

Una Lezione Approfondita sul Capitolo 28 di "Un Corso in Miracoli": L'Annullamento della Paura e il Ritorno all'Unità

I. Introduzione: Il Cuore del Capitolo 28 e il Ruolo del Miracolo

Il Capitolo 28 di "Un Corso in Miracoli" (ACIM), intitolato "L'Annullamento della Paura," si colloca in una posizione cruciale all'interno della sezione "Testo" del Corso. Esso segue direttamente il Capitolo 27, "La Guarigione del Sogno," e precede il Capitolo 29, "Il Risveglio".¹ Questa disposizione sequenziale non è casuale; essa indica una profonda progressione spirituale. Mentre il Capitolo 27 si concentra sulla

guarigione del sogno illusorio, il Capitolo 28 si addentra nell'*annullamento* attivo della paura stessa che sta alla base di questo sogno, spianando così la strada per il definitivo *risveglio* della mente. L'enfasi in tutto questo capitolo è sull'"annullamento" piuttosto che sul "fare," sottolineando che il percorso verso la pace implica il rilascio del nostro profondo investimento nei pensieri di separazione, il superamento degli attaccamenti e la trascendenza delle avversioni.⁴ Il capitolo offre un'esplorazione approfondita dei meccanismi attraverso i quali è possibile smantellare il sistema di pensiero dell'ego, caratterizzato dalla separazione, dalle differenze percepite, dalla negazione e da un disagio pervasivo.⁴

Questa progressione rivela che la crescita spirituale in ACIM non è un processo passivo, ma richiede una partecipazione attiva, sebbene interna, nel disfare la roccaforte dell'ego. "Annullare la paura" costituisce il "lavoro" attivo necessario che prepara la mente al "risveglio." Questo suggerisce che l'annullamento della paura è il ponte indispensabile che conduce dalla guarigione delle illusioni alla piena consapevolezza.

Il Miracolo: Non aggiunge, ma annulla le interferenze e mostra che il passato è svanito

Il concetto di miracolo è presentato come la preoccupazione immediata e primaria per chiunque cerchi di annullare la paura.⁵ La sua essenza risiede non nell'aggiungere qualcosa di nuovo alla realtà, ma piuttosto nella sua capacità di

annullare o cancellare le interferenze che oscurano ciò che è già perfettamente reale ed eterno.⁷ Il miracolo, in questo contesto, "non fa nulla" nel senso convenzionale di creare qualcosa, ma piuttosto "toglie" ciò che è svanito da tempo, ma che continua a esercitare effetti percepiti perché mantenuto nella memoria.⁷ Fondamentalmente, il miracolo serve a dimostrare che il passato è veramente svanito e, di conseguenza, non detiene alcun potere o effetto reale nel presente.⁷ Questo cambiamento trasformativo avviene silenziosamente all'interno di una mente disposta a diventare immobile e ricettiva.⁹

La definizione del miracolo come un atto di "annullamento" costituisce un allontanamento radicale dalle comuni interpretazioni religiose o spirituali, che spesso vedono i miracoli come interventi divini che *aggiungono* qualcosa di nuovo o *alterano* la realtà esterna. Invece, ACIM propone i miracoli come un processo *sottrattivo*, che rimuove l'*interferenza* a ciò che è già perfetto e intrinsecamente vero. Questo implica che lo stato naturale dell'individuo è già di guarigione e completezza, e che il "problema" risiede unicamente nella *percezione* dell'interferenza. Tale prospettiva sposta il centro del potere da una forza esterna a un aggiustamento percettivo interno. Ciò significa che la salvezza non consiste nell'*ottenere* qualcosa di nuovo, ma nel *rilasciare* le false credenze che oscurano la verità innata. Il "miracolo" è, quindi, un cambiamento cognitivo e spirituale, non un evento fisico.

Inoltre, il miracolo che "mostra che il passato è svanito, e ciò che è veramente svanito non ha effetti" ⁷ collega direttamente questo concetto alla memoria. La memoria è descritta come "selettiva" e come una "percezione del passato come se stesse accadendo ora".⁷ L'affermazione che "Questo mondo è finito molto tempo fa" ⁷ suggerisce che l'esperienza attuale del mondo è un effetto persistente di pensieri passati mantenuti nella memoria. La funzione del miracolo è quella di

annullare questa illusione basata sulla memoria, implicando che il "passato" non è una realtà storica fissa, ma una costruzione mentale che viene attivamente mantenuta. Questa comprensione profonda suggerisce che la sofferenza e la paura non derivano da circostanze esterne, ma da un *investimento* interno in vecchie lamentele e illusioni.

