

Lezione sul Capitolo 18 di "Un Corso in Miracoli": Il Passaggio del Sogno

Introduzione: Il Passaggio del Sogno – Un Invito al Risveglio

"Un Corso in Miracoli" (ACIM) si presenta come un sistema di pensiero spirituale completo, concepito per lo studio autonomo. La sua struttura si articola in tre volumi principali: il Testo, il Quaderno degli Esercizi per gli Studenti e il Manuale per gli Insegnanti.¹ Al centro della sua filosofia vi è il raggiungimento dell'amore universale e della pace attraverso il processo di annullamento del senso di colpa per mezzo del perdono verso gli altri. Questo approccio pone un'enfasi significativa sulla guarigione e sulla santificazione delle relazioni interpersonali.¹ Sebbene il Corso impieghi un linguaggio che richiama la tradizione cristiana, esso promuove una spiritualità universale, non settaria e non confessionale, distinguendosi così da una religione in senso stretto.¹ La sua origine è attribuita alla dottoressa Helen Schucman, che affermò di averlo "scritto" attraverso un processo di dettatura interiore, che lei stessa attribuiva a Gesù.¹

Il Testo fornisce il quadro teorico del Corso, ed è progettato per favorire lo sviluppo dell'esperienza del perdono, che rappresenta l'obiettivo ultimo del Corso per lo studente. L'obiettivo esplicito del Corso per lo studente è la "felicità e la pace".¹ Il Testo esplora inoltre le origini della paura e del senso di colpa, spiegando come queste possano essere superate attraverso i "miracoli", definiti come le più alte "espressioni d'amore" e come un mutamento di percezione dalla paura all'amore.¹ Il Quaderno degli Esercizi, con le sue 365 lezioni quotidiane, avvia il processo di trasformazione della mente e della percezione dello studente, sebbene non sia inteso come il culmine dell'apprendimento. Al termine di questo percorso, lo studente viene affidato alla guida del proprio "Insegnante Interiore", che dirigerà ogni apprendimento successivo.¹ L'essenza del Corso è racchiusa nella sua affermazione fondamentale: "Nulla di reale può essere minacciato. Nulla di irreale esiste. Qui risiede la pace di Dio".¹

Il Capitolo 18, intitolato "Il Passaggio del Sogno", si configura come un punto di svolta cruciale all'interno del Corso. Sposta l'attenzione dall'identificazione del problema – le illusioni dell'ego, la paura e il senso di colpa – all'abbraccio della soluzione, che risiede

nella guida dello Spirito Santo e nel processo di risveglio.³ Questo capitolo approfondisce la natura della realtà, dell'illusione, della paura, dell'amore e il ruolo dello Spirito Santo nel ricondurre gli individui alla verità.³

I temi centrali del Capitolo 18 includono il contrasto tra illusione e realtà, dove il mondo percepito è visto come una "realtà sostitutiva" e una "distorsione" derivante da un "errore originale".³ La paura è presentata come l'opposto dell'amore, portando alla separazione, mentre l'amore è l'unità e la completezza.³ I sogni, sia quelli notturni che quelli di veglia, sono usati come metafora del mondo illusorio, descritti come "capricci percettivi" o "proteste contro la realtà". Tuttavia, lo Spirito Santo li utilizza come mezzo per il "risveglio".³ La relazione santa emerge come un concetto cardine per annullare il senso di colpa ed estendere la gioia, spostando il suo scopo dai sogni alla verità.³ Il corpo è raffigurato come un "limite all'amore", uno strumento di separazione e un capro espiatorio per il senso di colpa, ma può essere reinterpreted per la salvezza.³ Lo Spirito Santo è la guida che riconduce alla verità, invertendo il corso della follia, utilizzando i sogni per il risveglio e assumendo il controllo delle relazioni.³ Infine, i concetti di "piccola volontà" e "non ho bisogno di fare nulla" sottolineano la semplicità del percorso verso la salvezza, enfatizzando la disponibilità a lasciare andare il controllo egoico.³

Il Corso afferma di essere un "corso obbligatorio", ma che "solo il tempo in cui lo si intraprende è volontario".¹ Questa affermazione, che può apparire paradossale, rivela una verità profonda. Se gli insegnamenti del Corso riguardano la scoperta di una verità intrinseca e universale – la presenza dell'amore e la realtà della creazione di Dio – allora il suo "curriculum" non è un insieme arbitrario di regole, ma la natura stessa della realtà. Di conseguenza, apprenderlo è "obbligatorio" per il raggiungimento della pace e della felicità, poiché allinea l'individuo con ciò che è. Tuttavia, il libero arbitrio è preservato nella scelta di quando impegnarsi con questa verità. Ciò implica che il risveglio spirituale non è una questione di scelta

se accadrà, ma *quando* si è pronti ad accettarlo. Questa prospettiva si distingue nettamente da molti percorsi spirituali che enfatizzano la scelta come fondamentale per il *percorso stesso*, piuttosto che solo per la tempistica. Essa suggerisce una traiettoria spirituale intrinseca per tutti gli esseri. Questo punto di vista elimina la pressione del "fallimento" nella pratica spirituale, ridefinendo la resistenza come un semplice ritardo, non una deviazione da un ritorno ultimo e inevitabile alla consapevolezza dell'amore. Rafforza la premessa fondamentale del Corso secondo cui "Nulla di reale può essere minacciato", inclusa la nostra vera natura e il nostro destino.

