

ALAN COHEN



CURS DE MIRACOLE pe înțelesul tuturor

Cum să ajungi de la frică la iubire

Traducere din limba engleză de
Mihaela Ivănuș

Editura For You
București

Cuvinte de apreciere pentru cartea *Curs de miracole pe înțelesul tuturor*

„Excelentă, excelentă, minunată, minunată, plină de semnificații profunde, exact ce mi-a recomandat medicul! Simplă, ușor de citit și plină de povestiri scurte și plăcute, această carte îi va ajuta pe cei care studiază *Curs de miracole* să înțeleagă câteva dintre conceptele și principiile lui de bază.“

Dr. Jon Mundy, autor al cărții *Living A Course in Miracles* [*Cum să trăiești Curs de miracole*]

„*Curs de miracole pe înțelesul tuturor* este o carte minunată, impresionantă și binevenită. Este o nestemată! Există povești minunate aici, precum și experiențe personale profunde. În această carte extraordinară, Alan Cohen demonstrează adevărate calități de pedagog. Cursanți și profesori ai *Cursului de miracole*, bucurați-vă: vocea nouă a unui autor talentat a intrat în grupul autorilor care

scriu despre Curs, iar eu unul sunt foarte recunoscător pentru asta.”

Reverend Tony Ponticello, preot,
Community Miracles Center

„Alan Cohen descrie *Curs de miracole* ca pe o hartă de ieșire din iad – o cale de ieșire din mentalitatea ego-ului caracterizată de frică, lipsă de prețuire de sine, lipsuri și separare. În acest comentariu genial, Alan ne arată cum să interpretăm harta!”

Dr. Robert Holden, autor al cărții *Holy Shift!:
365 Daily Meditations from A Course in Miracles*
[*Sfânta Schimbare!: Meditații zilnice
pentru 365 de zile din Curs de miracole*]

„Alan Cohen este un autor respectat care predă aceste principii de ani de zile. Recent, *Curs de miracole* a intrat în primul plan al vieții și muncii sale. În această carte, aduce lămuriri, își prezintă perspectivele spirituale și bucuria de a preda Cursul. Îți mulțumesc, Alan, pentru această carte minunată, practică și mereu actuală, care le va fi cu siguranță de mare folos cursanților devotați și celor care acum încep să studieze Cursul.”

Ian Patrick, fondator și director
al Miracle Network din Marea Britanie

„Cartea *Curs de miracole pe înțelesul tuturor* este un dar minunat și util, pentru ca orice «căutător» să

o poată aprecia și savura. Rațiunea și înțelepciunea folosite de Alan pentru a ilustra mesajul CDM sunt o reală desfătare. Îți mulțumesc, Alan!”

Tom Carpenter, autor al cărții *Dialogues on Awakening* [*Dialoguri despre trezire*]

„Pentru mulți, caracterul impenetrabil al cărții *Curs de miracole* este de așa natură încât parcă ar fi scris într-o limbă străină. Din fericire, există cărți ca aceasta. Venind din inspirație, inimă și bucurie, *Curs de miracole pe înțelesul tuturor* este una dintre cele mai bune cărți de inițiere în CDM pe care le-am citit vreodată. Ți-o recomand cu căldură.”

Kenneth Bok, gazda emisiunii YouTube despre *Curs de miracole*

PREFAȚĂ

„Știi cât de mult timp îi ia unei persoane să rupă *Curs de miracole* și să-l arunce în ocean?” i-a scris un tip lui Saul Steinberg, de la Coleman Graphics, editura care a publicat pentru prima dată *Curs de miracole* (CDM). Saul îmi arată depozitele Coleman, înțesate până la tavan cu stive de cutii mici de carton, fiecare conținând 3 cărți albastre cu coperti cartonate ce cuprindeau forma originală a CDM. „Șase luni mai târziu, același tip mi-a trimis o altă scrisoare, rugându-mă să-i mai trimit un exemplar al Cursului.”

Amândoi am râs. Povestea era familiară. Oricine face Cursul experimentează confuzie și opoziție. De câte ori nu am auzit: „Am cumpărat cartea cu ceva vreme în urmă, am citit câteva fragmente, dar nu am putut să o înțeleg. Am început să fac Lecțiile din *Culegerea de exerciții pentru cursanți*, dar m-am oprit. Știu despre *Curs* că este important și că poate să-mi schimbe viața, dar mi-a fost greu să-l aplic. Sper să revin la el într-o zi.” Un cursant mi-a spus: „Am deschis cartea pentru prima dată după ce am cumpărat-o și

bonul a căzut din ea – era datat cu 10 ani în urmă!” Autorul și profesorul Robert Holden observa cu ironie că lucrarea *Curs de miracole* este „singura carte ce a fost cumpărată de milioane de oameni, dar a fost citită doar de câțiva”.