Il miracolo offre una via per disimpegnarsi da tale investimento, dissolvendo così gli effetti percepiti di un passato inesistente.

Tabella 1: Sezioni del Capitolo 28 e Temi Principali

Sezione	Titolo Principale	Tema Centrale
I	La Memoria del Presente	Come l'ego usa la memoria per perpetuare il passato e la colpa, e come lo Spirito Santo la riutilizza per la consapevolezza del presente e l'annullamento della paura. ⁸
II	Invertire Effetto e Causa	L'ego inverte causa ed effetto, portando l'individuo a credere di essere una vittima, mentre il miracolo rivela che l'individuo è il sognatore del sogno. ¹²
III	L'Accordo di Unirsi	La malattia deriva da menti che si separano; la guarigione è l'effetto di menti che si uniscono nell'unità. ⁵
IV	La Più Grande Unione	Approfondisce il concetto di unione, riconoscendo la fratellanza universale e la distinzione cruciale tra il sognatore e il sogno. ¹⁴
V	L'Alternativa ai Sogni di Paura	Dio è l'unica alternativa ai sogni di paura e il percorso diretto per sperimentare l'unità. ¹⁹
VI	I Voti Segreti	Affronta gli impegni inconsci verso la malattia e la separazione, e il processo di rilascio di questi accordi nascosti. ¹⁷
VII	L'Arca di Sicurezza	Offre una potente metafora per il rifugio sicuro che si trova nell'identificazione con la propria natura vera, completa e onnicomprensiva, trascendendo il sogno di separazione. ¹

Questa tabella fornisce una mappa concettuale del Capitolo 28, facilitando una comprensione strutturata della sua progressione tematica e dei suoi obiettivi. Ogni sezione contribuisce a svelare le illusioni della paura e a guidare la mente verso la verità dell'unità.

II. La Memoria, il Tempo e l'Illusione del Mondo

La Memoria Selettiva dell'Ego: Come mantiene la colpa e il passato

L'ego, in quanto sistema di pensiero della separazione, impiega la memoria come meccanismo di difesa primario, utilizzandola per richiamare selettivamente eventi passati. Questo richiamo selettivo serve a mantenere saldamente la colpa e a oscurare la consapevolezza del presente eterno.¹¹ All'interno della struttura dell'ego, la memoria è descritta come una forma "selettiva" di percezione, agendo come il suo "tempo passato," facendo apparire gli eventi passati come se stessero "accadendo ora" e fossero ancora presenti da osservare.⁷ Questa abilità della memoria, così come viene tipicamente compresa e utilizzata, è presentata come una costruzione umana, progettata per prendere il posto di ciò che Dio ha veramente donato nella creazione.⁷ Di conseguenza, il passato, pur essendo "svanito da tempo," sembra esercitare effetti immediati nell'esperienza presente proprio perché è meticolosamente "mantenuto nella memoria" dall'ego.⁷

Questa prospettiva rivela che la memoria, se usata dall'ego, diventa uno strumento per imprigionare l'individuo nel passato. L'ego necessita della memoria per mantenere viva l'illusione della colpa. Se il passato fosse veramente svanito, come il miracolo dimostra, allora la colpa, che affonda le sue radici negli errori percepiti del passato, svanirebbe anch'essa. Pertanto, la manipolazione della memoria da parte dell'ego è una strategia deliberata per sostenere la propria esistenza, facendo apparire il "passato" (e la colpa ad esso associata) come reale nel "presente." Questo implica che la sofferenza è autoimposta attraverso l'adesione dell'individuo alla memoria egoica. Il percorso verso la libertà, quindi, implica il disarmo di questo uso egoico della memoria.

L'Uso dello Spirito Santo della Memoria: Rilasciare il passato per la consapevolezza del presente eterno

In netto contrasto con l'uso egoico della memoria, lo Spirito Santo impiega questa stessa facoltà non per aggrapparsi al passato, ma precisamente "come un modo per lasciarlo andare".⁸ Questa non è una rievocazione di eventi storici, ma piuttosto una "memoria di uno stato presente".⁸ Il miracolo, guidato dallo Spirito Santo, serve a ricordare una "Causa per sempre presente, perfettamente intatta dal tempo e dalle interferenze".⁸ È in momenti di quiete e immobilità che la mente permette a questa Causa eternamente presente (Dio) di esercitare i Suoi effetti benigni, senza alcuna interferenza. In questa immobilità, la "memoria di Dio" ritorna naturalmente alla consapevolezza.⁸ Man mano che questa vera memoria viene ripristinata, si giunge a comprendere che ciò che si credeva di aver "fatto" (il mondo illusorio e i suoi problemi) è in realtà "senza causa" e quindi "non ha alcun effetto".⁸

