

Introduction Générale
à
UN COURS EN MIRACLES

KENNETH WAPNICK, Ph.D.

TABLE DES MATIERES

CHAPITRE 1

L'ORIGINE D'UN COURS EN MIRACLES	3
--	---

CHAPITRE 2

L'ETAT D'ESPRIT-UN : LE MONDE DU CIEL.....	9
--	---

CHAPITRE 3

L'ETAT D'ESPRIT FAUX:	13
Le péché, la culpabilité et la peur	13
Le déni et la projection	14
Le cycle attaque-défense	17
Les relations spéciales	18

CHAPITRE 4

L'ETAT D'ESPRIT JUSTE:	22
Colère—pardon	22
La signification des miracles	29

CHAPITRE 5

JESUS: LE BUT DE SA VIE	34
-------------------------------	----

APPENDICE

Glossaire	37
La Fondation d'Un Cours en Miracles	43

Chapitre 1

L'ORIGINE D'UN COURS EN MIRACLES

Il est intéressant de constater que toute la genèse d'Un Cours en Miracles ainsi que la façon dont il fut écrit sous la dictée illustrent parfaitement les principes fondamentaux du Cours. Le message principal du Cours est que le salut vient au moment précis où deux personnes s'unissent pour partager un intérêt commun ou poursuivre un but commun. Il s'agit là et il s'agira toujours d'un aspect du pardon; nous en parlerons un peu plus tard.

Les deux personnes qui sont à l'origine d'Un Cours en Miracles sont Helen Schucman, décédée en février 1981, et William Thetford (décédé en 1988). Ils étaient tous deux psychologues au centre médical de l'Université Columbia (New York). Bill (Diminutif de William en anglais) y était entré le premier en 1958 et occupait le poste de directeur du département de Psychologie. Helen l'y rejoignit quelques mois plus tard. Leurs rapports personnels furent très difficiles pendant les sept premières années. Ils avaient des personnalités tout à fait opposées. Ils s'entendaient bien sur le plan du travail mais sur le plan personnel leurs rapports étaient remplis de tension et d'ambivalence. Ils avaient des relations difficiles non seulement l'un avec l'autre mais aussi avec les autres membres de la faculté, avec les autres départements du centre médical et avec les autres centres médicaux qui travaillaient en d'autres disciplines. Cela est typique de l'atmosphère d'une grande université ou d'un centre médical et celui-là n'était pas différent des autres.

Un beau jour de printemps 1965 les choses changèrent pour toujours. Helen et Bill se préparaient à aller à une des réunions régulières de travail interdisciplinaire au centre médical de Cornell, de l'autre côté de la ville. En général ces réunions étaient fort désagréables et suscitaient des rivalités et des médisances, ce qui, encore une fois, est chose courante dans un cadre universitaire. Helen et Bill y allaient eux-mêmes de leurs critiques et de leurs jugements sur les autres. Mais ce jour-là, juste avant de partir pour la réunion, Bill, qui était un homme plutôt modeste et tranquille, agit d'une façon assez extraordinaire pour lui. Il fit à Helen un discours passionné, disant qu'à son avis il devait y avoir une meilleure façon d'aborder ces réunions et les sortes de problèmes qui s'y présentaient. Il pensait qu'il devrait y avoir plus de tolérance et de bienveillance à l'égard du voisin et moins de critiques et de compétition.

Tout aussi inattendue et inhabituelle fut la réponse d'Helen; elle dit qu'elle était d'accord avec lui et qu'elle s'engageait à l'aider à trouver cette autre façon. Il n'y avait rien de plus étrange que cette entente soudaine entre deux personnes qui avaient plutôt tendance à se montrer critiques et assez peu tolérantes l'une à l'égard de l'autre. Cette communion constitue un exemple de l'instant saint dont parle le Cours et, comme je l'ai dit au début, c'est par l'instant saint que se fait le salut.

A un niveau dont ils n'étaient conscients ni l'un ni l'autre, cet instant fut le signal qui déclencha pour Helen toute une série d'expériences à l'état de veille comme pendant le sommeil. J'en citerai quelques-unes qui sont de nature très fortement psychique et aussi très fortement religieuse car le personnage de Jésus commença à apparaître de plus en plus régulièrement. Ce qui rendait la situation encore plus surprenante était l'attitude d'Helen à cette époque de sa vie. Helen, qui avait alors une cinquantaine d'années, avait adopté le rôle de la militante athée, déguisant ainsi de façon subtile sa rancune profonde envers un Dieu qui avait failli à tous ses devoirs. C'est pourquoi elle se montrait fort agressive envers tout mode de penser qu'elle jugeait vague ou ambigu, qu'on ne pouvait ni étudier, ni mesurer, ni évaluer. Très compétente dans la recherche psychologique, elle était douée d'un esprit vif, analytique et logique qui ne tolérait aucune autre façon de penser.

Depuis son enfance Helen avait une sorte de pouvoir psychique qui lui faisait voir des choses qui n'étaient pas présentes. Elle n'y avait jamais vraiment prêté attention, pensant que tout le monde était comme elle. Très jeune elle avait eu une ou deux expériences mystiques singulières auxquelles elle n'avait jamais fait attention non plus. Elle n'en n'avait d'ailleurs jamais fait mention jusque là. Il lui parut donc surprenant d'avoir soudain toutes ces expériences qui l'effrayaient beaucoup: une partie d'elle-même craignait de devenir folle. Ces choses-là n'étaient pas normales et si Bill n'avait pas été là pour la soutenir et l'encourager, je pense qu'elle aurait arrêté tout le processus.

Il faut reconnaître l'importance de l'aide qu'apporta Bill et de son union constante avec Helen; sans celles-ci il n'y aurait pas eu l'enregistrement d'Un Cours en Miracles. C'est un autre exemple du principe fondamental du Cours, exprimé de différentes façons maintes et maintes fois: « Le salut est une entreprise de collaboration » (T-4.VI.8:2), « On entre dans l'arche deux par deux » (T-20.IV.6:5), « On ne peut entrer au Ciel tout seul » (L-pl.134.17:7), et « ensemble ou pas du tout » (T- I 9.IV-D.12:8). Si ce n'était pas pour l'union d'Helen et de Bill en cette entreprise, il n'y aurait pas de Cours, et nous ne serions pas rassemblés ici pour en parler.

Pendant l'été Helen eut toute une série d'expériences, presque comme un feuilleton. Elles lui arrivaient

en segments différents pendant l'état de veille: ce n'était pas un état de rêve. La série commença par l'épisode où, marchant sur une plage déserte, elle trouva un bateau échoué sur le sable. Elle reconnut que c'était à elle de remettre le bateau à l'eau. Elle n'avait cependant aucun moyen de le faire car le bateau était trop profondément ensablé. A ce moment-là apparut un étranger qui lui offrit son aide. Au fond du bateau Helen découvrit ce qu'elle décrivit comme un appareil émetteur-récepteur. Elle dit à l'étranger: « Peut-être que cela nous aidera. » Mais il répondit: » Tu n'es pas encore prête pour cela. N'y touche pas. » Cependant il remit le bateau à l'eau. Chaque fois qu'il survenait des tempêtes et des difficultés, l'étranger apparaissait pour l'aider. Au bout d'un certain temps elle s'aperçut que cet homme était Jésus, bien qu'il ne ressemblât en rien à l'image qu'on se fait de lui. Il était toujours là pour l'aider quand les choses étaient difficiles.

Finalement, dans la dernière scène de ce feuilleton, le bateau atteignit sa destination qui paraissait être un canal calme, paisible et parfait. A l'arrière du bateau il y avait une canne à pêche dont la ligne était attachée à un coffre à trésor, au fond de la mer. Helen fut remplie d'enthousiasme à la vue du coffre à trésor car à cette époque-là elle adorait les bijoux et les jolies choses. Elle était impatiente de savoir ce qu'il contenait. Elle le souleva et, l'ouvrant, fut très déçue de n'y voir qu'un grand livre noir sans rien d'autre. Sur l'arête du livre était écrit le nom d'Esculape, le dieu grec de la guérison. Helen ne reconnut pas le nom à ce moment-là. Ce ne fut que bien des années plus tard, une fois que le Cours fut finalement dactylographié et mis dans des classeurs de thèse noirs, qu'elle-même et Bill se rendirent compte qu'il ressemblait tout à fait au livre trouvé dans le coffre à trésor. Elle vit à nouveau le même coffre à trésor, cette fois-ci entouré d'un collier de perles. Quelques jours plus tard elle eut un rêve dans lequel une cigogne volait au-dessus de villages, portant dans un lange un livre noir marqué d'une croix dorée. Une voix lui dit: « Voilà ton livre. » (Ceci se passa avant la parution du livre.)

Il y eut une autre expérience très intéressante où Helen se vit entrer dans une grotte. C'était une grotte très ancienne; sur le sol gisait un rouleau de parchemin enroulé autour de deux baguettes et qui ressemblait à la Torah (la Torah est la première partie de l'Ancien Testament). Il était très ancien. En fait la petite ficelle qui le liait tomba et se désintégra lorsque Helen le ramassa. Elle regarda le parchemin et le déroula. Sur la partie centrale étaient inscrits les mots « DIEU EST. » Elle trouva cela très bien. Elle le déroula un peu plus: à gauche il y avait un panneau vide et à droite un panneau vide. Une voix lui dit: « Si tu regardes du côté gauche, tu pourras lire tout ce qui est arrivé dans le passé; si tu regardes du côté droit, tu pourras voir tout ce qui arrivera dans le futur. » Mais elle répondit: « Non, cela ne m'intéresse pas. Tout ce que je veux est le panneau central. »

Helen enroula le parchemin de façon à ne voir que les mots « DIEU EST. » Alors la voix lui dit: « Merci. Cette fois tu y es arrivée. » Elle reconnut qu'elle avait passé avec succès une sorte d'épreuve à laquelle elle n'avait pu réussir auparavant. Ce que cela signifiait réellement, c'est qu'elle avait exprimé le désir de ne pas abuser du talent qu'elle avait; autrement dit, de ne pas s'en servir comme d'une sorte de pouvoir ou de curiosité. La seule chose qu'elle cherchait vraiment était le présent où se trouve Dieu.

