



En Esta Edición

Novedades De Milagros en Red	2	Un estudiante fue a ver a su maestro para compartir con él un tema de profundo dolor y reprobación.	como guía. De hecho, el Curso señala que	Hemos tratado – y quizás aún insistimos – en malversar nuestra herencia a cambio del mundo que vemos, olvidando que pedirle al Espíritu Santo que decida por nosotros es sinónimo de aceptar nuestra herencia.
No Existen Los Accidentes	3	- Maestro, tengo un temperamento ingobernable. ¿Cómo puedo sanarlo?	Las cualificaciones del ego como guía son notoriamente deficientes y elegirle como tu maestro de salvación es una pésima elección.	La manera de aceptar tu herencia es reconociendo la Majestad de Dios en tu hermano.
Por Jon Mundy		- En verdad tienes algo muy extraño, dijo el Maestro. Permíteme ver cómo es.	T-9.IV.8.3	T-7.XI.5.4
La Práctica Diaria Del Curso	8	- Justo ahora no puedo mostrárselo, maestro.	El tema es que hace tanto que tomamos nuestras decisiones de la mano del ego, ¡que hemos llegado a creer que eso es lo que en verdad somos! Esta desatinada idea nos coloca inevitablemente en una situación imposible, invitándonos a aceptar aquello que no tiene sentido.	Bendiciones, Patricia Milagros en Red
Por Robert Perry Y Greg Mackie		- ¿Cuándo puedes hacerlo?, continuó preguntando el maestro.	Las palabras del maestro de la anécdota tienen sentido porque son verdad. Del mismo modo, las palabras del Curso tienen perfecto sentido porque manifiestan verdades eternas.	
Benevolencia	10	- Aparece inesperadamente, es imprevisible, respondió el acongojado estudiante.	Cuando estés dispuesto a asumir total responsabilidad por la existencia del ego, habrás dejado a un lado la ira y el ataque, pues éstos surgen como resultado de tu deseo de proyectar sobre otros la responsabilidad de tus propios errores.	Unidos podéis recordar y aceptar vuestra herencia común... Hay Alguien a tu lado que ilumina tu camino, de modo que puedas dar cada paso con certeza y sin ninguna duda con respecto a qué camino seguir... Aquel que viaja contigo tiene la luz.
Por Anna Powell		- Entonces - concluyó el maestro - no debe ser tu verdadera naturaleza. Si lo fuera, podrías mostrarla en cualquier momento, en cualquier lugar. Cuando naciste, no estaba en ti y no es herencia de tus padres. Piénsalo.	T-7.VIII.5.4	T-31-II.11 fragmentos
Mentalidad Milagros Frente A La Demencia Global	11	El Curso también nos invita a reflexionar acerca de nuestras reacciones y al mismo tiempo nos pregunta si el carácter imprevisible del ego justifica nuestra confianza		
Por Miranda Holden				
Insuflándole Vida Al Curso 2° Parte	14			
Por Allen Watson				

Milagros en Red

es un Centro de Estudios dedicado a practicar y extender las enseñanzas de Un Curso de Milagros según los principios de **Fidelidad, Unión y Extensión**.

Desde febrero de 2002, distribuye gratuitamente este Boletín Mensual que llega a miles de estudiantes del habla castellana.

En su sitio, pueden leerse más de 150 artículos de los maestros de mayor reconocimiento internacional, conocer cuáles son los grupos de estudio por país, descargar el Programa Anual de lectura del Texto, audio de talleres y muchas cosas más.

Su sede se encuentra en la ciudad de La Plata, Buenos Aires, Argentina. En Internet www.milagrosenred.org

Tú Diseñas Tu Realidad

Charla basada en la fusión de la sabiduría y técnicas de Un Curso de Milagros & Body Harmony

Carlos Mosqueda e Inger Holmqvist Directamente Desde Suecia En Argentina

Carolina Corada Y

El Lanzamiento De La Edición De Bolsillo De Un Curso de Milagros En Venezuela

Actividades De Extensión

El posado 4 de octubre Milagros en Red celebró el taller "*El Amor Es El Camino Que Recorro En Gratitud*". En este taller se abordaron los temas de la gratitud a Dios, a Jesús, y la gratitud que UCDM nos invita a sentir los unos para con los otros, hecho esto que realmente significa recordar Quien somos.

Taller En Uruguay

El próximo sábado 1 de noviembre, en el Centro Cultural Patio Biarritz de la ciudad de Montevideo, Milagros en Red celebrará una jornada completa de actividades de extensión de los principios de Un Curso de Milagros.

En horas de la mañana, se examinarán los principios de milagros y qué rol juegan las relaciones en el Curso.

Seguidamente se compartirá un almuerzo de camaradería y hermandad para luego, ya por la tarde, se estudiará a través de lectura del Texto y prácticas

El próximo sábado 8 de noviembre en el Hotel Howard Johnson - Florida 944 - y en el horario de 15 a 18, Carlos Mosqueda e Inger Holmqvist, recién llegados de Suecia, celebrarán "Tú diseñas tu realidad", charla en castellano, abierta y gratuita, basada en la fusión de Un Curso de Milagros & Body Harmony. Los temas a tratar en la charla incluyen:

- la relación entre el cuerpo

Carolina Corada, reconocida maestra del Curso, es la principal promotora de la edición de bolsillo de Un Curso de Milagros en Venezuela, realizará una gira de promoción del Curso y la herramienta denominada "Introdanza", creada y desarrollada por Carolina, en

de ejercicios, qué significa entregar nuestros problemas mientras aprendemos al mismo tiempo a escuchar a nuestro Guía interior.

Agradecemos de antemano la amorosa invitación y gestión de *Gabriela Sosa* como así también la invaluable colaboración de *Mónica Calderón* para ésta y todas las actividades de Milagros en Red.

Para conocer el calendario de actividades, registrarte, recibir información o bien ser anfitrión de algún taller, visita el sitio www.encuentrosmilagrosenred.blogspot.com o bien envía un email a talleres@milagrosenred.org

Milagros En Red y "Creando Tu Vida"

Silvia y Jorge Patrono, oriundos de Argentina y radicados en Los Ángeles, Estados Unidos; son los creadores de "Creando Tu Vida", sitio dedicado a inspirar y ayudar a desarrollar el potencial creativo que cada ser humano posee. Milagros en Red

y la mente

- qué es el éxito y el poder de la intención
- cómo influir en la sanación y comprender las señales del cuerpo
- cómo ser dueño de la vida y la realidad
- la inteligencia emocional
- entender las proyecciones como fuente de liberación y
- el poder del propósito en las relaciones.

apoyo a las enseñanzas de UCDM. Te invitamos entonces que visites los sitios www.milagrosenvenezuela.foreetzi.com

y www.milagrosenvenezuela.blogspot.com

para conocer toda la información que necesites para

agradece la gentil propuesta de compartir información, reflexiones y un servicio de preguntas y respuestas acerca de Un Curso de Milagros. Invitamos a nuestros lectores a visitar el site y a leer la entrevista que Silvia le hiciera a Patricia.

Sobre Los Servicios

La continuidad de este boletín y del sitio depende exclusivamente de tu colaboración. En este espíritu, te invitamos a depositar un importe anual de \$20 (mínimo sugerido) en la Caja de Ahorro del Banco Galicia N° 4008894-3 316-2 a nombre de Patricia Besada y envíanos un email para avisar de tu ofrenda a la dirección

patricia@milagrosenred.org Los estudiantes que no viven en la Argentina, pueden utilizar los servicios de Western Union.

Ofrendas De Amor

Agradecemos sinceramente a Petty Castiglioni la ofrenda de amor enviada.

Además se explicará cómo se reflejan nuestros pensamientos en la salud, el éxito y las relaciones, con el propósito de encontrar la libertad y el verdadero tesoro en todas las relaciones.

Para recibir más información, puedes comunicarte telefónicamente al 011-15-6487-8080 o por email lunabiank@hotmail.com

asistir a todas las actividades que se han programado para la Gira 2008 en Venezuela. El compromiso de Carolina con las prácticas de UCDM, la han llevado a viajar por Venezuela, Estados Unidos, Colombia, España, Suecia y próximamente Nueva Zelanda.



No Existen Los Accidentes

Por Jon Mundy

Dios es ciertamente tu fortaleza, y lo que Él da, es verdaderamente dado. Esto quiere decir que lo puedes recibir en cualquier momento o lugar, donde quiera que estés y en cualquier circunstancia en la que te encuentres. Tu paso por el tiempo y por el espacio no es al azar. No puedes sino estar en el lugar perfecto, en el momento perfecto. Tal es la fortaleza de Dios. Tales Sus dones.

L-pl.42.2.2

Una de las ventajas de envejecer es que, cuanto más estás aquí más “podrás” saber “por qué” tu vida tuvo que ser como fue. Envejecer también “puede” permitirnos ver cuánto en la vida es en realidad sueño, juego, fantasía, novela, a veces pesadilla, a veces demasiado “monótono” y a veces con un poco de “suerte” un sueño feliz.

Los sueños felices son mucho mejores que las pesadillas. Sin embargo, igual son sueños. ¿Estás de acuerdo con la siguiente evaluación? A medida que la gente envejece sucede una de dos cosas. O nos volvemos progresivamente gruñones, mezquinos y proyectamos más o nos volvemos progresivamente más abiertos mentalmente, despreocupados y amorosos.

¿Para qué lado quieres rumbear?