Questa duplice funzione della memoria è un concetto fondamentale. Mentre l'ego la utilizza per imprigionare l'individuo nel passato, lo Spirito Santo la riutilizza per la liberazione. L'uso della memoria da parte dello Spirito Santo è "del tutto al di fuori del tempo"⁸, suggerendo che la vera memoria non riguarda il tempo lineare, ma il presente eterno. Ciò implica che il potenziale di guarigione risiede nella stessa facoltà che attualmente causa sofferenza, ma il suo scopo deve essere reindirizzato. Questa è una distinzione sottile ma profonda: lo strumento stesso è neutro; la sua applicazione ne determina l'effetto. Questo offre speranza e senso di agency, poiché l'individuo non è vittima del proprio passato, ma piuttosto vittima della propria scelta di aggrapparvisi. Scegliendo la guida dello Spirito Santo, si può partecipare attivamente al processo di liberazione dalla schiavitù di un passato percepito.

Il Mondo come "Piccola Lacuna": Una percezione illusoria di separazione nel tempo e nello spazio

Il mondo che si percepisce è descritto in modo profondo come una "piccola lacuna percepita per lacerare l'eternità, e dividerla in giorni, mesi e anni".⁵ All'interno di questa struttura illusoria, ci si percepisce come "un'immagine del Figlio di Dio in pezzi rotti, ciascuno nascosto in un pezzo di argilla separato e incerto".⁵ L'intera costruzione del tempo e dello spazio, con le sue forme frammentate, è meticolosamente

progettata per far apparire innegabilmente reale la "lacuna" di separazione, ingannando così l'individuo nel credere di essere genuinamente separato dal "unico oceano d'Amore" di Dio.⁵ Questa "lacuna" percepita non è un vuoto, ma piuttosto lo spazio stesso che "contiene i semi della pestilenza e di ogni forma di male," proprio perché il suo scopo sottostante è "un desiderio di tenersi separati e di non unirsi".⁵

La descrizione del mondo come una "piccola lacuna" e "un'immagine del Figlio di Dio in pezzi rotti" collega direttamente il mondo fisico all'idea di separazione.⁵ Il mondo non è solo il luogo in cui la separazione si verifica, ma è la

manifestazione del desiderio della mente di essere separata. La "lacuna" non è un vuoto fisico, ma mentale, un "desiderio di tenersi separati".⁶ Questo implica che la frammentazione percepita del mondo (tempo, spazio, corpi separati) è un

effetto diretto della decisione iniziale della mente per la separazione. Questa comprensione radicale ridefinisce la percezione della realtà: i problemi del mondo non sono esterni, ma sintomi di una credenza interna e collettiva nella separazione. La guarigione del mondo, quindi, richiede la guarigione della credenza della mente in questa "lacuna."

III. La Causa della Sofferenza: La Credenza nella Separazione

La Separazione come Radice di Ogni Dolore e Malattia

Gesù afferma in modo inequivocabile che l'unica "causa di ogni dolore e sofferenza è la credenza nella separazione".⁵ La malattia stessa non è solo una condizione fisica, ma è fondamentalmente descritta come un "senso di limitazione" e una "scissione e separazione" dal proprio vero Sé unificato.²⁰ È ritratta come un "tentativo privo di significato di dare effetti alla mancanza di causa, e di renderla una causa"¹², il che significa che si attribuiscono conseguenze reali a qualcosa che non ha una vera origine. Questa credenza errata nella separazione è identificata come il "seme della pestilenza e di ogni forma di male" che si sperimenta.⁵

L'affermazione che "la malattia deriva da menti che si separano"⁵ e che "la malattia è

un tentativo privo di significato di dare effetti alla mancanza di causa" ¹² rivela una profonda relazione causale. La malattia è una

conseguenza del credere nella separazione. ²⁰ chiarisce ulteriormente: "Che cos'è il senso di malattia se non un senso di limitazione? Di una scissione e separazione?" Questo suggerisce che la "malattia" in ACIM non è principalmente un disturbo fisico, ma un

sintomo della credenza della mente nella separazione. Il corpo si limita a esprimere lo stato della mente. Se la mente crede nella separazione, ciò si manifesterà come "malattia" in varie forme, comprese quelle fisiche. Questo sposta il focus della guarigione dal trattamento dei sintomi fisici all'affrontare la causa mentale sottostante. La vera guarigione, pertanto, è un cambiamento di mente, non un cambiamento di corpo.

