

# THE LIGHTHOUSE

Edizione italiana della Newsletter della FOUNDATION FOR A  
COURSE IN MIRACLES®

Distribuita dall'Associazione per lo studio e la diffusione  
di UN CORSO IN MIRACOLI®

Contrada S. Giuliana 26 - 63010 MASSIGNANO AP  
Tel. 0735 777065 fax 0735 775261 – [www.ucim.it](http://www.ucim.it)

Volume 4, numero 1, marzo 2009



---

## I SOGNI FELICI DELLO SPIRITO SANTO: RISVEGLIARSI ALL'ETERNITA'

*Gloria e Kenneth Wapnick*

Sebbene il termine *sogno felice* venga usato relativamente poco frequentemente in *Un Corso in Miracoli*, esso rimane un concetto estremamente importante e detiene un posto cruciale nella teoria e nel processo del Corso. Purtroppo è stato spesso un concetto fortemente incompreso dagli studenti del Corso. Questi fraintendimenti si riferiscono direttamente al punto di vista dello studente sulla natura del sogno e su chi sia il sognatore, sulla natura della realtà, i passi intermedi e la meta ultima di *Un Corso in Miracoli*. Cominciamo con una definizione del sogno felice, presa dal *Glossary Index for A Course in Miracles*, di Kenneth:

[Il sogno felice è] la correzione dello Spirito Santo per il sogno di dolore e sofferenza dell'ego; sebbene ancora illusorio, il sogno felice conduce oltre tutte le altre illusioni alla verità; è il sogno di perdono in cui il mondo reale è finalmente visto e la salvezza raggiunta.

Dal momento che è un sogno, il sogno felice avviene soltanto nella mente scissa o separata, che è fondamentalmente fatta di tre parti: la *mente sbagliata*, che contiene il sistema di pensiero di peccato, colpa e paura – i sogni da incubo di separazione e specialzza; la *mente corretta*, dimora dello Spirito Santo, del perdono e del sogno felice; e *la parte della mente che prende le decisioni*, il termine da noi usato per indicare la parte della mente che sceglie tra i due sistemi di pensiero dell'ego e dello Spirito Santo che si escludono a vicenda. Questa parte decisionale della mente è il vero "tu" a cui Gesù si rivolge in tutto *Un Corso in Miracoli*, anche se la maggior parte dei lettori pensa che si stia riferendo al personaggio del sogno che credono di essere: cioè il sé fisico e psicologico che porta il loro nome, personalità e data di nascita.

Come spiega Gesù nel testo, i sogni da sveglia che costituiscono le nostre esperienze nel mondo separato non sono diversi dai nostri sogni mentre dormiamo di notte:

...ciò a cui sembri risvegliarti non è che un'altra forma di questo stesso mondo che vedi nei sogni. Trascorri tutto il tuo tempo sognando. I tuoi sogni da sveglia o da addormentato hanno forme diverse, e questo è tutto. Il loro contenuto [il desiderio di cambiare la realtà] è lo stesso (T-18.II.5:11-14).

Tutta l'azione di cui facciamo esperienza, per quanto reale possa sembrare *all'interno* del sogno, ha luogo soltanto nella mente del sognatore, o parte della mente che prende le decisioni. Il pensiero di separazione viene quindi proiettato fuori dalla mente del sognatore che, per riformulare questo punto importante, è sinonimo di quella parte della mente che prende le decisioni e del "tu" al quale Gesù parla continuamente in *Un Corso in Miracoli*. Questa proiezione del folle pensiero della

mente fa un mondo esterno (sogno), che viene quindi percepito e sperimentato come realtà indipendente e separata dalla mente (sognatore), anche se in verità questo mondo di sogni non ha mai lasciato la sua fonte nella mente. Questo principio centrale viene articolato molte volte nel Corso e noi qui citiamo soltanto due riferimenti:

Non c'è alcun mondo separato dalle tue idee perché le idee non lasciano la loro fonte, e tu mantieni il mondo all'interno della tua mente nel pensiero (L-pI.132.10:3).

Il mondo è falsa percezione. E' nato dall'errore e non ha lasciato la sua fonte. Non rimarrà più a lungo di quanto verrà nutrito il pensiero che lo ha originato (L403; L-pII.3.1:1-3).