La vida hay que vivirla para delante. Pero sólo se puede entender para atrás.

Søren Kierkegaard

Uno de mis filósofos favoritos, Marcos Aurelius, el más respetado de los Emperadores Romanos, y el único que era un “verdadero” estoico, dijo una vez: “Todas las cosas suceden como deben”. Después de todo, así fue como sucedieron.

Tu paso por el tiempo y por el espacio no es al azar. No puedes sino estar en el lugar perfecto, en el momento perfecto. Tal es la fortaleza de Dios. Tales sus dones.

L-pl.42.2:4-6

Nuestra tarea en la vida,

paradójicamente, es “recordar” lo que ya sabemos. Ya estamos en casa descansando en los brazos de Dios. En “realidad”, la historia ya se ha terminado. Hemos logrado entrar al Reino del Cielo. Ya somos perfectos y totales. Sólo estamos soñando un “sueño tonto” en que a veces nos vemos como víctimas – a veces como victimarios – la mayoría del tiempo en un lugar intermedio.

El sueño, sin embargo, en realidad ya terminó. ¡Por eso es que “el tiempo no existe”! El Cielo es la realidad, no el sueño. Los sueños suceden en el tiempo. Pues el tiempo tan sólo da la impresión de que se mueve en una sola dirección. No hacemos sino emprender una jornada que ya terminó. No obstante, parece como si tuviera un futuro que todavía nos es desconocido.

El tiempo es un truco, un juego de manos, una gigantesca ilusión en la que las figuras parecen ir y venir como por arte de magia. No obstante, tras las apariencias hay un plan que no cambia. El guión ya está escrito. El momento en el que ha de llegar la experiencia que pone fin a todas tus dudas ya se ha fijado. Pues la jornada sólo se puede ver desde el punto donde termina, desde donde la podemos ver en retrospectiva, imaginarnos que la emprendemos otra vez y repasar mentalmente lo ocurrido. (L-pl.158.3:5-4.5)

¿No sientes que tu paso por el tiempo y el espacio no es casual? A veces tenemos destellos,

momentos de clara intuición en que vemos alguna parte de este rompecabezas oculta detrás de una nube difusa. Cuanto más estudies el Curso, tanto más experimentarás la “revelación,” tanto más sabrás “Lo que ya es.”

Søren Kierkegaard, comprometido con la hermosa Regina Olsen, a punto de cambiar su vida contemplativa y solitaria por el matrimonio, de repente rompió el compromiso. No importaba cuánto amara a la hermosa Regina, él había llegado a la conclusión que el matrimonio y su vida contemplativa de filósofo eran incompatibles.

El padre del filósofo David Hume le ofreció un cargo en su negocio próspero, que, si lo hubiera aceptado, hubiera significado una gran fortuna para el joven Hume. Pero rechazó la oferta de su padre y en vez eligió la vida de contemplación filosófica porque, dijo, tenía “una sed insaciable por lo que fuera el logro del conocimiento”.

Jesús fue a la cruz, Kierkegaard canceló su casamiento y Hume rechazó un negocio que lo hubiese convertido en hombre rico. Cada uno hizo lo que hizo en respuesta a un llamado que sentía que debía revelar. Cada uno siguió su destino con decisiones dramáticamente claras que afectaron la textura total de sus vidas.

Conciencia de coincidencia

Las teorías de la medici-



No Existen Los Accidentes

Por Jon Mundy

na, filosofía y arquitectura están basadas en una *ciencia* de coincidencias significativas. Los textos clásicos Chinos no preguntan qué fue lo que causó tal cosa, sino qué cosa se *complace* en *suceder con* qué otra. La Novena Revelación, tan popular a comienzos de la década del 90, detalla 9 revelaciones, la primera de las cuales era ser consciente de las coincidencias.

¿Alguna vez tuviste un presentimiento o cierta intuición en cuanto a algo que querías hacer, o una medida que quisieras tomar en tu vida? ¿Y te preguntaste cómo podía ocurrir? ¿Y después de haberlo casi olvidado para concentrarte en otras cosas, de repente te encontraste con alguien o leíste algo o fuiste a alguna parte que llevaba precisamente a la oportuni-

dad que buscabas? Esas coincidencias se producen cada vez con mayor frecuencia y, cuando eso ocurre, nos da la impresión de que es algo que está más allá de lo que podría esperarse por pura casualidad. Sentimos que están destinados, como si nuestras vidas hubiesen sido guiadas por alguna fuerza inexplicable. Es una experiencia que provoca una sensación de misterio y excitación y, por consiguiente, nos sentimos más vivos.

James Redfield
La Novena Revelación

A los nueve años anuncié a mi familia que iba a ser ministro. Nunca hubo duda acerca de esto. Siempre me he sentido "llamado." Siempre me he sentido fascinado con la idea del *destino*, la *suerte*, el *significado* y *propósito*, como si hubiese otro plan que necesitaba descubrir y cumplir. La cuestión es ¿cuánta atención le prestamos? Durante muchos años, me sentí como Jonás y la ballena en mi relación con *Un Curso de Milagros*®.

El llamado a involucrarme no podría haber sido más claro. Llegó por parte de Helen Schucman, la escriba del Curso. De hecho, había venido de Jesús. No hay nada especial en mí. El mismo llamado viene de Jesús, Dios, el Espíritu Santo, tu Ser Interior. No me importa como "Lo" llames. A "Él" no le importa como "Lo" llames. "Él" no tiene un nombre. ¡Sólo responde al llamado!

Yo resistí un profundo compromiso con el Curso

y durante muchos años jugué con la superficie de las cosas. Mi amigo Ken Wapnick, solía decir, "tienes que profundizar," y lo hice y tuvo razón. Esa profundización, lleva a que realmente entiendas a ese ego "tonto." Se llega a entender porqué es tan innecesario, porqué nos debilita y nos entristece. Cuanto más entendemos porqué no lo necesitamos ni deseamos, tanto más fácil es soltarlo.

Afortunadamente, como Jonás, a mí me soltó la ballena (la iglesia Metodista). Esto me forzó a despertarme y prestar atención a lo que realmente se suponía que debía hacer. Doce años después, pasé por otra experiencia similar en mi encuentro con el cáncer. Nuevamente resultó ser un "despertar".

Según un estudio sobre las experiencias místicas que hizo Sir Alister Hardy, más personas llegan a la iluminación como resultado de "chocar y quemarse" que a través de largos periodos de meditación o ejercicios espirituales como provee el Curso. De todos modos, hacer el Curso es "mucho más suave" que el proceso de "chocar y quemarse."

No hay carga más pesada que un potencial sin cumplir

Charles Schultz

Tantas veces los problemas que la gente consulta conmigo se expresan como "¿Por qué me está sucediendo esto?" - como si detrás de todo hubiera una fuerza cósmica mayor. No es inusual que sintamos que lo que suce-

de oculta un propósito mayor. No es "tan solo" cuestión del azar. Como dijo Einstein, "*Dios no juega dados con el universo.*"

Jung y la sincronicidad

El Dr. Carl Jung estaba fascinado con el concepto de la Sincronicidad, *una coincidencia en el tiempo de dos o más eventos aparentemente no relacionados que tienen el mismo o similar significado*. Experimentamos la sincronicidad cuando descubrimos eventos significativos, cuando nos encontramos con la persona justa en el momento justo. Entonces sentimos el propósito detrás del evento.

Jung dijo que ciertos eventos *gustan* de agruparse. Según Jung, los eventos de sincronicidad se ven más claramente durante etapas "cruciales" de nuestro desarrollo espiritual. Sin embargo, pueden pasar desapercibidos. Jung notó, por ejemplo, que antes de la segunda guerra mundial muchos de sus pacientes tuvieron sueños horribles acerca de la guerra, batallas, destrucción y muerte – imágenes absolutamente apocalípticas. Se preocupó pensando que muchos de sus pacientes enloquecerían. Luego se dio cuenta que estos sueños presagiaban la guerra.

El Dr Jung dijo que todos tenemos un conocimiento inconsciente que une las cosas a través del inconsciente colectivo. Del mismo modo el Curso dice que todos somos uno, que las mentes pueden unirse pero los cuerpos



No Existen Los Accidentes

Por Jon Mundy

no. Los eventos que parecen “accidentales” son “significativos” de hecho. En una ocasión el Dr Jung estaba observando cómo un escarabajo subía por la cortina detrás de un paciente, mientras el paciente describía un sueño acerca de un escarabajo egipcio. Sintió que los dos eventos no eran accidentales, sino una coincidencia “significativa”.

Salvo que hagas lugar a la serendipia, jamás encontrarás tu camino.
Joseph Campbell

La serendipia sucede cuando encontramos cosas agradables que “no pensábamos” estar buscando. Puede ser que justo en el momento en que piensas que las cosas no pueden o no van a cambiar, precisamente en ese momento todo cambia.

Responsabilidad:

“¡Jamás hubiera elegido esto!”

El Curso nos pide que entendamos el papel que nuestras decisiones juegan en los momentos “aparentemente accidentales” y coincidentes. Lo que llamamos buenas y malas experiencias no son accidentales ni al azar sino parte de nuestra propia elección. El Curso dice que la ley de “causa y efecto” es la más básica que hay en el universo. A veces la causa y el efecto es obvio; a veces no vemos la correlación entre los eventos hasta que ya se perdieron en el tiempo.

