

ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



El miedo ya se acabó y lo único que hay aquí es amor.

Comentario de Sarah:

El mundo real se describe como **“resplandeciente, puro y nuevo, en el que todo resfulge bajo la luz del Sol. No hay nada oculto aquí, pues todo ha sido perdonado y ya no quedan fantasías que oculten la verdad. El puente entre ese mundo y éste es tan corto y tan fácil de cruzar, que nunca te hubieses podido imaginar que fuese el punto de encuentro de mundos tan dispares. Mas este corto puente es la cosa más poderosa conectada a este mundo. Este ínfimo paso, tan pequeño que ni siquiera has reparado en él, es un salto que te lleva a través del tiempo hasta la eternidad, y te conduce más allá de toda fealdad hacia una belleza que te subyugará y que nunca cesará de maravillarte con su perfección.”** (T.17.II.2.2-6) (ACIM OE T.17.III.8)

Jesús nos asegura que podemos cruzar el puente hacia el mundo real cuando estemos preparados. Nos dice que es fácil de cruzar. Es sólo un cambio de mentalidad, de los resentimientos a los milagros. Se trata de soltar nuestros miedos, especialmente nuestro miedo inconsciente a Dios. Una amiga me llamó anoche para decirme que dos de sus padrinos de AA la habían abandonado y se preguntaba si esto era una indicación de que Dios quería castigarla. La pregunta me sorprendió porque parecía increíble que alguien pudiera tener un pensamiento así. Sin embargo, en última instancia, todos tenemos la creencia de que todo lo que va mal en nuestras vidas tiene algo que ver con Dios. A menudo nos preguntamos en voz alta cómo puede Dios permitir que esto (sea cual sea la preocupación) ocurra.

Jesús habla de lo sencillo que es cruzar este puente hacia el mundo real. **“El mundo real se alcanza simplemente mediante el completo perdón del viejo mundo...”** (T.17.II.5.1) (ACIM OE T.17.III.11) ¿Y qué es lo viejo? Lo viejo es el mundo de la forma. Es **“aquel que contemplas sin perdonar.”** (T.17.II.5.1) (ACIM OE T.17.III.11) Es un mundo de "uno o el otro", de ataque, traición y todas las demás formas distorsionadas del miedo. Son nuestros viejos pensamientos condicionados los que nos mantienen dando vueltas y vueltas en esta rueda de hámster. Como ha dicho Regina Dawn Akers, es una rueda de hámster de pensamientos que no van a ninguna parte. Empezamos con un pensamiento: "No puedo hacer nada bien". Ahora vemos la evidencia en el mundo de este pensamiento y experimentamos el fracaso. Como resultado de esta experiencia, se afirma, para nosotros, nuestra creencia original de que no podemos hacer nada bien. Es un ciclo autodestructivo que necesita ser visto y liberado si queremos conocer la paz mental. Todos nuestros auto-ataques se basan en la culpa inconsciente, que resulta en la creencia de que hay algo malo en nosotros, y con esta creencia, experimentamos el auto-odio. El auto-ataque viene en muchas formas, ya sea enfermedad, carencia, adicciones, relaciones co-dependientes, o en forma de accidentes y problemas. El mundo se convierte en el sistema de entrega del castigo que exige nuestra culpa.

Jesús dice que perdonar es simplemente recordar sólo los pensamientos amorosos que diste en el pasado y aquellos que te dieron a ti. Todo lo demás debe ser olvidado. Se nos pide que perdonemos a