Tabella 1: Temi e Concetti Chiave del Capitolo 18

Tema/Concetto	Spiegazione Breve	Rilevanza nel Capitolo
Illusione vs. Realtà	Il mondo percepito è una "realtà sostitutiva" e una "distorsione" derivante da un "errore fondamentale". ³	Il capitolo contrasta costantemente il mondo illusorio percepito dall'ego con la vera realtà della creazione di Dio. ³
Paura vs. Amore	La paura è l'opposto dell'amore, un'emozione frammentata che porta alla separazione. L'amore è unità e completezza. ³	La paura è presentata come la radice di tutte le illusioni e della separazione, mentre l'amore è l'unica realtà e la via verso l'unità. ³
La Natura dei Sogni	I sogni (sia notturni che di veglia) sono metafore del mondo illusorio, proteste contro la realtà, ma usati dallo Spirito Santo per il "risveglio". ³	I sogni dimostrano l'incapacità dell'ego di tollerare la verità, ma lo Spirito Santo li trasforma in mezzo per il risveglio. ³
La Relazione Santa	Un concetto cardine per annullare il senso di colpa ed estendere la gioia, spostando il suo scopo dai sogni alla verità. ³	Le relazioni, se offerte allo Spirito Santo, diventano sante e potenti mezzi per annullare il senso di colpa ed estendere l'amore. ³
Il Corpo come Limite	Il corpo è un "limite all'amore", uno strumento di separazione e un capro espiatorio per il senso di colpa, ma può essere reinterpretato per la salvezza. ³	La sua percezione errata limita la consapevolezza dell'amore; la liberazione viene dal trascendere i suoi limiti. ³
Il Ruolo dello Spirito Santo	La guida che riconduce alla verità, invertendo il corso della follia, utilizzando i sogni per il risveglio e prendendo in carico le relazioni. ³	È il mezzo per la salvezza, che chiede solo una "piccola volontà" e fornisce la via d'uscita dalle illusioni. ³
La "Piccola Volontà"	La semplicità del percorso verso la salvezza, che richiede solo la disponibilità a lasciare andare il controllo egoico e permettere allo Spirito Santo di agire. ³	Sottolinea che la salvezza non è un arduo sforzo personale, ma un'accettazione della guida divina. ³

Tema/Concetto	Spiegazione Breve	Rilevanza nel Capitolo
"Non Ho Bisogno di Fare Nulla"	Una dichiarazione di lealtà indivisa che realizza più di secoli di contemplazione o lotta, ritirando il valore del corpo dalla mente. ³	Rappresenta la resa del controllo egoico e la fiducia nella guida dello Spirito Santo per il risveglio. ³
Errore Originale	L'errore fondamentale che ha portato la verità all'illusione, l'infinito al tempo e la vita alla morte, su cui poggia il mondo. ³	La comprensione di questa proiezione iniziale è chiave per riconoscere la natura illusoria del mondo. ³
Istante Santo	Il risultato della determinazione ad essere santi, una "risposta" che deriva da una "piccola volontà" e dal potere illimitato della Volontà di Dio. ³	Un momento di rilascio dalle restrizioni fisiche e un'esperienza di pace e gioia. ³
Espiazione	Il processo di annullamento del senso di colpa e di ripristino della consapevolezza della prontezza per Dio. ³	Non è qualcosa da raggiungere con sforzo, ma qualcosa da ricevere attraverso la disponibilità. ³
Mondo Reale	Un mondo di luce dove il senso di colpa incontra il perdono, e tutto è visto come luminoso e innocente. ³	Il passo prima della conoscenza, dove l'apprendimento finisce e Dio inizia. ³
Conoscenza	Si trova oltre lo scopo del curriculum del corso, rappresentando uno stato di completa unità e consapevolezza di Dio. ³	Lo stato finale di unità in cui l'apprendimento diventa privo di significato. ³
Figliolanza	Si riferisce all'identità collettiva di tutte le creazioni di Dio, enfatizzando la loro unità intrinseca. ³	Sottolinea che la vera identità è condivisa e unificata, non separata. ³

I. La Realtà Sostitutiva: Svelare le Difese dell'Ego

Il Capitolo 18 inizia esplorando il concetto di sostituzione, che viene identificato come la

difesa più potente dell'ego per mantenere la separazione.³ Questo processo implica la scelta di un aspetto della Figliolanza di Dio rispetto a un altro, portando inevitabilmente alla frammentazione e alla divisione.³ La percezione dell'ego, basata sulla sostituzione, tende a frammentare le relazioni e a separare gli individui, mentre la prospettiva dello Spirito Santo è quella dell'unità e dell'indivisibilità.³ L'amore, in questo contesto, è l'unica emozione in cui la sostituzione è impossibile, poiché la paura è il suo sostituto e conduce a una percezione frammentata.³