Dans une des leçons du livre d'exercices, on lit: « Nous disons 'Dieu est' et puis nous cessons de parler, » parce qu'après ces deux mots il n'y a rien à ajouter (L-p1.169.5:4). Je pense que ce passage réfère à l'expérience de la grotte. Le Cours insiste fortement sur l'idée que le passé n'existe plus et que nous ne devrions pas nous soucier du futur qui n'existe pas non plus. Nous ne devrions nous préoccuper que du présent puisque c'est là seulement que nous pouvons connaître Dieu.

Une dernière histoire: Helen et Bill étaient en route vers la Clinique Mayo à Rochester (Minnesota) afin de passer une journée à étudier comment les psychologues de là-bas faisaient leurs évaluations psychologiques. La veille Helen avait clairement vu dans son esprit l'image d'une église qu'elle avait tout d'abord cru catholique mais qui, comme elle le remarqua, était luthérienne. Cette image était si vive qu'elle en fit une esquisse. Comme elle la voyait de haut dans sa vision, elle fut convaincue que Bill et elle verraienr cette église pendant leur atterrissage à Rochester. Elle fit de cette église le symbole tout-puissant de sa santé mentale ou de son insanité car, ne pouvant pas comprendre toutes ces expériences intérieures, elle en était venue à douter de sa propre raison. Voir cette église, pensait-elle, la rassurerait sur son état mental. Mais en atterrissant ils ne virent pas d'église. Comme Helen s'affolait, Bill hélâ un taxi pour les emmener voir toutes les églises de Rochester. Il y avait, je crois, trente-six églises en ville mais ils ne trouvèrent pas celle d'Helen. Helen était dans tous ses états mais ils ne pouvaient rien faire de plus cette nuit-là.

Le lendemain fut un jour très occupé et ils repartirent pour New York dans la soirée. Pendant qu'ils attendaient à l'aéroport, Bill, qui avait un flair pour ce genre de choses, trouva un livre sur Rochester, pensant que Louis, le mari d'Helen aimeraït le voir. Ce livre contenait l'histoire de la Clinique Mayo et, en le feuilletant, Bill vit une réplique exacte de l'église qu'Helen avait décrite. Elle se trouvait sur l'ancien site de la Clinique Mayo car l'église avait été rasée pour y construire la Clinique. Helen la voyait d'en haut parce qu'elle n'était plus là; avec le temps elle la voyait d'en haut. Elle en fut un peu réconfortée mais ce n'est pas la fin de l'histoire.

Helen et Bill devaient changer d'avion à Chicago. Il était déjà très tard et ils étaient fatigués. Dans le terminal Helen vit une femme assise seule dans son coin à l'autre bout de la salle d'attente. Helen s'aperçut que cette femme était bouleversée même s'il n'y avait aucun signe révélateur. Elle se sentit comme poussée à aller vers cette femme, ce qu'elle n'aurait jamais fait normalement. La femme était en effet bouleversée. Elle venait de fuir mari et enfants et s'en allait à New York où elle n'était jamais allée auparavant; elle n'avait que trois cents dollars pour son séjour à New York et finalement elle avait très peur car elle n'avait jamais pris l'avion. Helen se montra amicale, amena cette femme à Bill et ensemble ils s'occupèrent d'elle dans l'avion. La jeune femme était assise entre eux et à un moment elle dit à Helen qu'elle pensait loger à l'église luthérienne puisqu'elle était luthérienne. Helen entendit alors une voix intérieure: « Voilà ma véritable église. » Helen comprit que Jésus signifiait qu'une vraie église n'est pas un édifice mais le fait d'aider et de s'unir à une autre personne.

Arrivés à New York, Helen et Bill emmenèrent leur nouvelle amie à l'hôtel et, assez curieusement, la rencontrèrent sans cesse pendant les jours suivants. Je crois que Bill la rencontra un jour à Bloomingdale, un grand magasin de New York et Helen l'eut à dîner une fois ou deux. Par la suite la femme retourna dans sa famille mais resta en contact avec Helen, lui envoyant des cartes de Noël, etc. Un jour elle appela Helen pendant que j'étais là. L'intérêt de toute cette histoire c'est de montrer que ce n'est pas le phénomène psychique qui est important en soi mais plutôt l'intention spirituelle qui se trouve derrière et qui, dans ce cas-là, était le secours apporté à une autre personne.

Un jour, à la mi-octobre Helen dit à Bill: « J'ai l'impression qu'il va se passer quelque chose d'inhabituel. » Alors Bill lui suggéra de prendre un cahier pour y noter toutes les choses qu'elle penserait ou entendrait ou tous les rêves qu'elle aurait. C'est ce que fit Helen. Elle savait la sténographie et pouvait écrire très rapidement. Un soir, deux semaines plus tard, elle entendit une voix qui lui disait: « Ceci est un cours en miracles. Prends des notes, je te prie. » Frappée de panique, elle appela Bill au téléphone et lui dit: « La voix n'arrête pas de me dire ces mots. Que dois-je faire? » Bill répondit quelque chose qui le fera sûrement bénir dans les générations à venir. Il dit: « Pourquoi ne faites-vous pas ce que la voix vous dit? » Helen s'exécuta. Elle se mit à écrire sous la dictée et sept ans plus tard nous avions trois livres intitulés *Un Cours en Miracles*.

Pour Helen la voix était comme celle d'un magnétophone intérieur. Elle pouvait l'arrêter ou la démarrer à sa guise. Cependant elle ne pouvait l'« éteindre » trop longtemps sans devenir très agitée. Elle pouvait écrire tout ce que la voix disait malgré la rapidité. La sténo l'aida beaucoup. Elle faisait tout cela en pleine conscience. Ce n'était pas l'écriture automatique; ce n'était pas une transe ni rien de ce genre. Quand elle écrivait et que le téléphone sonnait, elle posait sa plume, allait au téléphone, s'acquittait de ce qu'elle avait à faire et revenait terminer là où elle avait été interrompue. Souvent elle était capable de reprendre au même endroit. Ceci est assez remarquable quand on se rend compte qu'une bonne partie du Cours est écrit en vers blancs, en pentamètres iambiques, et qu'elle faisait ce genre de chose sans sauter un mètre ni perdre le sens de ce que disait la voix.

Ce qui était peut-être le plus effrayant pour Helen était le fait que la voix se faisait connaître comme Jésus. Une bonne partie du Cours est écrit à la première personne; c'est là où Jésus parle beaucoup de sa crucifixion. Il est impossible de se tromper sur l'identité de la voix. Le Cours dit cependant qu'il n'est pas nécessaire de croire que la voix est celle de Jésus pour bénéficier de ce que dit *Un Cours en Miracles*. Moi, je pense qu'il est aussi facile de le croire pour ne pas avoir à faire une gymnastique mentale pendant la lecture, mais cela n'est pas nécessaire pour mettre en pratique les principes du Cours. Le Cours lui-même le dit. Dans le manuel pour enseignants il y a un paragraphe sur Jésus qui dit qu'il n'est pas nécessaire de l'accepter dans notre vie, mais qu'il nous aiderait encore plus si nous l'y laissons entrer (C-5.6:6-7).

Il n'y avait aucun doute dans l'esprit d'Helen que la voix était celle de Jésus et cela rendait tout encore plus effrayant. Ce n'a pas été une expérience très agréable pour elle. Elle l'a faite parce qu'elle pensait que c'était en quelque sorte ce qu'elle devait faire. A un moment elle se plaignit amèrement à Jésus: « Pourquoi m'avez-vous choisi? Pourquoi n'avez-vous pas choisi une bonne soeur très sainte ou quelqu'un de ce genre-là? Je suis la dernière personne au monde qui devrait faire cela. » Il répondit: « Je ne sais pas pourquoi tu dis cela puisqu'après tout tu le fais. » Elle ne pouvait rien rétorquer parce qu'elle était en train de le faire et elle fut évidemment le choix parfait.

Tous les jours elle écrivait les paroles du Cours, généralement dans son carnet de sténographie. Le lendemain, quand leur emploi du temps très chargé le leur permettait, elle dictait à Bill ce qu'elle avait reçu en dictée et il le tapait à la machine. Bill disait en plaisantant qu'il devait entourer Helen d'un bras pour la soutenir et taper de l'autre main. Helen trouvait même très difficile de relire ce qu'elle avait pris en notes. Telle est l'histoire de l'origine et de la composition d'*Un Cours en Miracles*. Encore une fois le travail prit sept ans.

Comme la plupart d'entre vous le savez, le Cours comprend trois livres: un texte, un livre d'exercices pour étudiants et un manuel pour enseignants. Le texte, qui est le plus difficile à lire des trois livres,

contient la théorie fondamentale du Cours. Le livre d'exercices se compose de 365 leçons, une pour chaque jour de l'année; il est important à cause de son application pratique des principes du texte. Le manuel pour enseignants est un livre bien plus court et le plus facile à lire des trois car il contient les réponses aux questions les plus susceptibles d'être posées. C'est en fait un bon résumé de plusieurs des principes du Cours. Presqu'en appendice il y a une section sur l'explication des termes, écrite bien des années après Un Cours en Miracles. Elle tente de définir quelques-uns des mots employés, mais si vous ne savez pas déjà la signification des termes, le fait de lire cette section ne vous aidera pas; elle contient par ailleurs de très beaux passages.

Helen et Bill n'ont fait aucune correction. Les livres que vous avez maintenant sont restés essentiellement comme ils ont été transmis. Les seuls changements apportés viennent du fait que le texte est venu en un seul morceau sans être divisé en sections et chapitres. Il n'y avait ni ponctuation ni paragraphes. Helen et Bill ont effectué le travail initial de donner une structure au texte et, quand je suis arrivé en 1973, j'ai parcouru tout le manuscrit avec Helen. C'est nous qui avons mis toutes les sections et les titres. Le livre d'exercices ne présentait pas de problèmes parce qu'il est venu avec les leçons et que le manuel pour enseignants est venu sous forme de questions et de réponses. La difficulté se trouvait principalement dans le texte originel, mais celui-ci était généralement dicté en sections qui se suivaient logiquement si bien que la division en paragraphes et chapitres n'a pas été difficile. Durant tout ce travail nous sentions que nous agissions sous la direction de Jésus de façon à tout faire comme il le voulait.

