

Mirakelkursen

som inspirerat en hel värld

Det började med en konflikt mellan kollegorna Helen Schucman och William Thetford, båda professorer i medicinsk psykologi. När deras chef tröttnade på grälet och bad dem "hitta ett annat sätt" tog de frågan på allvar. Plötsligt öppnades en kanal genom Helen och "En kurs i mirakler" uppenbarade sig med all sin poetiska visdom. Att få ner mirakelprinciperna på papper blev från den dagen Helens och Williams gemensamma livsprojekt.

Text Ane Frostad Bild Kati Molin (Shutterstock)

I dag räknas "En kurs i mirakler" som ett av de mest banbrytande andliga verk i vår tid, men få vet vem som har skrivit den. *Helen Schucman* önskade inte sitt namn på boken. Hon såg sin roll som förmedlare av ett viktigt budskap som var en gåva till mänskligheten, men hon var inte den egentliga författaren. Hon var en kanal och kursen skulle tala för sig själv.

Mirakelkursen har sedan den gavs ut på sjuttioalet lagt grunden för många av de föreställningar som rör sig bland dagens andliga sökare, och den har haft stor betydelse genom att inspirera författare som *Byron Katie*, *Eckhart Tolle* och många fler. Amerikanska *Marianne Williamson* har varit en av kursens mest betydande förmedlare. Genom boken "Åter till kärleken" som kom ut 1992 lyckades hon förklara kursens begrepp på ett sätt som många människor kunde ta till sig. Efter henne har flera följt efter och förmedlat visdomen i kursen på sitt eget sätt, till exempel *Gary Renard* och *Gabrielle Bernstein*.

KÄRNAN I KURSEN handlar om att träna sitt sinne i att förstå att "Ingenting verkligt kan hotas. Ingenting överkligt existerar. Här ligger Guds frid".

Kursen vill hjälpa oss att

komma ihåg vår ursprungliga hemvist som är ett tillstånd av ren kärlek, så att vi återigen kan känna lycka och frid. Vid något tillfälle började vi nämligen tro att vi är separerade från Gud och den kärlek som vi alla kommer ifrån, och vi glömde att vi inte är ett.

"Det vi ser med hjärtat tillhör inte tid och rum."

KURSEN KALLAR VÅR felaktiga tro för "en liten, galen tanke" och ur denna springer all vår rädsla. Vi är sovande barn som befinner sig i en mardröm där vi har glömt bort vem vi egentligen är. Rädslan att inte duga, rädslan att vara för bra, för dålig, och ett ständigt behov av att jämföra oss med andra gör oss till offer för illusionen.

I illusionen ingår även rätt och fel och en tro på att skuld är

något verkligt. Så länge vi tror på skulden kan vi inte befrias från den. Att förlåta innebär därför att se att skulden inte är verklig, för den befinner sig inom illusionens ramar.

Det sovande barnet som känner sig skyldigt och världelöst kan aldrig se andra som jämlikar, utan endast i bästa fall som potentiella bundsförvanter som tillfälligt kan höja ens egen värdekänsla.

DET SOM ÄR verkligt kan inte hotas, så säger Mirakelkursen. Men när vi tror att illusionen är verklig försvarar vi den till varje pris. På så sätt lägger vi massor av kraft och energi på att försvara något som inte finns - och därigenom skapar vi själva upplevelsen av att vara attackerad. Kursens lektion 153 säger: "I min försvarslöshet ligger min trygghet".

Genom att gå in i relationer med "speciella" människor, personer som vi anser vara bättre än oss själva, kan vi tillfälligt uppleva en slags illusion av samhörighet. Ända tills vi börjar upptäcka fel hos den andra. Då åker den personen neråt på värdestegen, något som egot inte alls motsätter sig eftersom det innebär att man själv åker uppåt på samma steg. ▶



*”I min försvarslöshet ligger
min trygghet.”*

– En kurs i mirakler –

VAD HAR MIRAKELKURSEN BETYTT FÖR DIG?

"Det du varse blir i andra förstärker du i dig själv."

– En kurs i mirakler –

Kort sammanfattning En kurs i mirakler

- Vi har vårt ursprung i ett tillstånd av kärlek, där vi ser alla som jämlika.
- En liten, galen tanke kan ta över hela vårt kärleksfulla sinnelag. Vi väljer rädslan istället för kärleken.
- När vi valt rädslan drar sig våra tankar undan kärleken in i något som kallas egot. Egot's mål är att få ett slut på kärleksparaden och kontrollera oss genom att få oss att tro att vi är avskilda från den kärlek vi föddes med.
- Upprepningen av egots illusion blir som en mardröm som vi upprätthåller med varje ny rädd tanke. Men djupt inom oss finns en mjuk röst som påminner oss om att kärleken är verklig.
- Insikten att egots projektioner är falska illusioner är det första steget tillbaka mot kärleken.

