

## ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



### LECCIÓN 236 Gobierno mi mente, la cual sólo yo debo gobernar.

#### Comentario de Sarah:

Con la separación llegó la decisión de identificarse con la mente errada y con ella el falso yo. Esta es la mente gobernada por el ego. Ahora, “**parece imponerse sobre mí, y decirme cómo debo pensar y actuar y lo que debo sentir.**” (L.236.1.3) El reino del ego es uno basado en el pecado, la culpa y el miedo que constituyen el tiempo lineal. Esto significa que pensamos que pecamos en el pasado, nos sentimos culpables en el presente y tememos el futuro, por lo que el tiempo lineal se impone a la eternidad. Los pensamientos que reflejan esta impía trinidad de pecado, culpa y miedo son tan intolerables que el ego ideó un plan para proyectarlos. Sabemos que estamos proyectando porque tenemos una reacción a lo que percibimos, y vemos la causa de nuestra angustia fuera de nuestra propia mente. Es la inversión de la causa y el efecto. Hemos olvidado que la causa está siempre en la mente y no en el mundo. Los pensamientos no abandonan nuestra mente, y cuando estamos al servicio del ego, nos torturan los pensamientos que parecen goberarnos y nos hacen sentir como lo hacemos.

Parece que el ego triunfa sobre nosotros. Nos sentimos a merced de nuestro cuerpo o de otros cuerpos que parecen afectarnos sin nuestra decisión. Sin embargo, Jesús dice que no estamos a merced de estos pensamientos. Podemos elegir el propósito al que servimos, ya sea el del ego o el del Espíritu Santo. Somos los gobernantes de nuestro reino. En otras palabras, podemos poner nuestras mentes al servicio del Espíritu Santo, en lugar del sistema de pensamiento del ego. Nosotros somos los que tomamos las decisiones, y somos nosotros los que decidimos en favor de Dios o del ego. “**De esta manera, soy yo quien dirige mi mente, que sólo yo puedo gobernar.**” (L.236.1.7)

¿Cómo gobernamos nuestra mente? Lo hacemos asumiendo la responsabilidad de nuestras proyecciones. Dejamos espacio al Espíritu Santo cuando llevamos nuestros pensamientos y sentimientos a Su luz sanadora. Aceptamos la Expiación para nosotros mismos aceptando Su Amor como la única verdad. Nos hacemos a un lado de nuestros propios deseos, fantasías, miedos, anhelos y juicios y nos rendimos a Aquel que conoce nuestra verdadera voluntad. Ahora nuestras mentes están abiertas a Sus Pensamientos. Negamos el poder de nuestros propios pensamientos para gobernar sobre nosotros retirando nuestra creencia de ellos. Lo que nos causa dolor y tristeza es nuestra creencia de que somos inherentemente malos e indignos del Amor de Dios. Desde el Jardín del Edén hemos cubierto nuestra vergüenza con una hoja de parra y, sin embargo, prevalece en la mente y nos mantiene escondidos. Exponer nuestras creencias ocultas es donde está la sanación. En nuestra disposición a ser vulnerables, encontramos nuestra inocencia.

En el pasaje "**El pequeño jardín**" (ACIM OE "El propósito del cuerpo") Jesús habla de la crueldad con la que el ego gobierna en su reino, que es una parte de la mente dominada por el ego. La mente dominada por el ego ve su reino como el cuerpo. **"El cuerpo traza un círculo, infinitamente pequeño, alrededor de un minúsculo segmento del Cielo, lo separa del resto, y proclama que tu reino se encuentra dentro de él, donde Dios no puede hacer acto de presencia."** (T.18.VIII.2.6) (ACIM OE T.18.IX.72)

**"Dentro de ese reino el ego rige cruelmente. Y para defender esa pequeña mota de polvo te ordena luchar contra todo el universo. Ese fragmento de tu mente es una parte tan pequeña de ella que, si sólo pudieses apreciar el todo del que forma parte, verías instantáneamente que en comparación es como el más pequeño de los rayos del sol; o como la ola más pequeña en la superficie del océano. En su increíble ignorancia, ese pequeño rayo ha decidido que él es el sol, y esa ola casi imperceptible se exalta a sí misma como si fuese todo el océano. Piensa cuán solo y asustado tiene que estar ese diminuto pensamiento, esa ilusión infinitesimal, que se mantiene separado del universo y enfrentado a él."** (T.18.VIII.3.1-5) (ACIM OE T.18.IX.73)