L'origine di questa realtà sostitutiva risiede in quello che il Corso definisce l'"errore originale".³ La convinzione che Dio potesse essere fonte di paura ha condotto a un singolo, vasto errore: la sostituzione dell'illusione alla verità.³ Questo errore fondamentale ha introdotto la verità nell'illusione, l'infinito nel tempo e la vita nella morte, costituendo la base su cui poggia l'intero mondo percepito. Fu la "prima proiezione dell'errore verso l'esterno".³

La paura è presentata come un'emozione "frammentata e frammentante" che implica sostituzione e separazione, mentre l'amore rappresenta l'unità e la completezza.³ Il Corso esorta a riconoscere questo errore non come "peccato", ma come "follia", e a non investirci senso di colpa, poiché il senso di colpa implicherebbe che l'errore sia stato compiuto nella realtà.³ Questa istruzione è una profonda riformulazione. Nei contesti religiosi tradizionali, il "peccato" spesso porta con sé una condanna morale, richiedendo punizione o ardua penitenza. Etichettando la separazione come "follia" invece, il Corso sposta il paradigma da un fallimento morale a uno cognitivo o psicologico. La follia è uno stato mentale che può essere guarito o corretto, piuttosto che una macchia permanente. Se non è reale (un'illusione), allora il senso di colpa è illogico e superfluo. Questa reinterpretazione del "peccato" come "follia" è fondamentale per l'intero approccio del Corso al perdono. Essa rimuove la leva dell'ego del senso di colpa, che altrimenti mantiene saldamente in atto l'illusione della separazione. Implica che la guarigione non riguarda il guadagnare il perdono da un Dio esterno, ma il correggere una percezione errata all'interno della propria mente, rendendo il percorso verso la pace accessibile e intrinseco, piuttosto che imposto o guadagnato esternamente. Quando la paura si manifesta, la risposta appropriata è affermare: "Dio non è paura, ma Amore", e la paura svanirà.³

La sezione si conclude esortando a lasciare andare queste "sostituzioni insensate" e a volgersi verso l'interno, verso la "calma maestosa che risiede dentro", dove dimora Dio e dove lo Spirito Santo guida l'individuo di nuovo alla verità.³

II. La Base del Sogno: Comprendere le Nostre Illusioni

Il Capitolo 18 utilizza la natura dei sogni come metafora centrale per illustrare il mondo illusorio che percepiamo.³ Sia i sogni notturni che quelli di veglia sono descritti come "capricci percettivi" e "proteste contro la realtà", manifestando l'incapacità dell'ego di tollerare la verità.³ Questi sogni sono distorsioni della realtà, pianificati attorno alle preferenze e ai desideri individuali di controllare ciò che sembra attaccare. La loro natura caotica deriva dai desideri contrastanti che li animano, dimostrando come la percezione possa sostituire le illusioni alla verità.³ In questo contesto, la "relazione speciale" è presentata come un mezzo per aggrapparsi all'irrealtà e per evitare il risveglio.³

Tuttavia, lo Spirito Santo gioca un ruolo trasformativo in questo scenario. Egli accetta questi sogni e li utilizza come mezzo per il "risveglio".³ Invece di distruggere l'illusione, lo Spirito Santo la reinterpreta, trasformando i "sogni di paura in sogni felici" e rendendo la relazione speciale una fonte di gioia e libertà che estende benedizioni agli altri.³ Questa prospettiva è cruciale: il Corso non suggerisce di ignorare o negare semplicemente il sogno (il mondo percepito). Piuttosto, afferma che lo Spirito Santo "usa i sogni come mezzo per il 'risveglio'".³ Questa è una distinzione fondamentale. Invece di vedere il mondo illusorio come qualcosa da cui fuggire con la forza o la negazione, esso diventa un'aula o un veicolo

per il risveglio. Lo Spirito Santo non distrugge il sogno, ma ne reinterpreta lo scopo, trasformando i "sogni di paura in sogni felici".³ Ciò implica che le nostre esperienze attuali, anche quelle radicate nell'illusione, possono essere utilizzate per la crescita spirituale se viste attraverso la lente dello Spirito Santo. Questa comprensione offre un approccio pratico e compassionevole alla vita nel mondo. Significa che non dobbiamo aspettare di essere "fuori" dal sogno per trovare la pace o impegnarci nella pratica spirituale. Ogni interazione, ogni sfida percepita, ogni relazione all'interno del sogno può essere offerta allo Spirito Santo per la reinterpretazione, diventando un'opportunità di perdono e di estensione dell'amore. Questo trasforma il apparentemente banale nel miracoloso, rendendo la pratica spirituale una parte integrante e continua della vita, piuttosto che un'attività separata.