E così è nella mente e solo nella mente che l'errore della separazione può essere corretto e disfatto. E' perciò estremamente importante comprendere che i sogni felici di correzione dello Spirito Santo non hanno nulla a che fare con gli *effetti* del sogno così come vengono sperimentati dal sognatore che ha semplicemente dimenticato di essere addormentato e che sta sognando. La *causa* del sogno rimane nella mente e siccome, come leggiamo ripetutamente in *Un Corso in Miracoli*, causa e effetto non sono mai separati, ciò significa che *i veri e propri* effetti sono anch'essi nella mente. Così possiamo comprendere che il sogno felice è il pensiero di correzione dello Spirito Santo – all'interno della mente del Figlio addormentato – dei suoi incubi di separazione, giudizio e specialzza. Ed è la natura di questa correzione a cui ci riferiamo in questo articolo.

L'esperienza delle persone in questo mondo in quanto personaggi del sogno – sebbene queste esperienze non siano consce – è una sensazione schiacciante di dolore e non appartenenza, perché a qualche livello sanno che questo mondo non è la loro casa. Tuttavia, non hanno alcun ricordo di dove si trovi la loro vera casa, per non parlare del come tornarci. Gesù descrive questo terribile stato di alienazione nella pregnante lezione del libro degli esercizi, “Sarò quieto un istante e andrò a casa”:

Questo mondo nel quale sembri vivere non è casa tua. E da qualche parte nella tua mente sai che questo è vero. Il ricordo della tua casa continua tormentarti, come se ci fosse un luogo che ti chiama per farti ritornare, anche se non riconosci la voce, né ciò che la voce ti ricorda. Tuttavia ti senti ancora un alieno qui, proveniente da un luogo totalmente sconosciuto. Nulla di così definito da poterti far dire con certezza di essere un esule qui. Solo una sensazione persistente, talvolta nulla più di un minuscolo fremito, altre volte qualche cosa che viene appena ricordato, energicamente allontanato, ma che è sicuramente destinato a ritornare di nuovo nella mente.

Non c'è nessuno che non sappia di che cosa parliamo. Tuttavia alcuni cercano di mettere da parte la loro sofferenza intrattenendosi in giochi per occupare il loro tempo, e per tener lontana da sé la loro tristezza. Altri negano di essere tristi, e non riconoscono affatto le loro lacrime... Oggi parliamo per tutti coloro che percorrono questo mondo, perché non sono a casa loro (L-pI.182.1:1-2:3; 3:1).

Quasi istintivamente le persone desiderano ardentemente far cessare il dolore che provano. E così, avere una esperienza più felice, libera dal dolore all'interno del sogno che chiamano vita è una meta molto ricercata. Non sanno nulla del risveglio, perché non sanno a cosa dovrebbero risvegliarsi. Di fatto non sanno nemmeno che stanno sognando! Così sono disposte ad accontentarsi di un sogno più felice *qui*, e, come abbiamo osservato nel paragrafo di apertura, molti studenti di *Un Corso in Miracoli* non si rendono conto che Gesù sta insegnando loro come *risvegliarsi* dal sogno, non semplicemente come vivere meglio *all'interno* del sogno. Come Gesù ci dice: “Qui [nel mondo] il Figlio di Dio non chiede troppo, ma di gran lunga troppo poco” (T-26.VII.11:7). Sarebbe perciò un grosso errore che il ruolo di Gesù o dello Spirito Santo sia di assisterci ad essere più felici all'interno dei sogni della nostra esistenza individuale, fisica e psicologica, che chiamiamo vita. L'intera argomentazione di Gesù nel suo Corso è convincere i suoi studenti che *non* sono felici qui. Egli dice, per esempio, alla fine del capitolo 7, nella sezione “La confusione tra dolore e gioia”:

Lo Spirito Santo ti dirigerà soltanto per evitarti il dolore. Sicuramente nessuno obietterebbe a questo obiettivo se lo riconoscesse. Il problema non è se ciò che lo Spirito Santo dice sia vero, ma se tu vuoi ascoltare quello che Egli dice. Tu non riconosci ciò che è doloroso più di quanto tu conosca cosa è gioioso, e sei, infatti, molto incline a confondere le due cose. La funzione principale dello Spirito Santo è di insegnarti a distinguerli. Ciò che è gioioso per te è doloroso per l'ego e, *fintanto che hai dei dubbi in merito a ciò che sei, sarai confuso tra gioia e dolore* (T-7.X.3:1-6; corsivo nostro).

