

A csodák tanítása könnyedén

Kiváló, csodálatos, mély értelmű írás, pontosan erre van szükség. Egyszerű, olvasmányos, tele van jó kis anekdotákkal. Sokat segít *A csodák tanítása* olvasóinak, hogy megértsék az alapfogalmakat és az alapelveket.

– **Dr. Jon Mundy**, a *Living a Course in Miracles* szerzője

Lenyűgöző és bámulatos mű. Igazi kincs! Csodálatos történetek, mély, személyes mondanivaló. Ebben a kitűnő könyvben Alan Cohen megmutatja, hogy tényleg tud tanítani. Aki a csodák tanítását tanulja vagy tanítja, figyeljen, mert egy jól ismert szerző most csatlakozott *A csodák tanítása* csapatához. Nagyon hálás vagyok neki ezért.

– **Tony Ponticello**, vezető lelkész, Community Miracles Center

Alan Cohen megfogalmazása szerint *A csodák tanítása* a pokolból kivezető út térképe, amely megszabadít az ego gondolkodásmódjától, a félelemtől, a méltatlanságtól, a szükségtől és az elszigeteltségtől. Kiváló szövegmagyarázatában Alan megmutatja, hogyan igazodhatunk el a térképen.

– **Dr. Robert Holden**, a *Holy Shift!: 365 Daily Meditations from A Course in Miracles* szerzője

Alan Cohen neves szerző, aki évek óta tanítja ezeket az elveket. *A csodák tanítása* mostanában fő helyet foglal el az életében és a munkájában is. Ez a könyv világosan, spirituális tudással és örömmel segít átadni a tanításokat. Alan, köszönöm ezt a gyönyörű, praktikus és időszerű művet, amit biztosan nagy lelkesedéssel fogad majd minden odaadó tanuló és újdonsült felfedező.

– **Ian Patrick**, az angliai Miracle Network alapítója és menedzsere

A csodák tanítása könnyedén gyönyörű és hasznos ajándék minden „kereső” számára. Alan szellemesen és bölcsen illusztrálja *A csodák tanításának* üzenetét. Magával ragadó könyv. Köszönöm, Alan!

– **Tom Carpenter**, a *Dialogue on Awakening* szerzője

Sokak számára *A csodák tanítása* olyan bonyolult, mintha idegen nyelven íródott volna. Szerencse, hogy vannak olyan könyvek is – mint például ez –, amelyek kiválóan felkészítenek rá. Csak ajánlani tudom!

– **Kenneth Bok**, *A csodák tanítása* YouTube-csatornájának műsorvezetője

Tartalomjegyzék

Előszó	9
Hogyan használd ezt a könyvet?	15
<i>A csodák tanításáról</i>	17
1. Az egyetlen döntés, ami számít	19
2. Identitástolvajlás	21
3. Él a valóságban!	27
<i>Milyen formában érkezett a világba</i> A csodák tanítása?	33
4. Fény a moziban	35
5. A bűn, amelynek nincsen hatása	43
6. A te kezed által élek	55
<i>Ki</i> A csodák tanításának szerzője?	64
7. Hát nem különleges?	67
8. A kép és a keret	83
<i>Keresztény-e</i> A csodák tanítása?	91
9. A szenvedés vége	93
10. Az utolsó hasztalan út	103
11. Túl a mágián	115
<i>Miért íródott</i> A csodák tanítása <i>a pszichológia nyelvén?</i>	123
12. A csalhatatlan vezető	125
13. Egy csendes ösvény egy nyári napon	133
<i>Miért patriarchális a tanítások nyelvezte?</i>	139
14. Figyelemelterelés	141
15. Időtlen szeretet	151
16. Egészség, bölcsesség, gazdagság	157
<i>Miért nem értem meg a Törzsszöveget?</i>	164
17. Az álmodó és az álom	165
18. A boldog álom	169
<i>Miért ennyire hosszú</i> A csodák tanítása?	176
19. Hogyan legyél csodatévő?	177

20. Csak a szeretetet tanítsd!	185
<i>Muszáj csoportban tanulmányoznom A csodák tanítását?</i>	188
21. Hogyan lesz vége a világnak?	191
22. Diplomaosztó	197
<i>Zárszó: Minden, amit tudni akartál A csodák tanításáról, de nem akartad elolvasni az egészet, hogy kiderítsd</i>	203
További információ	205
Köszönetnyilvánítás	206
Folytasd a tanulást Alan Cohennel!	207
A szerzőről	208

