

UN CURSO DE MILAGROS

2

1. TEXTO
2. LIBRO DE EJERCICIOS
3. MANUAL PARA EL MAESTRO

“LIBRO DE EJERCICIOS”

Fundación para la Paz Interior

Traducido por Rosa M. G. De Wynn y Fernando Gómez

SEMANA 8 – LIBRO DE EJERCICIOS – EJERCICIOS DEL 50 AL 56

PRIMERA PARTE

LECCIÓN 50

El Amor de Dios es mi sustento.

1. He aquí la respuesta a cualquier problema que se te presente, hoy, mañana o a lo largo del tiempo. ²Crees que lo que te sustenta en este mundo es todo menos Dios. ³Has depositado tu fe en los símbolos más triviales y absurdos: en píldoras, dinero, ropa "protectora", influencia, prestigio, caer bien, estar "bien" relacionado y en una lista interminable de cosas huecas y sin fundamento a las que dotas de poderes mágicos.

2. Todas esas cosas son tus sustitutos del Amor de Dios. ²Todas esas cosas se atesoran para asegurar la identificación con el cuerpo. ³Son himnos de alabanza al ego. ⁴No deposites tu fe en lo que no tiene valor. ⁵No te sustentará.

3. Sólo el Amor de Dios te protegerá en toda circunstancia. ²Te rescatará de toda tribulación y te elevará por encima de todos los peligros que percibes en este mundo a un ambiente de paz y seguridad perfectas. ³Te llevará a un estado mental que no puede verse amenazado ni perturbado por nada, y en el que nada puede interrumpir la eterna calma del Hijo de Dios.

4. No deposites tu fe en ilusiones. ²Te fallarán. ³Deposita toda tu fe en el Amor de Dios en ti: eterno, inmutable y por siempre indefectible. ⁴Ésta es la respuesta a todo problema que se te presente hoy. ⁵Por medio del Amor de Dios en ti puedes resolver toda aparente dificultad sin esfuerzo alguno y con absoluta confianza. ⁶Dite esto a ti mismo con frecuencia hoy. ⁷Es una declaración de que te has liberado de la creencia en ídolos. ⁸Es tu reconocimiento de la verdad acerca de ti.

5. Durante diez minutos dos veces al día, una por la mañana y otra por la noche, deja que la idea de hoy se adentre muy hondo en tu conciencia. ²Repítela, reflexiona sobre ella, deja que pensamientos afines vengan a ayudarte a reconocer su verdad, y permite que la paz se extienda sobre ti como un manto de protección y seguridad. ³No permitas que ningún pensamiento vano o necio venga a perturbar la santa mente del Hijo de Dios. ⁴Tal es el Reino de los Cielos. ⁵Tal es el lugar de descanso donde tu Padre te ubicó eternamente.

PRIMER REPASO

Introducción

1. Hoy comenzaremos una serie de sesiones de repaso. ²Cada una de ellas abarcará cinco de las ideas ya presentadas; comenzando con la primera y terminando con la quincuagésima. ³A cada idea le siguen un breve comentario que debes tener en cuenta al hacer tu repaso. ⁴Durante las sesiones de práctica, los ejercicios deben llevarse a cabo de la siguiente manera:

2. Comienza el día leyendo las cinco ideas, incluyendo los comentarios. ²De ahí en adelante no es necesario seguir un orden determinado al repasarlas, aunque se debe practicar con cada una de ellas por lo menos una vez. ³Dedica dos minutos o más a cada sesión de práctica, pensando en la idea y en los comentarios que le siguen después que los hayas leído. ⁴Haz esto tan a menudo como te sea posible

durante el día. ⁵Si una de las cinco ideas te atrae más que las otras, concéntrate en ella. ⁶Sin embargo, asegúrate de repasarlas todas una vez más al final del día.

3. No es necesario abarcar, ni literal ni concienzudamente, los comentarios que siguen a cada idea en las sesiones de práctica. ²Trata, más bien, de poner de relieve el punto central y de pensar en dicho comentario como parte de tu repaso de la idea en cuestión. ³Después de leer la idea y sus comentarios, los ejercicios deben hacerse, a ser posible, con los ojos cerrados y cuando estés solo en un lugar tranquilo.