E così l'occupazione primaria di Gesù con i suoi studenti è di insegnare loro che essere semplicemente in questo mondo, che essi certamente credono esser un fatto indiscutibile, è negare Chi essi sono in quanto Cristo. Il risultato è che devono perlomeno trovarsi nella posizione peculiare di esprimere dubbi riguardo ciò che sono, poiché quello che credono di essere nel sogno non è il loro Sé reale. Così, seguendo la logica del paragrafo succitato, non saranno in grado di distinguere la differenza tra gioia e dolore e perciò crederanno inevitabilmente che il loro mondo di sogni sia pieno di felicità e gioia o, almeno, che contiene il potenziale di alleviare il loro dolore. Così sarebbero contenti di usare *Un Corso in Miracoli* perché li aiuti a diventare più felici, in pace, e più disposti al perdono all'interno del sogno individualistico che percepiscono, uno stato che Gesù descrive nello stadio quattro del processo in sei stadi nella sezione sullo Sviluppo della Fiducia nel manuale per insegnanti (M-4.I.6).

Tuttavia Gesù rende molto chiaro nel Corso che senza la nostra esperienza di dolore e disagio (stadio uno, due, tre e cinque nella sezione sullo Sviluppo della Fiducia succitata), non ci sarebbe alcuna motivazione ad imparare quello che ci sta insegnando riguardo l'ottenimento della pace vera e duratura (stadio sei). Come dice nelle prime pagine del testo, affermazione assolutamente familiare a qualsiasi insegnante o terapeuta:

Nessuno può imparare alcunché, a meno che non voglia apprenderlo e creda in qualche modo di averne bisogno (T-1.VI.1:2).

E questa motivazione all'apprendimento viene dalle nostre esperienze di infelicità e dolore e dal nostro fervente desiderio di essere liberi da esse: non soltanto dai sintomi scomodi, ma dalla loro causa ultima, perché solo allora potremo essere veramente liberi:

La tolleranza al dolore può essere elevata, ma non è senza limite. Alla fine tutti incominciano a riconoscere, per quanto debolmente, che ci *deve* essere un modo migliore. Non appena questo riconoscimento si stabilizza più fermamente, diventa un punto di svolta. Questo alla fine risveglia la visione spirituale, indebolendo simultaneamente l'investimento nella vista fisica. L'investimento alternato nei due livelli di percezione viene usualmente sperimentato come un conflitto, che può diventare molto acuto. Ma la riuscita è certa come lo è Dio (T-2.III.3:5-10).

Perciò sono le esperienze cariche di conflitto all'interno dei nostri sogni a fornire la motivazione per apprendere che la nostra realtà non si trova affatto nei sogni, ma piuttosto nel risvegliarsi da essi. Se i nostri sogni venissero corretti dallo Spirito Santo a livello della nostra esperienza nel mondo non ci sarebbe alcun incentivo a ritornare alla nostra mente – la *sorgente* del sogno – per imparare a fare un'altra scelta. Dal momento che è soltanto all'interno della nostra mente che si trova il desiderio di *essere* separati e *mantenerci* separati da Dio, è ragionevole pensare che solo lì il desiderio può essere cambiato. Ci viene detto alla fine del capitolo 27 che lo Spirito Santo non affronta gli *effetti* dei nostri sogni, ma piuttosto la loro *causa*, il credere della mente nella realtà della separazione (T-27.VIII.9). E, nelle prime pagine del testo Gesù ci dice che il suo Corso tratta la *causa* e non l'*effetto* (T-21.VII.7:8). Così, negare il nostro dolore e il nostro disagio serve semplicemente lo scopo nascosto dell'ego di proteggere la causa di questa sofferenza proteggendoci dai suoi effetti. Ciò assicura che questa causa sottostante nella mente – il pensiero di separazione da Dio – non potrà mai essere identificata, la qual cosa è la condizione necessaria perché venga eliminata ad opera dello Spirito Santo.