III. Luce nel Sogno: Il Percorso verso la Verità

Il percorso dalla paura alla verità è descritto come un viaggio attraverso ciò che è stato una "via di sogni", che ha condotto a un sonno più profondo.³ Nonostante i ritiri nella paura, lo studente avanzerà verso la verità, poiché il suo obiettivo ultimo è la conoscenza.³ La paura diventa impossibile quando si riconosce "Chi cammina accanto a te", un riferimento a Gesù come simbolo della guida dello Spirito Santo.³

Il "dono della fede" offerto a un fratello non può essere ripreso, poiché Dio stesso lo ha ricevuto.³ Questo sottolinea la profonda interconnessione delle menti e la natura universale del dare e del ricevere. La santità della relazione è stabilita in Cielo, e la piena comprensione non è un prerequisito; è sufficiente il "desiderio di comprendere".³ L'affermazione che "la comprensione non è necessaria, solo il 'desiderio di comprendere'"³ è una semplificazione cruciale del percorso spirituale. Spesso, i ricercatori spirituali sentono di dover afferrare intellettualmente concetti complessi prima di poter progredire. Questo insegnamento, tuttavia, bypassa le difese intellettuali dell'ego e enfatizza l'apertura del cuore e la disponibilità. Implica che l'

intenzione di imparare e crescere, anche senza una piena comprensione, è sufficiente affinché lo Spirito Santo operi. È un invito a fidarsi del processo piuttosto che a esigere la padronanza intellettuale in anticipo. Questo principio rende l'illuminazione spirituale accessibile a tutti, indipendentemente dalla loro capacità intellettuale o dal loro background educativo. Sposta l'attenzione dallo sforzo mentale a uno stato di ricettività e umiltà. Rafforza anche l'idea che lo Spirito Santo è il vero insegnante, e il nostro ruolo è semplicemente quello di essere studenti volenterosi, lasciando andare il bisogno di controllare o comprendere appieno il curriculum. Questo favorisce un senso di progresso dolce piuttosto che di lotta intellettuale.

La sezione conclude affermando che lo studente, unito al proprio fratello e a Gesù, è un "portatore di salvezza", che porta luce nell'oscurità e torna a casa insieme.³ Questo sottolinea la natura collettiva del viaggio di ritorno a Dio.

IV. La Piccola Volontà: La Semplicità della Salvezza

Il concetto di "piccola volontà" è rivoluzionario nel Corso. L'"istante santo" è definito come la "risposta" che deriva dalla determinazione di essere santi.³ Viene sottolineato che è richiesta solo una "piccola volontà".³ Tentare di fare di più o di prepararsi

arrogantemente alla santità confonde il proprio ruolo con quello di Dio.³ L'istante santo è una combinazione di questa piccola volontà e del potere illimitato di Dio.³

Il Corso sconsiglia di cercare di rendersi santi per riceverlo, suggerendo invece il pensiero: "Io che sono ospite di Dio sono degno di Lui".³ Questo afferma la propria intrinseca dignità, piuttosto che richiedere uno sforzo arduo per diventare degni. La salvezza è facile perché non chiede nulla che non possa essere dato immediatamente.³ La convinzione che esistano "ordini di difficoltà nei miracoli" deriva dalla riluttanza a fare spazio alla conoscenza di Dio.³ Non esiste una gerarchia di difficoltà nei miracoli.³

L'insegnamento della "piccola volontà" ³ sfida direttamente la credenza umana profondamente radicata che sforzi significativi, lotta e auto-miglioramento siano prerequisiti per la crescita spirituale o la salvezza. Siamo condizionati a credere che il "duro lavoro" ripaghi in tutti gli ambiti della vita, inclusa quella spirituale. Il Corso, tuttavia, postula che la salvezza è un dono, non qualcosa da guadagnare o negoziare.⁷ La nostra "unica prerogativa" è la disponibilità.⁷ Ciò implica che la

vera barriera è l'insistenza del nostro ego nel fare le cose *a modo nostro*, nel controllare il processo, o nel credere di essere separati e quindi di dover *raggiungere* l'unità. La "piccola volontà" è la disponibilità a *lasciare andare* questo controllo egoico e a permettere al potere di Dio di fluire. Questa comprensione libera lo studente dal peso dell'auto-condanna e del fallimento percepito nella pratica spirituale. Ridefinisce il percorso come uno di resa e ricettività, piuttosto che di strenua auto-esertazione. Suggerisce che il più grande "fare" è spesso "disfare" i blocchi alla presenza dell'amore, e che questo disfare si compie attraverso una semplice e costante disponibilità ad allinearsi con la guida dello Spirito Santo. Questo profondo cambiamento di prospettiva può alleviare un'immensa pressione spirituale e aprire la porta a un viaggio spirituale più gioioso e senza sforzo.