nuestro hermano por lo que él no hizo. **“El perdón reconoce que lo que pensaste que tu hermano te había hecho en realidad nunca ocurrió. El perdón no perdona pecados, otorgándoles así realidad.”** (L.PII.Q1.Qué es el perdón.1.1-2) Sólo así podemos entender que el perdón sea tan completo, porque, en este sueño, no ha ocurrido nada real. Nada de lo que hemos hecho tiene efectos. Todo es un sueño. No hemos pecado y, por tanto, no hay motivo de culpa. **“La mayor dificultad a la que te enfrentas para poder perdonar realmente, es que todavía crees que tienes que perdonar lo que es verdad, no lo que es ilusorio.”** (L.134.3.1) El perdón también es una ilusión, pero es una ilusión que acaba con las ilusiones. **“El perdón, entonces, es una ilusión, pero debido a su propósito, que es el del Espíritu Santo, hay algo en ella que hace que sea diferente. A diferencia de las demás ilusiones, nos aleja del error en vez de acercarnos a él.”** (Clarificación de Términos 3.1.3-4) **“El perdón es el único regalo que doy, ya que es el único regalo que deseo. Y todo lo que doy, es a mí mismo a quien se lo doy. Ésta es la sencilla fórmula de la salvación.”** (L.297.1.1-3)

No importa cuánto tiempo hayamos estudiado este Curso o lo bien que creamos entender el material, seguimos aferrándonos obstinadamente a este mundo, a nuestros pensamientos y a nuestros dramas. Mientras estemos en este mundo y creamos en el pecado, la culpa y el miedo, hay curación por hacer que requiere la voluntad de traer nuestros pensamientos tenebrosos al Espíritu Santo. En este lado del puente, todos estamos locos. No conocemos nuestro verdadero Ser. Cuando elijamos dejar ir nuestra voluntad ajena, **“Él garantiza que la dicha será el desenlace final de todas las cosas. De nosotros depende, no obstante, cuándo habrá de lograrse eso: hasta cuando vamos a permitir que una voluntad ajena parezca oponerse a la Suya.”** (L.292.1.2-3)

En esta lección, Jesús dice que los errores que creemos haber cometido son la fuente de nuestro miedo. Cuando la fuente del miedo desaparece, que es la creencia en los errores del pasado, sólo hay paz. El miedo viene de la creencia de que seremos castigados por los errores del pasado. Reproducimos nuestros errores pasados en nuestra memoria y esto nos trae sentimientos de culpa y vergüenza. Cuando nos sentimos culpables por los errores del pasado, esperamos castigo y vivimos con miedo a las consecuencias de lo que hemos hecho. Ahora el mundo nos parece opresivo y peligroso, en lugar de brillante y acogedor. En esta Lección, Jesús nos asegura: **“El amor sigue siendo el único estado presente, cuya Fuente está aquí para siempre.”** (L.293.1.2) y el amor y el miedo se excluyen mutuamente. **“¿Cómo iba a parecerme el mundo claro y diáfano, seguro y acogedor, cuando todos mis errores pasados lo oprimen y me muestran manifestaciones distorsionadas de miedo?”** (L.293.1.3)

¿Qué hacemos con esta culpa? Odiamos la culpa. No podemos manejarla en nuestra mente, así que el ego nos ha dado una respuesta, que es proyectarla en otros y verla en ellos. Hay muchos objetivos para la culpa, pero proyectarla no resuelve nada, ya que así es como la mantenemos. Sin embargo, el ego no quiere que veamos su estrategia para mantenernos en la culpa. La culpa en la mente es lo que nos hace pensar que merecemos castigo. El mundo se convierte en el sistema de entrega de ese castigo. No es de extrañar que esperemos conflictos, dificultades, ataques, decepciones, traiciones y todo tipo de problemas y cuestiones en nuestra vida. Todas son manifestaciones que surgen como resultado de la culpa. Jesús nos muestra cómo todo esto es preparado por el ego. Cuando vemos esto, nos motivamos y estamos dispuestos a asumir la responsabilidad de todo lo que parece surgir en nuestras vidas y elegir la Corrección. No somos responsables del error. Los juicios simplemente aparecen y no podemos detenerlos, pero podemos elegir no creerlos.