Il Sogno di Corpi Separati: La nostra identità illusoria e la sua fragilità

All'interno di questo mondo, si partecipa e si rafforza collettivamente il "sogno di corpi separati," una costruzione perpetuata dall'allineamento con il sistema di pensiero dell'ego. ¹⁹ Questo sogno influenza profondamente il senso di sé, portando a sentimenti pervasivi di debolezza, vulnerabilità, colpa, incertezza, insicurezza e un profondo senso di mancanza, proprio perché oscura la consapevolezza della forza intrinseca della vera Identità. ¹⁹ Il Corso afferma che il mondo percepito attraverso i sensi fisici "non esiste, perché il luogo in cui lo percepisci non è reale". ¹⁹ Si è, in essenza, "prigionieri in un mondo percepito come esistente qui," tenuti in ostaggio dalle proprie errate percezioni. ¹⁹

I frammenti descrivono i corpi separati come "solo un'immagine di pezzi separati tenuti all'interno di una cornice immaginaria di tempo e spazio". ⁵ Il corpo "rappresenta la lacuna tra il piccolo pezzo di mente che si chiama proprio e tutto il resto di ciò che è veramente proprio". ²² Questo implica che il corpo non è intrinsecamente reale, ma un

simbolo o uno *strumento* creato dalla mente per sperimentare e perpetuare l'illusione della separazione. È un "veicolo che l'ego usa per sperimentare la separazione come se fosse reale". ²² Questa comprensione sposta radicalmente la percezione di sé. L'individuo non è un corpo che

ha una mente, ma una mente che *proietta* un corpo. Le limitazioni percepite del corpo,

la malattia e la mortalità non sono intrinseche, ma sono riflessi della credenza della mente nella separazione e nella vulnerabilità.

Il Sognatore e il Sogno: Riconoscere di essere l'autore del sogno, non la sua vittima

Una realizzazione fondamentale e liberatoria all'interno del Corso è la comprensione che "si è il sognatore del sogno e non la figura nel sogno".²⁶ Lo scopo del miracolo non è quello di risvegliare l'individuo direttamente dal sogno, ma piuttosto di "mostrare semplicemente chi è il sognatore".⁹ Questa comprensione è cruciale perché la paura persiste quando si fallisce nel riconoscere sé stessi come l'autore del sogno, credendo erroneamente di essere semplicemente figure passive al suo interno.²⁶ Tuttavia, una volta compreso di aver "causato il sogno, e di poter accettare anche un altro sogno," si acquisisce il potere di cambiarne consapevolmente il contenuto, scegliendo un'esperienza diversa e più pacifica.¹²

L'affermazione che "si è il sognatore del sogno e non la figura nel sogno" ²⁶ rappresenta una sfida diretta alla narrazione dell'ego di vittimismo. Se l'individuo è il sognatore, allora

causa le proprie esperienze, invece di subirle passivamente. L'ego desidera che l'individuo rimanga identificato con il corpo "come una figura onirica in modo da rimanere senza mente, incapace di decidere contro di esso".²⁶ Questo rivela una catena causale: la credenza di essere una "figura" porta all'assenza di mente, che impedisce di scegliere contro l'ego, perpetuando così i sogni di paura. Riconoscere sé stessi come il "sognatore" è il primo passo per reclamare l'agency e scegliere un sogno diverso. Questa comprensione libera l'individuo dal ciclo di colpa e impotenza, implicando che il vero potere risiede nella capacità della mente di scegliere il proprio insegnante (ego o Spirito Santo) e, di conseguenza, la natura della propria esperienza.

IV. L'Accordo di Unirsi: La Via alla Guarigione e all'Unità

L'Unione delle Menti: Prevenire la malattia e i suoi effetti percepiti

Il Corso insegna che "l'unione con la mente di un fratello previene la causa della malattia e gli effetti percepiti".⁵ Questo è un principio fondamentale: la guarigione è l'effetto diretto di "menti che si uniscono, così come la malattia deriva da menti che si separano".⁵ Quando le menti si uniscono veramente nell'unità, il miracolo stesso "non fa nulla" nel senso di dover intervenire, proprio "perché le menti sono unite e non possono separarsi".⁹ Questo sottolinea che lo stato intrinseco delle menti è uno di perfetta unità, e la "lacuna" percepita di separazione tra di esse è un'illusione.¹⁶