Au début du Cours, Jésus donna beaucoup de renseignements intimes à Helen et à Bill pour leur faire comprendre ce qui se passait et la façon de s'aider l'un l'autre. Il y avait aussi de nombreux messages visant à les encourager à accepter ce qui leur était transmis. Comme Helen et Bill étaient psychologues, il y avait beaucoup d'information sur Freud et d'autres personnes a fin de combler la faille qui existait entre ce qu'ils savaient et ce que le Cours disait. Pour des raisons évidentes Jésus demanda à Helen et Bill d'enlever tous ces renseignements qui n'avaient aucun rapport avec l'enseignement fondamental du Cours. Ce nettoyage n'affecta que le style où il laissait des trous. C'est pourquoi nous avons ajouté un mot par ci par là, non à cause du contenu mais pour faciliter la transition d'une idée à une autre. Cela est arrivé au tout début.

Le style des quatre premiers chapitres nous a toujours posé un problème. Ils constituent les parties les plus difficiles à lire. Je pense que c'est à cause de la communication privée qui en a été retirée, ce qui donne un aspect haché à la lecture. Nous avons fait notre possible pour l'assouplir. Il faut dire aussi qu'au début Helen était tellement effrayée de ce qui se passait que même si elle n'avait aucune difficulté à comprendre le sens de ce qui était dit, elle en éprouvait fréquemment dans l'expression et le style.

Au commencement par exemple, les mots « Saint-Esprit » n'étaient généralement pas utilisés. Helen avait tellement peur de ce terme que Jésus employait l'expression: l'oeil spirituel. Par la suite le terme fut remplacé par « le Saint-Esprit », selon les instructions de Jésus. Pour la même raison le mot « Christ » n'était pas non plus fréquemment employé au début, mais ultérieurement il fut dicté. Quelques mois plus tard, Helen s'était calmée et à partir du chapitre 5, le Cours est pratiquement tel qu'il a été transmis.

Les majuscules manquaient également dans le texte. Comme Helen avait tendance à mettre une majuscule à tout ce qui se rapportait même de très loin à Dieu, la tâche de décider quels mots devraient prendre une majuscule et quels mots ne le devaient pas me causa bien des tourments. Il y a certains mots toutefois sur lesquels Jésus insista pour que nous mettions une majuscule afin de faciliter la compréhension du texte.

Helen, qui était une rédactrice minutieuse lorsqu'elle travaillait à des publications de textes de recherche, avait la forte tentation de changer certains mots pour satisfaire ses préférences stylistiques. Mais il lui était toujours dit de n'en rien faire et donc elle n'en fit rien. Ceci exigea beaucoup de volonté. Il y a eu des moments où elle changea certains mots, mais comme elle avait aussi une mémoire extraordinaire, elle se rappelait quand elle le faisait. Plusieurs centaines de pages plus loin, elle se rendait compte qu'un mot particulier avait été choisi à cause de sa référence ultérieure. Alors elle revenait en arrière et rechargeait le mot qu'elle avait d'abord changé.

Un Cours en Miracles fut terminé en 1972. J'ai rencontré Helen et Bill pendant l'hiver de la même année. Un ami commun qui était prêtre et psychologue, et qui avait fait une partie de sa formation sous Helen et Bill, avait entendu parler du Cours. Cet automne-là lui et moi étions devenus amis. J'étais sur le point de partir pour Israël lorsqu'il insista pour que je rencontre ses deux amis. Nous avions passé une soirée ensemble et il avait mentionné le livre de spiritualité qu'Helen avait écrit. Il ne dit cependant rien de sa nature et de son origine.

Nous nous sommes réunis dans l'appartement de Bill et je me souviens que celui-ci a montré dans un coin une pile de sept gros classeurs de thèse noirs qui contenaient le Cours. Cette fois-là je n'emportais pratiquement rien avec moi en Israël et j'ai pensé que je ne devrais pas me mettre à lire un tome. Mais le peu que mes amis en avaient dit m'intriguait. Ce soir-là j'ai raccompagné le prêtre chez lui et il me dit avoir

une copie du livre si je désirais le voir. J'eus le sentiment très fort que je ne devais pas le faire; mais pendant tout le temps que je passais en Israël, la pensée du livre ne me quitta pas. J'écrivis une lettre à Helen en lui disant que je serais très intéressé de voir le livre à mon retour. Elle me dit plus tard que j'avais écrit « Livre » avec un grand L; je n'en avais pas été conscient. Je ne suis en général pas pour les majuscules mais apparemment j'en avais mise une.

Comme je l'ai dit, tout le temps que j'ai passé en Israël, j'ai pensé au livre et au fait qu'il contenait quelque chose d'important pour moi. Je suis revenu au printemps 1973 avec l'intention de passer seulement quelques jours avec ma famille et mes amis et de retourner en Israël pour demeurer dans un monastère pendant une période de temps indéterminée. Mais j'étais aussi très curieux de voir le livre et j'ai décidé d'aller rendre visite à Helen et Bill. Dès le moment où j'ai vu le livre, j'ai changé tous mes plans et j'ai décidé de rester à New York.

A mon avis Un Cours en Miracles est l'oeuvre qui intègre le mieux la psychologie et la spiritualité. A cette époque je ne savais pas qu'il manquait quelque chose à ma vie spirituelle, mais quand j'ai lu le Cours, je me suis rendu compte qu'il était exactement ce que je cherchais. Une fois qu'on trouve ce qu'on cherche, on ne le quitte plus.

Une chose importante à savoir au sujet du Cours, c'est qu'il dit bien ne pas être la seule voie qui mène au Ciel. Au début du manuel pour enseignants il affirme que ce n'est qu'une forme du cours universel parmi des milliers d'autres (M-1.4:1-2). Un Cours en Miracles n'est pas pour tout le monde et ce serait une erreur de penser qu'il l'est. Rien n'est pour tout le monde. Je pense que c'est une voie très importante qui a été introduite dans ce monde mais elle n'est pas pour tous. A ceux pour qui ce n'est pas la voie, le Saint-Esprit donnera autre chose.

Il serait regrettable qu'une personne ait des difficultés avec le Cours alors qu'elle ne s'y sent pas vraiment à l'aise et qu'ensuite elle pense avoir échoué. Cela irait contre tout ce que préconise le Cours. Son but n'est pas de culpabiliser les gens ! C'est tout le contraire. Mais pour tous ceux dont il est la voie, l'effort en vaut la peine.

Q : Un jour j'ai cru comprendre que beaucoup de personnes le commencent mais qu'elles éprouvent une résistance énorme.

R : C'est absolument vrai. En fait si quelqu'un a suivi tout le Cours sans passer par une période où il le jette par la fenêtre, dans les cabinets ou à la figure de quelqu'un d'autre, c'est probablement qu'il ne comprend pas le Cours. Nous rentrerons dans les détails plus tard mais la raison majeure, c'est qu'Un Cours en Miracles va contre tout ce que nous croyons. Or il n'y a rien à quoi nous tenions avec autant de ténacité qu'à notre système de croyance, qu'il soit vrai ou faux. Le Cours soulève la question suivante: « Que préfères-tu: avoir raison ou être heureux? » (T-29.VII.1:9). La plupart d'entre nous préféreraient avoir raison plutôt que d'être heureux. Le Cours s'érige là-contre en s'efforçant de décrire combien l'ego a tort. Comme nous nous identifions tous fortement à l'ego, nous nous battons contre ce système. Encore une fois je dis bien que, si à un moment ou à un autre un étudiant éprouve pas de résistance ou de difficulté en lisant le Cours, c'est que quelque chose va de travers.

Au début de la dictée du Cours, il n'y avait qu'une poignée de personnes qui étaient au courant, et peut-être même pas une poignée. Helen et Bill la traitait tous deux comme un grand secret honteux. Il n'y avait guère personne de leur famille, de leurs amis ou de leurs collègues qui soit au courant. Comme cela faisait partie du plan, juste avant l'arrivée du Cours on leur avait donné une suite de bureaux à l'écart des autres et d'accès privé. Ils purent ainsi finir tout le manuscrit sans que cela gêne leur travail malgré un emploi du temps très chargé. Pourtant personne ne savait ce qu'ils faisaient. Ils le celaient littéralement comme un secret bien gardé et c'est là où les choses en étaient à mon arrivée.

Je passai ma première année avec Helen et Bill à revoir tout le manuscrit jusqu'à ce que tout soit comme ce devait l'être. Nous avons vérifié tous les titres et Helen et moi l'avons lu mot à mot. Ce travail a pris à peu près un an, et une fois le manuscrit terminé, nous l'avons fait retaper. Le Cours fut donc prêt vers la fin de l'année 1974 ou la première partie de 1975. Ce que nous ne savions pas c'était en vue de quoi il était prêt. Il était toujours au secret, pour m'exprimer ainsi, mais nous savions qu'il était prêt.

Au printemps de 1975 quelqu'un d'autre apparut sur la scène en la personne de Judy Skutch. L'histoire de sa venue dans le Cours est intéressante même si je passe dessus ici; des choses inattendues en ont provoqué d'autres et Judy arriva avec Douglas Dean. Peut-être que quelques-uns d'entre vous connaissez Douglas qui est un psychologue réputé en parapsychologie. Ils étaient apparemment venus au centre médical cet après-midi-là pour d'autres raisons. Nous avons pensé que nous devions nous ouvrir sur le cours à Judy et à Douglas, ce que nous avons fait. Alors c'est comme s'il avait quitté nos mains pour atterrir dans celles de Judy. Cela conduisit à la publication du Cours. C'était une chose en laquelle nous n'avions aucune compétence et pour laquelle nous ne nous sentions aucunement responsables. Nous pensions que notre responsabilité était de le remettre entre de bonnes mains pour que ce soit bien fait mais

ce n'était pas nous qui le ferions. C'était le rôle de Judy et elle l'a très bien rempli.

