

*Un curso de milagros:*  
**Una espiritualidad llena de esperanza**

Extractos de dos talleres celebrados en la  
*Fundación para Un curso de milagros*  
Temécula, California

*Kenneth Wapnick, Ph.D.*

**Parte X**

**«Entrar en la Presencia de Dios» (Conclusión)**

Solo para complicar la cosa —por eso el ego es tan genial (hasta podríamos decir que es la madre de todos los genios maléficos)—, una vez que elegimos la culpabilidad como defensa, tenemos que defendernos de la culpabilidad. El ego sobrepone una defensa sobre una defensa sobre una defensa. Elegimos la culpabilidad como una defensa que dice que el pecado es real, y entonces tenemos que protegernos de los horrores de la culpabilidad; a saber, que Dios nos vaya a castigar, porque es *uno o el otro*. Una de dos: o yo destruyo a Dios o Él me destruye a mí. Luego proyectamos nuestra culpa en un mundo que fabricamos y sobre toda la gente que ponemos en ese mundo. Entonces nos enojamos con la gente, esperando que por arte de magia Dios vea lo que está pasando, reconozca como sacrosanto el principio de *uno o el otro* y diga: «Sí, es *uno o el otro*, y he aquí a los culpables», con lo cual ahora nosotros nos convertimos en los inocentes.

Si *tú* tienes la culpa, yo no la tengo. Soy inculpable. Pues bien, la inculpabilidad es el sinónimo de inocencia. Soy inocente; esa persona es la que es pecadora. A esa persona es a la que matarán. Pero el problema es que cuando te ataco proyectando mi culpabilidad sobre ti, hay una parte de mí que sabe que estoy inventándome esto y que tú no eres responsable de que yo esté enfermo o de que me sienta molesto, ni eres responsable de mi perpetuo desasosiego. No has hecho nada. Por lo tanto, creeré que, como yo estoy atacándote, se justifica que tú me respondas con un contrataque, así que tendré miedo. Ese es el ciclo de ataque-defensa del que habla la Lección 153: «Los ciclos de ataque y defensa, y de defensa y ataque ...». Te ataco como una forma de librarme de mi culpa. En vez de culparme a mí mismo, te echo la culpa a ti, pero ahora tú me vas a contraatacar, y tengo miedo, lo cual significa que la culpabilidad que se originó en mi mente al tratar de protegerse de su miedo al amor ahora engendra miedo. Así que tengo miedo y siento culpa como una defensa contra el miedo, la cual me conduce a tener miedo. ¡Genial!, porque no sabemos lo que ha pasado. Lo único que sabemos es que tenemos miedo de ser atacados desde todas partes. Cada vez que tengamos un pensamiento de ataque —lo cual quiere decir que cada vez que nos sintamos culpables porque inevitablemente la culpabilidad siempre conducirá a pensamientos de

ataque— sentiremos culpa por el pensamiento de ataque, y la culpa exige castigo. Creeré que la persona a la que estoy atacando me corresponderá con un ataque.

¿Por qué creen que nos enfermamos? Nos enfermamos porque cada vez que respiramos, cada vez que damos un paso, estamos matando a cientos de miles de microorganismos, que ahora se van a desquitar. Así que nos da gripa, contraemos virus, resfriados y toda clase de enfermedades extrañas y exóticas. ¿Por qué elegimos enfermarnos? Porque la enfermedad es una forma de mitigar el castigo de Dios. Creemos que merecemos ser castigados por Dios a causa de lo que hemos hecho. Y el castigo máximo, por supuesto, es la muerte y ser expulsados para siempre del Reino, lo cual significa ir a dar al infierno. Así que hacemos un trato con Dios. Las relaciones especiales siempre giran en torno a hacer tratos y negociar. Decimos: «Mira, sé que hice algo terrible. Sé que Tú estás muy ocupado; muchas cosas están sucediendo en Tu mundo, así que me castigaré a mí mismo para evitarte esa molestia. Me enfermaré». Y realmente pensamos que Dios se traga ese cuento.