Cuando no nos defendemos de la culpa, sino que nos hacemos responsables de ella, es una indicación de nuestra disposición a estar equivocados, a aprender otra manera y a ser vulnerables, que es donde está nuestra fortaleza. Cuando nos defendemos, proclamamos debilidad, demostrando que hay un enemigo fuera de nosotros. **“¿Quién se defendería a sí mismo a menos que creyese que ha sido atacado, que el ataque es real y que defendiéndose es cómo puede salvarse? En esto radica la insensatez de las defensas, las cuales otorgan absoluta realidad a las ilusiones y luego intentan lidiar con ellas como si fuesen reales. Ello no hace sino añadir más ilusiones a las ilusiones, haciendo así que la corrección sea doblemente difícil. Y esto es lo que haces cuando tratas de planear el futuro, reactivar el pasado u organizar el presente de acuerdo con tus deseos.”** (L.135.1.1-4)

Podrías decir: "Pero yo no siento ninguna culpa". Sin embargo, si experimentas miedo, la culpa está ahí. Es, en última instancia, miedo al castigo de Dios por la creencia de que lo aniquilamos para lograr la separación de Él y establecer nuestra independencia. Sin la creencia en el pecado y la culpa, el miedo desaparecería. Los pecados del pasado traen la culpa al presente, y esto crea el miedo al castigo por lo que creemos que hemos hecho. Sin el pasado, no puede haber miedo. Cuando no hay miedo, sólo existe la experiencia del presente, donde el amor siempre habita y siempre ha estado. **“El amor sigue siendo el único estado presente, cuya Fuente está aquí para siempre.”** (L.293.1.2)

El amor nunca es evidente en la forma. ¿Por qué? Yo digo que amo a mi hijo incondicionalmente, pero si hay algún miedo presente, no es amor incondicional, total y puro. Siempre que nos centramos en la forma, por ejemplo en otro cuerpo, el miedo estará presente. Nuestro miedo se refiere a la pérdida, al peligro, a la enfermedad y a todo tipo de calamidades que puedan ocurrirles. Nos preocupa que pueda ocurrir algo a quienes decimos amar. Creemos que tenemos un "amor incondicional" por nuestra pareja, pero mantenemos en nuestra mente el miedo a que nuestra pareja nos deje, nos decepcione o nos haga daño de alguna manera. Siempre hay miedo ligado a nuestras relaciones especiales. **“El milagro te devuelve la causa del miedo a ti que lo inventaste.”** (T.28.II.11.1) (ACIM OE T.28.III.26) Y eso es una buena noticia porque si nosotros lo inventamos, podemos aceptar la Corrección de nuestras falsas creencias.

Jesús dice: **“Mas en el presente el amor es obvio y sus efectos evidentes.”** (L.293.1.4) Se trata de deshacer los errores del pasado mediante el perdón. Cuando llevamos voluntariamente todos los pensamientos de miedo al Espíritu Santo, se disipan sosegadamente. Sacamos estos pensamientos de miedo del armario, los admitimos con sinceridad ante el Espíritu Santo y confiamos en que Él hará el milagro. Así, cambiamos nuestra percepción de un mundo de separación, donde creemos que nuestra realidad es un cuerpo que es impermanente y donde el miedo es una realidad, a un mundo de santidad. Este es el mundo real. Aquí, **“El mundo entero resplandece en el reflejo de su santa luz, y por fin percibo un mundo perdonado.”** (L.293.1.5)

Nuestra parte es vigilar la mente en busca de pensamientos de miedo a medida que surgen. Pueden aparecer como preocupación, sensación de vulnerabilidad, ira, miedo al rechazo, impaciencia, esperanzas a las que nos aferramos, expectativas que tenemos, juicios y pensamientos de odio, creencia de indignidad y cualquier cosa que nos reste paz y alegría. Cuando estamos dispuestos a mirar estos pensamientos con la presencia amorosa del Espíritu Santo, se liberan. Detrás de estos pensamientos está la verdad de quienes somos. Entonces podemos saber: **“El miedo ya se acabó y lo único que hay aquí es amor.”** (L.293)