Vous remarquerez dans les livres que la date de copyright est 1975 alors que les livres n'ont été imprimés qu'en 1976. Cet été-là, un ami californien de Judy fit une photo-offset du Cours et en imprima ainsi 300 copies. Un Cours en Miracles n'a été imprimé sous la forme présente qu'en 1976 et cela a nécessité « miracle » après « miracle ». Ce qui était vraiment « miraculeux » fut la rapidité avec laquelle tout cela s'effectua. Les livres furent publiés en juin 1975 et au moment présent (1993), il y a eu plus de trente tirages.

The Foundation for Inner Peace (la Fondation de la paix intérieure) s'occupe de la publication et de la diffusion d'Un Cours en Miracles. Le Cours n'est ni un mouvement ni une religion; ce n'est pas une autre église non plus. C'est plutôt un système susceptible d'aider certaines personnes à trouver leur voie vers Dieu par la pratique de ses principes. Comme la plupart de vous le savez, il y a de petits groupes qui se forment un peu partout et nous avons toujours pensé qu'il est très important qu'il n'y ait pas d'organisation qui fonctionne en tant qu'autorité.

Aucun de nous ne voulait être placé dans le rôle d'un guru. Helen était formelle sur ce point. Les gens venaient littéralement s'asseoir à ses pieds et elle leur marchait presque sur les mains. Elle n'était absolument pas intéressée à être faite le personnage principal du Cours. Elle pensait que le personnage principal d'Un Cours en Miracles était Jésus ou le Saint-Esprit et que c'est ainsi que ce devait être. Pour elle cela était très important. Agir autrement c'était établir une structure du genre église, et c'était la dernière chose que voudrait l'auteur du Cours.

Q : Comment est-ce que les différentes personnes étaient capables de gagner leur vie pendant ces années?

R : Helen et Bill avaient des postes à temps complet et j'avais un emploi à mi-temps au centre médical en même temps qu'une pratique de psychothérapie à temps partiel. J'étais capable de m'en acquitter assez vite pour passer le reste du temps à corriger le Cours avec Helen et à faire ce qu'il y avait à faire. Nous le faisions dans nos « moments de loisir », mais je pense qu'en ce temps-là c'était nos occupations professionnelles qui étaient nos « moments de loisir ». Pendant tout le temps que le Cours était en train de se faire, Helen et Bill étaient très occupés par leurs diverses responsabilités.

Q : Est-ce qu'il a jamais eu quelque chose de dit au sujet du moment où est apparu le Cours? Pourquoi à ce moment-là?

R : Oui. Au début de la dictée Helen a reçu une explication de ce qui arrivait. Il lui a été dit qu'il y avait une « accélération céleste ». Le monde est en fort mauvais état, lui a dit Jésus, ce qui est évident aux yeux de quiconque. Cela se passait au milieu des années 60 et le monde paraît être en bien plus mauvais état maintenant. Pour tout le monde c'était une période difficile et il fut demandé à certains de contribuer par leurs talents particuliers à cette accélération céleste pour aider à rectifier les choses dans le monde. Helen et Bill furent deux parmi tant d'autres à contribuer leurs talents particuliers pour ce plan. Ces quinze dernières années il y a eu une prolifération de textes qui disent avoir été inspirés. Le but de tout cela est d'aider chacun à changer ses opinions sur la nature du monde. Je le répète, Un Cours en Miracles est seulement une voie parmi tant d'autres; cela est très important. La raison pour laquelle j'insiste sur ce point est que le Cours traite d'un problème extrêmement difficile dont nous parlerons un peu plus tard: les relations spéciales'. Il est fort tentant de former une relation spéciale avec le Cours et de le rendre très spécial' au sens négatif. Je l'expliquerai quand nous en reparlerons.

Chapitre 2

L'ETAT D'ESPRIT-UN : LE MONDE DU CIEL

Une des méthodes les plus commodes pour présenter Un Cours en Miracles est de le diviser en trois sections; le Cours représente en effet trois systèmes de pensée différents: l'état d'esprit-Un, qui représente le monde du Ciel; l'état d'esprit faux qui représente le système de pensée de l'ego et l'état d'esprit juste qui représente le système de pensée du Saint-Esprit.

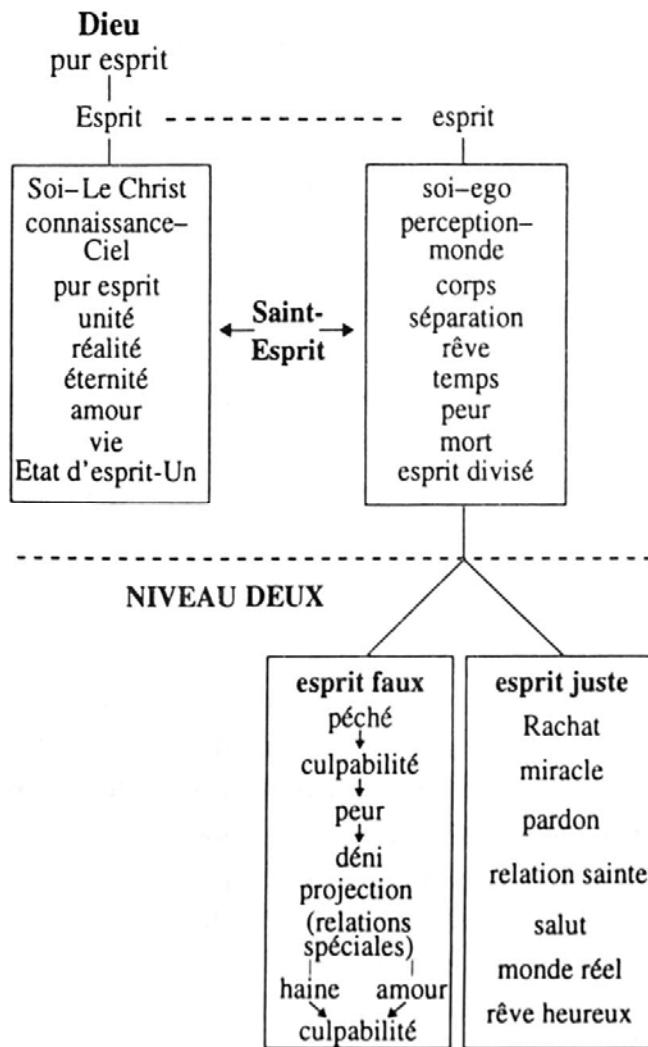
Pour commencer, il sera utile de remarquer qu'Un Cours en Miracles est écrit à deux niveaux (voir le schéma à la page suivante). Le premier niveau présente la différence entre l'esprit-Un et l'esprit divisé, alors que le second niveau établit un contraste entre l'état d'esprit faux et l'état d'esprit juste. Au premier niveau par exemple, le monde et le corps sont considérés comme des illusions que fabrique l'ego. C'est pourquoi elles symbolisent la séparation d'avec Dieu.

Le second niveau correspond au monde où nous croyons vivre et, à ce niveau, le monde et le corps sont neutres et peuvent poursuivre un but comme un autre. Pour l'ego de l'esprit faux, ce sont des instruments destinés à renforcer la séparation. Pour l'esprit juste, ce sont les moyens dont Se sert le Saint-Esprit pour nous enseigner Ses leçons de pardon. A ce deuxième niveau les illusions correspondent donc aux perceptions fausses de l'ego, par exemple celle de voir un acte d'agression plutôt qu'un appel à l'amour, le péché plutôt que l'erreur.

En gardant ceci à l'esprit, nous allons commencer notre discussion sur les trois systèmes de pensée du Cours. Nous allons commencer par le premier qui est en réalité le seul, et qui est décrit au début du texte comme l'état d'esprit-un du Christ ou de Dieu. C'est un système de pensée qui n'a aucun rapport avec ce monde-ci. Je vais en dire un mot maintenant puis nous allons le laisser de côté parce qu'en fait ce n'est pas le thème le plus important du Cours. Il constitue le principe de base du Cours et son fondement, mais ce n'est pas réellement là qu'est le travail.

L'état d'esprit-Un constitue le monde du Ciel, ce qu'Un Cours en Miracles appelle connaissance. L'un des aspects difficiles du Cours lorsqu'on l'aborde pour la première fois, c'est que le sens des mots est différent de leur sens habituel. Vous aurez beaucoup de mal si vous comparez votre propre compréhension d'un mot avec celle du Cours. Des mots comme « péché », « monde », « réalité », « Dieu », « Jésus », « connaissance » etc. ont un sens quelque peu différent du sens usuel. Si vous voulez rendre justice au Cours et comprendre ce qu'il dit, que vous acceptiez le Cours ou pas, vous devez aussi comprendre le sens des mots et la façon dont ils sont utilisés dans ce contexte-là.

NIVEAU UN



NIVEAU DEUX



L'un de ces mots est « connaissance ». Le Cours n'emploie pas « connaissance » au sens où nous l'employons. La connaissance ne réfère qu'à Dieu et le monde de la connaissance n'a rien à voir avec ce monde-ci. La connaissance n'est ni une croyance ni un système de pensée. C'est une expérience, une expérience qui transcende complètement ce monde. Aussi le monde du Ciel, le monde de la connaissance ou le monde du pur esprit de Dieu, représentent tous la même chose [Pur esprit: c'est le principe spirituel de l'esprit (spirit en anglais) comparé à l'esprit qui est l'agent motivateur (mind en anglais)]. Quand Un Cours en Miracles parle du monde du pur esprit, celui-ci n'a aucun rapport avec le monde de la matière. Le pur esprit est notre réalité, notre vrai foyer et, encore une fois, il n'a rien à voir ici avec notre expérience de la réalité.

Le concept principal du Ciel ou du monde de la connaissance est la Trinité. Je vais décrire brièvement comment le Cours définit la Trinité, mais auparavant je vais parler de quelque chose d'autre, d'une objection que de nombreuses personnes soulèvent à propos du Cours. Leur question est la suivante: Si le thème du Cours et sa pensée principale sont de nature universelle—celle que nous sommes tous un—, alors pourquoi est-ce que le Cours est venu sous une forme spécifiquement chrétienne?