Ecco perché, nel contesto della relazione speciale – il più convincente argomento affinché noi si rimanga addormentati nel nostro sogno di carenza personale e con la necessità di essere completati dagli altri – Gesù ci insegna a non lasciarci attrarre dal fascino del piacere. Ci sollecita piuttosto, con lui al nostro fianco, a guardare dentro la nostra mente dove si trova la vera causa del nostro dolore e disagio: il *desiderio* di fare delle illusioni di specialzza i nostri sostituti della verità dell'Amore di Dio:

Non permettere che il sogno prevalga fino al punto da farti chiudere gli occhi. Non è strano che i sogni possano fare un mondo che è irreali. E' il *desiderio* di farlo che è incredibile. La tua relazione con tuo fratello è adesso diventata una relazione da cui è stato tolto il desiderio poiché il suo scopo è stato cambiato dai sogni alla verità. Tu non sei sicuro di ciò, perché pensi che possa essere questo il sogno. Sei talmente abituato a scegliere tra sogni diversi, da non vedere che hai fatto, finalmente, la scelta tra la verità e *tutte* le illusioni (T-18.II.8).

E così ci viene chiesto di essere particolarmente attenti alle nostre relazioni speciali, che sono il cuore dei sogni dell'ego di individualità e egocentrismo. Attraverso le attente istruzioni che Gesù ci fornisce in *Un Corso in Miracoli* impariamo come sia veramente doloroso non essere gentili con gli altri – usarli, manipolarli, cannibalizzarli o rubare loro per soddisfare i nostri bisogni e per il nostro prestigio personale:

Nell'osservare la relazione speciale, è necessario dapprima rendersi conto che implica una grande quantità di dolore. Ansia, disperazione, colpa e attacco ne fanno tutti parte (T-16.V.1:1-2).

Così arriviamo a vedere, con orrore, come non ci importa veramente di nessuno tranne che dei noi stessi, ma ci importa solo come le altre persone potrebbero servire ai nostri interessi speciali. Man mano che la consapevolezza del reale disagio che queste dinamiche di specialzza inducono in noi cresce, diventiamo sempre più motivati a chiedere aiuto a Gesù per guardare in maniera diversa i nostri partner speciali, e noi stessi. Di fatto egli ci chiede di essere onesti con lui mentre esaminiamo la nostra vita e le nostre relazioni e comprendiamo il loro solo scopo: mantenere intatto il sistema di pensiero dell'ego di separazione, giudizio, specialzza e individualità. Nella prima parte del testo Gesù ci esorta ad essere aperti con lui riguardo a questi pensieri.

Osserva attentamente e vedi cosa stai realmente chiedendo. Sii molto onesto con te stesso in questo, perché non dobbiamo nasconderci niente l'un l'altro...Pensa onestamente che cosa hai pensato che Dio non avrebbe pensato, e cosa non hai pensato che Dio avrebbe voluto che tu pensassi. Cerca sinceramente ciò che hai fatto e ciò che non hai fatto di conseguenza, a cambia la tua mente per pensare con quella di Dio....*Come fratello amorevole sono profondamente interessato alla tua mente, e ti sprono a seguire il mio esempio quando guardi te stesso e tuo fratello, e a vedere in entrambi le gloriose creature di un Padre glorioso* (T-4.III.8:1-2; T-4.IV.2:4-5,9; corsivo nostro).

Il cambiamento dal modo di vedere dell'ego a quello dello Spirito Santo è la funzione del miracolo, la sola vera maniera per risolvere i nostri problemi. Il miracolo sposta la nostra attenzione dal dolore dei sogni che sono le nostre vite nel mondo e ci ricorda che non c'è bisogno di risolvere il problema della nostra sofferenza cambiando il mondo perché abbiamo soltanto bisogno di cambiare il problema nella nostra mente. Il lettore potrà ricordare l'importante riga nel testo: "Quindi, non cercare di cambiare il mondo, ma scegli di cambiare la tua mente riguardo al mondo" (T-21.in.1:7). Il miracolo così ripristina nella nostra consapevolezza il vero potere del Figlio di Dio: la sua capacità dapprima di scegliere le illusioni al posto della verità e poi di cambiare la sua mente scegliendo la verità del perdono al posto della colpa e della specialzza. E' il dolore dei nostri sogni di giudizio e individualità che, ripeto, fornisce la motivazione per chiedere aiuto a Gesù. Così egli è finalmente in grado di reindirizzare la nostra attenzione dal *sogno* della nostra esistenza individuale al *sognatore*: cioè la scelta della parte della mente che prende le decisioni di rimanere

addormentata. Egli riassume questo processo nel brano seguente che si trova nel contesto del dolore sperimentato come effetto inevitabile della nostra malattia:

Questo mondo è pieno di miracoli. Essi stanno in splendente silenzio vicino a ogni sogno di dolore e sofferenza, di peccato e colpa. Sono l'alternativa al sogno, la scelta di essere il sognatore, piuttosto che negare il ruolo attivo nel fare il sogno. Sono i felici effetti che vengono dal riportare le conseguenze della malattia alla sua causa. Il corpo è liberato, perché la mente riconosce che "questo non mi viene fatto, ma sono *io* che lo sto facendo." E così la mente è libera di fare un'altra scelta. (T-28.II.12:1-6).

E' solo quando abbandoniamo ogni speranza di trovare felicità qui nel mondo che siamo pronti a considerare altre opzioni e il vero cambiamento; cioè, una scelta diversa nella nostra mente. *Questo* è il solo cambiamento significativo, perché nel mondo scambiamo semplicemente una illusione con un'altra nella magica speranza di rendere migliori i nostri sogni. Il processo del miracolo ci mette in grado di vedere che solo *un* cambiamento è necessario e, quando scegliamo di guardare con gli occhi del perdono i nostri incubi di specializza, comprendiamo che il cambiamento è *già* avvenuto. Tramite questa nuova percezione – la visione di Cristo – siamo finalmente pronti a risvegliarci dal sogno di morte, la definizione di resurrezione del Corso.

Tuttavia, in *Un Corso in Miracoli* ci viene consigliato di non saltare passi, perché il passare dagli incubi della nostra individualità direttamente nelle braccia del Cielo, scomparendo nel Cuore di Dio indurrebbe troppo panico perché possa essere sopportato. Non si può saltare dalla mente sbagliata dell'*esistenza* alla mente *Una dell'Essere* senza sentirsi schiacciati dal terrore dell'annichilimento. E così abbiamo necessità di passi intermedi, di sogni non minacciosi e di perdono che ci conducano dolcemente dal nostro sonno al nostro stato di veglia. E' la funzione di correzione dei sogni felici dello Spirito Santo di fornirci quella dolce guida. Il brano che segue fornisce forse la migliore descrizione di questo passaggio. Nota in particolare la dolcezza del linguaggio:

*Tu* sei il sognatore del mondo dei sogni. Esso non ha altra causa né l'avrà mai. Nulla di più spaventoso di un futile sogno ha terrorizzato il Figlio di Dio e gli ha fatto pensare di aver perduto la sua innocenza, di aver negato suo Padre e di essere entrato in guerra con se stesso. Il sogno è così terrificante, così reale in apparenza, che non potrebbe risvegliarsi alla realtà senza il sudore gelido del terrore e senza un urlo di paura mortale, a meno che un sogno più dolce preceda il suo risveglio, e permetta alla sua mente, diventata più calma, di dare il benvenuto e di non temere la Voce che lo chiama con amore per svegliarlo: un sogno più dolce, nel quale la sua sofferenza sia stata guarita e in cui suo fratello sia suo amico. Dio ha voluto che si svegliasse dolcemente e con gioia, e gli ha dato i mezzi per svegliarsi senza paura.

Accetta il sogno che Egli ti ha dato invece del tuo. Non è difficile cambiare un sogno, *una volta che il sognatore sia stato riconosciuto*. Confida nello Spirito Santo e permetti ai Suoi dolci sogni di prendere il posto di quelli che hai sognato con terrore e paura della morte. *Egli porta sogni di perdono*, nei quali la scelta non è tra chi è l'assassino e chi sarà la vittima. Nei sogni che Egli porta non c'è assassinio e non c'è morte. Il sogno di colpa sta svanendo alla tua vista, nonostante i tuoi occhi siano chiusi. *Un sorriso è giunto ad illuminare il tuo volto dormiente. Il sonno è ora pacifico, perché questi sono sogni felici* (T-27.VII.13-14; corsivo nostro, eccetto in 13:1).