L'affermazione che "la guarigione è l'effetto di menti che si uniscono" ⁵ e che "nessuno è malato se qualcun altro accetta la sua unione con lui" ¹⁵ rivela una profonda relazione causale. La malattia è una

conseguenza del credere nella separazione, e la guarigione è una *conseguenza* del riconoscere l'unità intrinseca delle menti. Il miracolo "non fa nulla proprio perché le menti sono unite e non possono separarsi".⁹ Questo implica che la guarigione non è un intervento esterno, ma il

risultato naturale della rimozione della *credenza* nella separazione, che è la *causa* della malattia. La "lacuna" della separazione è un'illusione; le menti sono sempre unite. Questo sposta la responsabilità della guarigione da fattori esterni (medici, medicine, ecc.) alla percezione interna. Sottolinea che la salute o la malattia percepita è un riflesso diretto dell'allineamento con la separazione o l'unità.

Rifiutare il Supporto ai Sogni di Paura: La scelta fondamentale tra paura e Amore

Un insegnamento centrale del Capitolo 28 è l'imperativo di "rifiutare di far parte di sogni di paura, qualunque forma essi assumano".¹⁶ Il Corso presenta una scelta chiara e fondamentale: ci sono solo due alternative disponibili – paura o Amore.¹⁹ Quando la

paura è veramente rilasciata e svanita dalla mente, l'Amore deve inevitabilmente prendere il suo posto, poiché questi due stati sono reciprocamente esclusivi.¹⁹ Accettare l'Espiazione per sé stessi, in questo contesto, significa scegliere attivamente di non dare supporto al "sogno di malattia e di morte" di nessuno, che sono in ultima analisi sogni di separazione.¹⁵

Questa scelta è l'unica via per trovare "certezza qui e ora".¹⁵ Rifiutando di dare supporto ai sogni di paura, si ritira l'investimento nella dualità e nella separazione, permettendo alla verità dell'unità dell'Amore di emergere.⁵ Questo processo di ritiro del supporto non è un atto di negazione della realtà percepita, ma piuttosto un riconoscimento della sua natura illusoria. Quando si smette di voler vedere la separazione, il sogno di paura scompare dalla consapevolezza, e la verità dell'unità dell'Amore è tutto ciò che rimane da vedere.¹⁹ La volontà di lasciare andare le illusioni è tutto ciò che il Guaritore del Figlio di Dio richiede; Egli porrà il miracolo della guarigione dove c'erano i semi della malattia, e non ci sarà perdita, ma solo guadagno.¹⁸

L'Alternativa ai Sogni di Paura: Dio come unica realtà

La prospettiva del Corso stabilisce che "Dio è l'Alternativa ai sogni di paura".¹⁹ L'individuo che partecipa ai sogni di paura non può condividere Dio, ma chi ritira la propria mente da essi, condivide Dio. Non esiste altra scelta.¹⁹ L'esistenza stessa è una testimonianza della volontà condivisa di Dio di creare.¹⁹ La paura svanisce dai sogni quando non viene loro dato alcun supporto, e dove la paura svanisce, l'Amore deve arrivare, poiché queste sono le uniche alternative.¹⁹ Si sperimenta ciò che si accetta, perché è ciò che si desidera.¹⁹

Questo principio è rafforzato dall'idea che il mondo percepito dagli occhi del corpo non esiste, essendo una proiezione della mente.¹⁹ La "lacuna" di separazione è nascosta nella nebbia, e le immagini nebulose che ne derivano sono incerte e inconsistenti. Tuttavia, in questa "lacuna" non c'è nulla di reale; non ci sono segreti terribili o tombe oscure da cui il terrore possa sorgere.¹⁹ Guardando questa "piccola lacuna," si può percepire l'innocenza e il vuoto del peccato, che si riveleranno quando la paura di riconoscere l'Amore sarà svanita.¹⁹

I Voti Segreti: Rilasciare gli impegni inconsci alla separazione

Il capitolo rivela l'esistenza di "voti segreti" o impegni inconsci che perpetuano la paura e la separazione. L'individuo invia il corpo "a cercare la separazione ed essere separato" e poi lo odia non per ciò che è, ma per gli usi che ne sono stati fatti.²² Ci si ritrae da ciò che il corpo vede e sente, odiandone la fragilità e la piccolezza, e disprezzandone le azioni, ma non le proprie.²² Il corpo è reso fragile e piccolo dal desiderio dell'individuo, e sembra punirlo, meritando così l'odio per le limitazioni che porta. Tuttavia, il corpo è stato reso un simbolo delle limitazioni che la mente desidera avere, vedere e mantenere.²²