4. Hacemos hincapié en este procedimiento para las sesiones de práctica debido a la etapa de aprendizaje en la que te encuentras. ²Es necesario, sin embargo, que aprendas que no necesitas ningún ambiente especial donde aplicar lo que has aprendido. ³Tendrás más necesidad de tu aprendizaje en aquellas situaciones que parecen desagradables que en las que aparentan ser apacibles y serenas. ⁴El propósito de tu aprendizaje es capacitarte para que la quietud te acompañe donde quiera que vayas, y para que cures toda aflicción e inquietud. ⁵Esto no se consigue evadiendo tales situaciones y buscando un refugio donde poder aislarte.

5. Ya aprenderás que la paz forma parte de ti y que sólo requiere que estés presente para que ella envuelva cualquier situación en la que te encuentres. ²Y finalmente aprenderás que no hay límite con respecto a dónde tú estás, de modo que tu paz está en todas partes, al igual que tú.

6. Notarás que, para los efectos de este repaso, algunas de las ideas no se presentan en su forma original. ²Úsalas tal como se presentan aquí. ³No es necesario volver a las lecciones originales, ni aplicar las ideas tal como se sugirió entonces. ⁴En lo que ahora estamos haciendo hincapié es en la relación que existe entre las primeras cincuenta ideas que hemos presentado hasta el momento y en la cohesión del sistema de pensamiento hacia el cual te están conduciendo.

LECCIÓN 51

El repaso de hoy abarca las siguientes ideas:

1. (1) **Nada de lo que veo significa riada.**

²La razón de que esto sea así es que veo lo que no es nada y lo que no es nada no tiene significado. ³Es necesario que reconozca esto, para poder aprender a ver. ⁴Lo que ahora creo ver ocupa el lugar de la visión. ⁵Tengo que desprenderme de ello dándome cuenta de que no significa nada, para que de este modo la visión pueda ocupar el lugar que le corresponde.

2. (2) **Le he dado a todo lo que veo todo el significado que tiene para mí.**

²He juzgado todo lo que veo, y eso, y sólo eso, es lo que veo. ³Eso no es visión. ⁴Es meramente una ilusión de realidad porque he juzgado sin tomar en cuenta la realidad. ⁵Estoy dispuesto a reconocer la falta de validez de mis juicios porque quiero ver. ⁶Mis juicios me han hecho daño, y no quiero ver basándome en ellos.

3. (3) **No entiendo nada de lo que veo.**

²¿Cómo puedo entender lo que veo si lo he juzgado erróneamente? ³Lo que veo es la proyección de mis propios errores de pensamiento. ⁴No entiendo lo que veo porque no es comprensible. ⁵No tiene sentido tratar de entenderlo. ⁶Pero sí tiene sentido que me desprenda de ello y dé cabida a lo que se puede ver, entender y amar. ⁷Puedo intercambiar lo que ahora veo por esto, sólo con estar dispuesto a ello. ⁸¿No es ésta una mejor elección que la que hice antes?

4. (4) **Estos pensamientos no significan nada.**

²Los pensamientos de los que soy consciente no significan nada porque estoy tratando de pensar sin Dios. ³Lo que yo llamo "mis" pensamientos no son mis pensamientos reales en absoluto. ⁴Mis pensamientos reales son los pensamientos que pienso con Dios. ⁵No soy consciente de ellos porque he inventado mis pensamientos para que ocupasen su lugar. ⁶Estoy dispuesto a reconocer que mis pensamientos no significan nada y a abandonarlos. ⁷ Elijo

reemplazarlos por los que ellos tuvieron como propósito reemplazar. ⁸Mis pensamientos no significan nada, sin embargo, toda la creación descansa en los pensamientos que pienso con Dios.

5. (5) **Nunca estoy disgustado por la razón que creo.**

²Nunca estoy disgustado por la razón que creo porque estoy tratando constantemente de justificar mis pensamientos. ³Estoy tratando constantemente de hacer que sean verdad. ⁴Hago de todas las cosas mi enemigo de modo que mi ira esté justificada y mis ataques sean merecidos. ⁵No me he dado cuenta del mal uso que he hecho de todo lo que veo asignándole ese papel. ⁶He hecho esto para defender un sistema de pensamiento que me ha hecho daño y que ya no deseo. ⁷Estoy dispuesto a abandonarlo.

LECCIÓN 52

El repaso de hoy abarca las siguientes ideas:

1. (6) **Estoy disgustado porque veo algo que no está ahí.**

²La realidad no es nunca atemorizante. ³Es imposible que pudiese disgustarme. ⁴La realidad sólo brinda perfecta paz. ⁵Cuando estoy disgustado es porque he reemplazado- la realidad con ilusiones que yo mismo he fabricado. ⁶Las ilusiones me causan disgusto porque al haberles conferido realidad, veo la realidad como una ilusión. ⁷Nada en la creación de Dios se ve afectado en modo alguno por mi confusión. ⁸Siempre estoy

disgustado por nada.