La réponse à cette question acquiert un sens quand on tient compte d'un des principes fondamentaux du Cours: Il faut dé-faire (l'ego a fabriqué; l'esprit juste dé-fait) l'erreur là où elle se trouve. Il n'y a aucun doute que l'influence dominante du monde occidental est le christianisme. Il n'y a pas de système de pensée plus puissant au monde, que vous vous considériez chrétien ou non. Il n'y a personne en ce monde, en tous les cas dans le monde occidental, qui n'ait pas été profondément affecté par le christianisme.

Que vous vous identifiez au christianisme ou non, vous vivez dans un monde chrétien. Notre calendrier est basé sur la naissance et la mort de Jésus. Pourtant il n'est pas besoin de dire que le christianisme n'a

pas été très chrétien quand on considère l'histoire des églises.

Comme le christianisme a fait une marque profonde sur le monde, et continue à le faire—une marque qui n'est pas très chrétienne—, il était essentiel d'en dé-faire les erreurs avant de pouvoir changer radicalement le système de pensée du monde. Voilà pourquoi à mon avis Un Cours en Miracles est venu sous une forme spécifiquement chrétienne. Tout lecteur du Cours qui a eu une éducation chrétienne reconnaîtra assez vite que le christianisme dont parle le Cours n'a rien à voir avec celui qui a été enseigné. Le mari d'Helen, Louis, qui s'identifiait fortement au judaïsme, m'a dit un jour qu'il savait que si le christianisme avait été comme le Cours, il n'y aurait jamais eu d'anti-sémitisme. Il n'y a aucun doute là-dessus.

Le Cours est donc venu sous cette forme-là afin de corriger les erreurs que le christianisme avait introduites. Partout dans le Cours, et particulièrement dans les premiers chapitres du texte, il y a de multiples références à l'Ecriture sainte (plus de 800) dont plusieurs ont été réinterprétées. Au début des chapitres 3 et 6 il y a des passages remarquables sur la crucifixion où Jésus rectifie les faits en expliquant ce qui a causé la mauvaise compréhension qu'en ont eue les gens (T-3.I; T-6.I). Il explique pourquoi c'est arrivé et comment tout un système de pensée est né de cette erreur-là. L'argument de Jésus n'est pas conventionnellement chrétien mais ses principes sont chrétiens au sens où il les signifiait originellement.

Voilà pourquoi Un Cours en Miracles a une forme chrétienne et pourquoi, plusieurs fois dans le texte, Jésus nous dit qu'il a besoin que nous lui pardonnions. Cela s'adresse au chrétien aussi bien au juif et qu'à l'athée. Il n'y a personne en ce monde qui, à un niveau ou à un autre, consciemment ou non, n'ait pas fait de Jésus son ennemi. Pour cette raison les gens pensent que ce Cours est un ennemi. Il menace les fondements mêmes du système de l'ego. Je répéterai donc qu'avant de pouvoir dépasser le christianisme et ce qu'il a été, il faut d'abord lui pardonner. Encore une fois, cela s'accorde parfaitement avec les principes du Cours.

La terminologie chrétienne qu'utilise le Cours constitue un obstacle contre lequel bute pratiquement tout lecteur. C'est un obstacle pour tous ceux qui ont été élevés dans la religion juive parce qu'il leur a généralement été enseigné très tôt que « Jésus » est un terme négatif. C'est certainement un obstacle pour la plupart des chrétiens parce que le Cours présente une forme de christianisme différent de celui qu'ils connaissent. Et pour un athée il y a évidemment aussi des problèmes. Je répète qu'il n'y a pratiquement personne qui n'éprouve de difficulté en lisant Un Cours en Miracles à cause de sa forme. C'est donc intentionnellement qu'il est chrétien; ce n'est pas non plus par hasard que Jésus ne cache pas le fait qu'il est l'auteur du Cours. Le but est réellement d'aider le monde à lui pardonner et à se pardonner ses fausses interprétations.

Q : Pouvez-vous dire un mot de la poésie?

R : Helen était une mordue de Shakespeare et le pentamètre iambique qui est utilisé dans une grande partie du Cours est de style shakespearien. Il y a aussi plusieurs allusions aux pièces de Shakespeare, et la version de la Bible qui est citée est la version King James. Cependant, bien qu'il y ait des parallèles frappants avec l'enseignement de la Bible, le Cours, comme je l'ai dit, diffère de ce qu'on pourrait appeler le christianisme biblique.

Une remarque finale: comme son but est de corriger le christianisme, le Cours emploie délibérément des termes chrétiens pour la Trinité, et ces termes sont masculins. C'est encore une autre objection que beaucoup de personnes ont soulevée contre le Cours. Il y a deux raisons pour cet usage: l'une, c'est que les langues juive et chrétienne sont masculines et donc le Cours a adopté ce genre. L'autre raison est qu'une grande partie est rédigée en style poétique et qu'il deviendrait encombrant d'avoir à répéter « à lui ou à elle ». C'est une des contraintes de la grammaire anglaise. Si on parle d'un être humain, par exemple, on se référera à lui dans la phrase suivante par un prénom de genre masculin pour être grammaticalement correct. Voilà un aspect stylistique de la langue anglaise et le Cours la suit, tout simplement. Je peux vous assurer que l'auteur du Cours n'est pas sexiste; Jésus n'est pas phallocrate.

La première personne de la Trinité est Dieu bien sûr. Dieu est la Source de tout être. Dans le Cours Il est souvent appelé le Père, ce qui, encore une fois, est clairement emprunté à la tradition judéo-chrétienne. Il est aussi appelé le Créateur et tout vient de Lui. Dieu est pur esprit par essence, et comme Dieu est immuable, sans forme, éternel et pur esprit, rien de ce qui n'a ces qualités ne peut être réel. Voilà pourquoi le Cours dit que le monde n'est pas réel et n'a pas été créé par Dieu. Le monde est changeant par nature; il n'est pas éternel et il est fait de substance matérielle. Donc il ne peut venir de Dieu.

La seconde personne de la Trinité est le Christ. Ce qui est arrivé dans la création c'est que Dieu s'est naturellement étendu Lui-même9. L'état naturel du pur esprit est de s'étendre et de se propager. L'extension de Dieu est création et la création est connue comme le Fils de Dieu ou le Christ. Ce qui est difficile à comprendre dans tout ceci c'est que les seuls mots ou concepts que nous puissions utiliser sont ceux de notre propre monde, le monde de la perception, limité par le temps et l'espace. C'est l'univers

matériel que nous avons fabriqué comme substitut au Ciel. Cependant une seule journée d'atelier ne nous donne pas le temps d'élaborer là-dessus.

Donc au Ciel il n'y a ni temps ni espace. Quand nous pensons à Dieu Qui S'étend, la seule image que nous puissions avoir est une image temporelle et spatiale, et par là-même incorrecte. Le Cours dit dans ces cas-là qu'il ne faut pas essayer de comprendre ce qui ne peut être compris. Le livre d'exercices emploie l'expression « futilles rêvasseries » (L-pl.139.8:5) et c'est exactement ce que c'est. Comme le déclare Un Cours en Miracles, nous pouvons seulement saisir la vérité par une expérience révélatrice qu'il nous serait ensuite impossible de formuler avec des mots: les mots ne sont que des symboles de symboles et donc ils sont par deux fois éloignés de l'état de réalité (M-21.1:9-10).

Or le Fils de Dieu, ou le Christ, S'étend Lui-même. L'extension de Dieu est Son Fils Qui s'appelle Christ. Le Christ est un: il n'y a qu'un Dieu et Il n'a qu'un Fils. Autrement dit, le Fils de Dieu s'étend aussi par Son pur esprit de la même façon que Dieu S'étend par Son pur esprit. Cela nous mène à l'un des mots les plus ambigus du Cours, et ce mot-là est « créations ». Quand le Cours parle de créations, il se réfère aux extensions du pur esprit du Christ. Juste comme Dieu a créé le Christ, le Christ crée aussi. Et les extensions du Christ au Ciel s'appellent créations. C'est une question que le Cours n'essaie pas d'élucider. Quand on tombe sur ce mot, il suffit de se dire qu'il signifie simplement le processus naturel par lequel s'étend le pur esprit.

Un Cours en Miracles explique, —et c'est là un point très important—, que même si nous créons comme Dieu en tant que Christ, nous n'avons pas créé Dieu. Nous ne sommes pas Dieu. Nous sommes les extensions de Dieu; nous sommes les Fils de Dieu mais nous ne sommes pas la Source. Il n'y a qu'une Source, et celle-ci est Dieu. Croire que nous sommes Dieu et que nous sommes la Source de l'être, c'est faire exactement ce que désire l'ego: c'est croire que nous sommes autonomes et que nous pouvons créer Dieu exactement comme Dieu nous a créés. Cette croyance nous enferme dans un cercle clos dont il est impossible de sortir parce que nous déclarons alors être l'auteur de notre propre réalité. C'est ce que le Cours appelle le problème d'autorité. Nous ne sommes pas l'auteur de notre réalité, Dieu l'est. Une fois que nous croyons être Dieu, nous entrons en concurrence avec Lui et nous nous heurtons alors à des difficultés. Voilà ce qu'est, bien sûr, l'erreur originelle, et nous en parlerons dans un petit moment.

Au commencement, lequel bien sûr transcende le temps, il y avait Dieu et Son Fils. C'était comme une grande famille heureuse au Ciel. Mais bizarrement, à un certain moment, qui en réalité n'arriva jamais, le Fils de Dieu crut qu'il pouvait se séparer de son Père. C'est à ce moment-là que se produisit la séparation. En vérité, comme le déclare le Cours, cela n'aurait jamais pu arriver; comment une partie de Dieu pourrait-elle se séparer de Lui? Pourtant le fait que nous sommes tous ici, ou que nous pensons être ici, semble indiquer tout autre chose. Le Cours n'explique pas vraiment la séparation; il dit simplement que c'est ainsi. N'essayons pas de demander comment l'impossible est arrivé parce qu'il n'aurait pas pu arriver. Si on demande comment cela aurait pu arriver, on retombe en plein dans l'erreur.