Il corpo rappresenta la "lacuna" tra la piccola parte di mente che si chiama propria e tutto il resto di ciò che è veramente dell'individuo.²² Si odia il corpo, eppure si pensa che sia il sé, e che senza di esso, il sé andrebbe perduto. Questo è il voto segreto fatto con ogni fratello che desidera camminare separato, e il giuramento segreto che si rinnova ogni volta che ci si percepisce attaccati.²² Nessuno può soffrire se non si percepisce attaccato e perdente a causa dell'attacco. Ogni impegno verso la malattia è una promessa inconscia di essere feriti e di attaccare in cambio.²² La malattia è la rabbia sfogata sul corpo, in modo che soffra dolore. È l'effetto di ciò che è stato fatto in segreto, in accordo con il desiderio segreto di un altro di essere separato, proprio come si desidera essere separati da lui.²²

La volontà di Dio e la Sua promessa di unità sono più potenti di questi voti segreti. Dio ha creato il Figlio perfetto e unito a Sé per sempre.²² Ogni volta che l'individuo non condivide la promessa di essere malato, ma permette alla propria mente di essere guarita e unificata, Dio ricorda la Sua promessa.²² I voti segreti sono impotenti di fronte alla Volontà di Dio, le cui promesse sono condivise dal Figlio.

L'Arca di Sicurezza: Il rifugio nella vera identità

Dio non chiede nulla, e il Suo Figlio, come Lui, non ha bisogno di chiedere nulla, poiché in lui non c'è mancanza.²⁵ Una lacuna, un piccolo spazio vuoto, sarebbe una mancanza, ed è solo lì che si potrebbe desiderare qualcosa che non si ha.²⁵ Uno spazio dove Dio non è, una lacuna tra il Padre e il Figlio, non è la Volontà di Nessuno dei Due, che hanno promesso di essere uno.²⁵ La promessa di Dio è una promessa a Sé Stesso, e nessuno potrebbe essere infedele a ciò che Egli vuole come parte di ciò

che Egli è.²⁵ La promessa che non c'è alcuna lacuna tra Sé Stesso e ciò che Egli è non può essere falsa.²⁵

La relazione che si ha con tutti i fratelli è parte dell'individuo perché è parte di Dio Stesso.²⁵ Negare la propria interezza e salute, la Fonte di aiuto, la Chiamata alla guarigione e la Chiamata a guarire, significa essere malati.²⁵ Il salvatore attende la guarigione, e il mondo attende con lui, poiché la guarigione sarà una o non sarà affatto.²⁵ Ciò che potrebbe correggere la separazione se non il suo opposto? Non esiste una via di mezzo in nessun aspetto della salvezza; si accetta la salvezza interamente o non la si accetta.²⁵ Ciò che non è separato deve essere unito, e ciò che è unito non può essere separato.²⁵

O c'è una lacuna tra l'individuo e il fratello, o si è uno. Non c'è via di mezzo, nessuna altra scelta, e nessuna lealtà da dividere tra i due.²⁵ Una lealtà divisa è solo infedeltà a entrambi, e porta solo a girare in tondo, afferrando incertamente ogni pagliuzza che sembra promettere sollievo.²⁵ Il corpo può essere reso una casa come questa, perché manca di fondamento nella verità.²⁵ Eppure, proprio per questo, può essere visto non come la propria casa, ma semplicemente come un aiuto per raggiungere la casa dove Dio dimora.²⁵ Con questo scopo, il corpo è guarito.²⁵ Non è usato per testimoniare il sogno di separazione e malattia, né è incolpato inutilmente per ciò che non ha fatto.²⁵ Serve ad aiutare la guarigione del Figlio di Dio, e per questo scopo non può essere malato.²⁵ Tutte i miracoli si basano su questa scelta e vengono dati nell'istante in cui viene fatta.²⁵ Nessuna forma di malattia è immune, perché la scelta non può essere fatta in termini di forma.²⁵