V. Il Sogno Felice: Perdono e Scopo Condiviso

Questa sezione delinea il processo di annullamento di ciò che non è mai stato, affermando che se la verità e l'illusione fossero già comprese, i mezzi di salvezza sarebbero privi di scopo, il che sottolinea la necessità dell'insegnamento del Corso.³ Si sconsiglia di tentare di rimuovere la paura o di ignorare il senso di colpa prima di cercare l'aiuto dello Spirito Santo, poiché queste sono le sue funzioni.³ Il ruolo dello studente è semplicemente quello di offrire una "piccola volontà" per permettere allo Spirito Santo di rimuovere la paura e l'odio e di essere perdonato.³

La relazione santa è presentata come un mezzo fondamentale per la salvezza. Attraverso di essa, migliaia di persone ascenderanno al Cielo, un piano reso possibile dalla volontà di Dio.³ La relazione santa è un concetto cardine, descritto come un mezzo per annullare il senso di colpa ed estendere la gioia.³ Quando una relazione è offerta allo Spirito Santo, il suo scopo si sposta dai sogni alla verità, trasformandosi in un "sogno felice" che benedice tutti.³ I sogni felici si realizzano perché sono amorevoli e si allineano con la volontà divina: "Sia fatta la Tua Volontà".³ Quando la santità di una relazione è minacciata, essa dovrebbe essere offerta allo Spirito Santo.³ La paura non può essere sperimentata o affrontata da soli, né l'istante santo può giungere a uno senza l'altro, evidenziando la natura condivisa della guarigione.³

Il concetto di "sogno felice" ³ è un insegnamento sfumato. Non suggerisce che il mondo illusorio diventi improvvisamente "reale" o che si debba cercare di rendere le proprie illusioni piacevoli per il loro proprio scopo. Invece, indica che quando una relazione o una percezione all'interno del sogno viene offerta allo Spirito Santo, il suo

scopo cambia. Si trasforma da una "protesta contro la realtà" ³ e un mezzo per aggrapparsi alla separazione ³ in un veicolo per il risveglio. Il "sogno felice" è un passo verso il "mondo reale" dove regna il perdono e, in ultima analisi, la conoscenza.³ È una reinterpretazione temporanea e amorevole dell'illusione che serve da ponte, rendendo la transizione dalla paura all'amore dolce e gioiosa. Questa comprensione fornisce un quadro pratico per affrontare la vita quotidiana. Non ci viene chiesto di negare l'esistenza del mondo che percepiamo, ma di cambiare la nostra

percezione di esso. Invece di cercare di fuggire dal sogno, permettiamo allo Spirito Santo di usarlo per il nostro risveglio. Ciò significa che ogni interazione, ogni situazione, può diventare un'opportunità per un "sogno felice", un'esperienza amorevole che estende il perdono e ci avvicina alla consapevolezza della nostra vera realtà. Sottolinea la trasformazione *all'interno* dell'esperienza piuttosto che la trascendenza *da* essa.

VI. Oltre il Corpo: Riconoscere la Nostra Vera Identità

Questa sezione afferma che "non c'è nulla al di fuori di te", una realizzazione che ripristina il Regno dei Cieli.³ La convinzione di poter dare o ricevere qualcosa al di fuori di sé ha portato alla perdita della consapevolezza del Cielo e della propria Identità.³ Questa falsa credenza ha generato i sogni di corpi separati e soli.⁴ Il corpo è raffigurato come un "limite all'amore", una "minuscola recinzione intorno a una piccola parte di un'idea gloriosa e completa".³ È visto come uno strumento di separazione.³

Il testo rivela che il senso di colpa è stato "spostato... sul corpo dalla mente".³ Tuttavia, il corpo stesso non può essere colpevole perché "non può fare nulla di per sé".⁴

L'apparente odio per il corpo è un inganno; ciò che si odia veramente è la mente, perché "il senso di colpa è entrato in essa e [la tua mente] vorrebbe rimanere separata da quella di tuo fratello, cosa che non può fare".⁴ Le fantasie, non le azioni del corpo, sono ciò che si desidera veramente, e queste fantasie rendono il corpo un "nemico", "debole, vulnerabile e insidioso", e lo "strumento di vendetta e la fonte percepita del tuo senso di colpa".⁴ Per guarire queste "malate credenze egoiche", Gesù sottolinea la necessità di vedere la "follia della nostra premessa sottostante di ciò che è la realtà" prima di essere disposti a rilasciare queste "idee folli".⁴

Un insegnamento fondamentale è che "le menti sono unite; i corpi no".⁴ L'illusione della separazione nasce dall'attribuire proprietà della mente al corpo.³ Il corpo, sebbene non creato dall'amore, può essere usato amorevolmente dallo Spirito Santo come mezzo di salvezza.⁴ Gesù spiega che "la Mente si estende a se stessa". Non è composta da parti separate che devono raggiungersi a vicenda, né "esce". Al suo interno, la mente non ha "limiti, e non c'è nulla al di fuori di essa". Essa "comprende tutto", inclusa la persona interamente.⁴ Il corpo è descritto come un "limite imposto alla comunicazione universale che è una proprietà eterna della mente".³ La convinzione di avere menti separate, piuttosto che una "Identità condivisa, una Mente condivisa che comprende tutto ciò che è reale", è ciò che ha tenuto la verità lontana dalla consapevolezza.⁴ La "paura dell'unione" agisce come barriera alla comunicazione universale.⁴