De la façon dont nous pensons, c'est arrivé et la séparation s'est passée. A l'instant même où nous avons cru nous séparer de Dieu, nous avons mis en place tout un nouveau système de pensée (je vais en parler dans une minute); Dieu envoya alors Sa Correction pour dé-faire cette erreur. C'est la troisième Personne de la Trinité. Il y en a une bonne explication au chapitre 5 du texte si vous souhaitez l'étudier de plus près. C'est le premier passage où Jésus parle spécifiquement du Saint-Esprit en expliquant Son rôle: Il est la Réponse à la séparation. Chaque fois que vous trouvez le mot « Réponse » avec un grand « R » dans le Cours, vous pouvez substituer « Saint-Esprit ».

Un Cours en Miracles décrit le Saint-Esprit comme le lien de communication entre Dieu et Ses Fils séparés (T-6.I.19:1). La raison pour laquelle il est la Réponse et Il dé-fait la séparation est la suivante: puisque nous croyons réellement être séparés de Dieu —Dieu est là et nous sommes ici—, le Saint-Esprit agit en tant que lien entre là où nous croyons être et là où nous sommes vraiment, c'est à dire de retour avec Dieu. Le fait qu'il y ait un lien nous montre que nous ne sommes pas séparés. Dieu a dé-fait la séparation au moment même où nous croyions qu'elle se produisait. Ce qui dé-fait la séparation est le Saint-Esprit.

Je répète que c'est le système de pensée connu comme l'état d'esprit-Un et c'est sur ce système qu'est fondé tout ce dont nous allons parler. Nous ne pouvons pas le comprendre; il faut simplement l'accepter. Une fois de retour au Ciel, nous le comprendrons et alors nous n'aurons plus de questions.

Chapitre 3

L'ETAT D'ESPRIT FAUX: LE SYSTEME DE PENSEE DE L'EGO

Les deux systèmes de pensée déterminants pour comprendre Un Cours en Miracles sont l'état d'esprit faux et l'état d'esprit juste. L'état d'esprit faux s'identifie à l'ego. L'état d'esprit juste s'assimile au système de pensée du Saint-Esprit, qui est le pardon. Ce n'est pas un système de pensée bien sympathique que celui de l'ego. Comme le Cours l'explique clairement, le système de pensée de l'ego ainsi que celui du Saint-Esprit sont parfaitement logiques et cohérents en eux-mêmes. Et ils s'excluent mutuellement. Il est fort utile de comprendre ce qu'est exactement la logique du système de l'ego étant donné qu'il est très logique. Une fois qu'on en a vu la logique, on comprend beaucoup de choses dans le texte qui pourraient autrement paraître obscures.

Une des difficultés que présente l'étude d'Un Cours en Miracles c'est qu'il ne ressemble pas aux autres systèmes de pensée. La plupart des systèmes de pensée procèdent de façon linéaire, en commençant par les idées simples sur lesquelles s'édifient des idées de plus en plus complexes. Le Cours n'est pas ainsi. Le système de pensée du Cours a une structure circulaire. Il semble passer et repasser constamment sur les mêmes idées. Représentez-vous un puits où vous descendez en spirale jusqu'au fond. Le fond de ce puits serait Dieu. Mais ce sont les mêmes cercles que vous continuez à faire. Plus vous descendez, plus vous vous approchez des fondements du système de l'ego. Mais c'est toujours la même chose. Et c'est pourquoi le Cours répète toujours la même chose. Comme il vous est impossible de retenir tout cela la première fois ou même la centième fois, vous avez besoin des six cent vingt-deux pages. C'est un processus et c'est une des choses qui distinguent Un Cours en Miracles des autres systèmes spirituels. Il se présente comme un système très intellectuel, mais c'est vraiment un système qui s'appuie sur l'expérience. Aussi est-il intentionnellement écrit d'une perspective pédagogique: celle-ci n'est pas de nous le faire étudier à la façon d'un autre système mais plutôt de nous faire descendre en spirale dans le puits. L'étude du Cours ainsi que l'observation constante de notre vie personnelle nous fera comprendre de mieux en mieux ce qu'il dit. Néanmoins je pense qu'il est utile d'étudier le système de pensée de l'ego d'une perspective linéaire pour comprendre comment il est bâti. Cela facilitera la lecture du texte.

Le péché, la culpabilité et la peur

Trois idées maîtresses aident à comprendre le système de pensée de l'ego. Ce sont le péché, la culpabilité et la peur qui sont les piliers de tout le système. Chaque fois que vous voyez le mot « péché » dans le Cours, vous pouvez substituer le mot « séparation » parce que ces deux mots sont identiques. Le péché dont nous sommes le plus coupables et qui, en fin de compte, se trouve à l'origine de toute notre culpabilité, c'est de croire à une séparation d'avec Dieu, que j'ai décrite il y a un instant. Elle équivaut à peu près à ce que les églises appellent « le péché originel ». Sa description au chapitre 3 de la Genèse reproduit parfaitement la naissance de l'ego. Il y est fait référence dans la première section du chapitre 2 du texte (T-2.I.3-4).

A l'origine de l'ego il y a la croyance que nous nous sommes séparés de Dieu. Le péché est ceci: la croyance que nous nous sommes séparés de notre Créateur et que nous nous sommes fait un soi qui est séparé de notre vrai Soi. Le Soi est synonyme de Christ. Chaque fois que vous voyez le mot « Soi » avec une majuscule, vous pouvez substituer le mot « Christ ».

Nous croyons avoir mis en place un soi (avec un petit « s ») qui serait notre vraie identité, et nous croyons que ce soi est indépendant de notre vrai Soi et de Dieu. C'est là que commencent tous les problèmes du monde: nous croyons être des individus séparés de Dieu. Une fois qu'on croit avoir commis ce péché, comme n'importe quel autre péché, il est psychologiquement inévitable de se sentir coupable de ce qu'on pense avoir fait. En un certain sens la culpabilité peut se définir comme le sentiment d'avoir péché. Aussi peut-on employer le mot péché comme synonyme de culpabilité: une fois que nous croyons avoir péché, il est impossible de croire que nous ne sommes pas coupables et de ne pas ressentir ce qui est connu sous le nom de culpabilité.

Quand Un Cours en Miracles parle de culpabilité, il se sert du mot dans un sens différent de l'emploi usuel; la plupart du temps il a la connotation d'avoir fait ou omis de faire telle chose. La culpabilité est toujours liée à des choses spécifiques et relatives au passé. Pourtant le fait d'avoir conscience de sentiments coupables ne constitue que le sommet d'un iceberg. Imaginons un iceberg: sous la surface de l'eau se trouve l'énorme masse que constitue la culpabilité. Elle représente réellement la somme totale de tous les sentiments négatifs, les croyances et les expériences négatives que nous avons jamais éprouvés personnellement. Alors la culpabilité se présentera sous n'importe quelle forme, que ce soit la haine de soi, le rejet personnel, les sentiments d'inaptitude, d'échec, de vide, le sentiment qu'il y a des choses qui manquent en nous, qui font défaut, qui sont incomplètes.

La plus grande partie de cette culpabilité est inconsciente. D'où l'utilité de l'image de l'iceberg. La plupart des sentiments de dégoût de soi se trouve au-dessous de la surface de notre esprit conscient, ce qui les rend bien sûr pratiquement inaccessibles. La raison primordiale de toute cette culpabilité est la conviction que nous avons péché contre Dieu en nous séparant de Lui. Le résultat est que nous nous voyons séparés des autres et de notre Soi.

Une fois que nous nous sentons coupables, il nous est impossible de ne pas croire que nous serons punis pour toutes les choses terribles que nous croyons avoir commises et pour l'horrible chose que nous croyons être. Selon la doctrine du Cours, la culpabilité réclame toujours un châtiment. Une fois que nous nous sentons coupables, nous croyons que nous devons être punis pour nos péchés. Psychologiquement il n'y a aucun moyen d'éviter cette phase. Alors nous aurons peur. Toute peur, quelle qu'en soit la cause apparente en ce monde, vient de la conviction que je devrais être puni pour tout ce que j'ai fait ou ce que j'ai omis de faire. Alors j'ai peur de ce que sera la punition.

De même que nous croyons que l'objet ultime de notre péché est Dieu contre Qui nous avons péché en nous séparant de Lui, nous croyons également que Dieu Lui-même nous punira. Tous les passages effrayants que nous lisons dans la Bible au sujet de la colère et de la vengeance de Dieu viennent de là. Cela n'a rien à voir avec Dieu tel qu'il est puisque Dieu est uniquement Amour. Cela a cependant beaucoup à voir avec les projections de notre propre culpabilité sur Lui. Ce n'est pas Dieu Qui a chassé Adam et Eve du Jardin d'Eden; ce sont Adam et Eve qui se sont eux-mêmes chassés du Jardin d'Eden.

Convaincus d'avoir péché contre Dieu, comme nous le sommes tous, nous pouvons seulement croire que Dieu va nous punir. Le Cours parle de quatre obstacles à la paix dont le dernier est la peur de Dieu (T-19.IV-D). Ce qui s'est réellement passé, c'est qu'en prenant peur de Dieu, nous l'avons changé d'un Dieu d'Amour en un Dieu de peur: un Dieu de haine, de punition et de vengeance. C'est tout juste ce que l'ego veut que nous fassions. Quand nous nous sentons coupables, quelle que soit l'origine de cette culpabilité, nous croyons non seulement que nous sommes coupables mais aussi que Dieu va nous frapper à mort. Alors Dieu, notre Père aimant et notre seul ami, devient notre ennemi. Et quel ennemi! Voilà, encore une fois, l'origine de toutes les croyances recueillies dans la Bible ou ailleurs à propos de Dieu en tant que Père Qui châtie. Le croire, c'est Lui attribuer les mêmes qualités de l'ego que nous possédons. Voltaire a dit: « Dieu a créé l'homme à Son image, et l'homme lui a rendu le compliment. » Le Dieu que nous avons créé est réellement l'image de notre propre ego.