Es probable que todos hayamos tenido la experiencia de algo que nos sucediera y luego decir: “Jamás hubiera elegido esto.” Cuando en 1989 perdí la posada campestre que me pertenecía y al mismo tiempo, abandoné el ministerio Metodista, perdiendo todo lo que tenía, económicamente hablando, me pregunté repetidamente - ¿por qué me está sucediendo esto? Más tarde, me di cuenta que todo “tenía que suceder” para permitir que me alejara de la Iglesia Metodista y me convirtiera en un ministro “independiente e itinerante”.

Cuando compré la posada todo “parecía” caer en su lugar “de una manera milagrosa,” el dinero se hizo disponible, etc. Al paso del tiempo, entendí que en realidad había “elegido” esta experiencia de “casi” bancarrota y que era necesario para que pasara por la limpieza y purificación a fin de enfrentar la vida de una

manera más profunda y más significativa. De nuevo en 2001, cuando tuve cáncer, me di cuenta, luego, que servía para encarar un desapego profundo y “total”. La única manera de soltar “completamente” es echarle una buena mirada a la muerte.

El Dalai Lama ha dicho que cuando todo se está desmoronando hay otra cosa que trata de nacer. Tuve que enfrentar el hecho de ser yo quien había hecho las elecciones que llevaron a mi situación. Aceptar la responsabilidad de lo que pasaba me ayudó a atravesar la pérdida y la vida tomó un vuelco positivo en cada instancia desde ese momento en adelante.

Es imposible que el Hijo de Dios pueda ser controlado por sucesos externos a él. Es imposible que él mismo no haya elegido las cosas que le suceden. Su poder de decisión es lo que determina cada situación en la que parece encontrarse, ya sea por casualidad o por coincidencia. Y ni las coincidencias ni las casualidades son posibles en el universo tal como Dios lo creó, fuera del cual no existe nada. Si sufres es porque decidiste que tu meta era el pecado. Si eres feliz, es porque pusiste tu poder de decisión en manos de Aquel que no puede sino decidir a favor de Dios por ti.

T-21.II.3:1-6

Todo lo que “parece accidental” trae su lec-

ción. Estamos “constantemente” aprendiendo. No hay enfermedad, no hay pérdida física, dificultad financiera, problema interpersonal, muerte ni experiencia, no importa lo extraordinario o mundano que sea, que no venga a nosotros trayendo su enseñanza.

A medida que nos encontramos con la responsabilidad de frente – la vida tiene sentido. Vemos porqué las cosas “tuvieron que suceder” de la manera que lo hicieron. Cuanto más huimos o culpamos a otros por nuestros problemas, tanto más sufriremos.

Leí el libro de Ram Dass “Aquí todavía” acerca de su experiencia con el derrame cerebral masivo que lo incapacitó. Ram Dass considera su vida antes y después del derrame como dos encarnaciones distintas.

Yo era golfista – bastante bueno – y era un violonchelista en la primera encarnación. Tenía un auto deportivo hermoso dijo, su cara iluminada mientras hacía la mímica de ir a alta velocidad por un camino serpenteante. Desde el derrame, dijo, “aprendí a jugar con esta nueva encarnación. Mi guru decía que el sufrimiento es gracia. Cada encarnación tiene una lección total. Tienes que participar; tienes que escurrir la esponja de cada momento hasta que quede completamente seca.”

Enfrentar la vida de lleno



No Existen Los Accidentes

Por Jon Mundy

Le doy gracias a Dios por mis discapacidades porque a través de ellas me he encontrado a mí misma, a mi trabajo y a mi Dios.

Hellen Keller

Siempre que escuches que alguien ha pasado por una gran dificultad o que ha nacido con alguna discapacidad y ha decidido vivir plenamente no obstante esa dificultad, no se puede más que estar impresionado con el poder del espíritu humano.

La enfermedad no es un accidente. Al igual que toda defensa, es un mecanismo demente de auto-engaño. Y al igual que todos los demás mecanismos, su propósito es ocultar la realidad, atacarla, alterarla, incapacitarla, distorsionarla, tergiversarla y reducirla

a un insignificante montón de partes desarmadas.

L.pl.136.2:1-3

Espiritualmente hablando, las lecciones que debemos aprender tienen algo que ver con las cualidades espirituales como confianza, paciencia, mansedumbre y humildad. Puede tener algo que ver con la superación del orgullo y la arrogancia. Cuando parecen suceder "cosas malas", queda claro que hay alguna lección que todavía necesitamos aprender. Debemos aprender esa lección o se nos dará la lección una y otra vez hasta que la aprendamos.

Las pruebas por las que pasas no son más que lecciones que aún no has aprendido que vuelven a presentarse de nuevo a fin de que donde antes hiciste una elección errónea, puedas ahora hacer una mejor y escapar-te así del dolor que te ocasionó lo que elegiste previamente. En toda dificultad, disgusto o confusión Cristo te llama y te dice con ternura: "Hermano mío, elige de nuevo".

T-31-VII.3:1

Ningún encuentro es por casualidad

En *Psicoterapia: Propósito, proceso, y práctica*, Jesús dice que nadie es enviado a otro por accidente (P-3.III.6:2). Ningún encuentro de dos personas o grupo de personas es accidental. No importa si el encuentro dura un segundo o una vida. Estamos donde necesitamos estar en

cada momento, aprendiendo la lección que necesitamos aprender.

El nivel más simple de enseñanza aparenta ser bastante superficial. Consiste en lo que parecen ser encuentros fortuitos: el encuentro de dos supuestos extraños en un ascensor "por casualidad"; el niño que sin mirar adonde va se tropieza con un adulto "por accidente"; dos estudiantes que "de pronto" se encuentran caminando juntos a casa. Estos encuentros no ocurren al azar. Cada uno de ellos tiene el potencial de convertirse en una situación de enseñanza-aprendizaje. Quizá los dos supuestos extraños en el ascensor se sonrían el uno al otro; tal vez el adulto no reprenda al niño por haber tropezado con él, y tal vez los estudiantes se hagan amigos. Es posible, incluso en el nivel de encuentro más fortuito, que dos personas pierdan de vista sus intereses separados aunque sólo sea por un instante. Ese instante será suficiente. La salvación ha llegado.

M-3.2

En su maravilloso librito *La guía hacia la iluminación para el hombre peregrino*, Thaddeus Golas dice que *a la iluminación no le importa como llegas*. Donde estemos, ahí es donde debemos estar. Uno de los personajes en la película *Buckaroo Bonzai* dice: "¡Vayas donde vayas – ahí estás tú!" Siempre tenemos que

vivir con nosotros mismos. ¡No importa dónde estemos, ni lo que esté pasando, debemos asumir la responsabilidad de estar ahí – en este maravilloso lugar – en este momento maravilloso! Una vez, una persona que me consultó afirmaba constantemente que su problema era que vivía en Nueva York. Sus problemas no tenían nada que ver con un "estado" de la nación – sino con el "estado" de su mente.

Puedes aplazar lo que tienes que hacer y eres capaz de enormes dilaciones, pero no puedes desvincularte completamente de tu Creador, Quien fija los límites de tu capacidad para crear falsamente.

T-2.III.3:3

Que nos digan que estamos en cada momento donde necesitamos estar puede ser difícil de escuchar si la situación en que estamos es dolorosa, una amenaza para la vida, o perturbador para la mente, sin embargo, todo es una lección, incluyendo (o, especialmente) aquellas experiencias en que deseamos huir de nuestro destino. No podemos huir. Podemos demorar, dilatar, encontrar innumerables excusas para no prestar atención. Al final debemos responder – enfrentar la vida de una y ocuparnos de nuestros problemas. Al final todas nuestras cuentas deben pagarse o perdonarse.

Muchas veces uno encuentra su destino sobre el camino que tomó para evitarlo.

Proverbio francés.



No Existen Los Accidentes

Por Jon Mundy

Yo enseñé filosofía, religión y psicología en la Cárcel de Sing-Sing durante ocho años. Algunos prisioneros admitieron que en realidad se alegran de haber sido detenidos. No podían seguir corriendo y ocultándose y seguir con la representación indefinidamente. Al final tendrían que rendirse y confesar sus crímenes. No podían vivir consigo mismos. La única salida era admitir su culpa.

A la iluminación no le importa como llegas.
Thaddeus Golas

El camino que elijamos puede estar lleno de baches o ser sencilla. Lo principal es estar en el camino – no hacer de cuenta que no existe. Si no prestamos atención al llamado del destino, sólo llegaremos a la desesperación y la mediocridad.

A veces cuando me consulta una pareja que se va a casar se puede ver que tienen varias “ilusiones” sobre el matrimonio. Algún día se “desilusionarán.” Nos reunimos con la gente con quienes trabajamos porque ellos nos necesitan y porque nosotros los necesitamos. A veces las parejas se unen para que un ser en particular nazca. Si no se hubieran unido ese individuo no hubiera venido al mundo. Aunque las cosas no tengan sentido aparente, tienen un significado más profundo.

La esperanza no es la convicción de que algo saldrá bien, sino la certeza de que algo tiene sentido, no importa como salga.

Vaclav Havel

Como padre has visto a una persona joven elegir cosas que consideras dudosas. Puedes tratar de guiarlo; puedes expresar tu preocupación con claridad. Como padre tal vez tengas que imponer límites. A veces cuando la gente se empecina en elegir el camino que quieren elegir, no se los puede detener. Al resistir el proceso se puede desencadenar mayor conflicto entre tú y tu ser amado. A veces tenemos que simplemente observar mientras la gente elige mal – aceptando con fe que al final este “desvío” los llevará al camino principal y de vuelta a casa.

