



LECCIÓN 286

La quietud del Cielo envuelve hoy mi corazón.

Comentario de Sarah:

¿Qué es lo que hace que experimentemos un día frenético, en lugar de uno en el que descansamos en Dios en el centro tranquilo de nuestro Ser donde “La quietud del Cielo envuelve hoy mi corazón”? Está relacionado con la creencia que tenemos sobre el concepto del tiempo. Como escribió David Hawkins en el *Ojo del Yo*:

"Una vez que la presión del tiempo cesa, se reconoce que ha sido quizás una de las principales fuentes de angustia que acompañan a la condición humana. El sentido del tiempo crea estrés, presión, ansiedad, miedo y un sinfín de disgustos de múltiples maneras. El "estrés del tiempo" acompaña a todas las actividades y búsquedas, creando la ilusión de secuencia y causa. Cada acción humana está envuelta en una olla a presión tácita de tiempo y la mente calcula constantemente cuánto "tiempo" se puede "gastar" en cada actividad. El resultado es el pánico, el miedo o la preocupación, así como la culpa, la vergüenza y la ira. Demasiado tiempo dedicado a esto. No se dedica suficiente tiempo a aquello. Hay muchas cosas que nos gustaría hacer pero no tenemos suficiente tiempo. El tiempo se acaba. Hasta que la sensación de tiempo se detenga, uno no tiene ninguna posibilidad de saber cómo se siente la verdadera libertad o la paz".

Y de eso habla también Eckhart Tolle en *El Poder del Ahora*. En el momento presente, no hay ninguna historia que contar, no hay nada que hacer, no hay ningún lugar al que ir, y todo es perfecto. Todo el sufrimiento cesa cuando volvemos a nuestra Fuente, al Ser. Aquí nos liberamos del sueño en el que todos los miedos se ven como infundados, y todas las preocupaciones son imaginaciones tontas. Sin futuro, no puede haber miedo, y sin pasado, no puede haber remordimientos. Independientemente de lo que parezca ocurrir en la ilusión, donde las tormentas parecen asaltarnos, Jesús nos asegura: **“En Ti ya se ha resuelto todo conflicto.”** (L.286.1.5) No se siente así en los trastornos de nuestra vida. Parece que hay mucho que hacer para resolver lo que parece estar sucediendo. Sin embargo, **“En Ti ya se han tomado todas las decisiones.”** (L.286.1.4), por lo que podemos descansar en la seguridad de que todo está ya resuelto, y lo único que debemos hacer en cada momento es elegir la paz y el descanso en Dios.

Jesús nos recuerda una y otra vez que estamos en casa, en el Cielo, ahora mismo, y que nunca hemos dejado nuestro hogar. Todo lo que ha ocurrido es que nos hemos dormido y estamos soñando que hemos sido exiliados de nuestro hogar y arrojados al mundo. En lugar de ver que somos nosotros los que dejamos nuestro hogar, nos sentimos abandonados por Dios. Pero el guión está escrito y toda la historia de nuestra vida ya ha terminado. Sólo estamos revisándola creyendo en la secuencia del tiempo. Todo ha terminado ya. En el momento en que tuvimos un pensamiento de separación, el Espíritu Santo lo sanó. Nada sucedió en realidad.

Seguimos siendo extensiones de Dios como Su Hijo con todos Sus atributos dados en nuestra creación. Todo lo que parece haber sucedido en nuestro sueño no tiene realidad. No hay nada por lo que expiar y nada que arreglar. Si estamos viendo una película de sangre y violencia, cuando termina, no corremos hacia la pantalla y tratamos de limpiarla. No ha pasado nada en la pantalla, y de la misma manera, no ha pasado nada que pueda estropear nuestra naturaleza prístina en nuestro sueño. No tenemos que arreglar nada del pasado, ya que no hay pasado. Ahora estamos llamados a responder a las circunstancias tal y como aparecen para enfrentarnos a ellas y elegir responder con paz y perdón. En esa elección, el pasado se deshace.