2. (7) Sólo veo el pasado.

²Cuando miro a mi alrededor, condeno el mundo que veo. ³A eso es a lo que yo llamo ver. ⁴Uso el pasado en contra de todo el mundo y de todas las cosas, convirtiéndolos así en mis enemigos. ⁵Cuando me haya perdonado a mí mismo y haya recordado Quién soy, bendeciré a todo el mundo y a todo cuanto vea. ⁶No habrá pasado, y, por lo tanto, tampoco enemigos. ⁷Y contemplaré con amor todo aquello que antes no podía ver.

3. (8) Mi mente está absorbida con pensamientos del pasado.

²Veo únicamente mis propios pensamientos, y mi mente está absorbida con el pasado. ³¿Qué es lo que puedo ver, entonces, tal como es? ⁴Permítaseme recordar que me fijo en el pasado para prevenir que el presente alboree en mi mente. ⁵Permítaseme entender que estoy tratando de usar el tiempo en contra de Dios. ⁶Permítaseme aprender a dejar atrás el pasado, dándome cuenta de que al hacer eso no estoy renunciando a nada.

4. (9) No veo nada tal como es ahora.

²Si no veo nada tal como es ahora, ciertamente se puede decir que no veo nada. ³Solamente puedo ver lo que está aquí ahora. ⁴La elección no es entre si ver el pasado o el presente; la elección es sencillamente entre ver o no ver. ⁵Lo que he elegido ver me ha costado la visión. ⁶Ahora quiero elegir de nuevo, para poder ver.

5. (10) Mis pensamientos no significan nada.

²No tengo pensamientos privados. ³Sin embargo, es únicamente de mis pensamientos privados de los que soy consciente. ⁴¿Qué significado pueden tener dichos pensamientos? ⁵No existen, de modo que no significan nada. ⁶No obstante, mi mente es parte de la creación y parte de su Creador. ⁷¿No sería acaso preferible que me uniese al pensamiento del universo en vez de oscurecer todo aquello que realmente me pertenece con mis míseros e insignificantes pensamientos "privados"?

LECCIÓN 53

Hoy repasaremos lo siguiente:

1. (11) Mis pensamientos sin significado me están mostrando un mundo sin significado.

²Dado que los pensamientos de que soy consciente no significan nada, el mundo que los refleja no puede tener significado. ³Lo que da lugar a este mundo es algo demente, como lo es también el resultado de ello. ⁴La realidad no es demente, y yo tengo pensamientos reales así como dementes. ⁵Por lo tanto, puedo ver un mundo real, si recurro a mis pensamientos reales como guía para ver.

2. (12) Estoy disgustado porque veo un mundo que no tiene significado.

²Los pensamientos dementes perturban. ³Dan lugar a un mundo en el que no hay orden de ninguna clase. ⁴Sólo el caos puede regir en un mundo que representa una manera de pensar caótica, y el caos es la ausencia total de leyes. ⁵No puedo vivir en paz en un mundo así. ⁶Estoy agradecido de que este mundo no sea real, y de que no necesito verlo en absoluto, a menos que yo mismo elija otorgarle valor. ⁷Elijo no otorgarle valor a lo que es completamente demente y no tiene significado.

3. (13) Un mundo sin significado engendra temor.

²Lo que es totalmente demente engendra temor porque no se puede contar con ello en absoluto, ni da pie a que se le tenga confianza. ³En la demencia no hay nada en lo que se pueda confiar. ⁴No ofrece seguridad ni esperanza. ⁵Pero un mundo así no es real. ⁶Le he conferido la ilusión de realidad y he sufrido por haber creído en él. ⁷Elijo ahora dejar de creer en él y depositar mi confianza en la realidad. ⁸Al elegir esto, me escaparé de todos los efectos del mundo del miedo porque estaré reconociendo que no existe.

4. (14) Dios no creó un mundo sin significado.

²¿Cómo puede ser que exista un mundo sin significado si Dios no lo creó? ³Él es la Fuente de todo significado y todo lo que es real está en Su Mente. ⁴Está en mi mente también porque Él lo creó conmigo. ⁵¿Por qué he de seguir sufriendo por los efectos de mis pensamientos dementes cuando la perfección de la creación es mi hogar? ⁶Quiero recordar el poder de mi decisión y reconocer mi verdadera morada.

