

LA
PRIMERA
PIEDRA
DEL PUENTE



DE LA PERCEPCIÓN DEL EGO
A LA VISIÓN DE CRISTO

Tarde o temprano, cada uno tiene que salvar la brecha que imagina existe entre sus dos yoes. Cada uno construye ese puente que lo va a llevar a salvar la brecha, tan pronto como esté dispuesto a hacer un ligero esfuerzo por construirlo.¹

Vamos a desgranar este párrafo de Un Curso de Milagros, desde el punto de vista de la corrección de la percepción, y para ello, vamos a dividirlo en tres partes:

- 1. Tarde o temprano, cada uno tiene que salvar la brecha que imagina existe entre sus dos yoes.***
- 2. Cada uno construye ese puente que lo va a llevar a salvar la brecha,***
- 3. tan pronto como esté dispuesto a hacer un ligero esfuerzo por construirlo.***

- 1. Tarde o temprano, cada uno tiene que salvar la brecha que imagina existe entre sus dos yoes.***

Los dos yoes son TÚ y tú; el Ser que eres y el personaje que crees ser.

En otras palabras, los dos yoes se refieren a:

1. El "yo" con minúscula: el pequeño personaje que interpretas y que te esfuerzas por ser; el que sufre; con el que te identificas; y que responde automáticamente a las interpretaciones y significados que le ha dado al mundo en el que vive...
2. El "YO" con mayúsculas; la grandeza ilimitada que realmente eres, por siempre inocente, y que aguarda en tu interior para desplegarse y, por fin, SER TÚ MISMO.

¹ UCDM T16-III.8 * HLC T16.4 [24] 60

2. Cada uno construye ese puente que lo va a llevar a salvar la brecha,

Para llegar del "tú" al "TÚ", o del "yo" al "YO", hay que construir un puente, y la primera piedra del puente no es pasar de:

“Soy torpe”

“Soy un estorbo”

“Todo lo hago mal”

a:

“Soy hábil”

"Soy bienvenido"

"Siempre acierto"

Este giro no funciona porque en cuanto se activa una interpretación, la mente se agarra al significado antiguo y le da validez **"por encima de todas las cosas"**.

El primer giro real es más humilde y potente. No se trata de "sustituir", sino de "reconocer":

“Estoy percibiéndome como torpe.”

“Estoy percibiéndome como un estorbo.”

“Estoy percibiendo mis actos como prueba de fracaso.”

Cuando dices **“soy”**, defines lo que eres.

Cuando dices **“percibo”**, reconoces que hay una interpretación activa.

Y al reconocer que percibes, te sales de la identidad. Ya no estás dentro de la identidad. Estás mirando la identidad desde fuera. Es el famoso observador, que piensa lo que piensa y observa sus pensamientos.

Este pequeño cambio, del **“soy”** al **“percibo”** es el comienzo de la corrección, es la primera piedra en la construcción del puente que salvará la brecha entre tu "yo" minúsculo y culpable, y tu "YO" mayúsculo e inocente.

El trabajo está justo en ese "instante ciego" donde la percepción parece realidad. Porque cuando una interpretación se activa, a pesar de que distorsiona el significado de lo que ocurre, lo percibimos como la más real de las realidades.

En ese "instante ciego" el ego no dice:

“estás interpretando”

Sino que dice:

“esto es obvio”

“él (o ella) te desprecia”

“no vales”

“otra vez igual”

Y te remata diciendo:

“esto eres tú”

Pues en este punto el ego ya ha realizado el desplazamiento completo y transforma una interpretación en una identidad...

"Tú eres torpe"

"Tú eres un estorbo"

"Tú eres un fracasado"

Pero insisto, todo esto no es más que una interpretación que puede ser corregida.

Por eso la práctica no empieza cuando ya estás en paz. Empieza con una señal muy básica:

malestar = interpretación activa.

No necesitas darte cuenta de todo. Basta con detectar una sola cosa:

“Estoy sufriendo. Por tanto, estoy creyendo una interpretación.”

"Estoy enfadado. Por tanto, una interpretación se ha activado."

"Estoy tenso. Por tanto, estoy atrapado en una identificación."

Entonces observas... y haces el cambio:

“Soy torpe” → “Estoy percibiéndome como torpe.”

“Soy un estorbo” → “Estoy percibiéndome como un estorbo.”

“Todo lo hago mal” → “Estoy percibiendo mis actos como prueba de fracaso.”

“No puedo más” → “Estoy percibiendo esta emoción como insoportable.”

Eso no niega lo que sientes. No lo maquilla. No espiritualiza encima. Solo retira la falsa certeza. Retira la identidad. Ya no eres, sólo percibes.

Y después, entregas:

“Espíritu Santo, te entrego esta percepción.

No sé verla de otra manera.

No me pidas que la corrija yo.

Solo ayúdame a no llamarla verdad.”

Este punto es muy importante:

TÚ NO TIENES QUE FABRICAR LA PERCEPCIÓN CORREGIDA.

Tu parte es reconocer la percepción falsa y dejar de defenderla como si fuera realidad.

Sería así:

“Estoy identificado.”

“Estoy interpretando.”

“Estoy llamando verdad a una percepción.”

“No quiero seguir haciéndolo solo.”

“Decide por mí.”

Ese es el paso inicial. No espectacular, pero decisivo.

Porque en cuanto pasas de “soy” a “percibo”, el ídolo pierde autoridad. Ya no estás adorando la imagen del yo herido como si fuera tu identidad. La estás poniendo sobre la mesa para que sea corregida.

3. **tan pronto como esté dispuesto a hacer un ligero esfuerzo por construirlo.**

Y sí: al principio te darás cuenta “tarde”. Después de la reacción. Después del bajón. Después del pensamiento:

“Soy torpe”

“Soy un estorbo”

“Todo lo hago mal”

No importa. Ese “tarde” también es práctica. Solo necesitas estar dispuesto a realizar un ligero esfuerzo:

**RECONOCE TUS PENSAMIENTOS Y ENTRÉGALOS A LA
CORRECCIÓN. RECONOCE QUE LO QUE PIENSAS QUE
PIENSAS NO TE DEFINE.**

Primero lo ves después (y lo entregas).

Luego lo ves durante (y lo entregas).

Más adelante lo ves antes de... y ya no te lo crees. Ya no te domina. Ya no se activa la interpretación. Ya has corregido el significado. Ya has balanceado tu mente de la *percepción del ego a la Visión de Cristo*.

Ese es el entrenamiento. Esa es la forma de construir el puente que vuelva a unir tus dos yoes en la Verdad que realmente eres y que te devolverá la tan ansiada paz y felicidad que buscas. No olvide que:

***Es con tus pensamientos con los que has que trabajar,
si es que tu percepción del mundo quieres cambiar.²***

² UCDM y HLC L23.1