Dios no interfiere en nuestras decisiones. Tenemos libre albedrío. Eso es lo que nos caracteriza como seres humanos. Podemos elegir a Dios o podemos elegir la

ilusión. ¡Al final, todos elegiremos volver a casa – porque ya lo hicimos!

Mirando al monstruo de frente

No obstante las dificultades que enfrentamos, la mejor solución es mirar de frente al monstruo y ocuparnos de él. Así descubrimos que el monstruo no es tan grande ni malo como pensamos – de hecho el monstruo es un ángel con el regalo de azucenas. Ama al monstruo y aprecia su regalo. Es la manera “milagrosa” de cambiar demonio en amigo.

Me resulta reconfortante saber que no hay accidentes. Al saber que no hay accidentes, me doy cuenta que todo tiene un significado, que “este mocoso” me está acercando ahora mismo a Dios. Sé agradecido por los problemas. Los problemas son las puertas hacia una percepción más profunda. También es reconfortante saber que todo está en conexión cósmica.

Tenemos una misión aquí. No vinimos a reforzar la locura en la que una vez creímos.

L-pl.193.9:1-2

El Dr. Jon Mundy es escritor, conferencista y docente universitario desde 1967.

Es autor de ocho libros basados en el Curso y este artículo fue tomado de la edición de marzo-abril de su revista Miracles. En Internet

www.miraclesmagazine.org

La escalera termina con esto, puesto que el aprendizaje ya no se necesita. Ahora estás ante el portal del Cielo, y tu hermano se encuentra allí al lado tuyo. Los prados son profundos y tranquilos, pues aquí el lugar señalado para el momento en que vinieras tú te ha esperado largo tiempo. Aquí terminará el tiempo para siempre. En este portal la misma eternidad se unirá a ti. La oración se ha convertido en lo que siempre estuvo destinada a ser, porque has reconocido el Cristo en ti.

CO-1.V.4.3

La oración es una escalera que llega hasta el Cielo.

CO-1.II.7.1

La fe en tu meta crecerá y te apoyará mientras asciendes la radiante escalera hacia los prados del cielo y el portal de la paz.

CO-1.IN.3.3



La Práctica Diaria Del Curso

Por Robert Perry Y Greg Mackie

A la necesidad de practicar casi le ha llegado su fin.

Pues en esta última etapa llegaremos a entender que sólo con invocar a Dios, toda tentación desaparece.

En lugar de palabras, sólo Necesitamos sentir Su Amor.

En lugar de oraciones, sólo necesitamos invocar Su Nombre. Y en lugar de juzgar, sólo necesitamos aquietarnos y dejar que todas las cosas sean sanadas. Aceptaremos la manera en que el plan de Dios ha de terminar, tal como aceptamos la manera en que comenzó. Ahora ya se ha consumado.

Este año nos ha llevado a la eternidad.

L-pII.IN.10

¿Cuándo Dedicar Un Momento De Quietud Al Curso Por La Mañana?

por Robert Perry

El momento de quietud por la mañana es esencial para un estudiante de *Un Curso de Milagros*®. En esos instantes establecemos nuestro modo de pensar para el resto del día de tal manera que quede dedicado a Dios en lugar de solo a sobrevivir. Se convierte en una parte esencial de la práctica del Libro de Ejercicios. En ese momento lees tu lección y llevas a cabo la primera fase de la práctica.

Sin embargo, aún cuando hayas terminado el Libro de Ejercicios, el Curso espera que continúes dedicándole este rato, según lo expresa en la Sección 16 del Manual, "¿Cómo debe pasar el día el maestro de Dios?"

Pero la cuestión que quiero discutir aquí es el *cuándo*. ¿Para cuándo programar este rato? Si todavía no lo estableciste como parte de tu vida, es obvio que esta cuestión es relevante. Suponiendo que aunque ya lo tienes programado, en el fondo tienes preguntas persistentes: ¿Será importante que me tome un rato de quietud en cuanto me levante? ¿Está bien que espere hasta más tarde? ¿Cómo sabré cuándo es el momento ideal?

Como sucede con la mayoría de este tipo de preguntas, las respuestas están ahí mismo en el Curso. Yo sé de once pasajes que responden a

esto, y hablan de las mismas tres cosas una y otra vez:

1. Tan pronto como te despiertes (L-pl.42.3:1)

Idealmente el Curso quiere que nos tomemos este tiempo en cuanto nos levantemos. Nos dice que tendremos más beneficio si hacemos nuestra práctica a primera hora de la mañana (L-pl.Rev.III.8:1).

¿Por qué?

Supongo que será porque cuando nos despertamos la mente es prácticamente un lienzo en blanco. Todavía no se ha abarrotado con todos los detalles del día. En este estado, podemos pintar sobre él lo que deseemos. Y si tomamos esta oportunidad para pintar una escena del Cielo, eso es lo que perdurará durante la mayor parte del día, incluso tal vez el día entero.

Por otro lado, si esperamos demasiado tiempo, entonces nuestro cuadro comenzará a poblarse de escenas de tareas y preocupaciones y planes. Y luego, para cuando nos sentemos para pasar un rato de quietud, tal vez no logremos borrar lo que ya está pintado allí. No sería raro que solo cavilemos acerca de tareas y preocupaciones y planes.

¿Pero es alguna clase de ley que tengamos que pasar un rato de quietud al instante de despertarnos? El Curso dice que no:

Este curso es siempre práctico. Puede ser que el maestro de Dios no se encuentre en una situación que sea conducente a

pasar unos minutos en un estado de quietud nada más despertarse.

M-16.4:1-2

Lo que es importante no es la *forma* que toma tu rato de quietud ni bien te despiertas, sino el *contenido* de tomártelo en un momento que más contribuya a su verdadero propósito.

El Curso no dice "cuando despiertes," sino "lo antes posible después de despertar" (lo menciona tres veces). La manera de calcular cómo se define "tan pronto como sea posible" nos conduce al segundo y tercer punto.

2. Un momento en el que no preveas muchas distracciones (L-pl.32.4:3)

Esto es tan obvio que en realidad casi ni se necesita mencionarlo. Si dedicarte a tu rato de quietud en cuanto te despiertes significa que los niños pronto llaman a tu puerta preguntando "¿Cuándo desayunamos?" entonces ese no es un momento adecuado. En su lugar, busca un momento con menos distracciones. En el Libro de Ejercicios esto significa dos cosas:

1. Estás solo (se menciona dos veces)
2. Todo está tranquilo (se menciona cuatro veces)
3. "Te sientes razonablemente preparado" (L-pl.32.4:3)

Los puntos anteriores son acerca de lo externo, éste es acerca de lo interno. ¿Estás en un ambiente ruidoso con otra gente en él? – ¿te sientes dispuesto internamente para concentrarte en



La Práctica Diaria Del Curso

Por Robert Perry Y Greg Mackie

Dios? Este tema de estar dispuesto se menciona cuatro veces y creo que principalmente es un símbolo para "¿estás completamente despierto ya?" Admitámoslo, algunos de nosotros no somos muy humanos cuando recién nos levantamos. Somos de los que cuando suena el despertador, nos cuesta entender qué es ese ruido. Para nosotros no tiene ningún sentido intentar dedicar un rato de quietud al Curso en cuanto nos despertemos.

Resumen

¿Cuándo dedicar un rato de quietud al Curso por la mañana?

El Curso provee una fórmula sencilla: lo antes posible después de despertar, siempre que estés dispuesto (totalmente despierto) y puedas estar solo en un lugar tranquilo.

Momento De Quietud Para La Práctica A La Noche por Greg Mackie

El momento de quietud al final del día es un ingrediente básico de la práctica diaria del Curso. Lamentablemente me resulta difícil convertirlo en una parte regular de mi práctica. ¡Después de un día largo y cansador, es tan tentador irme a la cama en vez de dedicar tiempo a concentrarme y entrar en una aquietada comunión con mi Padre!

Muchos estudiantes del Curso con quienes hablo han luchado con el mismo tema: "Estoy muy cansada para la práctica de noche." ¿Qué podemos hacer para superar nuestro letargo, y hacer que este momento sea la experiencia gratificante que Jesús tiene en mente?

Cada vez que tengamos problemas con nuestra práctica del Curso, el primer lugar para buscar soluciones es en el Curso en sí. La Sección 16 del Manual sugiere una solución sencilla a este problema de la práctica al atardecer. Dice,

Tal vez tu período de sosiego deba ser temprano en la noche, si no te es posible hacerlo inmediatamente antes de irte a dormir.

M-16.5:2

La sección no se detiene a explicar porqué nuestro momento de quietud pueda no ser "factible" justo antes de acostarnos, pero una razón es evidente: tal vez estemos demasiado cansados en

ese momento para que tenga resultado. Yo sé que a veces me he dormido al meditar antes de ir a la cama – lo cual no es exactamente la meditación pacífica pero *alerta* que Jesús quiere que haga.

Así que si la somnolencia a la hora de dormir es un problema para nosotros, hagámosla más temprano, cuando estemos más alertas. Cuando llega la hora de acostarse, podremos tomar un breve momento para conectarnos con Dios inmediatamente antes de dormirnos (ver M-16.5:8).

Yo he incorporado este consejo a mi programa personal poco convencional, y el resultado es maravilloso.