Questo mondo è solo il sogno che si può essere soli e pensare senza influenzare coloro che sono separati.²⁵ Essere soli significa essere separati, e se si è separati, non si può che essere malati.²⁵ Questo sembra dimostrare che si deve essere separati, ma significa solo che si è cercato di mantenere una promessa di essere fedeli all'infedeltà.²⁵ L'infedeltà è malattia, come una casa costruita sulla paglia.²⁵ Sembra solida, ma la sua stabilità non può essere giudicata separatamente dalle sue fondamenta.²⁵ Se poggia sulla paglia, non c'è bisogno di sbarrare la porta e chiudere le finestre; il vento la rovescerà, e la pioggia la porterà nell'oblio.²⁵ Cercare sicurezza in ciò che è stato fatto per il pericolo e la paura è insensato.²⁵

V. Paralleli Spirituali e Superamento delle Incomprensioni

Paralleli con il Buddhismo e l'Advaita Vedanta

Il Corso in Miracoli condivide con il Buddhismo e l'Advaita Vedanta l'idea fondamentale che il mondo percepito è un'illusione. Nel Buddhismo, il termine "vacuità" è spesso usato in modo intercambiabile con "illusione".²⁷ L'illusorietà del mondo è paragonata a un sogno: mentre si sogna, il sogno sembra completamente reale, ma al risveglio, si comprende che non aveva alcuna esistenza effettiva.²⁷ Sia il Buddhismo che ACIM affermano che una volta che ci si "risveglia," questi vari livelli di allucinazioni o esperienze oniriche svaniscono, e ci si ritrova nella propria realtà naturale, definita Nirvana nel Buddhismo e Cielo in ACIM.²⁷

Entrambe le tradizioni sottolineano che tutte le esperienze all'interno del sogno, siano esse "buone," "cattive" o "neutre," sono ugualmente illusorie e prive di significato. Non sono strettamente nulla, poiché l'esperienza non può essere negata, ma non sono permanenti e alla fine passano.²⁷ Nonostante appaiano diverse nella forma, la loro natura illusoria le rende tutte uguali e false.²⁷ Questo concetto si estende al pensiero: parole e concetti, appresi per dare senso all'illusione, sono essi stessi privi di significato perché riguardano l'illusione.²⁷ ACIM supporta questa idea con affermazioni come "I miei pensieri non significano nulla" e "La salvezza può essere vista come nient'altro che la fuga dai concetti".²⁷

La fuga dai concetti non significa smettere di pensare, ma piuttosto smettere di dare un significato serio ai pensieri, vedendoli come ugualmente privi di significato. Sia il Buddhismo che ACIM sostengono la "purificazione" dei pensieri e delle esperienze riconoscendo la loro natura illusoria e priva di significato, piuttosto che cercare di fermarli o eliminarli.²⁷ L'idea centrale è che il significato viene dato ai pensieri e alle esperienze dagli individui, ma essi mancano intrinsecamente di significato intrinseco e di qualità permanente. Vedere questo direttamente porta alla pace della mente di cui parlano entrambe le scuole.²⁷ ACIM afferma: "Nulla di reale può essere minacciato. Nulla di irreale esiste. Qui risiede la pace di Dio".²⁷

Per quanto riguarda l'Advaita Vedanta, anch'essa insegna che il mondo fisico è un'illusione (maya) creata dalla mente.²⁸ La liberazione spirituale e l'illuminazione in

entrambe le tradizioni si raggiungono comprendendo che il sé e il mondo non sono separati, ma manifestazioni della stessa realtà ultima.²⁸ Tuttavia, differenze significative emergono nel metodo. L'Advaita Vedanta si concentra sullo "spegnimento" della mente attraverso il silenzio dei pensieri e il "dimenticare tutto" per dissolvere l'ego-mente individuale (manas) e realizzare il Sé (Atman) come identico a Brahman.²⁹ In ACIM, il processo non è quello di "uccidere" o "estinguere" la mente attraverso il dimenticare, ma piuttosto di

guarire la mente scegliendo l'amore sulla paura e perdonando le illusioni.²⁹ L'ego è visto come la causa di tutte le illusioni, e attraverso il perdono costante, il sistema di pensiero dell'ego viene annullato.²⁹ In ACIM, il perdono è il mezzo per riconoscere la natura illusoria del mondo rilasciando lamentele, giudizi e pensieri di attacco, portando alla dissoluzione dell'ego e al risveglio della vera mente, che è sempre allineata con Dio.²⁹

Superare le Incomprensioni Comuni: Il perdono e il concetto di sognatore/sogno

Una delle principali incomprensioni del perdono in ACIM è che le persone lo approcciano con le proprie idee preconcepite, piuttosto che imparare il processo unico insegnato dal Corso.²⁶ Il perdono del Corso è distinto da altre spiritualità e deve essere appreso da un "insegnante che si trova al di fuori del tempo e dello spazio," simboleggiato da Gesù.²⁶ Non si tratta di ciò che qualcuno "ha fatto all'individuo," ma di riconoscere che "non è accaduto".²⁶ Il perdono è "immobile e silenziosamente non fa nulla," si limita a guardare, aspettare e non giudicare.²⁶