Hubo un tiempo en que los ratones de la casa me provocaron un miedo tremendo. Sabía que no era racional, sino que provenía de mi experiencia pasada. Cuando llega el frío, los ratones buscan un lugar cálido para pasar el invierno, y yo veía pruebas de su presencia. Estas criaturas me aterrorizaban desde muy joven, cuando vivíamos en el campo y la casa estaba invadida de ratones. Me ha costado muchos años no asustarme cuando los veía corretear por el suelo. Finalmente llegué a un punto en el que decidí profundizar e indagar sobre el verdadero miedo. Una mente que ha sanado no se obsesionaría con los ratones en la casa. Ya habíamos tomado todas las medidas necesarias para prevenir y erradicar este problema. En mi indagación, vi que el primer nivel de miedo era que yo no tenía el control. Bajo la creencia de mi necesidad de control, descubrí una profunda sensación de vulnerabilidad. Y profundizando, reconocí que cuando me siento vulnerable, me siento impotente. Sé que esto no es cierto en mí y no quería seguir siendo retenida por este miedo. Le pedí al Espíritu Santo que me ayudara a liberar este miedo. Ya no quería ser controlada por él. Estaba dispuesta a ver que el miedo no tenía nada que ver con los ratones. Mi profundo deseo de paz fue la motivación para entregar al Espíritu mi perspectiva errónea y permitir que se produjera la curación.

"En el mundo que resulta de la lección que afirma que el Hijo de Dios es inocente no hay miedo, la esperanza lo ilumina todo y una gran afabilidad resplandece por todas partes. No hay nada en él que no te invite amorosamente a ser su amigo y a que le permitas unirse a ti. Ni una sola llamada deja jamás de oírse, se interpreta erróneamente o se queda sin contestar en el mismo lenguaje en que se hizo. Y entenderás que ésta es la llamada que todos los seres y todas las cosas en el mundo siempre habían hecho, pero que tú no habías percibido como tal. Y ahora te das cuenta de que estabas equivocado. Te habías dejado engañar por las formas que ocultaban la llamada. Por lo tanto, no la podías oír, y así, perdiste un amigo que siempre quiso ser parte de ti. La eterna y queda llamada de cada aspecto de la creación de Dios a la totalidad se oye por todo el mundo a la que esta otra lección da lugar." (T.31.I.8.1-8) (ACIM OE T.31.I.8)

Todo en este mundo es impermanente. Todo puede verse amenazado. Todo es destructible, incluido nuestro cuerpo. Es un mundo de tiempo y espacio en el que prevalecen el dolor, la enfermedad y la muerte. Es un mundo en el que estamos continuamente bajo amenaza y en una lucha por el poder personal, esperando una felicidad fugaz y viviendo con la expectativa de que lo siguiente nos traiga la felicidad que buscamos. Nos esforzamos por mantener nuestra individualidad, nuestra personalidad y nuestro concepto de nosotros mismos, creyendo que competimos por unos recursos limitados, y sintiéndonos siempre bajo la amenaza de un ataque.

Sin embargo, Jesús nos dice justo al principio de este Curso: **"Nada real puede ser amenazado. Nada irreal existe."** (T.IN.2.2-3) (ACIM OE T.IN 4) Debemos concluir que si todo en nuestro mundo aparente puede ser amenazado, no puede ser real. Podríamos preguntar: "¿Qué es lo real que no puede ser amenazado?". Es la totalidad del amor perfecto, la verdad de lo que somos: perfectos, plenos y completos, refulgiendo en inocencia, paz y alegría, completa y totalmente seguros, radiantes y eternos. La verdad sobre nosotros nunca puede ser cambiada o amenazada, sin importar lo que actualmente creamos sobre nosotros mismos. Nuestra realidad no tiene nada que ver con el cuerpo.

El mundo real no tiene ninguno de nuestros errores pasados. Actualmente estamos ciegos y sordos al mundo real porque creemos en los sentidos que nos muestran este mundo de ilusión. Detrás del miedo, todos estamos unidos para cantar juntos un himno de gratitud a Dios. No estamos limitados a un cuerpo, con una mente atrapada en el cerebro. En verdad, somos seres ilimitados rodeados del Amor de Dios. **"Padre, no permitas que Tu santo mundo me pase desapercibido hoy, ni**

que mis oídos sean sordos a todos los himnos de gratitud que el mundo entona bajo los sonidos del miedo. Hay un mundo real que el presente mantiene a salvo de todos los errores del pasado. Y éste es el único mundo que quiero tener ante mis ojos hoy.”
(L.293.2.1-4)

Amor y bendiciones, Sarah
huemmert@shaw.ca