Soy un ave nocturna. Después de un atardecer tranquilo y relajado con mi mujer, Margery, generalmente trabajo un rato más en mi computadora antes de acostarme a la una o dos de la mañana. Mi anterior modelo era tratar de hacer mi meditación justo antes de ir a la cama y esto no funcionó tan bien como me hubiera gustado.

Demasiadas veces dejé de hacer mi práctica, y me dormí cuando sí lo intentaba hacer. Pero ahora lo estoy haciendo después de mi velada con Margery pero *antes* de la sesión de trabajo tardío. Esto ha funcionado mucho mejor. Desde que implementé este plan, he logrado practicar mucho más que antes, y me he sentido mucho más alerta al hacerlo.

Como resultado, me concentro más durante mis

meditaciones, son más pacíficas, y más gratificantes. Es sorprendente lo que un ajuste sencillo como éste puede lograr. Si encuentras que estás demasiado cansado para la última práctica del día, trata de hacerla un poco más temprano. Tal vez descubras como yo, que este aspecto de tu práctica realmente toma impulso como resultado.

Ojala que encuentres la profunda paz y comunión con Dios que Jesús desea que todos tengamos.

Robert Perry y Greg Mackie son maestros del Curso y autores de varios y prestigiosos libros de estudio, entre los que se destacan "Cómo perdonar a los asesinos y otras respuestas a preguntas sobre el Curso" de Greg y "Sendero De Luz" de Robert. En Internet www.circleofa.org

El poder de la verdad es muy superior al de cualquier defensa, pues ninguna ilusión puede permanecer allí donde se le ha dado entrada a la verdad. Y ésta alborea en cualquier mente que esté dispuesta a deponer sus armas y a dejar de jugar con necedades. La verdad se puede encontrar en cualquier momento; incluso hoy mismo, si eliges practicar darle la bienvenida.

L-pl.136.14



Benevolencia

Por
Anna Powell

Él sólo te pide que aceptes
por Él la gratitud
que le debes.
Y cuando contemplas a tu
hermano con infinita
benevolencia, lo estás
contemplando a Él.
Pues estás mirando allí donde
Él está, y no donde no está.
No puedes ver al Espíritu
Santo, pero puedes ver
a tus hermanos
correctamente. Y la luz en
ellos te mostrará todo lo que
necesites ver.
Cuando la paz que mora en ti
se haya extendido hasta
abarcar a todo el mundo,
la función del Espíritu Santo
aquí se habrá consumado.
¿Qué necesidad habrá
de ver entonces?

T-19.IV.3 fragmentos

Desprovista de ansiedad, la mente es totalmente benévola.

T-6.III.3:6

Benevolencia es una de esas palabras flexibles, como perdón, o amor, que podemos hacer que signifiquen lo opuesto sin darnos cuenta. Decimos, 'lo más bondadoso sería dejar que aprenda a los golpes' – y nos permitimos creerlo. 'Lo siento, pero es para tu propio bien'... 'Esto me duele más a mí que a ti'... Obviamos la diferencia entre bondad y falta de bondad para ocultar y tratar de justificar nuestros pensamientos no tan amorosos. Pero queda la culpa. Y la culpa nos enoja. Y el enojo nos vuelve poco bondadosos. Y ya comenzó de nuevo el círculo vicioso.

O hacemos advertencias 'tanta bondad termina matándote'. Pero la bondad en raras ocasiones es fatal. ¿Por qué hablamos de la bondad como si fuera malo para nosotros? O, ¿por qué disfrazamos como 'bondad' aquello que a veces es inevitablemente doloroso? Es como si la bondad nos diera miedo o vergüenza. Al igual que el amor, la palabra está devaluada por el mal uso.

Digámoslo así: no se puede *ser despiadado para ser amable*. No es 'cruel' evitar que un niño corra hacia la calle llena de tránsito, aunque patatee; no es 'cruel' someter a alguien a un tratamiento doloroso para salvarle la vida o una extremidad. La cuestión es cómo y por qué lo haces. ¿Con aspereza, o amablemente? ¿Qué es lo que quieres comunicar,

miedo, o bienestar? La bondad está en la actitud de la mente hacia otro, no en lo que se hace. Si pensamos en la amabilidad como acción y lo gestual estaremos tratando de esquivar nuestra responsabilidad por la manera en que pensamos. Desvía la atención lejos de lo que estamos pensando y sintiendo acerca de alguien – lo cual consideramos privado e insignificante – y la ubica en la conducta que le demostramos, lo cual, en contraste, puede volverse un enorme tema diplomático y político.

Nos olvidamos de distinguir entre bondad y negociación social. Lo vemos como una forma sutil de negociación o chantaje. Lo usamos caritativamente para calmar la culpa y para imponer una superioridad moral. En otras palabras, convertimos a la bondad en un camuflaje para poder atacar. Tenemos miedo de 'malcriar', como si el mundo se desmoronara si fuésemos más amables; aunque la aspereza es responsable de habernos 'echado a perder' mucho más de lo que grandes dosis de amabilidad podría haber hecho.

Tendemos a ver la bondad como una doble debilidad: en el dador por darla, y en el que la recibe por necesitarlo, aparentemente. El idioma inglés sugiere que el castigo es bueno ('ya vas a aprender') y que la bondad puede ser mala consejera ('les das la mano y te toman el brazo'...). Vivimos con una falta crónica de amabilidad, pero no vemos que haya nada malo en ello, pues la

amabilidad parece ser el *menor* de nuestros problemas. Nuestra necesidad de bondad es diaria, universal, y desesperada, y ni siquiera nos damos cuenta.

¿Qué es lo que nos hace ser menos que bondadosos? El temor de estar en desventaja: disputándose una posición en un mundo competitivo: resentimientos acumulados por todo lo que el mundo nos ha hecho, y no nos ha brindado: nuestra propia sensación de carencia: y principalmente, la ansiedad de no dejar que nadie 'se salga con la suya'.

¡Alguien merece ser castigado! Este es el pensamiento detrás de la falta de bondad. Si quieres tener razón, mantener tus defensas, tramar tus ventajas, entonces no debes revelar tu ternura. No puedes juzgar y ser bondadoso al mismo tiempo, porque la bondad es amnistía, alivio, y unión todo al mismo tiempo. El compromiso es *parecer* bondadoso al mismo tiempo que guardas secretos, pensamientos críticos y un estado de separación. Es por eso que a la vez tenemos miedo de ser 'blandos' y al mismo tiempo tratamos de compensar por nuestros pensamientos menos que amables: siendo cordiales, llevando a cabo buenas acciones, haciendo sacrificios. Podemos ser tan amables que llevamos a que otra persona se sienta inadecuada o avergonzada... Podemos ser tan amables que esperamos gratitud o una devolución de favores... y si no es dentro de un tiempo prudencial y suficientemente sentido, sentimos



Benevolencia

Por
Anna Powell

una indignación justificable.

Podemos ser lo suficientemente bondadosos como para sentir culpa, sin realmente corregir nada. Podemos estar terriblemente preocupados por otro, sin confiar en él o prestarle nuestro apoyo. Podemos arrogarnos el derecho de corregir el error de otro, o arreglar al mundo con tanto ahínco que nos sentimos heridos o molestos cuando no se aprecian nuestros esfuerzos.

En realidad hemos hecho algo tan complicado de la bondad, mezcla de obligación, soslayo, irritación y culpa, que no sorprende que encontremos tantas excusas para no tener demasiada. Y todo porque nuestros pensamientos están ocupados con sustitutos como *'debiera ser amable'*, *'trato de agradar'*; en

vez de *aprecio* y *sentirme uno con*.

No hay confusión acerca de la bondad una vez que dejas de pensar en ella como algo que se hace a o para algún otro. La bondad restaura la mentalidad correcta *al que la da*. *La necesidad aparente de otro es sólo un espejo de la propia*. *Es nuestro propio pedido de ayuda: una invitación a nosotros mismos a dejar de lado nuestras ansiedades absorbentes por un rato, y construir un puente sobre las barreras que levantamos entre nosotros y otros*.

¿Cuántas oportunidades hemos dejado pasar en que podríamos haber sido más bondadosos? ¿Cuántos están esperando ahora mismo? ¿Por qué no hacer un esfuerzo especial? ¿O por qué no ser mucho menos complacientes, y, además, me-

nos resentidos? ¿Por qué no confiar en el otro lo suficiente para dejarlo valerse por sí mismo? La bondad no significa hacer *para*, sino unirse en paz *con*.

La bondad sana cuando da por el placer de dar, y le resta importancia a nuestros pensamientos ansiosos de ataque defensiva. A través de los muchos grados de daño que nos lastiman, la bondad se mueve aquietadamente entre nosotros como una lámpara en la oscuridad, sanándonos. Así que sé bondadoso contigo mismo. Irrádiala.

Anna Powell es psicóloga transpersonal, facilitadora y autora de Un Curso de Milagros en el Reino Unido

En Internet

www.miracles.org.uk



Mentalidad Milagros Frente A La Demencia Global

Por
Miranda Holden

Los países, comunidades e individuos estamos forzados por la situación mundial a reflexionar sobre el porqué de una situación violenta tan generalizada, sobre cuál debiera ser la respuesta y cómo se pueden impedir que sucedan de nuevo.

Los medios y los políticos, que representan a la mente de las masas, se concentran casi totalmente en el nivel externo: quién tiene la culpa, la condena y el ataque. Los intentos mundiales de 'mantenerse a salvo' crean estrategias de defensa. La piedra angular del ego, miedo, culpa y castigo, está a la orden del día. Nos ponemos en pie de guerra y las repercusiones se sienten en forma de

miedo globalizado del futuro, pánico respecto de la economía a la vez que se habla de pérdida de inocencia.