De ce o învățătură atât de minunată, cu o capacitate atât de mare de a vindeca și de a transforma vieți în moduri esențiale pare atât de dificilă? De ce adevărul spus atât de simplu pare să fie confuz, ascuns și complicat? „*Curs de miracole*”, argumentează ego-ul, „e prea dificil de înțeles. Prea lung și complicat. Prea creștin. Nu suficient de creștin. Prea psihologic – îmi amintește de terapie. De ce nu spune niciodată «ea»? Nu am timp. Am prea multe de făcut la serviciu. Scri-sul este prea mic. Paginile sunt prea subțiri – îmi amintesc de Biblie. Am fost deja la un seminar cu Tony Robbins. Câinele a ros *Culegerea de exerciții pentru cursanți*. Sunt prea stresat ca să mă pot concentra. Îl voi citi după ce copiii se vor duce la facultate. Unele dintre afirmațiile Cursului sunt pur și simplu jig-nitoare. Voi aștepta până când va apărea filmul. De unde știu eu că psihologul care l-a scris nu l-a inventat? Îmi doresc să fi fost mai ușor”.

În mod ironic, *Curs de miracole* este deja ușor. S-ar putea spune că este cel mai ușor lucru din lume, pentru că izvorăște dintr-o sursă aflată dincolo de frământările pe care le recomandă lumea. Iubirea, vindecarea și iertarea reală sunt, în definitiv, mai ușoare decât îndoiala de sine, îngrijorarea, lupta cu

relațiile, lupta pentru a câștiga bani și eforturile de a-ți da seama cum să reparați tot ce este stricat. Este mai ușor să te abandonezi decât să te agăți, încrederea îți aduce mai multă putere decât opoziția. *Curs de miracole* este răspunsul suprem la întrebarea „Cât de ușoară poate fi viața mea?”.

Călătoria ta prin viață nu trebuia să fie niciodată o luptă. Orice situație dificilă este coșmarul fricii suprapus peste prezența iubirii. Un fragment expresiv din Capitolul 14, secțiunea 6, a Textului descrie cât de ușor poate fi drumul nostru atunci când permitem asta:

După ce înveți cum să iei hotărâri împreună cu Dumnezeu, toate deciziile devin la fel de ușoare și de corecte ca respirația. Nu există efort, iar tu vei fi călăuzit la fel de blând ca și când ai merge vara pe o cărare liniștită.

Scopul cărții pe care o ții în mână este să te ajute să pășești pe această cărare mai ușoară. Vom prezenta *Curs de miracole* astfel încât să fie înțeles de toată lumea; vom transpune principiile lui mărețe și cuprinzătoare în instrumente practice și ușor de înțeles, iar acest lucru îți va permite să-i aplici adevărul, astfel încât viața ta să devină mai bună. Vreau să-ți lămuresc orice nedumerire în ceea ce privește CDM, să-i dizolv densitatea aparentă, să-i demistific adevărurile superioare și să-ți arăt cât de simplu este în realitate. *Curs de miracole* este pur și simplu o hartă de ieșire din iad. Lecția 97 din *Culegerea de exerciții pentru*

cursanți ne spune că, dacă aplici Lecția bine, poți să elimini o mie de ani de luptă sau chiar mai mulți. Chiar dacă această carte poate să reducă numai o parte din această lungă perioadă, atunci timpul petrecut împreună a meritat.

Poți beneficia de această carte dacă studiezi CDM și dorești să înțelegi mai profund Cursul sau dacă nu ai studiat și nici nu ai practicat niciodată Cursul sau nu o vei face niciodată. Deși te încurajez să cercetezi Cursul, chiar dacă nu o faci, poți să-i înțelegi esența din aceste rânduri. Dacă dobândești chiar și o noțiune vagă despre ce are de oferit CDM, ești binecuvântat.

Aventura în care urmează să mergem împreună ar putea fi cea mai importantă din viața ta. Hai să dezvoltăm ceea ce îți aduce durere și să ne eliberăm de încurcăturile nebunești pe care lumea le generează. Hai să dizolvăm iluziile care te-au făcut să te simți neînsemnat și să dezvoltăm adevărul care te face măreț. Hai să ne amintim care sunt motivele pentru care viața merită trăită și să lăsăm tot restul să se întoarcă în nimicul din care a venit.