Personne ne peut vivre en ce monde en étant conscient d'un tel degré de peur et de terreur et d'un tel degré de haine de soi et de culpabilité. Il nous serait absolument impossible de vivre avec une telle quantité d'angoisse et de terreur: cela serait trop accablant. Il doit donc y avoir un moyen de le supporter. Comme ce n'est pas vers Dieu que nous pouvons aller pour trouver du secours puisque dans notre système de pensée nous avons transformé Dieu en ennemi, tout ce que nous pouvons faire, c'est de nous tourner vers l'ego lui-même.

Nous allons demander de l'aide à l'ego: « Dis, il faut que tu fasses quelque chose; je ne peux plus tolérer tous ces sentiments d'anxiété et de terreur. Au secours! » L'ego, fidèle à sa forme, nous procure un semblant d'aide qui ne nous est vraiment pas utile. Cette « aide » vient sous deux formes fondamentales et c'est là surtout qu'on peut vraiment comprendre et apprécier la contribution qu'a faite Freud.

Le déni et la projection

Je pense que je devrais faire ici un peu de réclamation pour Freud, qui a mauvaise presse ces jours-ci. Tout le monde s'emballe pour Jung aussi bien pour les autres psychologues non traditionnels, et à juste titre, mais en repoussant Freud à l'arrière plan. Cependant pour comprendre ce qu'est l'ego dans le Cours, il faut se référer directement à ce qu'enseignait Freud. C'était un homme brillant et, si ce n'était pour Freud, il n'y aurait pas Un Cours en Miracles. Jung disait lui-même, qu'en dépit de tous les problèmes qu'il avait avec Freud, il suivait simplement le sillon de Freud. Cela est vrai de quiconque est venu après Freud. Freud a employé une méthode systématique, exacte et très logique pour expliquer comment l'ego fonctionne.

Que je mentionne en passant que Freud emploie le mot « ego » dans un sens différent de celui du Cours. Dans le Cours « ego » équivaut à peu près à l'emploi qu'on en fait en Extrême Orient. Autrement dit, l'ego est le soi avec un petit « s ». Pour Freud l'ego est seulement une partie de la psyché, composée du id (l'inconscient), du superego (la conscience) et de l'ego, celui-ci étant la partie de l'esprit qui intègre tout cela. La façon dont le Cours emploie le mot « ego » équivaut à peu près à la psyché totale de Freud. Il faut donc faire cette transition pour travailler avec le Cours.

A propos Freud a commis une seule erreur et c'en était une belle ! Il n'a pas reconnu que toute la psyché était une défense contre notre vrai Soi, notre vraie réalité. Freud avait tellement peur de sa propre spiritualité qu'il devait construire un système de pensée pratiquement impénétrable à toute menace du pur esprit. C'est exactement ce qu'il a fait. Cependant sa description du mécanisme de la psyché ou de l'ego

est absolument brillante. Répétons que son erreur a été de ne pas reconnaître que tout ceci était une défense contre Dieu. Tout ce que nous disons aujourd’hui au sujet de l’ego s’appuie sur ce que Freud a dit. Nous lui devons tous énormément de gratitude. Il faut remarquer en particulier les contributions qu’il a faites dans le domaine des mécanismes de défense et qui nous aident à comprendre la façon dont nous nous défendons contre toute la culpabilité et toute la peur que nous avons.

Quand nous allons chercher du secours auprès de l’ego, nous ouvrons un livre de Freud et nous y trouvons deux choses fort utiles. La première est la répression, ou le déni. (Le Cours n’emploie jamais le terme « répression »; il se sert du mot « déni ». Vous pouvez utiliser l’un ou l’autre.) Ce que nous faisons de toute la culpabilité, du sentiment de péché et de toute la terreur que nous éprouvons, c’est de prétendre qu’ils n’existent pas. Nous les repoussons hors de la conscience; or le fait même de les repousser dans l’inconscience est connu sous le nom de répression ou de déni. Nous en nions l’existence. Prenons des exemples: si nous sommes trop paresseux pour balayer le plancher, nous poussons la poussière sous le tapis en prétendant ensuite qu’elle n’y est pas; ou bien c’est l’autruche effrayée qui s’enfonce la tête dans le sable pour ne pas avoir à regarder ni à affronter ce qui lui fait peur. Cela ne va pas pour des raisons évidentes. Si nous continuons à repousser la poussière sous le tapis, il y aura bientôt des bosses sur lesquelles nous finirons par trébucher; quant à l’autruche, elle ne pourrait rester dans cette position sans se causer beaucoup de mal.

A un certain niveau, nous savons que notre culpabilité est présente. Alors nous allons de nouveau vers l’ego en disant: « C’était bien beau le déni, mais tu dois faire quelque chose d’autre. Tout cela va s’accumuler et après, moi je vais exploser. Aide-moi, je t’en prie. » Alors l’ego répond: « J’ai tout juste ce qu’il te faut. » Il nous dit qu’en regardant à telle page de l’*Interprétation des rêves* de Freud, ou ailleurs, nous trouverons ce qui est connu comme la projection. Il n’y a sans doute pas d’idée plus importante à comprendre dans Un Cours en Miracles. Si vous ne comprenez pas la projection, vous ne comprendrez pas un seul mot du Cours, qu’il s’agisse du fonctionnement de l’ego ou de la façon dont le Saint-Esprit défaît ce que l’ego a fabriqué. Projeter signifie simplement prendre quelque chose qui se trouve au-dedans de soi en disant que ce n’y est pas vraiment, que c’est à l’extérieur de soi, chez quelqu’un d’autre. Le mot lui-même veut dire littéralement rejeter, lancer hors de ou en direction de quelque chose, et c’est ce que nous faisons tous quand nous projetons. Nous prenons la culpabilité, ou l’état de péché que nous pensons être en nous et nous disons: « Ce n’est pas vraiment en moi, c’est en toi. Ce n’est pas moi qui suis la personne coupable, c’est toi. Moi, je ne suis pas responsable de ma misère ou de ma dépression, c’est toi qui l’es. » Du point de vue de l’ego, peu importe qui est le « toi ». L’ego ne se préoccupe pas de savoir sur qui vous projetez tant que vous trouvez quelqu’un sur qui décharger votre culpabilité. Telle est, selon l’ego, la façon de se débarrasser de la culpabilité personnelle.

A ma connaissance une des meilleures descriptions du processus de projection se trouve dans l’Ancien Testament, dans le Lévitique, où il est dit aux enfants d’Israël ce qu’ils doivent faire à la fête de l’expiation ou Yom Kippur. Il leur est dit de se rassembler; au milieu du camp se tient Aaron qui, en tant que Grand Prêtre, est le médiateur entre le peuple et Dieu. A côté d’Aaron il y a une chèvre; Aaron met sa main sur la chèvre et transfère symboliquement sur le pauvre animal tous les péchés que les gens ont accumulés pendant toute l’année. Ensuite ils chassent la chèvre hors du camp. Ce récit illustre parfaitement ce qu’est la projection et c’est de là bien sûr que vient l’expression « bouc émissaire ».

Ainsi nous prenons nos péchés et disons qu’ils ne sont pas en nous, qu’ils sont en vous. Puis nous mettons de la distance entre nous-mêmes et nos péchés. Comme personne ne veut être près de son état de péché, on l’enlève de l’intérieur de soi et on le place sur quelqu’un d’autre; ensuite on bannit cette personne-là de sa vie. Il y a essentiellement deux façons de le faire. L’une est de se séparer physiquement; l’autre est de se séparer psychologiquement. La séparation psychologique est la plus dévastatrice et aussi la plus subtile des deux.

La façon de se séparer de l’autre personne, une fois qu’on l’a accablée de nos péchés, c’est de l’attaquer ou de se mettre en colère contre elle. Toute expression de colère —que ce soit une moue de contrariété ou une rage intense (il n’y a aucune différence, ce sont toutes les mêmes [L-pl.21.2:3-5])— est toujours une tentative pour justifier la projection de notre culpabilité, quelle que soit la cause de ce qui a semblé provoquer cette colère. Le besoin de projeter notre culpabilité est à l’origine de toute colère. Nous n’avons pas à être d’accord avec tout ce que disent ou ce que font les autres; cependant quand nous nous apercevons que nous réagissons avec colère, que nous jugeons ou critiquons, c’est toujours que nous avons vu en autrui quelque chose que nous avons nié en nous-même. Autrement dit nous projetons notre propre péché ou culpabilité sur une personne et nous l’attaquons en elle; mais alors nous ne l’attaquons pas en nous-même; nous l’attaquons chez cette autre personne que nous désirons alors éloigner de nous autant que possible. C’est notre péché que nous désirons éloigner de nous autant que possible.

Quand on lit l’Ancien Testament, spécialement le Lévitique, troisième livre de la Torah, il est intéressant de remarquer avec quelle précision les enfants d’Israël essayaient d’identifier les formes d’impureté autour d’eux et comment il leur fallait s’en tenir éloignés. Il y a des passages qui décrivent en détails ce qu’est

l'impureté dans les qualités humaines, dans ses formes ou chez certaines personnes. Ensuite le livre explique comment les enfants d'Israël devaient s'en tenir séparés. Outre les raisons évoquées, une des significations fondamentales de ces enseignements était la nécessité psychologique d'arracher de soi sa propre impureté pour la placer sur autrui, puis de se séparer de cette personne.

Une fois cela compris, il est intéressant d'observer dans le Nouveau Testament comment Jésus réagissait là-contre. Il a accepté toutes les formes d'impureté, ainsi définies par ceux qui croyaient devoir absolument s'en distancer pour leur religion. Il a tout fait pour accueillir les parias de la société tels que les définissait la loi juive, comme pour dire: « Vous ne pouvez projeter votre culpabilité sur les autres. C'est en vous-mêmes que vous devez l'identifier et la guérir. » Voilà pourquoi l'évangile dit de nettoyer l'intérieur de la tasse et non l'extérieur; de ne pas voir la poutre qui est dans l'oeil du prochain, mais la paille qui est dans le sien; et ce n'est pas ce qui entre dans un homme qui le rend impur, mais ce qui vient de l'intérieur de lui. Ce qu'il dit est exactement la même chose que dans le Cours: la source de notre état de péché n'est pas à l'extérieur mais à l'intérieur de nous. Or la projection veut nous faire voir notre péché à l'extérieur de nous pour ensuite y résoudre le problème; ainsi, nous ne nous apercevons jamais vraiment que le problème est au-dedans de nous.