Hoy, nos tomamos el tiempo para entrar en la tranquilidad de nuestra mente, donde elegimos no escuchar la voz del ego. En la quietud, sentimos la seguridad del amor de nuestro Padre. Aquí nada puede tocarnos. **“Tú que eres el hacedor de un mundo que no es cierto, descansa y halla solaz en otro mundo donde mora la paz. Ése es el mundo que le llevas a todos los ojos fatigados y a todos los corazones desfallecidos que contemplan el pecado y entonan su triste estribillo. De ti puede proceder su descanso. De ti puede surgir un mundo cuya contemplación los hará felices y donde sus corazones estarán rebosantes de dicha. De ti procede una visión que se extiende hasta todos ellos, y los envuelve con dulzura y luz. Y en este creciente mundo de luz, las tinieblas que ellos pensaban que estaban ahí se desplazan hasta convertirse en sombras lejanas y distantes, que no se recordarán por mucho tiempo una vez que el sol las haya desvanecido. Y todos sus pensamientos "malvados" y todas sus esperanzas "pecaminosas", sus sueños de culpabilidad y venganza despiadada, y todo deseo de herir, matar y morir, desaparecerán ante el sol que tú traes contigo.”** (T. 25.IV.3.1-7) (ACIM OE T.25.V.34)

La luz de nuestro Ser trae la paz a los corazones cansados. Es la verdad en todos nosotros. Todos somos iguales. Aquí, en la quietud, tenemos la esperanza de alcanzar nuestra meta. **“La quietud de hoy nos dará esperanzas de que hemos encontrado el camino y de que ya hemos recorrido un gran trecho por él hacia una meta de la que estamos completamente seguros.”** (L.286.2.1) Sólo tenemos una meta en esta aula de la vida, que es despertar de este sueño y recordar quiénes somos. Como dice la lección 287: **“Tú eres mi única meta, Padre mío, sólo Tú.”** ¿A dónde íbamos a ir sino al Cielo, y por qué íbamos a querer sustituirlo por cualquier otra meta?

No hay nada que tengamos que hacer porque ya somos el Cristo. Ya somos la perfección. Claro, hemos olvidado nuestra realidad. Estamos convencidos de que somos menos que perfectos y ahora tenemos que limpiar nuestros actos para hacernos santos. Pero esta no es la verdad. Experimentamos nuestra santidad cuando dejamos de lado el ruido del ego. Sólo necesitamos dejar ir nuestro propio pensamiento para poder escuchar la verdad del Espíritu Santo, que está en nuestras mentes rectas. Hoy estamos llamados a pasar más tiempo con Dios en el silencio de nuestros corazones y en la contemplación de la verdad de lo que somos. La verdad alboreará en nuestras mentes cuando estemos preparados, pero requiere disciplina y preparación. No hay necesidad de poner más presión o expectativas en nosotros mismos. Todo se da perfectamente y lo que ocurre es perfecto para nuestro despertar. No hay necesidad de impaciencia. Es importante ser tan gentiles con nosotros mismos como lo es Jesús con nuestro proceso, sin dejar de mantener el rigor en la vigilancia de nuestros pensamientos y seguir haciendo la práctica.

Seguimos escuchando el ruido estridente de la mente sólo porque no queremos conocer la verdad. **“El recuerdo de Dios aflora en la mente que está serena. No puede venir allí donde hay**

conflicto, pues una mente en pugna consigo misma no puede recordar la mansedumbre eterna.” (T.23.I.1.1) (ACIM OE T.23.II.7) Ese es el estado actual de nuestras mentes. El Espíritu Santo nos habla todo el día, pero depende de nosotros si elegimos escuchar. En los momentos de quietud en los que experimentamos la paz y en los que la mente descansa, se nos dan **“esperanzas de que hemos encontrado el camino y de que ya hemos recorrido un gran trecho por él hacia una meta de la que estamos completamente seguros.”** (L.286.2.1) Se nos pide que confiemos en este proceso y en Él.