L'insegnamento del Corso secondo cui il corpo "non è attaccato, ma semplicemente percepito correttamente"⁴ è una distinzione cruciale. Non si tratta di promuovere l'ascetismo o la distruzione del corpo. Invece, evidenzia come il corpo, quando visto attraverso la lente dell'ego, diventi un simbolo di separazione, una fonte di senso di colpa e uno strumento di vendetta.⁴ Questa percezione errata è il problema, non il corpo in sé. Quando offerto allo Spirito Santo, lo scopo del corpo viene reinterpretato; diventa un "mezzo per la salvezza".⁴ Ciò significa che il corpo, che l'ego usa per rafforzare la separazione, può essere usato dallo Spirito Santo per facilitare la consapevolezza dell'unità, ad esempio, estendendo il perdono a un fratello.⁴ Questa comprensione ridefinisce la nostra relazione con la nostra forma fisica. Invece di combattere il corpo o cercare di fuggire da esso, l'attenzione si sposta sulla guarigione della percezione della mente

del corpo. Ciò implica che la pratica spirituale non riguarda il trascendere il fisico con la forza, ma il cambiare il suo scopo percepito. Permette un impegno compassionevole con la nostra esperienza fisica, trasformandola da una prigione percepita in un'aula per l'apprendimento e l'estensione dell'amore, portando infine alla "mancanza di consapevolezza del corpo" non attraverso la negazione, ma attraverso una naturale

espansione della mente oltre i suoi limiti percepiti.

Non c'è "nessuna violenza in questa fuga" dai limiti del corpo; il corpo "non è attaccato, ma semplicemente percepito correttamente".⁴ Non si viene "sollevati" da esso, poiché non può contenerci.⁴ Invece, si "va dove si vorrebbe essere, guadagnando, non perdendo, un senso di Sé".⁴ Questi momenti di rilascio dalle restrizioni fisiche sono simili all'"istante santo", caratterizzati dal "sollevamento delle barriere di tempo e spazio, l'improvvisa esperienza di pace e gioia, e, soprattutto, la mancanza di consapevolezza del corpo".³

VII. Non Ho Bisogno di Fare Nulla: Il Potere della Resa

Una fede eccessiva è riposta nel corpo come fonte di forza.³ I piani spesso coinvolgono il suo comfort, la sua protezione o il suo godimento, il che implica implicitamente che il peccato è ancora attraente.³ L'unica cosa che non viene mai fatta è "dimenticare completamente il corpo", anche solo per un istante.³ Questo istante è quando si verifica il miracolo dell'Espiazione.³ Il corpo esiste solo nella memoria o nell'anticipazione, mai veramente nel presente, e la sua realtà è controllata dal tempo.³ Accettare l'istante santo richiede la disponibilità a non vedere passato o futuro, anche solo per un istante.³

Il messaggio centrale, "Non ho bisogno di fare nulla", è una dichiarazione di lealtà indivisa allo Spirito Santo.³ Essa realizza più di secoli di contemplazione o di lotta contro la tentazione.³ Il Corso contrappone i metodi tradizionali e dispendiosi in termini di tempo per cercare l'Espiazione con il suo approccio, che utilizza una relazione santa come mezzo per risparmiare tempo.³ Questo riconoscimento ritira il valore del corpo dalla mente, fornendo una "porta rapida e aperta" per sfuggire al tempo e trovare un luogo di riposo dove dimora lo Spirito Santo.³ Questo concetto sfida direttamente il condizionamento che ci porta a credere di dover essere sempre impegnati, a pianificare o a risolvere problemi; invece, la vera forza risiede nella resa, permettendo che tutto sia guidato.⁵

La frase "Non ho bisogno di fare nulla" ³ è uno degli insegnamenti più radicali e spesso fraintesi di "Un Corso in Miracoli". Non è un invito alla passività o all'apatia. Rappresenta invece un profondo spostamento dal

fare egoico al *permettere* dello Spirito Santo. Il "fare" che viene rinunciato è lo sforzo frenetico dell'ego di risolvere problemi che esso stesso ha creato, di controllare i risultati o di guadagnare la salvezza. La parte *attiva* del "Non ho bisogno di fare nulla" è la *disponibilità* a cedere il controllo, a rilasciare i propri piani e a permettere allo Spirito

Santo di adempiere alla Sua funzione.³ Ciò richiede una scelta consapevole e continua di fare un passo indietro e fidarsi, il che è un significativo cambiamento interno. Si tratta di allineare la propria volontà con quella di Dio, non di inazione. Questo insegnamento ridefinisce fondamentalmente la pratica spirituale. Si allontana da un modello basato sulla performance, dove lo sforzo equivale al progresso, a un modello basato sulla grazia, dove la resa apre la porta a una pace intrinseca. Implica che la vera forza non risiede nelle nostre limitate capacità, ma nella nostra connessione a un potere divino illimitato. Per lo studente, questo può essere incredibilmente liberatorio, liberandolo dal peso di sforzarsi costantemente e permettendogli di sperimentare un flusso più profondo e senza sforzo di miracoli nella propria vita. Sottolinea che il "lavoro" è interno, un cambiamento di percezione e disponibilità, piuttosto che azioni esterne.