5. (15) Mis pensamientos son imágenes que yo mismo he fabricado.

²Todo lo que veo refleja mis pensamientos. ³Son mis pensamientos los que me dicen dónde estoy y lo que soy. ⁴El hecho de que vea un mundo en el que hay sufrimiento, en el que se puedan experimentar pérdidas y en el que se pueda morir, me muestra que lo único que estoy viendo es la representación de mis pensamientos dementes, y que no estoy permitiendo que mis pensamientos reales viertan su benéfica luz sobre lo que veo. ⁵No obstante, el camino de Dios es seguro. ⁶Las imágenes que he fabricado no pueden prevalecer contra Él porque no es mi voluntad que lo hagan. ⁷Mi voluntad es la Suya, y no antepondré otros dioses a Él.

LECCIÓN 54

Éstas son las ideas para el repaso de hoy:

1. (16) No tengo pensamientos neutros.

²Tener pensamientos neutros es imposible porque todos los pensamientos tienen poder. ³O bien dan lugar a un mundo falso o bien me conducen al mundo real. ⁴Pero es imposible que no tengan efectos. ⁵Del mismo modo en que el mundo que veo procede de mis errores de pensamiento, así también el mundo real se alzará ante mis ojos cuando permita que mis errores sean corregidos. ⁶Mis pensamientos no pueden ser

simultáneamente verdaderos y falsos. 7Tienen que ser lo uno o lo otro. 8Lo que veo me muestra si son verdaderos o falsos.

2. (17) No veo cosas neutras.

2Lo que veo da testimonio de lo que pienso. 3Si no pensase no existiría, ya que la vida es pensamiento.

4Permítaseme mirar al mundo que veo como la representación de mi propio estado de ánimo. 5Sé que éste puede cambiar. 6Y sé asimismo que el mundo que veo puede cambiar también.

3. (18) No soy el único que experimenta los efectos de mi manera de ver.

2Si no tengo pensamientos privados, no puedo ver un mundo privado. 3Incluso la descabellada idea de la separación tuvo que compartirse antes de que se pudiese convertir en la base del mundo que veo. 4Sin embargo, cuando se compartió esa idea no se compartió nada. 5Puedo invocar también mis pensamientos reales, los cuales comparto con todo el mundo. 6Así como mis pensamientos de separación invocan pensamientos de separación en otros, mis pensamientos reales despiertan en ellos sus pensamientos reales. 7Y el mundo que mis pensamientos reales me muestran alboreará en su visión así como en la mía.

4. (19) No soy el único que experimenta los efectos de mis pensamientos.

2No soy el único en nada. 3Todo lo que pienso, digo o hago es una enseñanza para todo el universo. 4Un Hijo de Dios no puede pensar, hablar o actuar en vano. 5No puede ser el único en nada. 6Tengo, por lo tanto, el poder de cambiar a todas las mentes junto con la mía porque mío es el poder de Dios.

5. (20) Estoy decidido a ver.

2Puesto que reconozco que la naturaleza de mis pensamientos es que los comparto con todo lo que existe, estoy decidido a ver. 3Veré los testigos que me muestran que la manera de pensar del mundo ha cambiado. 4Veré la prueba de que lo que se ha obrado por mediación mía ha permitido que el amor reemplace al miedo, la risa a las lágrimas y la abundancia a las pérdidas. 5Quiero contemplar el mundo real, y dejar que me enseñe que mi voluntad y la Voluntad de Dios son una.

LECCIÓN 55

El repaso de hoy incluye lo siguiente:

1. (21) Estoy decidido a ver las cosas de otra manera.

2Lo que ahora veo no son sino signos de enfermedad, desastre y muerte. 3Esto no puede ser lo que Dios creó para Su Hijo bien amado. 4El hecho en sí de que vea tales cosas demuestra que no entiendo a Dios. 5Por lo tanto, tampoco entiendo a Su Hijo. 6Lo que veo me muestra que no sé quién soy. 7Estoy decidido a ver los testigos de la verdad en mí, en vez de aquellos que me muestran una ilusión de mí mismo.

2. (22) Lo que veo es una forma de venganza.