La pregunta es: "¿A qué voz escucharemos: a la del ataque y los resentimientos o a la Voz del amor?". Cuando escuchamos al ego, es porque no queremos soltar nuestra ira y nuestros resentimientos. Contamos historias sobre por qué estamos justificados en nuestra posición. Nos negamos a perdonar. **“Te he dicho que pienses en las muchas oportunidades que has tenido de regocijarte y en las muchas que has dejado pasar.”** (T.5.IN.1.2) (ACIM OE T.5.I.1) ¿No es así? Conocemos el camino para elegir la felicidad, pero preferimos aferrarnos a los resentimientos, lo cual es simplemente una decisión de aferrarse al sufrimiento. Al negarnos a perdonar, estamos rechazando la felicidad de la que disponemos. En lugar de ello, estamos eligiendo mantener nuestro sufrimiento, pensando que al hacerlo podemos asegurarnos de que nuestros hermanos agresores acepten la responsabilidad por lo que aparentemente nos han hecho. Pero mientras mantenemos esta posición, nos mantenemos en el infierno.

Hace poco, un amigo me contaba por qué su vida iba tan mal. Todo lo que decía era una letanía de problemas en su relación, problemas con el dinero, un jefe que estaba en su contra, su falta de energía, por qué el Curso no le funcionaba, y así sucesivamente. En esa historia, la evidencia le parecía tan clara que la causa de su sufrimiento estaba fuera de su mente. Se veía a sí mismo como la víctima de todo y se negaba a dar cabida a la idea de que tal vez la causa estaba en su propia mente y no en el mundo. Era la forma que eligió para interpretar los acontecimientos de su vida. Una vez que la mente se encierra en su forma de ver, el ego se aferra obstinadamente a su versión de los hechos y no hay espacio para otra forma. Debemos empezar con la simple aceptación de que podemos estar equivocados en nuestra forma de ver cada situación. Tenemos que elegir activamente en contra de nuestra manera de ver y pedir con sinceridad y deseo que se nos muestre otra manera. Es el camino de la transformación, y es un proceso radical. No se trata de añadir una dimensión espiritual a nuestro sueño. Nos resistimos a la transformación porque aún tememos soltar el control sobre nuestras propias vidas. Como me recordó hace poco un amigo, en realidad no queremos ser la mariposa. Preferimos ser la oruga con alas.

El punto más bajo de mi vida, después de haber intentado todo lo que sabía para mejorar mi vida y nada de ello funcionaba, fue cuando pedí que me mostraran. Fue entonces cuando el Curso cobró vida para mí. El mensaje que me dieron fue que mi relación se transformaría del especialismo a la santidad, pero en el proceso, podía esperar muchos conflictos debido a que el objetivo de la relación estaba cambiando del especialismo a la santidad. Había recibido el Curso unos años antes, pero fue en este punto de desesperación cuando estuve lista para abrazarlo realmente y comprometerme con la práctica. Puse mi confianza en las enseñanzas e invertí en hacer de esto una prioridad en mi vida. **“Tener a la verdad por objetivo requiere fe.”** (T.17.VI.6.1) (ACIM OE T.17.VII.62) A pesar de las apariencias externas y, de hecho, de la evidencia de más conflictos, había un conocimiento interno de que éste era el camino para mí. Elegí la paz una y otra vez y mantuve mi enfoque en las Lecciones con profunda confianza. El resultado fue una serie de eventos milagrosos que innegablemente fortalecieron mi compromiso y dedicación a esta enseñanza. **“El poder que se ha depositado en ti, en quien se ha establecido el objetivo del Espíritu Santo, trasciende tanto tu**

limitada concepción de lo infinito, que no tienes idea de la magnitud de la fuerza que te acompaña.” (T.17.VII.7.1) (ACIM OE T.17.VIII.70)

La Lección de hoy trata sobre aceptar el don de Su amor para que la tranquilidad del Cielo pueda ser restaurada al Hijo amado de Dios. **“La Voz del Espíritu Santo no da órdenes porque es incapaz de ser arrogante. No exige nada porque su deseo no es controlar. No vence porque no ataca. Su Voz es simplemente un recordatorio. Es apremiante únicamente por razón de lo que te recuerda.”** (T.5.II.7.1-5) (ACIM OE T.5.IV.24) Ese es el amor dulce, tranquilo, gentil y paciente del Espíritu Santo que está detrás de cada problema que percibimos, esperando nuestro acuerdo para entregárselo todo a Él, pero necesitamos querer hacerlo más que nuestros juicios y resentimientos.

Amor y bendiciones, Sarah

huemmert@shaw.ca