VIII. Il Piccolo Giardino: Espandere la Nostra Consapevolezza dell'Amore

La consapevolezza del corpo limita l'amore, poiché il corpo stesso è un limite all'amore, creato dalla credenza nell'amore limitato.³ Il corpo è descritto come una "minuscola recinzione intorno a una piccola parte di un'idea gloriosa e completa".³ Questa mente frammentata, paragonata a un raggio di sole che crede di essere il sole o a un'onda che pensa di essere l'oceano, diventa un piccolo regno dove l'ego governa e combatte contro l'universo.³ Questo illustra il suo isolamento e la sua paura.³

Il testo chiarisce che il vero Sé, come il sole e l'oceano, rimane intero e non influenzato dalle delusioni di questa piccola parte.³ Esorta il lettore a non accettare questo "piccolo aspetto recintato" come se stesso, poiché il suo vero potere lo supera di gran lunga.³ Il Corso incoraggia a invitare l'amore in questo "regno desolato e privo di gioia", trasformando il "deserto" in un "giardino di pace e benvenuto" dove gli altri porteranno amore dal Cielo.³ L'istante santo è presentato come l'invito all'amore a entrare, portando al riconoscimento del proprio "Sé splendente" e al sollevamento delle barriere contro un fratello.³

La metafora del corpo come una "minuscola recinzione intorno a una piccola parte di un'idea gloriosa e completa"³ è estremamente potente. Essa illustra come l'ego, identificandosi con il corpo, crei un'illusione di limitazione e scarsità. L'"idea gloriosa e completa" è il nostro vero Sé unificato, parte della creazione sconfinata di Dio. La "recinzione" rappresenta il tentativo dell'ego di definire e restringere questo Sé illimitato, portando alla credenza che l'amore sia limitato, che le risorse siano scarse e che siamo separati e vulnerabili. Questa limitazione autoimposta è la radice di ogni conflitto e paura. Il messaggio del Corso è riconoscere questa recinzione come illusoria e invitare

l'amore sconfinato del nostro vero Sé a espandersi oltre di essa. Questa comprensione spiega perché l'ego sperimenta costantemente la mancanza e si impegna nella competizione. Credendo nella "minuscola recinzione", si percepisce come un'entità piccola e isolata che deve lottare per la sopravvivenza e accumulare amore. Comprendere questo permette allo studente di rilasciare il bisogno di competizione e il pensiero di scarsità. Sposta l'attenzione dall'acquisire di più

all'interno della recinzione al riconoscimento dell'abbondanza illimitata *al di là* di essa, che è la nostra eredità naturale. Questo favorisce un senso di completezza intrinseca e generosità, poiché non c'è più un bisogno percepito di difendere o accumulare.

IX. I Due Mondi: Dall'Illusione al Mondo Reale

Questa sezione ribadisce l'istruzione di portare l'oscurità alla luce e il senso di colpa alla santità, concentrandosi sulla "minuscola parte di te stesso" che sembra scissa e separata, di cui lo Spirito Santo ha bisogno.³ Questo "pensiero selvaggio e delirante" crede di essere il Figlio di Dio, governando un regno separato.³ Le "sabbie sterili, l'oscurità e l'assenza di vita" di questo piccolo regno sono percepite solo attraverso gli occhi distorti del corpo, che trasmettono messaggi limitati e privi di significato.³

Il "cerchio della paura" è presentato come il fondamento del mondo, contenente illusioni, pensieri distorti e attacchi folli progettati per mantenere il senso di colpa al suo posto.³ Tuttavia, questa barriera è descritta come un "velo fragile" o "basse nubi scure" che sono inconsistenti e scompaiono quando vengono toccate.³ Il Capitolo 18 descrive il "cerchio della paura" come il fondamento del mondo, pieno di illusioni, pensieri distorti e attacchi progettati per mantenere il senso di colpa.³ Questo sembra formidabile, eppure il Corso lo qualifica immediatamente affermando che questa barriera è solo un "velo fragile" o "basse nubi scure" che sono "inconsistenti e scompaiono quando vengono toccate".³ Questa giustapposizione è critica. Implica che l'intera costruzione dell'ego, sebbene apparentemente solida e terrificante, non ha alcuna realtà o potere intrinseco. La sua esistenza dipende unicamente dalla nostra fede in essa e dal nostro rifiuto di "toccarla" con la verità. Il "tocco" qui si riferisce alla disponibilità a guardarla con lo Spirito Santo e ad applicare il perdono. Questa comprensione fornisce un immenso incoraggiamento allo studente. Significa che gli ostacoli percepiti alla pace e alla felicità non sono veramente formidabili; sono semplicemente illusioni sostenute da una mancanza di volontà di vederli per quello che sono. Questa comprensione autorizza lo studente ad affrontare le proprie paure e illusioni, sapendo che non sono reali e si dissolveranno quando esposte alla luce della verità e del perdono. Rafforza il

messaggio centrale del Corso secondo cui "Nulla di irreale esiste", e quindi, la paura, essendo irreale, non ha potere su di noi una volta che la sua natura illusoria è riconosciuta.