2El mundo que veo no es en modo alguno la representación de pensamientos amorosos. 3Es un cuadro en el que todo se ve atacado por todo. 4Es cualquier cosa menos un reflejo del Amor de Dios y del amor de Su Hijo. 5Son mis propios pensamientos de ataque los que dan lugar a este cuadro. 6Mis pensamientos amorosos me librarán de esta percepción del mundo y me brindarán la paz que Dios dispuso que yo tuviese.

3. (23) Puedo escaparme de este mundo renunciando a los pensamientos de ataque.

2En esto, y sólo en esto, radica la salvación. 3Si no albergase pensamientos de ataque no podría ver un mundo de ataque. 4A medida que el perdón permita que el amor retorne a mi conciencia, veré un mundo de paz, seguridad y dicha. 5Y esto es lo que elijo ver, en lugar de lo que ahora contemplo.

4. (24) No percibo lo que más me conviene.

2¿Cómo podría reconocer lo que más me conviene si no sé quién soy? 3Lo que yo creo que más me convendría no haría sino atarme aún más al mundo de las ilusiones. 4Estoy dispuesto a seguir al Guía que Dios me ha dado para descubrir qué es lo que más me conviene, reconociendo que no puedo percibirlo por mi cuenta.

5. (25) No sé cuál es el propósito de nada.

2Para mí, el propósito de todas las cosas es probar que las ilusiones que abrigo con respecto a mí mismo son reales. 3Para eso es para lo que trato de usar a todo el mundo y todas las cosas. 4Para eso es para lo que creo que es el mundo. 5Por lo tanto, no reconozco su verdadero propósito. 6El propósito que le he asignado ha dado lugar a una imagen aterradora del mismo. 7Quiero que mi mente se vuelva receptiva al verdadero propósito del mundo renunciando al que le he asignado, y descubrir la verdad acerca de él.

LECCIÓN 56

Nuestro repaso de hoy abarca lo siguiente:

1. (26) Mis pensamientos de ataque me invulnerabilidad.

2¿Cómo puedo saber quién soy cuando creo estar sometido a continuos ataques? 3El dolor, la enfermedad, la pérdida, la vejez y la muerte parecen acecharme. 4Todas mis esperanzas, aspiraciones y planes parecen estar a merced de un mundo que no puedo controlar. 5Sin embargo, la seguridad perfecta y la plena realización constituyen mi verdadera herencia. 6He tratado de despojarme de mi herencia a cambio del mundo que veo. 7Pero Dios la ha salvaguardado para mí. 8Mis pensamientos reales me enseñarán lo que es mi herencia.

2. (27) Por encima de todo quiero ver.

2Al reconocer que lo que veo es un reflejo de lo que creo ser, me doy cuenta de que mi mayor necesidad es la visión. 3El mundo que veo da testimonio de cuán temerosa es la naturaleza de la imagen que he forjado de mí mismo. 4Si he de recordar quién soy, es esencial que abandone esta imagen de mí mismo. 5A medida que dicha imagen sea reemplazada por la verdad, se me concederá la visión. 6Y con esta visión contemplaré al mundo y a mí mismo con caridad y con amor.

3. (28) **Por encima de todo quiero ver de otra manera.**

2El mundo que veo mantiene en vigor la temerosa imagen que he forjado de mí mismo y garantiza su continuidad. 3Mientras siga viendo el mundo tal como lo veo ahora, la verdad no podrá alborear en mi conciencia. 4Dejaré que la puerta que se encuentra detrás de este mundo se abra, para así poder mirar más allá de él al mundo que refleja el Amor de Dios.

4. (29) **Dios está en todo lo que veo.**

2Tras cada imagen que he forjado, la verdad permanece inmutable. 3Tras cada velo que he corrido sobre la faz del amor, su luz sigue brillando sin menoscabo. 4Más allá de todos mis descabellados deseos se encuentra mi voluntad, unida a la Voluntad de mi Padre. 5Dios sigue estando en todas partes y en todas las cosas eternamente. 6Y nosotros, que somos parte de Él, habremos de ver más allá de las apariencias, y reconocer la verdad que yace tras todas ellas.

5. (30) **Dios está en todo lo que veo porque Dios está en mi mente.**

2En mi propia mente, aunque oculto por mis desquiciados pensamientos de separación y ataque, yace el conocimiento de que todo es uno eternamente. 3Yo no he perdido el conocimiento de Quién soy por el hecho de haberlo olvidado. 4Ha sido salvaguardado para mí en la Mente de Dios, Quien no ha abandonado Sus Pensamientos. 5Y yo, que me cuento entre ellos, soy uno con ellos y uno con Él.