Lo que estamos haciendo es mantener fuera de la conciencia lo vasto y desconocido: la llamada de la mente para recordar quiénes somos. Cuando nos unimos, experimentamos la santidad de nuestro Ser Único. Reconocemos que no somos pequeñas ondas en el océano, sino que, de hecho, somos el océano mismo: Uno con todo lo que hay. Reconocemos nuestra Unicidad con todos nuestros hermanos. Es donde residen nuestra paz, alegría y libertad. No tenemos que estar a merced de nuestros bajos instintos, impulsos, hormonas, patrones emocionales y hábitos que parecen tener poder y decirnos qué pensar, sentir y hacer. Luchamos contra ciertos impulsos y adicciones, cuando a su merced hacemos cosas en contra de nuestro mejor juicio. Estas cosas pueden parecer que plagan nuestras vidas, ya que tratamos de superar estos impulsos y adicciones con la fuerza de voluntad, sin embargo, nuestra propia voluntad es en su mayoría impotente contra ellos. Es nuestra lucha contra el miedo. No podemos sanarnos a nosotros mismos sin la Ayuda que tenemos desde fuera de esta matriz. Cuando entregamos nuestros impulsos al Espíritu Santo, la sanación ocurre por sí misma. Nada de lo que experimentamos como poder sobre nosotros tiene efectos reales. **"¿Quién podría tener miedo de un poder que no tiene efectos reales?"** (T.30.IV.5.7) (ACIM OE T.30.V.53) Estamos llamados a negar el poder del ego sobre nosotros. No es nuestro enemigo. Simplemente no debemos darle ningún poder. No puede sostenerse si no invertimos fé en él.

El único poder es el del amor. Nunca nos cambiaremos a nosotros mismos sin ayuda de fuera de este sistema aparentemente cerrado del ego. El único cambio real viene de traer nuestros pensamientos, emociones, creencias y conceptos al Espíritu Santo. El perdón es el medio por el cual experimentamos nuestro verdadero poder y el reino que siempre está disponible para nosotros. No hay nada más que elegir, ya que es la única realidad. Elegir cualquier otra cosa es no elegir nada. El poder de decisión es el único poder verdadero que tenemos. No estamos limitados por el cuerpo y nuestra experiencia en este mundo. Nuestra realidad es ilimitada. **"El cuerpo es una diminuta cerca que rodea a una pequeña parte de una idea que es completa y gloriosa."** (T.18.VIII.2.5) (ACIM OE T.18.IX.72)

Jesús nos recuerda que el tomador de decisiones de la mente es el que está a cargo. El propósito que se persigue es el que nosotros decidamos. Nuestro propósito es seguir arraigados al cuerpo y al mundo, o despertar. No estamos a merced de los impulsos que parecen gobernarnos con tanta persistencia. Podemos elegir la Voluntad de Dios en lugar de nuestra propia voluntad. No somos víctimas de nuestro cuerpo ni del mundo. No nos gobiernan otras leyes que las de Dios. Hemos escuchado la Llamada, y el amor ha entrado a nuestra débil petición.

Al observar nuestros pensamientos y entregarlos al Espíritu Santo, aflojamos los ladrillos de este muro de protección que hemos construido alrededor de la parte de la mente gobernada por el ego. Nuestra propia mente que toma decisiones eligió al ego, y ahora podemos hacer una elección en favor del Espíritu Santo. Así, seguimos estando al mando y podemos abandonar la creencia de que estamos a merced del cuerpo y del mundo.

Todo tiene un propósito. Si decidimos despertar de este sueño, todo en el sueño puede servir a ese propósito. Si elegimos servir a nuestros intereses y necesidades corporales tal y como los define el ego, todo sirve al propósito de mantenernos arraigados en el mundo de la ilusión. Hoy se nos pide que pongamos nuestra mente al servicio del Espíritu Santo, y cuando lo hacemos, todo lo que hemos hecho para servir al ego puede ser utilizado para el despertar.