La sezione introduce poi il "mondo di luce", o "mondo reale", dove il senso di colpa incontra il perdono, e tutto è visto di nuovo, luminoso e splendente di innocenza.³ Questo è il passo prima della conoscenza, dove l'apprendimento finisce e Dio inizia.³ Sebbene il perdono renda tutto bello e guarisca, non è la fine; al di là di esso si trova la conoscenza, che è al di là delle parole e dello scopo del curriculum.³ Lo scopo ultimo è la creazione, che può essere conosciuta solo dopo che ogni percezione è stata purificata e rimossa, portando al ricordo di Dio e alla trasformazione della relazione in una presenza splendente e saldamente radicata nel mondo di luce.³

Conclusione: Vivere la Lezione – Un Appello al Risveglio Condiviso

Il Capitolo 18 di "Un Corso in Miracoli" offre una profonda riformulazione della nostra esperienza della realtà e del percorso verso la pace interiore. Il mondo che percepiamo è un'illusione creata dalle nostre menti come difesa contro la verità.³ La paura è la radice di tutte le illusioni e della separazione, mentre l'amore è l'unica realtà e la via verso l'unità.³ La salvezza non si raggiunge attraverso lo sforzo personale o la lotta contro il "peccato", ma attraverso una semplice disponibilità a permettere allo Spirito Santo di guidarci.³ Le nostre relazioni, quando offerte allo Spirito Santo, diventano sante e servono come un potente mezzo per annullare il senso di colpa ed estendere l'amore a tutti.³ Il corpo non è intrinsecamente malvagio, ma la sua percezione errata limita la nostra consapevolezza dell'amore.³ La vera liberazione deriva dal trascendere i limiti del corpo e dal riconoscere la nostra Identità condivisa in Dio.³ Il viaggio di ritorno al Cielo è un percorso collettivo; non possiamo raggiungerlo da soli.³

L'essenza del Corso è riassunta nella sua premessa fondamentale: "Nulla di reale può essere minacciato. Nulla di irreale esiste. Qui risiede la pace di Dio".¹ Questa affermazione serve da faro, ricordando che la nostra vera natura è indistruttibile e che tutto ciò che causa sofferenza è, per sua natura, illusorio.

Per quanto riguarda l'applicazione pratica, la fondazione teorica del Testo è necessaria, ma sono gli esercizi che rendono possibile l'obiettivo, allenando la mente a una percezione diversa.⁸ L'applicazione pratica implica il chiedersi frequentemente: "Cosa penso di dare o ricevere in questo momento? Penso di poter dare o ricevere qualcosa di diverso da Dio?" e consegnare i pensieri errati allo Spirito Santo.⁴ Implica anche il ricordare che ognuno è un'estensione dell'Amore e che la paura sorge quando

dimentichiamo questa verità.⁶ Il Corso ci ricorda che la sua funzione non è l'auto-miglioramento, ma un completo ripristino della nostra vera identità; la disponibilità è la nostra unica prerogativa.⁷ L'intero scopo di diventare operatori di miracoli è aiutare anche gli altri a diventare operatori di miracoli; la salvezza è un'esperienza condivisa.⁷ Andiamo insieme, letteralmente.⁷ Lo studente è infine lasciato nelle mani del proprio "Insegnante Interiore" per ogni apprendimento successivo.¹

Il Capitolo 18 e i testi correlati sottolineano costantemente che "le menti sono unite" ⁴ e che "la salvezza è un'esperienza condivisa".⁷ Questo sposta la comprensione del percorso spirituale oltre un approccio puramente individualistico. Se tutte le menti sono una, allora il perdono esteso a un fratello è esteso a tutti, inclusi noi stessi.⁷ Ciò implica un effetto a catena: il risveglio individuale contribuisce al risveglio collettivo. Inoltre, il Corso afferma che al completamento del Quaderno degli Esercizi, lo studente è affidato al proprio "Insegnante Interiore".¹ Questo "Insegnante Interiore" è lo Spirito Santo, la voce di Dio, che risiede all'interno di ogni mente. Il viaggio collettivo è guidato da questa saggezza interna condivisa, assicurando che "andiamo insieme, letteralmente".⁷ Questa comprensione trasforma il viaggio spirituale da una ricerca solitaria a un processo collaborativo e interconnesso. Rimuove il desiderio dell'ego di "specialità" nel raggiungimento spirituale ⁷, rafforzando il fatto che la vera liberazione è un'esperienza condivisa. Sottolinea anche la praticità del Corso: concentrandosi sulla guarigione delle relazioni e sull'estensione del perdono agli altri, partecipiamo attivamente alla nostra salvezza e alla salvezza del mondo. Questo favorisce un senso di unità, responsabilità e profonda speranza, sapendo che nessuno viene lasciato indietro nel viaggio di ritorno a Dio.