Como gente compasiva y estudiantes de *Un Curso de Milagros®*, ahora más que nunca es la hora de hacerse presente para la aplicación de las enseñanzas del Curso y para aceptar que hay otra manera de mirar el mundo.

¡Nosotros somos el mundo!

Comencemos con la premisa incómoda pero insistente del Curso "¡El mundo no existe!" (LE.pl.132.6:2) – sino que el mundo es la proyección de la mente del ego colectivo. Tal vez

este sea el principio más difícil de aceptar pero los milagros dependen de él. Todo lo que vemos, literalmente, es reflejo de lo que creemos. Cada conflicto refleja los lugares en que la mente está dividida en dos campos: miedo y amor. Visto de esta manera, las situaciones que se develan en el escenario del mundo son un reflejo colectivo de los cismas y escisiones dentro de la propia mente. La invitación es que sanemos a través de la integración y el perdón, confiando en que la calidad de la ofrenda que esconde la locura es directamente proporcional al grado de tragedia y que la aceptación de los eventos son oportunidades



**Mentalidad
Milagros
Frente
A
La
Demencia
Global**

**Por
Miranda Holden**

de sanar la mente, llevando a cabo nuestra parte en la sanación del mundo.

**Sé el cambio que quieres
ver**

Un amigo budista, que es un apasionado de la campaña contra las minas, predicó su mensaje por televisión una vez, desde el sitio de la protesta frente a la Casa Blanca, diciendo "Primero debemos quitar las minas y bombas que están en nuestras propias mentes".

El Curso nos dice que el menor atisbo de ira, congoja, miedo o culpa en nosotros es igual de negativo para nuestra paz mental como lo sería una iracundia asesina, y que sólo empeora el problema. Nuestras heridas purulentas y sin reconocer provocan nuestro ataque, muchas veces sin siquiera darnos cuenta de lo que

estamos haciendo. Si queremos ser conciliadores debemos comprometernos con una autocuración continua, para que podamos convertirnos en conductos de amor más útiles. "Enseñar es demostrar." (M-In.2:1) Para enseñar el amor, debemos ser amorosos. Para enseñar la paz, debemos ser la presencia de la paz.

¿Cómo? Primero, comprometiéndonos con el objetivo – paz, verdad, amor. Segundo, mirar dentro para encontrar los obstáculos que hemos erigido ante la paz, verdad y amor. Tercero, invitar la ayuda del Espíritu Santo para permitir que se elimine aquello que impide la presencia de la paz, verdad y amor. Al comprometerte a sanar tu mente de esta manera, ayudarás enormemente a que estés plenamente dispuesto a darles apoyo a los demás.

Atención con la paralización espiritual

A medida que quitamos las capas de proyección de los eventos mundiales, debemos cuidarnos de no caer en la trampa de la negación a la antigua – cubriendo sentimientos dolorosos con lugares comunes espirituales en un intento equivocado de disociarnos de lo que parece inmanejable.

Reconociendo que todavía estamos apegados a nuestros egos (o no estaríamos aquí) debemos ser bondadosos con nosotros mismos al observar y sentir toda la gama de emociones humanas, si verdaderamente

queremos elegir una respuesta más elevada.

Aceptación de la congoja

Al observar los eventos mundiales y sentir que el corazón se cae al suelo de tanta tristeza, desesperación y angustia, una parte de la mente llora de dolor desesperanzada, mientras que la otra sabe que si hemos de ayudar, debemos averiguar con honestidad "¿Dónde en mi interior estoy cargando con una profunda tristeza, desesperación y sentimiento de pérdida?" "¿Qué es lo causa que me sienta desconsolado o abandonado?" "¿A quién tengo que perdonar?"

Aceptación del "Terrorista Interior"

No pasa demasiado tiempo antes de comenzar a notar que mi enojo con los protagonistas de los conflictos y mis juicios sobre ellos son estúpidos, dementes, sin sentido o malvados. Esta ira demuestra que lo que observé era un deseo de venganza y que quiero que, en nombre de la 'justicia,' los 'malos' paguen por sus acciones. Al mirar televisión donde los individuos y líderes políticos y mundiales braman pidiendo represalias, veo tan claramente lo apegada que todavía estoy a la noción de que hay algunas situaciones en que la ira está justificada y el ataque es necesario. El ataque es la expresión purulenta de un resentimiento no sanado.

Doy gracias a Dios por ser consciente de que mis reacciones de enojo no

son tan distintas al estado mental del que concluye que hay un motivo justificable para entrar en actividades violentas o terroristas. Es hora de enfrentar al terrorista interior con la pregunta "¿Con quién estoy enojada todavía?" "¿A quién deseo culpar (aunque sólo sea mentalmente) sintiendo que está justificado?" "¿A quién necesito perdonar?" En última instancia, lo que no podemos perdonar en otro es aquello mismo que nos condenamos por hacer, aunque lo neguemos. Ten la voluntad de liberarte liberando a los demás de tu condena. Comunícate, tiende la mano y haz que la unión sea más importante que el antiguo dolor.

Aceptación de la víctima

Hay un dicho común que dice que "a las personas buenas les pasan cosas malas", pero *Un Curso de Milagros*® enseña que el ataque sólo responde al ataque. También enseña que estar a la defensiva es una forma de ataque. El ego chilla a voz en cuello ante semejantes principios. El Curso se refiere a eso como 'la cara de inocencia,' una dinámica en que representamos nuestro ataque e ira a través de la pasividad – posando como víctimas mientras nos hacemos los buenos, defendiendo el terreno moral más elevado con apariencia de inocencia.

No estoy sugiriendo que los involucrados en actos violentos hayan atraído su propia muerte, ni personal ni conscientemente. Sí digo que los actos de



Mentalidad Milagros Frente A La Demencia Global

Por
Miranda Holden

violencia son claramente llevados a cabo en represalia por ataques hechos por comisión y a veces por omisión. Esto no justifica el ataque, no justifica la violencia, no justifica las muertes: justifica el amor.

He estado mirando los lugares sutiles donde pueda haber estado representando a la víctima ante algo o alguien: "¿Dónde estoy atacando sutilmente (juzgando, criticando, excluyendo) mientras me hago la inocente?" "¿De quién me vengo con mi actitud de dolor?" "¿A quién necesito perdonar?"

Ninguno de nosotros necesitamos 'hacernos' los inocentes, en verdad ya somos inocente, pase lo que pase. Al dejar de lado nuestros ataques sutiles y nuestras defensas, retiramos la causa de los ataques.

Aceptación del pacificador

También noté distintos niveles del pacificador en mí; el 'seudo pacificador,' que se siente enfermo al ver cómo los políticos hacen declaraciones huecas, y otro 'pacificador genuino' que se une a otros en oración por la paz de todos. "¿Podría encontrar una manera de unir-me a lo más elevado en aquellos cuyas opiniones no comparto en absoluto?"

El darme cuenta de cuán frustrada me siento con la respuesta de cierta gente en el poder, me llevó a mirar dentro de mí, en busca de los políticos simplistas en mi propia mente diciendo: "Me hacen recordar a alguien que me causó frustración, ¿quién es?" "¿A quién debo perdonar?"

Abrazando al avestruz

Frente a tamañas crisis, noté una sensación abrumadora de desesperanza porque las fuerzas del miedo, dentro y fuera, simplemente eran demasiado fuertes. Cuando todo parece ser demasiado, la tentación puede ser esconder la cabeza en la arena y esperar que al salir a respirar todo haya pasado.

Aunque es apropiado que sigamos adelante, en realidad nunca se logra verdaderamente a través de la negación; sólo si recorremos el trauma podremos llegar a tierras más altas. En mis momentos avestrucescos, me resultó útil preguntar: "¿Qué es lo que parece tan abrumadoramente difícil de enfrentar?" "¿A quién le pido

apoyo?" "¿A quién necesito perdonar?"

Abrazando a los que necesitan un chivo expiatorio

En la culpa y el desconsuelo, el ego se desespera por encontrar un chivo expiatorio de modo que no tengamos que tomar responsabilidades. Esta es una fuerza primaria en todos nosotros. Nos olvidamos de que cuando apretamos el gatillo contra la cabeza de alguien, lo apuntamos a la propia.

Es importante que nos desintoxiquemos de los condicionamientos culturales y juicios heredados de aquellos que no entendemos y que perdonemos la parte de la mente que es ignorante y busca un chivo expiatorio en la creencia de que culpando a otro individuo, grupo o cultura, nos aliviaremos nosotros. Esto nunca es así. No es que no debemos juzgar, sino que no podemos, pues hasta que nos despertemos con visión plena nunca sabremos todos los detalles y hechos. Pregúntate: "¿Quién o qué es mi chivo expiatorio (que culpo por mi sufrimiento)?" "¿A quién necesito perdonar?"

Unión para una nueva visión

En un mundo enganchado en el ciclo demente de toda la culpa y ataque, cientos de miles de personas han estado volviendo la mente hace una posibilidad más amorosa. Ha habido muchos momentos en que derramé lágrimas de gratitud, dándole gracias a Dios por este espí-

ritu de amor que crece, por preservar nuestra esencia por nosotros hasta que podamos reclamarlo plenamente por nosotros mismos y por enseñarnos el perdón.