Källa: "Spirit Junkie" av Gabrielle Bernstein (Egia förlag, 2014). Se artikel sidan 28.



ALBERT HARLOFF

Ordförande för Nätverket En Kurs i Mirakler.

Jag kom första gången i kontakt med Mirakelkursen 1978, under ett besök på det andliga centret Findhorn Foundation i Skottland. I samma ögonblick som vi började läsa ur boken kände jag direkt att detta var viktigt för mig. Att använda kontakten med Den helige ande – mitt högre jag – det blev nu min livsväg. Istället för att fråga "vad vill jag?" började jag tänka "vad vill livet med mig?" I början använde jag denna frågeställning mest när det gällde de stora händelserna i livet, men efter ett tag förstod jag vilken kraftfull effekt den hade även på småsaker i vardagen.

Jag ser inte boken som min guru, men med sin text och sina affirmationer har den lett mig till en bättre kontakt med Den helige ande, gurun, och dennes visdom. Jag slår fortfarande ibland upp i boken för att känna in denna kontakt inom mig själv. Så fort jag blir frustrerad eller ledsen över något i en nära relation och inte vet vad jag ska göra så lämnar jag över frågan till Den helige ande, och plötsligt ser jag inte problemet längre, det har försvunnit. Ofta vet jag inte hur det gått till – det är rena miraklet – som jag så känner en enorm tacksamhet för.



GUNILLA WIGERTZ

Beteendevetare, EFT-terapeut och coach.

Mirakelkursen kom in i mitt liv sommaren 1992. Efter flera års sökande hade jag äntligen hittat hem. För mig känns den så sann – den har kommit till på ett sätt som gör att jag inte kan tvivla på dess budskap. Den är också så vacker i sitt språk och när jag öppnar den berörs mitt hjärta av dess ödmjukhet, kärlek och icke-dömande omfamning. Den har räddat mig från den djupaste förtvivlan, särskilt under nittioalet då jag verkligen fick möta mitt ego.

Min partner och jag har genom kursen haft en gemensam grund att stå på, vilket medfört att vår relation överlevt många prövningar. Tack vare Nätverket En Kurs i Mirakler, som jag var med och startade 1993 och vår kursgård Rinkesta Slott där vi erbjuder kurser i Mirakelkursen, har jag fått underbara vänner för livet. Jag har lärt mig att se på alla människor med kärlek och att "vila i Hans kärlek och skydda min vila genom att älska". Jag har också lärt mig att kärlek är att släppa rädslan och att inre frid ger yttre fred ... Kursen är helt enkelt en kurs i kärlek!



PETER BOQVIST

Företagsledare.

När jag som tjuugoåring funderade en hel del på meningen med livet, universum och allting lyssnade jag på ett föredrag om Mirakelkursen med Hans-Jörgen Gerloff 1993. Det inspirerade mig att börja läsa kursen och anmäla mig till en studiegrupp som under närmare fem års tid, en helg i månaden, tillsammans tog sig igenom hela boken, mening för mening. Hans-Jörgen hade en fantastisk förmåga att hitta kärnan i varje stycke och ge gruppen en fördjupad förståelse.

Jag använder Mirakelkursen dagligen, den har på ett mycket praktiskt sätt präglat hur jag tänker och förhåller mig till världen. Att förstå hur jag fungerar och stundtals lyckas genomskåda mitt mycket listiga ego hjälper mig i relationen till mig själv och andra. Att förstå att det som inte är ett utflöde av villkorslös kärlek enbart är ett rop på kärlek, oavsett vilket uttryck det tar, är en mycket användbar insikt. Att öva på försvarslöshet har gjort mig tryggare. När jag blir arg eller känner mig attackerad brukar jag först tänka och sedan säga – det ligger något i det du säger. En fantastisk mening som är första steget till att inte försvara sig och öppna upp för fred istället för krig.



CHATARINA BERGMAN

Förläggare.

Min relation med Mirakelkursen började den dagen jag köpte boken "Bortom universum" av Gary Renard. Inte visste jag då att den skulle förändra mitt liv i grunden. Det är den bästa boken jag någonsin läst och tack vare den började jag studera kursen, vilket har varit totalt transformerande på alla plan. Kursen vänder upp och ner på alla etablerade föreställningar. All skuld avlägsnas och en känsla av frid finner sig.