Călătoria mea cu cartea **Curs de miracole**

Într-o seară rece de iarnă, stăteam la biroul meu, privind fix la micuța cutie de carton care tocmai sosise prin poștă. Am încercat să-mi imaginez conținutul ei,

dar nu am putut. Pur și simplu am știut că ceea ce era în cutie este important. Cu toate acestea, nu aveam idee cât de esențial se va dovedi conținutul ei în viața mea și în viețile a milioane de oameni.

Auzeam vorbindu-se despre *Curs de miracole* de un an, văzând afișe și auzind fragmente de conversație. Eram sceptic. După ce pășisem pe propria mea cale de dezvoltare personală mult timp, văzusem prea multă înșelătorie și escrocherie. Titlul nu mă atrăgea. *Curs de miracole*. Oare era o altă găselniță New Age, ce le promitea puteri de magician căutătorilor naivi? Sau un cult care ademenea sufletele pierdute pentru a umple cuferele unui guru îndepărtat? Nu vroiam să am nimic de-a face cu magia de nivel inferior. Nu eram atras de un nou spectacol metafizic.

Apoi, un articol din revista *Psychology Today* mi-a atras atenția. O ilustrație prezenta trei cărți aurii, coborând din Ceruri către un bărbat care se plimba pe o stradă. În ciuda graficii lipsite de stil, am fost intrigat. Cursul nu era ceea ce bănuisem. Părea mai mult spiritual decât material, mai mult despre conștiință decât despre materie. Când am ajuns la sfârșitul articolului, m-am simțit atras să cumpăr un exemplar din Curs – mai mult o intuiție decât o decizie rațională. Acum recunosc acea voce interioară ca fiind ceea ce Cursul numește Spiritul Sfânt. Dar la momentul acela nu aveam un nume pentru acest tip de călăuzire. Tot ce știam era ca doream să știu ce se află între copertile acelor cărți.

Apoi a fost prețul: 40 de dolari plus transport. În 1980, 40 de dolari era o sumă mare pentru mine. Stăteam cu chirie într-o cameră în mansarda unui prieten, practicând yoga, cântând la chitară și ascultând înregistrări inspiraționale. Câteva slujbe cu jumătate de normă mă ajutau să-mi plătesc chiria lunară de 150 de dolari. Eram mulțumit. Oare chiar aveam nevoie de trei cărți la 40 de dolari? Acum râd de ezitarea mea. Acei 40 de dolari s-au dovedit a fi cea mai bună investiție din viața mea.

Am deschis cutia maronie și am scos primul volum. Cuvântul „Text“ era tipărit cu litere aurii pe coperta albastră, texturată. Am citit introducerea:

**Realul nu poate fi amenințat.
Irealul nu există.
În asta stă pacea lui Dumnezeu.**

În timp ce citeam, o putere a ieșit din pagină și m-a învăluit ca și cum aș fi deschis un portal către o altă dimensiune. Nu am înțeles fragmentul, dar energia ce radia din carte era aproape copleșitoare, creând în mine un entuziasm sufletesc pe care nu-l mai trăisem niciodată. Am închis cartea, încercând să asimilez aceste cuvinte. Și ce călătorie urma să fie...

Pe parcursul anilor care au trecut de atunci, *Curs de miracole* mi-a devenit din ce în ce mai drag, mai plin de semnificații și mai practic în viața mea. Adevărul lui devine din ce în ce mai viu pentru mine, în

fiecare zi. Nu pot să spun că am fost cel mai bun student al Cursului. Opoziția mea s-a manifestat de multe ori, am cedat în fața fricii de mai multe ori decât mi-ar plăcea să recunosc și am fost lent în aplicarea Lecțiilor. Totuși, atunci când o fac, simt o alinare sufletească profundă, iar miracolele apar efectiv în lumea mea. Nu există sfârșit în ceea ce privește profunzimea și sfera de acțiune ale Cursului. În fiecare zi, simt că fragmentul sau Lecția respectivă au fost scrise doar pentru mine. Cursul este real. Funcționează. Este un dar de la Dumnezeu.

O mare parte din cei 35 de ani de când practic Cursul, nu am predat sau scris despre el în mod direct, ci mai degrabă am ales să împletesc principiile Cursului în țesătura lucrărilor și activității mele de pedagog. În ultimii câțiva ani, însă, aprecierea și entuziasmul meu față de valorile clare și solide ale Cursului au crescut. Multe metode de evoluție personală și spirituală devin depășite și dispar cu timpul. Pentru mine, Cursul a devenit și mai viu și mai puternic. Indiferent de celelalte căi pe care am mers și de ceilalți învățători care mi-au captat atenția, continui să mă întorc la *Curs de miracole*. Pentru mine, filosofia și intenția lui depășesc toate celelalte metode pe care le-am învățat.