Ahora es el momento de elevarnos más allá de la mentalidad "ellos y nosotros", para que el odio pueda disolverse en su origen y se levanten los velos de ignorancia. Nuestro perdón lo puede hacer fácilmente. Ahora es la hora de que todos nos demos cuenta que lo que es malo para uno es malo para todos; que hay una raza humana y un santo Hijo de Dios – no importa la cara que tenga. Ahora es la hora de quitarse las espinas de las viejas heridas que generan la ira en nuestros corazones; de buscar y desenraizar los misiles dentro de la propia mente; que nuestro perdón nos conduzca a la acción sabia y a respuestas apropiadas, carentes de ataque.

Ahora es la hora de unirse – no solamente en el miedo, sino elevándonos a una nueva visión conjunta – a través de la práctica del perdón. (Recuerda que no necesitas saber cómo perdonar, simplemente pide que la visión del perdón reemplace tu visión actual.) No hay ningún problema, herida o trauma que el perdón no pueda sanar. Lo sé con todo mi corazón. Comprométete a ponerlo en práctica y lo sabrás también.

Miranda Holden es psicoterapeuta, consejera espiritual y reconocida por su labor en la comunidad de Un Curso de Milagros. En Internet www.miracles.org.uk



Insuflándole Vida Al Curso

2ª Parte

Por
Allen Watson

Tal vez te quejes de que este curso no es lo suficientemente específico como para poderlo entender y aplicar. Mas tal vez no hayas hecho lo que específicamente propugna. Éste no es un curso de especulación teórica, sino de aplicación práctica. Nada podría ser más específico que el que le digan a uno que si pide recibirá. El Espíritu Santo te dará la respuesta para cada problema específico mientras creas que los problemas son específicos. Su respuesta es a la vez una y muchas mientras sigas creyendo que el que es Uno es muchos.

T-11.VIII.5 fragmentos

En la última edición del Boletín Mensual de Milagros en Red, compartí un artículo presentando técnicas para el estudio del Curso. Presenté una línea general de las técnicas, divididas en tres categorías:

Observación - ¿Qué dice?

Interpretación - ¿Qué significa?

Aplicación - ¿Qué significa esto para mí?

Luego presenté explicaciones y ejemplos de las dos primeras técnicas de observación. En este artículo, continuaré dando explicaciones y ejemplos de las siguientes cinco técnicas de observación, que van desde la C hasta G.

Las técnicas de observación incluyen:

Tomar nota del tipo de frase

- Tomar nota de lo que no se dice y las preguntas que surgen
- Tomar nota del sujeto, verbo y objeto de la frase
- Tomar nota de los pronombres
- Tomar nota de los términos claves
- Tomar nota de las palabras y frases repetidas
- Tomar nota cuando se usan imágenes y metáforas
- Tomar nota de palabras de enlace
- Tomar nota de las palabras en mayúsculas
- Tomar nota de palabras en cursiva
- Tomar nota de los términos, frases y conceptos que vienen de párrafos recientes

C. Tomar nota del suje-

to, verbo, y objeto de la frase

Esto suena tan árido; el significado debiera ser obvio. Puede llevarnos a recuerdos no gratos de la escuela primaria y el colegio. Sin embargo, prestarle atención a la estructura básica de una frase, realmente ayuda a clarificar frases complejas.

Estoy seguro que recuerdan: el *sujeto* de una frase es el hacedor, el que lleva a cabo alguna acción. El *verbo* es la acción que lleva a cabo el sujeto, y el *objeto* es aquella cosa sobre la que se actúa. Por ejemplo: "Juan tiró la pelota." "Juan" es el sujeto, "tiró" es el verbo, y "pelota" es el objeto.

Ejemplos

Tomemos T-31.VIII.1:1.

La lección que la tentación siempre quiere enseñar, en cualquier forma en que se presente e independientemente de donde ocurra, es ésta:...

Aunque el orden de las palabras está modificada un poco, se puede ver que el sujeto es "tentación," el verbo es "enseñar" (en el sentido de "desea enseñar" o "tiene como meta enseñar") y el objeto es "la lección." "Tentación ... enseña ... la lección." El resto de la frase es material adicional, explicativo (que examinaremos luego, con otras técnicas). El *único* propósito de la tentación es enseñar una lección en particular. Aquí también podemos aplicar la técnica B, notar qué pregunta

surge en nuestra mente: *¿Cuál es la lección que la tentación desea enseñar?* La pregunta se responde en la siguiente frase: "quiere persuadir al Hijo de Dios de que él es un cuerpo". Al aislar al sujeto, verbo, y objeto, uno es llevado a prestar atención al significado central de la frase, y eso dispara la pregunta, lo cual hace que la conexión de pensamiento con la próxima frase sea mucho más clara.

El siguiente pasaje es un ejemplo de una frase más compleja con un sujeto, verbo y objeto muy sencillos:

Las pruebas por las que pasas no son más que lecciones que aún no has aprendido que vuelven a presentarse de nuevo a fin de que donde antes hiciste una elección errónea, puedas ahora hacer una mejor y escaparte así del dolor que te ocasionó lo que elegiste previamente
T-31.VIII.3:1

El principal sujeto, verbo y objeto son simplemente: "Pruebas son lecciones." El resto de la frase explica qué tipo de lecciones son, el propósito de esas lecciones y el desenlace al aprenderlas.

Un tercer ejemplo:

La proyección de la causa del sacrificio es la raíz de todo lo que percibes como injusto y no como tu merecido.
T-26.X.3:4

El sujeto es "la proyección"; el verbo en este caso es la palabra "es," seguido de una frase



Insuflándole Vida Al Curso

Por
Allen Watson

preposicional, "la raíz de todo," que es el objeto. La palabra "todo" está calificada o limitada por la frase "lo que percibes como injusto..." Por lo tanto, podemos reducirlo a: "La proyección es la raíz de todo lo que percibes como injusto."

Volveremos sobre esto en el paso B de interpretación, donde sugerimos que una forma de destilar la esencia de una frase es intentar enunciar su significado fundamental con las propias palabras de uno. El identificar al sujeto, objeto y verbo es una gran ayuda para hacer esto. Primero, aislar el marco de la frase como hicimos arriba. Luego, reformularla: "Toda percepción de injusticia surge de la proyección."

Por cierto, si tiene la suerte de haber aprendido a analizar frases, y todavía

recuerdas cómo hacerlo, recomiendo que lo repasen. Para oraciones que les resulte difícil entender, vayan más allá de la mera identificación de sujeto, verbo y objeto, y analicen la oración entera. Puede ser una gran ayuda para el entendimiento.

D. Tomar nota de los pronombres

El Curso hace uso extensivo, y a menudo confuso de los pronombres. En este paso de observación, sólo estamos notándolos; en el paso de interpretación (muchas veces los dos pasos se hacen al mismo tiempo), trataremos de determinar exactamente a qué sustantivo se refiere el pronombre. Los pronombres son como pequeños rompecabezas que hace falta resolver a fin de entender el significado completo de lo que se está diciendo.

Ejemplos:

... quiere persuadir al Hijo de Dios de que él es un cuerpo, nacido dentro de lo que no puede sino morir, incapaz de librarse de su flaqueza y condenado a lo que él le ordene sentir.

T-31.VIII.1:1

Hay varios pronombres aquí: "él," "su," "él" de nuevo, y "le." Hace falta determinar a qué se refiere cada pronombre a fin de entender bien la frase. Volveremos a esto en el Paso A de las Interpretaciones.

El próximo ejemplo contiene algunos pronombres cuyos referentes son un poco más difíciles de determinar:

Su Presencia se nubla con cualquier velo que se interponga entre Su radiante inocencia y tu conciencia de que dicha inocencia es la tuya propia y de que le pertenece por igual a toda cosa viviente junto contigo

T-26.X.2:7

Aquí tenemos "Su" dos veces, "tu" y "tuya," "le," y "contigo." La Observación es meramente tomar nota de que los pronombres necesitan interpretación. El paso de la interpretación intentará averiguar a qué se refieren. Encontraremos, por ejemplo, que aunque "le" se refiera a "radiante inocencia" en la misma frase, "Su" se refiere a "la faz de Cristo y el recuerdo de Dios" en T-26.IX.1:2, ¡casi dos páginas atrás! Una muy interesante pregunta para pensar podría ser, *¿Quién es el "tu" a quien se habla en este Curso?* (Robert Perry da su respuesta a esto en su libro *Un Glosario del Curso*; ver la anotación bajo "tú.")

Observar los pronombres es importante porque, si no les prestamos atención, es muy fácil leer una frase sin realmente tener ningún entendimiento de lo que dice.

E. Tomar nota de los términos claves

Los términos claves pueden ser términos a los que se les da un significado especial a través del Curso, como "el santo Hijo de Dios" en T-31.VIII.1:2, o términos como "tentación" (en 1:1) que desempeñan un papel clave en sólo uno o dos párrafos o secciones.

A veces la importancia de los términos y frases sólo se empieza a ver después de que notamos su recurrencia en varios lugares en nuestra lectura. El glosario de Robert Perry ayuda a identificar la mayoría de los términos clave en el Curso y da su significado; usarlo puede apurar el proceso de aprender los significados especiales de los términos en el Curso.

Si el lector no entiende el significado de tales términos claves del Curso, ella o él puede malinterpretar por completo lo que el Curso dice. Por ejemplo, si el lector piensa que "el Hijo de Dios" siempre se refiere a Jesucristo, entonces la frase,

En la serena luz de la verdad, reconocemos que crees haber crucificado al Hijo de Dios.