¿Qué agentes nos hacen enfermar? Todos estos microorganismos que intencionalmente —en el colmo del egoísmo y egocentrismo— destruimos cada vez que respiramos, cada vez que comemos algo y cada vez que damos un paso. Cada vez que nos subimos a un coche y conducimos, Dios sabe los estragos que estamos causando. Estamos matando a todo el mundo, pero no creemos que son personas, porque son muy pequeñitos y no podemos verlos. Pero nosotros sabemos que ellos lo saben y ellos tienen familia, y corre la voz. «Agarren a ese tipo. Él acaba de pisotear a cientos de miles de nuestros parientes. ¡Agárrenlo!» Y entonces me enfermo.

Una teoría prominente es que el cáncer es causado por un virus. Bueno, esas son todas las personas que hemos matado, excepto que no las llamamos personas porque establecemos diferencias entre los que risiblemente llamamos seres vivos. A algunos los llamamos personas y a otros los llamamos gérmenes (los malos), sin detenernos a pensar en eso. Cuando Buda dijo que debíamos tener compasión por todos los seres vivos, lo decía en serio. Es por eso por lo que el budismo, cuando realmente se practica de la forma en que se originó, es una disciplina y una espiritualidad muy bondadosa y apacible. Enseña compasión por todos los seres vivos. Pero forjamos una creencia en las diferencias. No vemos a todas las personas y todas las cosas como iguales.

No estoy diciendo que debamos dejar de respirar, o que usemos filtros especiales, o que caminemos con una escoba como lo hacen algunos budistas para no pisar a ningún ser vivo. Simplemente debemos entender la demencia del sistema y que todo él gira en torno a la culpabilidad y al castigo. Por eso elegimos continuamente entrar en este mundo. Nuestra culpabilidad es la que nos impulsa a entrar en este mundo; la culpabilidad es la que nos sostiene en este mundo; y es culpabilidad la que refuerza la misma culpabilidad que nos conduce a entrar en este mundo. Es un círculo muy vicioso. Estamos atrapados en esta

mordaza de culpabilidad. La culpabilidad nos lleva a atacar; el ataque nos lleva a temer un contraataque, lo cual significa que tenemos que defendernos, lo cual solo hace que nos sintamos más culpables.

Por lo tanto, tenemos estos dos ciclos que se retroalimentan: el ciclo de culpa y ataque y el ciclo de ataque y defensa, y terminan donde comenzaron, con la culpabilidad. Solo damos vueltas y vueltas: culpabilidad, ataque, ataque, defensa, y no hay manera de salir de esto. Veamos un pasaje maravilloso de la Lección 153:

«Es como si un anillo la estuviera sujetando firmemente [a la mente], dentro del cual otro anillo la atenaza y dentro de ese otro más, hasta que finalmente pierde toda esperanza de escapar o de obtener su liberación. Los ciclos de ataque y defensa, y de defensa y ataque, se convierten en los círculos que forman las horas y los días, los cuales atan a la mente con gruesos anillos de acero reforzado, que retornan tan sólo para iniciar de nuevo. No parece haber respiro ni final para este aprisionamiento que atenaza a la mente cada vez más» (L-pl.153.3).

¡Un retrato muy claro de cómo es la vida en este mundo! Y la gente piensa que este es un mundo agradable. ¿Cómo puede ser un mundo agradable cuando esto es lo que está sucediendo todo el tiempo? Los gobiernos, las religiones, las razas viven así porque los individuos viven así. Este es el sistema de pensamiento del ego; esto es lo que fabricó el mundo. ¿Por qué la mente está aprisionada? Porque la mente *elige* estar aprisionada.

Hay dos secciones paralelas en el texto: «La confusión entre dicha y dolor » y «La diferencia entre aprisionamiento y libertad» (T-7.X; T-8.II). Los entendemos al revés. Creemos que el pasaje anterior de la Lección 153 se trata de la libertad: de que estoy libre de mi culpabilidad. Pues bien, realmente es aprisionamiento. A veces pensamos que nuestra vida funciona de maravilla porque hemos dominado la parte del ataque, pero nos olvidamos de la culpabilidad. La mente que toma decisiones elige aprisionarse a sí misma porque tiene miedo de lo que sucedería si la mente fuera libre. Si la mente fuera libre, reconocería libremente su elección equivocada y se tomaría la libertad de elegir de nuevo. Cuando elija la Expiación del Espíritu Santo, cuando elija a Jesús como su maestro y el perdón en lugar de un resentimiento, nuestro yo individual desaparecerá, porque es un yo sostenido mediante la culpabilidad y preservado mediante el ataque.