Jesús nos dice: **“Dispones de un Guía que te muestra cómo desarrollarlas, pero no tienes otro jefe que tú mismo.”** (T.6.IV.9.4) (ACIM OE T.6.V.53) El Espíritu Santo sólo puede guiar. Somos nosotros los que debemos elegir. Nosotros somos el gobernante, el rey. Nadie tiene poder sobre nosotros sino nosotros mismos. Un guía simplemente invita, dejándonos elegir si lo seguimos o no. En este Curso, Dios es descrito como un Padre amoroso de infinita ternura y paciencia. No tiene ningún poder sobre nosotros. Aquí es donde el Curso no está en línea con el pensamiento religioso tradicional. Depende de nosotros elegir aceptar lo que se nos ofrece. El poder de Dios es el Amor. Su Amor sólo afirma un hecho inmutable: no podemos cambiar la verdad de quiénes somos como Hijo de Dios. Hemos sido creados con todos los atributos de nuestro Padre. Hemos sido creados santos, inocentes, puros y perfectos y podemos estar agradecidos por la restricción que se nos impuso a través del Principio de Expiación de que no podemos cambiar el Ser que somos.

El lugar donde nadie puede entrar, ni siquiera Dios, es el lugar secreto e intocable que gobernamos con nuestros pensamientos. Está protegido por nuestros juicios. Todos nuestros autoconceptos, creencias y valores se forman aquí. En nuestro trabajo con el Curso, se nos insta a traer estos juicios a la conciencia y ponerlos en duda. **“Si haces que lo que el miedo oculta pase a ocupar una posición inequívocamente preeminente, el miedo deja de ser relevante.”** (T.12.I.9.9) (ACIM OE T.11.III.12) Liberamos nuestra necesidad de tener razón y ponemos en duda a la mente del ego que cree saberlo todo. En otras palabras, estamos dispuestos a renunciar a la mente del "yo sé".

Nuestra parte en el proceso de liberación del ego es simplemente mirar lo que hemos negado. Hemos negado la verdad sobre nosotros mismos, pero se nos da, siempre que estemos preparados y la queramos de verdad. **“¿Y quiero ver lo que he negado porque es la verdad?”** (T.21.VII.5.14) (ACIM OE T.21.VIII.75) Jesús llama a esto la última pregunta sin respuesta porque todavía tenemos miedo del Amor de Dios. Todavía no estamos preparados para comprometernos totalmente con la verdad. Sin embargo, como sólo hay que tomar esta decisión, se puede hacer en cualquier momento. Todo nos lleva a este lugar de preparación.

El ego nos advierte que, si aceptamos la verdad, seremos destruidos. La supervivencia del ego depende de mantener la separación. El camino hacia el Cielo, hacia el sueño feliz, no se puede eludir. Debemos atravesar la oscuridad de nuestro infierno personal, ya que no podemos sanar lo que nos ocultamos a nosotros mismos. Hoy, tomemos la mano de nuestro querido amigo y hermano mayor, miremos los juicios y creencias de la mente, y estemos dispuestos a cuestionarlos. Nuestros cuerpos y el mundo no tienen por qué tener ningún efecto sobre nosotros. No tienen poder para quitarnos la paz, ni para destruir el amor en la mente. Al gobernar mi mente, que sólo yo puedo gobernar, llego a conocer el amor que soy como mi única realidad.

Hoy, dirigimos nuestras mentes en una dirección santa y se las entregamos al Espíritu Santo para que las utilice. Hoy elijo qué voz voy a seguir. Hoy decido a qué maestro sirve mi mente. No necesito ser gobernado por el ego, y su identificación con el cuerpo, para decirme qué sentir. Depende de mí qué propósito le doy a todo en mi día. Cuando elijo escuchar al ego, no puedo conocer el amor, la alegría y la paz que son mi herencia natural. De hecho, en nuestra confusión, buscamos constantemente el placer, pero al final experimentamos dolor. Hoy reconocemos nuestro poder de elección. No finjamos que somos pequeños, limitados e impotentes. Hoy, elegimos abrir nuestras mentes a Sus Pensamientos y cerrarlas a todo pensamiento que no sea el Suyo.

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