Eftersom jag växte upp i en strikt religiös miljö känner jag stor tacksamhet för den personliga frihet som Mirakelkursen erbjuder. Den är en självstudiekurs, och den som studerar kursen behöver inte prata om den, man har sin egen relation till den och tar endast ansvar för sin egen utveckling. Den kan därför inte jämföras med en religion, eller ligga till grund för någon kult eller sekt. Inom traditionella religioner är förlåtelse egentligen bara en form av nåd, eftersom skulden ses som verklig. Kursen däremot, säger att inget har hänt, den förnekar skulden och gör handlingen ogjort. När man börjar förstå hur man kan förlåta på riktigt höjs livskvaliteten.

► **UR EGOTS PERSPEKTIV** är vi aldrig jämlika, vi åker ständigt upp och ner på stegen, och egot jublar oavsett åt vilket håll det bär.

Egot projicerar ständigt det förflutna på nuet och framtiden och letar efter syndabocker. Det som hindrar en från lycka verkar befinna sig utanför en själ och man tror att allt ska bli bra "om bara de andra ändrar sig" eller så vänder man denna föreställning mot sig själv - "om jag bara vore bättre". Men ett sådant förhållningssätt kommer ständigt att möta motstånd. Djupt inom oss längtar vi efter det som är äkta och sant, och det är inte sant att vi är bättre eller sämre än andra.

Känslan av separation är djupast sett vårt enda problem, enligt Mirakelkursen. Ur denna känsla skapas den falska självbild som är vårt ego, som lever på skuld

och värderingar och som genererar tankar som inte är verkliga. Syftet med kursen är inte att stoppa tänkandet, utan att vända det och ersätta det falska tänkandet med det verkliga tänkandet.

DJUPT INOM OSS finns nämligen våra verkliga tankar, som ger äkta liv och näring för kreativitet, men det krävs ett arbete för att hitta dem. Framför allt behöver vi stilla vårt sinne och träna det i att se bortom egot.

Varför tror vi att det vi ser är verkligt? Anledningen till att vi tror så starkt på det vi uppfattar är att det är vi själva som skapat det från början. Ett otränat sinne hamnar där för lätt under egots kontroll.

En nyckel till befrielse från egot ligger i att inte vara rädd för det, för det är vår rädsla för egot som får oss att fortsätta att tro på det.

Genom medvetenhet kan

vi bryta våra mönster och välja en annan väg. När våra destruktiva känslor dyker upp kan vi se på dem och tillåta dem utan att betrakta dem som vår identitet. Då förlorar de makten över oss och plötsligt ser vi vår nästa med hjärtat, vi går ur vår självupptagenhet. Då har vi vänt rädsla till kärlek - vi har utfört ett mirakel - och ser nu "genom ögon av oskuld". Det vi ser med hjärtat tillhör inte tid och rum, och det som ligger bortom tid och rum är det enda som är verkligt.

VI HAR ALLTID möjligheten att välja kärleken framför rädslan, det enda som behövs är det som Mirakelkursen kallar "lite villighet". Djupt inom oss finns kärlekens röst och vissheten om vem vi egentligen är, och när vi har villighet att lyssna på denna röst öppnar vi oss för mirakler. ☺

"Föredrar du att ha rätt eller att vara lycklig?"

– En kurs i mirakler –

Plus mer

Nätverket En Kurs i Mirakler:
www.mirakelkursen.org
"En kurs i mirakler", Helen Schucman
(Regnbågsförlaget, 2009).

"Denna bok är mer som en portal, ett transportsystem och en omdirigering av sinnet." H. RONALD HULNICK, PH.D.

Gary R. Renard

Kärleken omsluter alla, är den sista delen i Gary Renard's trilogi och som på en ännu djupare nivå förtydligar vad **EN KURS I MIRAKLER** handlar om.

Boken tar upp:

- Livet mellan livet
- Upplösning av karma
- Snabbaste vägen till upplysning



TIDIGARE BÖCKER
I TRILOGIN:
ETT LIV UTAN SLUT &
BORTOM UNIVERSUM



Bergman Publishing

Kom och VAKNA!



Innerligt välkommen till Sveriges FÖRLÅTELSE-SKOLA och Ulla Wallin. Skolan omsätter vår välsignade "En Kurs i Mirakler" i samtal, övningar och processer. Kom och låt EKIM's välsignade visdom, genomsyra ditt liv. Låt den bli ditt liv, i en kärleksfull gemenskap. Kurs, mat och logi = donation.

www.levandeigladje.se LevAnde i Glädje

Vi fixar dina TRYCKSAKER

Vi hjälper dig med utskriften, affischer, produktblad, prislister, broschyrer, kurshäften med mera. Ring och berätta vad du behöver!



HOFORS
digitaltryck

www.hoforsdigitaltryck.se
0290-76 76 87