Elegimos aprisionar a nuestra mente por medio de la culpabilidad y luego atacamos para que nunca tengamos que remontarnos a esa parte tomadora de decisiones y elegir de nuevo. Todos huimos de la mente como un solo Hijo, colectivamente. Fabricamos todo el cosmos, todo el universo y nos fragmentamos en pequeños pedazos de ego, los metimos en un cuerpo, olvidamos que lo hicimos, y lo único que nos queda es vivir aquí en el cuerpo, regidos por unos principios de los que no somos conscientes: *uno o el otro, mata o te matarán*.

Alguien detrás de nosotros mueve los hilos de nuestras marionetas, y ni siquiera lo sabemos. Creemos que estamos vivos. Esa es la absurda naturaleza de todo esto.

Cuando das un paso atrás, te das cuenta de que es una farsa. Otra cosa está moviendo los hilos que nos hacen hacer, decir, pensar y sentir todo lo que hacemos, decimos, pensamos y sentimos. No tenemos ni idea de que somos simples robots, programados por una mente que está impulsada por la culpabilidad y dice: «Dios nunca se ha olvidado, así que identifícate con un cuerpo y estarás a salvo». No recordamos eso. De lo contrario, le diríamos al ego, tal como lo describe un pasaje con tono humorístico: Me diste gato por liebre. Me dijiste que yo estaría a salvo en un cuerpo. Sin embargo, estoy en un cuerpo y me atacan todo el tiempo (T-4 V.4). Pero hemos olvidado que se nos dijo eso, así que lo único que nos queda es estar en un cuerpo, escuchando la misma voz que dice: «ataca, ataca, ataca», y olvidamos la decisión de la mente a favor de la culpabilidad que nos sigue impulsando a atacar, atacar, atacar y luego a defender, defender, defender. Eso es lo único que oímos, y así es como vivimos.

Creemos que el principio de *uno o el otro* tiene que ver con mi cuerpo frente a tu cuerpo, mi religión frente a tu religión, mi país frente a tu país, mi equipo deportivo frente a tu equipo deportivo, mi sexo frente a tu sexo. Da igual. Siempre estamos librando una batalla, y olvidamos que el principio de *uno o el otro* no tiene nada que ver con los cuerpos. Tiene que ver con un sistema de pensamiento demente que está en la mente, pero que está protegido en la mente por su decisión de olvidar que tenemos una mente, y de luego identificarse con un cuerpo que creemos que es externo a la mente. De hecho, ni siquiera sabemos que tenemos una mente. Tan solo pensamos que el cuerpo está aquí.

Pero si *las ideas no abandonan su* fuente, los cuerpos del mundo y el mundo en sí son simplemente proyecciones de un sistema de pensamiento que nunca ha abandonado su fuente en la mente. Por eso el problema tiene que verse donde está, no en otra parte. Mi problema no es mi relación especial contigo ni con mis padres. No es que mi cuerpo esté envejeciendo, ni es con las personas con las que estoy viviendo o trabajando. El problema no es con el gobierno del que soy ciudadano. *El problema es la decisión de mi mente a favor del ego, nada más.* Es tan simple que no podemos creer que ese sea el problema, por lo cual el ego fabricó un sistema de pensamiento muy complicado que culmina en un mundo muy complicado en el que no hay soluciones. Nunca resolveremos los problemas del mundo o del cuerpo, porque el cuerpo y el mundo no son el problema. El problema es que nos aterra que nuestra mente vaya a elegir entrar en la Presencia de Dios. Así que valoramos nuestra culpa, valoramos la seriedad del pecado, valoramos nuestro temor al castigo de Dios y valoramos la defensa que aparentemente nos protege de todo eso, la cual es vivir en este mundo como un cuerpo. Y así olvidamos que el propósito de este curso es que Jesús nos anime a volver a la mente para que podamos elegir de manera diferente: libertad en lugar de aprisionamiento. Esa es nuestra única esperanza.