Per quanto riguarda il concetto di sognatore/sogno, un'incomprensione cruciale è il fallimento nel riconoscere che "si è il sognatore del sogno e non la figura nel sogno".²⁶ La paura è mantenuta quando non ci si vede come l'autore del sogno.²⁶ Il perdono, nel Corso, stabilisce che "si sogna un sogno, e che il suo contenuto non è vero".²⁶ Questa comprensione è un passo critico nel trattare le illusioni.²⁶ L'ego, che rappresenta il pensiero di separazione, mira a mantenere l'individuo identificato con il corpo come una figura onirica, rendendolo "senza mente" e incapace di decidere contro l'ego.²⁶ L'ego è descritto come un "fantasma" o un'"idea impossibile di separazione" sostenuta solo dalla credenza in essa.²⁶ La missione di Gesù, come simbolo dell'amore, è insegnare come guardare l'ego senza giudizio. Il perdono, quindi, consiste nel guardare l'ego e non giudicarlo, il che annulla l'identificazione e la

credenza in esso.²⁶

L'ego incoraggia a proiettare la colpa sul corpo o sugli altri per liberarsene dalla mente.²⁶ Il perdono, al contrario, è il processo di riportare queste proiezioni alla mente, dove possono essere esaminate con l'aiuto di una "Presenza Amorevole" (Gesù/Spirito Santo) che rivela che la colpa è "interamente inventata".²⁶ La comprensione che "il segreto della salvezza è solo questo: che si sta facendo questo a sé stessi" è cruciale, significando che qualsiasi dolore o sofferenza provata è il risultato della propria interpretazione, non di fatti esterni.²⁶ Questa comprensione è fondamentale per sfuggire al "mondo della percezione" che è visto come un sogno.

VI. Conclusioni

Il Capitolo 28 di "Un Corso in Miracoli," "L'Annullamento della Paura," offre una profonda esplorazione della natura illusoria della paura e della separazione, fornendo una guida completa per il loro annullamento. La lezione centrale è che la paura non ha una causa reale e che il mondo percepito, con i suoi corpi separati e le sue sofferenze, è una proiezione della mente che ha scelto di credere nella separazione.

Il ruolo del miracolo è ridefinito come un processo di "annullamento" delle interferenze alla verità, piuttosto che un'aggiunta alla realtà. Questa prospettiva rivela che la guarigione non è un'azione esterna, ma uno spostamento interno della percezione, che permette di riconoscere che il passato e i suoi effetti sono già svaniti. La memoria, spesso usata dall'ego per perpetuare la colpa, può essere riutilizzata dallo Spirito Santo per ricordare lo stato presente dell'unità e dell'innocenza.

La causa di ogni dolore e malattia è identificata come la credenza nella separazione. La malattia è un sintomo di una mente divisa, non una condizione fisica intrinseca al corpo. Comprendere di essere il "sognatore del sogno" e non semplicemente una figura in esso, è fondamentale per reclamare la propria agency e scegliere di ritirare il supporto ai sogni di paura.

L'unione delle menti è presentata come la via alla guarigione, poiché la malattia sorge dalla separazione e la guarigione dall'unità. La scelta tra paura e Amore è una decisione fondamentale che determina l'esperienza della realtà. Rifiutare di sostenere i sogni di paura significa abbracciare l'Amore e riconoscere la propria vera Identità. I "voti segreti" di separazione e attacco vengono annullati quando si sceglie

consapevolmente l'unità e il perdono.

Infine, il capitolo offre l'immagine dell'"Arca di Sicurezza," un rifugio che si trova nell'identificazione con la propria natura completa e unificata in Dio. Questa comprensione dissolve la credenza nella mancanza e nella vulnerabilità, rivelando che la vera sicurezza risiede nell'unità eterna con il Creatore e con tutti i fratelli.

In sintesi, il Capitolo 28 invita a un profondo cambiamento di prospettiva: dalla percezione di un mondo di separazione e paura, alla consapevolezza dell'unità e dell'Amore che sono la vera realtà. Questo cambiamento non richiede sforzi esterni, ma una volontà di lasciare andare le illusioni e di accettare la correzione offerta dallo Spirito Santo, portando a una pace duratura e alla realizzazione della propria Identità divina.