Előszó

„Érdekel, hogy hány ember kell *A csodák tanítása* egyetlen példányának a széttépéséhez és az óceánba hajításához?” – írta egy fickó Saul Steinbergnek, a Coleman Graphic munkatársának. Náluk került először nyomtatásba *A csodák tanítása*. Saul körbevezetett a Coleman raktárában, ahol a plafonig álltak egymásra tornyozva a kis kartondobozok. Mindegyikben három vastag, kék, keményfedelű könyv rejtőzött; *A csodák tanítása* első kiadású példányai. „Hat hónappal később ugyanez a pasas megint küldött egy levelet, de most már azért, hogy legyen szíves postázni neki még egy példányt *A csodák tanításából*.”

Ezen mindketten elneveltük magunkat. A történet ismerős volt. A tanítások megismerése és gyakorlása közben mindenki megtapasztalja a zavarodottság és az ellenállás érzését. Hányszor mondták már, hogy „Egy ideje nálam van a könyv, bele is olvastam, de nem fogtam fel. Elkezdtem csinálni a Munkafüzet leckéit, de abbahagytam. Tudom, hogy *A csodák tanítása* megváltoztathatná az életemet, de nagyon nehéz alkalmaznom. Remélem, egyszer még folytatom majd.” Az egyik tanuló ezt mondta: „Amikor leelőször nyitottam ki a könyvet azután, hogy megvettem, kiesett belőle a nyugta... tíz évvel korábbi dátummal.” Robert Holden író és tanár szerint „*A csodák tanítása* az egyetlen olyan könyv, amelyet milliók vettek meg, de csak kevesek olvastak.”

Hogy lehet ilyen bonyolult egy ennyire csodálatos tanítás, amely gyógyít, és alapjaiban változtatja meg az életünket? Miért van az, hogy az egyszerű igazság ennyire homályos, rejtélyes és nehezen érthető? Az ego érvei szerint *A csodák tanítását nagyon nehéz megérteni. Túl hosszú és bonyolult. Túlságosan keresztény. Nem eléggé keresztény. Túl sok benne a pszichológia; olyan, mintha terápiára járnék. Miért beszél mindig hímnemben és sosem nőnemben?*¹ *Nincs rá időm. Rengeteg dolgom van a munkahelyemen. Aprók a betűi, nehéz olvasni. Olyan vékonyak a lapok, mint egy Bibliában. Már ott voltam Tony Robbins*

¹ *A csodák tanítása* angolul íródott, és valóban végig „he” szerepel benne (*a ford.*)

tanfolyamán. *A kutya szétcincálta a Munkafüzetet. Túl szétszórt vagyok, nem megy az összpontosítás. Majd elolvasom, ha a gyerekeim már egyetemisták lesznek. A tanítások néhány megállapítása kifejezetten sértő! Majd megvárom, hogy megfilmesítsék. Honnan tudjam, hogy nem az a pszichológus találta-e ki az egészet, aki lejegyezte? Bárcsak egyszerűbb olvasmány lenne!*

Furcsa módon *A csodák tanítása* valójában egyszerű. Mondhatnánk, hogy a legegyszerűbb dolog a világon, mert olyan forrásból fakad, amely magasan fölötte áll a világ bonyodalmainak. A szeretet, a gyógyulás és az őszinte megbocsátás sokkal egyszerűbb, mint az önmarcangolás, az aggodás, a társas kapcsolatok küzdelmei, az anyagi gondok, és mindaz, amivel ezeket megpróbáljuk nagy nehezen helyrehozni. Sokkal könnyebb valamit hagyni, mint mindenáron ragaszkodni hozzá, és a bizalom építőbb, mint az ellenállás. *A csodák tanítása* valójában a válasz arra a kérdésre, hogy miként lehetne egyszerű az élet.

