad, angustia, "malestar", ira y frustración. Tratar de ser positivos frente a este tipo de sentimientos simplemente cubre el problema con un barniz espiritual. Por el contrario, tenemos que mirar con honestidad y valentía nuestros pensamientos que no perdonan, aceptar la responsabilidad por ellos y estar dispuestos a entregarlos al Espíritu Santo.

Hoy nos proponemos recordar nuestro propósito a lo largo del día. Es aceptar la Expiación para nosotros mismos (el reconocimiento de nuestra falta de culpa), estando dispuestos a aceptar Su

Corrección para que los obstáculos que se interponen en el camino de la paz y la alegría puedan ser eliminados. Cuando nos olvidamos de nuestro objetivo, entramos en conflicto en nuestras acciones y empezamos a centrarnos en nuestras propias ideas de lo que creemos que nos hará felices, pero esto sólo puede dar lugar a más conflictos. (W.257.1.1) No podemos **“estar al servicio de objetivos contradictorios, y servirlos bien.”** (L.257.1.2) Cuando lo intentamos, sólo nos lleva a **“una profunda angustia y depresión.”** (L.257.1.3)

¿Cuán decidido estás a mantenerte en tu propósito y a recordar tu función hoy? En otras palabras, ¿qué motivación tienes para centrarte en tu objetivo espiritual? Me recuerdo a mí misma lo que realmente quiero y fijo mi intención en mi aspiración espiritual. ¿Qué quiere Dios que haga hoy? La lección de ayer fue un recordatorio de que la única manera de escuchar la guía es eliminando los obstáculos al amor. Cada uno de nosotros tiene un plan de estudios establecido por la mente en este mundo. Este es nuestro guión. Nos ofrece innumerables oportunidades para perdonar con los personajes que se nos han dado en nuestro guión. Sea lo que sea que se te presente hoy, hazte a un lado y míralo como una oportunidad para sanar la culpa en la mente. Si todo lo que sucede es sólo una proyección de la mente, la película de nuestras vidas es justo lo que necesitamos para ver nuestras proyecciones y reclamar nuestra inocencia.

Si no vivimos nuestra vida con un propósito, estaremos confundidos e inseguros de lo que somos. **“Si has de verte libre de conflictos, tienes que aprender únicamente del Espíritu Santo y enseñar únicamente con Él.”** (T.6.III.2.2) (ACIM OE T.6.IV.41) A medida que nos adentramos en este camino y dejamos entrar al Espíritu Santo, al principio habrá un aumento de los conflictos. **“Este paso tal vez parezca agudizar el conflicto en vez de resolverlo, ya que representa el paso inicial en el proceso de invertir tu percepción y de rectificarla totalmente.”** (T.6.V.A.6.4) (ACIM OE T.6.Va.69) La razón de esto es que ahora tenemos metas conflictivas y estamos tratando de caminar por dos caminos diferentes. Queremos lo que el ego nos ofrece -nuestra identidad separada y sus aparentes placeres- y a la vez despertar de este sueño. Esto puede ser muy doloroso. Cuando estamos divididos entre nuestro enfoque espiritual y los objetivos del ego, reina la confusión. No sólo eso, Jesús dice que experimentaremos **“una profunda angustia y depresión.”** (L.257.1.3)

Si en un minuto estamos en un estado de felicidad, paz y alegría espiritual y al minuto siguiente estamos chismorreando, enfadados o atacando, sufriremos una profunda angustia y una gran depresión. Este es un ejemplo de perseguir dos caminos. No es una experiencia feliz hasta que aprendemos a pisar un lado de forma más y más consistente. Es en este estado de conflicto, entre dos sistemas de pensamiento, en el que vivimos actualmente. La respuesta es vigilar nuestra mente constantemente y aplicar los medios elegidos por Dios para nuestra salvación. A medida que nuestra conciencia aumenta y podemos ver más claramente cómo nuestras mentes están divididas, seremos menos y menos tolerantes en seguir la religión del ego. Esto significa que seremos mucho más rápidos en pedir ayuda para liberar nuestros resentimientos y estaremos más dispuestos a alejarnos de nuestra inversión en nuestros pensamientos. La única salida es utilizar todo lo que surge en nuestro día para el perdón y la paz.