Acum, îmi doresc din suflet să stăpânesc Cursul, care a intrat în prim-planul vieții și muncii mele. Cursul ne spune că, atunci când predai lucrul pe care dorești să-l înveți, îl înveți și mai bine. Deși sper și

am încredere că această carte îți va fi de folos, eu scriu pentru a-mi clarifica și a-mi extinde înțelegerea asupra conținutului din *Curs de miracole*.

Pe măsură ce vom parcurge paginile care urmează, îți voi împărtăși multe povești adevărate despre modul în care CDM mi-a afectat profund viața, precum și viețile altora. În timp ce unii participanți la Curs se lamentează că este prea subtil, experiența mea îmi spune că el ajunge până în miezul esenței vieții de pe Pământ, uneori în cele mai întunecate locuri ale suferinței muritorilor, și că ne transformă exact acolo unde ne aflăm, chiar în centrul fragilității umane abisale. Fie că ai dureri grave sau viața ta merge bine și îți dorești să o faci și mai bună, sper că vei fi inspirat de paginile care urmează pentru a trece la următorul tău nivel de vindecare și trezire.

Realitățile poveștii mele pot fi unice, dar nu și tema. Toți ne-am rătăcit și toți ne regăsim drumul spre acasă. Nu este o întâmplare faptul că lucrarea *Curs de miracole* a ajuns la tine acum. Fie că studiezi Cursul intensiv, fie că înțelegi chiar și un singur concept util din această carte, fie că pur și simplu auzi titlul *Curs de miracole* și începi să te gândești la posibilitatea că miracolele există și că poți trăi unul sau mai multe, există un motiv pentru care tu și Cursul v-ați întâlnit acum.

Hai să descoperim care este el...

CUM SĂ FOLOSEȘTI ÎN CEL MAI BUN MOD POSIBIL ACEASTĂ CARTE

Atunci când citez din *Curs de miracole*, mă refer la singura ediție cunoscută drept „The Only Complete Edition” (Singura ediție completă), publicată de Foundation for Inner Peace (Fundația pentru Pace Interioară). Această ediție include un sistem de numerotare a textului care le permite cursanților să localizeze diferite pasaje. În ceea ce privește referințele prescurtate din această carte, „T” se referă la *Text*, „C” la *Culegerea de exerciții pentru cursanți*, „M” la *Manualul pentru profesori*, iar „E” la *Explicații terminologice*. Numerele care urmează după fiecare citat se referă la secțiunea, paragraful și propoziția de unde este preluat citatul.

Iată un exemplu privind modul de folosire a sistemului de referință:

T-2VI.9:4-7

Text, capitolul 2, secțiunea 6, paragraful 9, de la propoziția 4 până la 7

Cuprins

Cuvinte de apreciere pentru cartea
Curs de miracole pe înțelesul tuturor / 5

PREFAȚĂ / 11

CUM SĂ FOLOSEȘTI ÎN CEL MAI BUN MOD POSIBIL
ACEASTĂ CARTE / 19

Ce este Curs de miracole / 22

1 SINGURA ALEGERE CARE CONTEAZĂ / 25

2 FURTUL DE IDENTITATE / 28

3 FII REALIST / 36

4 LUMINĂ ÎN SALA DE CINEMATOGRAF / 48

5 PĂCATUL CARE NU A AVUT NICIUN EFECT / 61

6 DE MÂNA TA TRĂIESC / 81

7 NU ESTE SPECIAL? / 98

8 PICTURA ȘI RAMA / 123

9 SFÂRȘITUL SUFERINȚEI / 140

- 10 ULTIMA CĂLĂTORIE INUTILĂ / 155
11 DINCOLO DE MAGIE / 173
12 GHIDUL TĂU IMPECABIL / 187
13 PE O CĂRARE LINIȘTITĂ VARA / 198
14 FACTORUL DE DISTRAGERE / 210
15 IUBIRE ETERNĂ / 227
16 SĂNĂTOS, BOGAT ȘI ÎNȚELEPT / 236
17 VISĂTORUL ȘI CEL VISAT / 249
18 VISUL FERICIT / 255
19 CUM SĂ FII UN FĂCĂTOR DE MIRACOLE / 267
20 PREDĂ DOAR DESPRE IUBIRE / 278
21 CUM SE VA SFĂRȘI LUMEA / 286
22 ZIUA ABSOLVIRII / 294

EPILOG

Tot ce ți-ai dorit întotdeauna să știi despre CDM,
dar nu ai vrut să citești tot Cursul pentru a afla/ 303

- AFLĂ MAI MULTE / 305
MULȚUMIRI / 307
AFLĂ MAI MULTE CU ALAN COHEN / 309
DESPRE AUTOR / 311