A te életutadnak sem kell küzdelmesnek lennie. Minden nehézség a félelemből fakadó rémálom, amely elfedi a szeretet jelenlétét. A Törzsszöveg 14. fejezetének VI. bekezdésében költői megfogalmazás olvasható arról, hogy mennyire egyszerű lehet az utunk, ha hagyjuk:

Ha megtanulod, hogyan dönts Istennel, minden döntés éppoly könnyű és igaz lesz számodra, akár a lélegzés. Megszűnik minden erőfeszítés, és úgy érzed majd, oly nyájasan vezetnek téged, akárha egy csendes ösvényen vinné valaki a karjában nyáridőn.

Ennek a könyvnek az a célja, hogy segítsen elindulni ezen a könnyebb ösvényen. Lehozzuk *A csodák tanítását* a földre; magasröptű, kiterjedt elveit praktikus, egyszerűen megérthető eszközzé alakítjuk, és megtanítunk arra, hogyan alkalmazd az igazságát, hogy jobba váljon az életed. Szeretnélek megszabadítani *A csodák tanításával* kapcsolatos zavartól, könnyíteni a nehézségen, érthetővé tenni a felsőbbrendű igazságokat, és szeretném megmutatni, mennyire egyszerű valójában az egész. *A csodák tanítása* tulajdonképpen egy térkép, amely kivezet a pokolból. A Munkafüzet 97. leckéje azt mondja, hogy ha jól alkalmazod, akár ezeréves küzdelmet is megspórolsz. Ha ez a könyv ennek akár a töredékétől is megment, akkor érdemes időt szánnod rá.

Ha *A csodák tanítását* tanulmányozod, és el akarod mélyíteni a tudásodat, hasznodra lesz ez a könyv. Ha még sosem foglalkoztál ezekkel a tanítások-

kal, vagy talán nincs is szándékodban, akkor is érdemes elolvasnod. Bár javaslom, hogy ismerd meg a tanításokat, ha mégsem teszed, a lényegüket ebből a könyvből is megértheted. Ha csak egy halvány sejtelemmel gazdagodsz *A csodák tanításának* kincstárából, már az is nagy áldás.

Együtt indulunk el egy olyan kalandra, amely életed legfontosabb mozzanata lehet. Bogozzuk ki, hogy mi okoz fájdalmat, és mi hoz megkönnyebülést, mi segít át az akadályokon, amelyeket a világ eléd állít. Emlékezzünk vissza, hogy mi az, amiért érdemes élni, és engedjünk minden mást szertefoszlani.

A csodák tanítása és az út, amelyen végigvezetett

Hideg, sötét téli este volt. Az íróasztalomnál ültem, és a kis barna kartondobozt néztem, amelyet pár perccel korábban hozott a postás. Megpróbáltam elképzelni, mi van benne, de nem sikerült. Azt azonban tudtam, hogy valami fontos. Ám fogalmam sem volt, mennyire kritikus helyet foglal majd el az életemben, és több millió másik ember életében is.

Már egy éve folyton csak *A csodák tanításáról* hallottam, hirdetőtáblákon és beszélgetésekben bukkant fel előttem. Kétkedve fogadtam. Már jó ideje haladtam az önségítés, önfejlesztés ösvényén, és eddig rengeteg hiteltelen dolog és sarlatán került az utamba. A címe sem tetszett. *A csodák tanítása*. Megint valami New Age-es szöveg, valami varázsszövő a naiv keresgélőknek? Vagy talán egy szekta, amely elveszett lelkekre vadászik, hogy valami távoli guru zsebét tömjék? Az ilyen alantas csodákból nem kértem. Cseppet sem vonzott egy újabb metafizikai cirkusz.

Aztán megakadt a szemem a *Psychology Today* című lap egyik cikkén. Egy idétlen rajz három aranyszínű könyvet ábrázolt, amelyek egy sétálgató ember előtt szálltak alá a mennyből. A giccses kép ellenére elolvastam a cikket. Nagy meglepetésemre kíváncsivá tett. Inkább spirituális volt, mint materiális, inkább a tudatosságról szólt, mint a tárgyi világról. Mire a végére értem, már úgy éreztem, jól jönne egy példány a tanításokból. Inkább amolyan megérzés volt ez, mint tudatos döntés. Most már értem, hogy az a belső hang volt, amelyet a tanításokban Szentléleknek neveznek. Akkoriban még nem tudtam nevet adni ennek a sugallatnak. Csak annyit éreztem, hogy meg akarom ismerni, mit rejt ez a könyv.