Sebbene da un lato veniamo esortati da Gesù a non accettare niente di meno della meta del risveglio che meritiamo, dall'altro siamo allo stesso modo esortati ad essere gentili con noi stessi e a procedere lentamente attraverso le amorevoli lezioni di perdono in cui ci conduce. Egli estende lo stesso dolce insegnamento nella lezione 140 del libro degli esercizi:

I sogni felici che lo Spirito Santo porta sono diversi dai sogni del mondo, *in cui uno può semplicemente sognare di essere sveglio*. I sogni che il perdono permette alla mente di percepire non inducono un'altra forma di sonno, in modo che il sognatore sogni un altro sogno. I Suoi sogni felici sono messaggeri dell'albeggiare della verità sulla mente. Conducono dal sonno ad un dolce

risveglio, cosicché i sogni saranno svaniti. E così curano per tutta l'eternità (L-pI.140.3; corsivo nostro).

Cionondimeno gli studenti devono evitare l'errore di credere che questi passi *intermedi* di perdono degli altri siano la meta *ultima* del Corso. Non lo sono. Parlando dei suoi genitori artisti, il famoso monaco trappista Thomas Merton scrisse sulla prima pagina della sua autobiografia, *The Seven Storey Mountain*: "l'integrità di un artista solleva un uomo al di sopra del livello del mondo ma non lo libera da esso." *Un Corso in Miracoli* invero promette di liberarci dal mondo dei sogni non rendendone reale alcuno di essi. Gli studenti, quindi, non dovrebbero mai accontentarsi di essere semplicemente sollevati al di sopra del dolore e della sofferenza del sogno illusorio ma, piuttosto dovrebbero sempre tenere a mente lo scopo di Gesù per tutti i suoi fratelli: risvegliarli completamente dal sogno e così ricordare Chi sono in quanto Figlio unigenito di Dio. Come egli scrive:

Cristo ha sognato il sogno di un mondo perdonato. E' il suo dono, attraverso il quale può essere effettuata *una dolce transizione dalla morte alla vita*, dalla disperazione alla speranza. Sogniamo per un istante con Lui. Il Suo sogno ci risveglia alla verità. La Sua visione ci dà i mezzi per ritornare alla nostra santità in Dio, mai persa e destinata a durare per sempre (L-pI.159.10:4-8; corsivo nostro).

I sogni felici di perdono sono perciò le mete intermedie del Corso, perché correggono le illusioni di separazione e individualità che prima erano stati ritenuti la verità. Questi sogni felici sono le correzioni dello Spirito Santo che dismano le interferenze a che noi udiamo la Sua Voce che ci canta dolcemente dell'Amore di Dio, una canzone di unità e pace che non è stata mai distrutta. Questo meraviglioso passaggio del testo riassume bene la funzione di questi sogni di perdono e fornisce una conclusione perfetta per questo articolo:

I sogni di perdono hanno poco bisogno di durare. Non sono fatti per separare la mente da ciò che pensa. Non cercano di dimostrare che il sogno viene sognato da qualcun altro. E in questi sogni si sente una melodia che tutti ricordano, nonostante non l'abbiano udita da prima che il tempo cominciasse. Il perdono, una volta completo, porta l'assenza di tempo così vicina, che il canto del Cielo può essere udito, non con le orecchie, ma con la santità che non ha mai lasciato l'altare che dimora per sempre nel profondo del Figlio di Dio. Quando egli sentirà di nuovo questo canto, saprà di non essere mai stato senza udirlo. E dov'è il tempo, quando i sogni di giudizio saranno stati messi via? (T-29.IX.8)



---

Traduzione dell'articolo pubblicato su The Lighthouse  
Volume 6, numero 2, giugno 1995

**THE LIGHTHOUSE** viene inviata trimestralmente a tutti gli Associati. Per associarsi basta farne richiesta scritta, per posta o attraverso il sito [www.ucim.it](http://www.ucim.it), e versare la quota di iscrizione annuale prevista, anche per il 2007, in € 25.00, che ci consentirà di coprire i costi di stampa, rilegatura e spedizione. La quota associativa potrà essere versata sul conto corrente postale n. 64506587 intestato a: Associazione per lo Studio e la diffusione di "Un corso in miracoli" – Contrada S. Giuliana 26 – 63010 MASSIGNANO (AP).