T-13.II.5:1

parece decir que creemos que crucificamos a Jesús. Ya que ninguno de nosotros realmente cree eso, y ya que es ridículo salvo que dé la casualidad que uno crea que tuvo una vida pasada como centurión romano, el Curso parece estar diciendo algo falso y absurdo.

Ejemplos

La frase "santo Hijo de Dios" (T.31.VIII.1:1) [N.T. la palabra "santo" ha sido omitida en la versión en castellano] es una frase clave en el Curso que no se refiere a ningún individuo en particular, como Jesús, ni a una figura divina masculina, sino a nuestra Identidad



Insuflándole Vida Al Curso

Por
Allen Watson

compartida como creación de Dios, el Cristo, impecable, perfecto e inocente – un ser espiritual ilimitado. Las palabras “Hijo de Dios” y “Cristo” tienen el mismo significado.

La frase citada arriba, por lo tanto, se entiende bien cuando conocemos éste significado del término “Hijo de Dios.” Creemos que hemos crucificado (o asesinado) al ser espiritual ilimitado que Dios creó. Creemos que ya no somos lo que Dios nos creó para ser, sino que somos el tullido y corrupto ser que hemos hecho de nosotros mismos.

El término “la faz de Cristo” (T-31.VIII.12:5) es un término clave que tiene significado especial en el Curso. No significa el rostro físico de Jesús ni de ningún ser espiritual; sino que es un símbolo representando una visión de la

inocencia del Hijo de Dios, un reconocimiento del “Hijo de Dios” en aquello que se mira. Repito, sería fácil malinterpretar alguna frase que diga que cuando tal-y-tal sucede veremos la faz de Cristo, interpretando que tendríamos una visión del rostro de Jesús, lo cual no es para nada lo que quiere decir.

Hay muchos ejemplos parecidos del uso de términos y frases especiales en el Curso. Casi todos los términos tomados de la teología cristiana – como *pecado*, *expiación*, *salvación*, *Esíritu Santo*, *Cielo* y muy especialmente, *perdón* – se vuelven a definir en el Curso. Del mismo modo, muchos términos psicológicos – tales como *ego*, *proyección*, *negación* y *disociación* – se vuelven a definir o se usan con significados específicos que no son conocidos para el lector usual.

A veces el Curso le da un significado muy especial aún a palabras muy comunes, como la palabra *conocimiento*. La frase

El conocimiento no es la motivación para aprender este curso. La paz lo es.

T-8.1.1:1-2

podría entenderse como que significa que el motivo para aprender el Curso no es el entendimiento intelectual sino la paz interior. Aunque da la casualidad que esto es verdad, no es lo que las palabras del Curso expresan.

En el Curso, “conocimiento” significa el saber directo de la realidad por medio de

una total unión con ella. Es un aspecto del ser que existe fuera del tiempo, espacio y toda dualidad subjetiva/ objetiva. El término “conocimiento”, en este contexto, sería casi un sinónimo de “iluminación total” o “realización del Cielo.” El Curso en realidad está diciendo que la motivación para aprenderlo no está en lograr plena iluminación más allá de toda dualidad, sino en lograr la paz interior mientras se experimenta la dualidad.

Un lector que sea nuevo al Curso necesita suponer, para empezar, que él o ella no sabe lo que el Curso quiere decir con sus términos, y dejar de lado concientemente cualquier significado previo que se dé a las palabras. El lector entonces necesita que el Curso le revele su propio significado para esos términos, de la mejor manera que pueda, o ayudándose con un Glosario. Muy frecuentemente sucederá que una frase que se entendió de una manera transformará su significado luego, una vez que esté más familiarizado con la terminología del Curso.

La técnica de observación en este respecto es, sencillamente, tomar nota de los términos a medida que uno los lee, y darse cuenta que tal vez no signifiquen lo que parece.

A medida que el lector se familiariza con los nuevos significados, es de ayuda recordar igual, cada vez que se encuentre con alguno de estos términos, qué es lo que quiere decir el Curso

con ello; hacer una pausa y preguntarse, “Bien, veamos, *Expiación*. ¿Qué quiere decir el Curso con esto?” Frecuentemente, esto arrojará una nueva luz sobre lo que se está leyendo.

F. Tomar nota de las palabras y frases repetidas

Lee la sección bajo estudio y toma nota de las palabras o frases que más frecuentemente se repiten. Tal vez quieras marcar tales términos claves con lápices de distintos colores.

La repetición de una palabra o frase da una clave del enfoque principal de la sección que se está leyendo. La repetición de las palabras “revelación” y “milagros” en T-1.II, por ejemplo, demuestra que estas dos cosas se discuten mucho. Al leer la sección quedará claro que están siendo contrapuestas, y tal vez resulte de ayuda marcarlas todas las veces que aparecen, y luego tomar nota de todas las formas en que se contrastan entre sí.

Otra cosa que la observación de palabras y frases repetidas revela es lo importante que resulta entender bien. Si la palabra “Expiación” ocurre muchas veces en un pasaje, es muy importante entender lo que significa esa palabra, de lo contrario se puede perder el significado de toda la sección.

El término “elige” (o “elección”) es un a palabra clave en T-31.VIII. Aparece en el título, y luego en muchas otras partes en la sección. La



Insuflándole Vida Al Curso

Por
Allen Watson

frase exacta "Elige de nuevo" se repite varias veces. Otras palabras clave en esta sección, por las veces que se repiten, son "salvación" o "salvador," "unirse, uníos, unirte" y "tentación."

Al tomar nota de la frecuencia con que aparece alguna forma de la palabra "elige", uno está alertado para tratar de entender exactamente qué clase de elección se está pidiendo que uno haga.

A veces la repetición de una palabra o juego de palabras puede extenderse por varias secciones del Texto. Esto debe dar la pista de que las secciones están todas relacionadas de alguna manera. Por ejemplo, las palabras "fe, creencia y visión" aparecen juntas en la sección que lleva ese título, T-21.III. Se repiten frecuentemente a través de la

sección. El lector cuidadoso notará, además, que recurren bastante a menudo en la siguiente sección también, donde la palabra "razón" le es agregada. Esto une a las dos secciones. La palabra "razón" luego surge repetidamente hasta la quinta sección del Capítulo 22.

Marcar las palabras con algún código de color puede ayudar a repasar las secciones para llegar a un entendimiento más pleno de lo que el Curso quiere decir con "razón", por ejemplo, y cómo se relaciona con "fe, creencia y visión".

La concordancia para el Curso o el software de búsqueda de términos y expresiones del Curso - disponible en el sitio de Milagros en Red - pueden ser de gran ayuda para encontrar palabras y frases repetidas. Están disponibles en inglés en la Fundación para la Paz Interior y otros centros de distribución de materiales del Curso.

G. Tomar nota cuando se usan imágenes y metáforas

El Curso tiene una riqueza de imágenes, símbolos y metáforas; traten de identificarlos y luego desarrollen su significado.

Ejemplos:

En T-31.VIII.3:4, se nos dice

a ti a quien Dios creó como un altar a la dicha.

La palabra "altar" es una imagen o símbolo; en la fase de observa-

ción, notamos la existencia de las imágenes; en la de interpretación pensamos acerca del significado que pretenden transmitir.

La sección T-31.VIII.4 habla de las "imágenes" que hemos hecho, y cómo estas imágenes "parecen ocultar a la faz de Cristo." Trata de tener un entendimiento claro de lo que estas palabras simbolizan. Luego, en la aplicación, veremos como puedes usar tales imágenes para la visualización. La palabra "imagen" tiene una historia que se remonta a la sección T-30.V, que especifica su significado como una falsa imagen *de ti* o, en segundo lugar, de tu hermano.

En la sección T-31.VIII.6:3 leemos acerca del dolor que desaparece "como el sol disipa la neblina," una metáfora. Piensa acerca de la imagen que esto despierta en tu mente, y qué dice acerca de la naturaleza efímera del dolor.

A veces una imagen, una vez establecida, se repetirá una y otra vez a través del material del Curso.

La imagen de "La Canción Olvidada" (T-21.I) reaparece como el "himno del Cielo" en T-26.V.5:4 y como el "Himno o Canción de la Oración" en el suplemento de ese título.

Las palabras "canción/canto/himno" aparecen 67 veces en el Curso, y muchas veces, se refiere a esta eterna canción de amor entonada entre Dios y las creaciones de Dios. Familiarizarse con estas imágenes puede

enriquecer el significado de cada referencia.

Lo mismo ocurre con muchas otras imágenes que se repiten en el Curso. Otra imagen que prevalece en el Curso es aquella de tú y tu hermano, parados frente a un velo (pecado, culpa) que esconde la faz de Cristo. Se introduce en forma expandida en "Los Obstáculos a la Paz" (T-19.IV.D), y reaparece una y otra vez. A veces la referencia a la imagen le da al estudiante una pista más de lo que significa la sección en que ocurre la referencia.

Así el Curso no usa una imagen una vez para simplemente descartarla luego. Habiendo establecido la imagen como un símbolo de algo, usa ese símbolo para incorporar múltiples capas de significado en una discusión con tan solo unas pocas palabras.

No conozco ningún otro libro que haga esto de manera tan consistente. Reconocer y entender la imaginería del Curso es una importante meta para cualquier estudiante serio.

Allen Watson es un reconocido autor del Curso gracias a sus comentarios diarios sobre el Libro de Ejercicios, comentarios que se han publicado en dos libros.

*En Internet
www.circleofa.org*