En el capítulo 30, en la sección llamada **“El único propósito”**, Jesús nos recuerda que el único propósito del mundo es el perdón. Ahora, **“El mundo se convierte en un lugar de esperanza porque su único propósito es ser un lugar donde la esperanza de ser feliz pueda ser colmada.”** (T.30.V.2.7) (ACIM OE T.30.VI.58) Cuando lo vemos así, nunca ocurre nada malo. Todo es para deshacer nuestras mentes condicionadas para que podamos despertar a lo que realmente somos. Todo está orquestado por la mente para nuestra curación. Todo es esperanzador porque, a

medida que nos desapegamos del drama, observamos nuestros pensamientos y nos reconocemos como los soñadores de este sueño, en lugar de las figuras del sueño, reconocemos nuestro poder para elegir la curación.

Estamos seguros de que superaremos nuestra función de perdón en este mundo y experimentaremos la felicidad perfecta. Este es el mundo real donde experimentamos el Cielo en la tierra. Seguiremos viendo los ídolos, pero no tendremos ningún interés en ellos y ya no los queremos. Puedes estar notando esto más y más en tu propia vida, donde las cosas que parecían tener mucho interés para ti en un tiempo ahora se están desvaneciendo. Ya no tengo el mismo tipo de apegos que tenía en el pasado. No es que haya renunciado a ellos, sino que simplemente se han desvanecido. Estas transiciones son en su mayoría suaves porque, en algún nivel de la mente, estamos preparados para ellas. Vamos a nuestro propio ritmo cuando estamos preparados para dar el siguiente paso sin miedo. Damos cada paso uniéndonos a los demás y liberando nuestros intereses separados.

**“Un viejo odio está desapareciendo del mundo. Y con él va desapareciendo también todo miedo y rencor. No vuelvas la vista atrás, pues lo que te espera más adelante es lo que siempre anhelaste en tu corazón. ¡Renuncia al mundo! Pero no con una actitud de sacrificio, pues nunca lo deseaste. ¿Qué felicidad que jamás buscaste en él no te ocasionó dolor? ¿Qué momento de satisfacción no se compró con monedas de sufrimiento y a un precio exorbitante? La dicha no cuesta nada.”** (T.30.V.9.1-9) (ACIM OE T.30.VI.65)

Byron Katie dice que cuando sufrimos, estamos mentalmente fuera de nuestro asunto. Es importante reconocer que sólo hay tres tipos de asuntos en el universo: Los de Dios, los tuyos y los míos. ¿De quién es el asunto si ocurre un terremoto? Es asunto de Dios (no es que Dios lo haya creado, sino que no es asunto nuestro). ¿De quién es el asunto si tu vecino tiene un césped feo? Ese asunto es de tu vecino. ¿De quién es el asunto si estás enojado con tu vecino, porque tiene un césped feo? Es asunto tuyo. Mantenernos en nuestros propios asuntos nos da el poder de determinar la interpretación que queremos dar a cualquier situación y, por tanto, su efecto sobre nosotros.

La vida es simple: es interna. Así, volviendo a mi ejemplo, si mi hermana tiene juicios sobre mis cuidados, no es asunto mío. Sólo si me molesta, es necesario que sane mi mente liberando mis resentimientos.

Revisa tus pensamientos a medida que avanzas en tu día y comprueba en qué asuntos está tu mente. Mantén la vigilancia sobre tu mente y observa con qué rapidez juzgas, das consejos, buscas alianzas, te aferras a los resentimientos y te aferras a cualquier cosa que, en última instancia, te traiga más sufrimiento. Nuestra responsabilidad es vigilar nuestra mente y utilizar lo que surge en la mente para el perdón, recordando siempre que nuestra voluntad es una con la Voluntad de Dios, y cuando Lo elegimos como nuestro objetivo, liberamos cada vez más otros objetivos que nos mantienen invertidos en la ilusión. Reconocemos cada vez más que cuando renunciamos a nuestros objetivos, no renunciamos a nada de valor para ganarlo todo. ¿Qué objetivos mantienes hoy en competencia con tu único objetivo por Dios? ¿Puedes sentir la tensión que esto crea en tu vida? Ahora, tenemos la opción de recordar nuestro propósito.

Amor y bendiciones, Sarah

[huemmert@shaw.ca](mailto:huemmert@shaw.ca)