Quand nous nous tournons vers l'ego pour chercher de l'aide en disant: « Aide-moi à me débarrasser de ma culpabilité », l'ego répond: « D'accord. D'abord tu la réprimes puis tu la projettes sur les autres. Voilà la façon de t'en débarrasser. »

Ce que l'ego ne nous dit pas c'est qu'en projetant cette culpabilité, nous attaquons, ce qui est le meilleur moyen de la garder. L'ego n'est pas né d'hier et il veut nous maintenir coupables. Laissez-moi vous expliquer cette idée pendant un moment parce que c'est une des idées essentielles pour comprendre comment l'ego nous conseille.

Un Cours en Miracles parle de « l'attraction de la culpabilité » (T-1 9.1V-A.1 0-1 7). L'ego est très attiré par le sentiment de culpabilité et la raison en est évidente quand vous vous rappelez ce qu'est l'ego. La raison pour laquelle il conseille de réprimer et de projeter est la suivante: il n'est rien d'autre qu'une croyance, et cette croyance est la réalité de la séparation. Il est le faux soi qui semble être apparu quand nous nous sommes séparés de Dieu. Aussi l'ego aura-t-il une fonction tant que nous croirons que la séparation est réelle. Une fois que nous croyons qu'il n'y a pas de séparation, l'ego est hors du coup. Comme le dit le Cours, l'ego et le monde qu'il a fabriqué disparaissent dans le néant dont ils sont venus (M-13.1:2). L'ego n'est réellement rien. Tant que nous croyons qu'il y a eu un péché originel, que le péché de séparation est réel, nous disons que l'ego est réel. Ce qui nous enseigne que le péché est réel, c'est la culpabilité. C'est le sentiment de culpabilité qui nous fait dire: « J'ai péché. » La signification ultime du péché, c'est que je me suis séparé de Dieu. Donc tant que je crois que mon péché est réel, je suis coupable. Que je voie le péché en moi ou en quelqu'un d'autre, j'affirme toujours que le péché est réel et que l'ego est réel. Donc l'ego a tout intérêt à nous garder coupables.

Chaque fois que l'ego est confronté à l'état sans culpabilité, il l'attaquera parce que le plus grand péché contre le système de pensée de l'ego est d'être sans culpabilité. Si vous êtes sans culpabilité, vous êtes aussi sans péché, et si vous êtes sans péché, il n'y a pas d'ego. Il y a une ligne du texte qui dit: « Pour l'ego, les non-coupables sont coupables » (T-1 3.11.4:2), parce qu'être non-coupable c'est pécher contre le commandement de l'ego qui dit: « Tu seras coupable. » Si vous êtes sans culpabilité, vous êtes coupables de ne pas être coupables. Voilà, par exemple, pourquoi le monde a mis Jésus à mort. Il nous enseignait que nous sommes non-coupables et donc le monde a dû le tuer parce qu'il blasphémait contre l'ego.

L'objectif fondamental de l'ego est donc de nous garder coupables. Il ne peut cependant pas nous le dire car nous n'y prêterions aucune attention. Aussi l'ego nous dit-il que si nous faisons ce qu'il dit, nous nous libérerons de notre culpabilité. Et la façon de le faire, répétons-le, c'est de nier qu'elle est en nous, de la voir chez quelqu'un d'autre et ensuite d'attaquer cette personne. Ce sera sa façon de nous libérer de notre culpabilité. Ce qu'il ne nous dit pas, par contre, c'est que l'attaque est la meilleure façon de rester coupables. Cela est vrai parce que, comme le dit un autre axiome psychologique, chaque fois que vous attaquez quelqu'un, que ce soit dans votre esprit ou en réalité, vous vous sentirez coupables. Il n'est pas possible de blesser quelqu'un, que ce soit en pensée ou en action, et de ne pas se sentir coupable. Vous ne ressentirez pas la culpabilité —par exemple les psychopathes ne ressentent pas de culpabilité— mais cela ne veut pas dire qu'à un niveau plus profond vous ne vous sentiez pas coupables.

Ce que l'ego fait alors, et qui est très malin, c'est d'établir un cycle de culpabilité et d'attaque dans lequel plus on se sent coupable, plus on a besoin de le nier en attaquant autrui. Mais plus nous attaquerons, plus nous nous sentirons coupables de l'avoir fait, parce qu'à un certain niveau nous reconnaîtrons avoir attaqué une personne pour de mauvaises raisons. Alors nous nous sentirons coupables et le cercle vicieux continuera. C'est ce cycle de culpabilité et d'attaque qui fait tourner le monde, et non l'amour. Quand on vous dit que c'est l'amour qui fait tourner le monde, c'est qu'on ne connaît pas grand chose à l'ego. L'amour appartient au monde de Dieu et il est possible de le refléter dans ce monde. Mais il n'y a pas de

place pour l'amour dans ce monde. Il y a par contre de la place pour la culpabilité et l'attaque, dynamique qui est très présente dans notre propre vie, sur le plan individuel et collectif.

Le cycle attaque-défense

Un cycle secondaire s'établit, le cycle attaque-défense. Dès que je crois que je suis coupable et que je projette ma culpabilité sur vous en vous attaquant, je crois (à cause du principe que j'ai énoncé plus tôt) que ma culpabilité réclame un châtiment. Comme je vous ai attaqué, je croirai que je mérite d'être attaqué en retour. Peu importe que vous attaquiez réellement ou non; ma propre culpabilité me fait croire que vous allez m'attaquer à votre tour; alors je croirai devoir me défendre contre votre attaque. De plus, comme j'essaie de Mer le fait que je suis coupable, je penserai qu'il n'y a aucune justification à votre attaque contre moi. Au moment où je vous attaquerai, je craindrai inconsciemment votre riposte et je penserai devoir m'y préparer. Aussi dois-je bâtir des défenses contre votre attaque. Tout ce que cela fera sera de vous donner peur et alors nous deviendrons partenaires en un échange où plus je vous attaque, plus vous avez à vous défendre contre moi en m'attaquant et j'aurai donc à me défendre à mon tour en vous attaquant et ainsi de suite (L-pl.153.2-3).

C'est cette dynamique, bien sûr, qui explique la démence de la course aux armes nucléaires. Elle explique aussi la démence que nous ressentons tous. Plus j'ai besoin de me défendre, plus je renforce le fait que je suis coupable. C'est un principe qui est très important à comprendre au sujet de l'ego et qui est probablement bien mieux exprimé par une phrase du texte: « Les défenses font ce qu'elles voudraient défendre » (T-17.IV.7:1). Toutes les défenses ont comme but de nous protéger ou de nous défendre contre notre peur. Si je n'avais pas peur, je n'aurais pas à me défendre, mais le seul fait d'avoir besoin de défenses me dit que je devrais avoir peur parce que si je n'avais pas peur, je n'aurais pas besoin de m'embarrasser de défenses. Le fait même que je me défends renforce le fait que je devrais avoir peur, et je devrais avoir peur parce que je suis coupable. Ainsi la chose même contre laquelle mes défenses sont supposées me protéger —ma peur—, elles la renforcent. Donc plus je me défends, plus je m'enseigne que je suis un ego: pécheur, coupable et craintif.

L'ego a beaucoup de tours dans son sac. Il nous convainc que nous avons à nous défendre, mais plus nous le faisons, plus nous nous sentons coupables. Il nous explique de plusieurs façons différentes comment nous défendre contre notre culpabilité. Mais la protection qu'il nous offre renforce notre culpabilité. Voilà pourquoi nous continuons à tourner en rond.

Il y a une très belle leçon du livre d'exercices qui dit: « Dans mon état sans défense se trouve ma sécurité » (L-pl.153). Si je veux vraiment savoir que je suis en sécurité et que ma vraie protection est Dieu, le meilleur moyen de le faire est de ne pas me défendre. C'est pourquoi nous lisons dans les évangiles qui racontent les derniers jours de Jésus qu'il ne s'est pas défendu du tout. Dès l'instant où on l'a arrêté, et pendant tout le temps où on se moquait de lui, où on le fouettait, le persécutait et même quand on l'a tué, il ne s'est pas défendu. Ce qu'il disait là c'était: « Je n'ai pas besoin de défenses. » Dans le livre d'exercices il est dit en effet: « Le Fils de Dieu n'a pas besoin de défense contre la vérité de sa réalité » (L-pl.135.26:8). Quand nous savons vraiment Qui nous sommes et Qui est notre Père, notre Père au Ciel, nous n'avons pas à nous protéger parce que la vérité n'a pas besoin de défense. Cependant, dans le système de l'ego, nous sentons que nous avons besoin de protection et que nous devons donc nous protéger. Ainsi ces deux cycles opèrent réellement de façon à faire continuer toute l'histoire de l'ego. Plus nous nous sentons coupables, plus nous attaquons. Plus nous attaquons, plus nous nous sentirons coupables. Plus nous attaquons, plus nous ressentirons le besoin de nous défendre contre la punition attendue ou la contre-attaque qui est en soi une attaque.

A la fin du second chapitre de la *Genèse*, Adam et Eve sont nus l'un en face de l'autre sans éprouver de honte. La honte n'est qu'un autre mot pour la culpabilité, et l'état sans honte est une expression de l'avant-séparation. Autrement dit il n'y avait pas de culpabilité parce qu'il n'y avait pas de péché. C'est au chapitre 3 qu'il est fait mention du péché originel; cela commence par Adam et Eve qui mangent du fruit défendu. C'est cet acte même qui constitue leur désobéissance envers Dieu et qui est réellement le péché. Autrement dit, ils se voient ayant une volonté séparée de celle de Dieu et capables de choisir autre chose que ce que Dieu a créé. Encore une fois ce qui constitue la naissance de l'ego c'est de croire que le péché est possible. Alors Adam et Eve mangent du fruit et la première chose qu'ils font après, c'est de se regarder l'un l'autre et cette fois-ci, ils éprouvent de la honte et ils se couvrent. Ils mettent des feuilles de figuier sur leurs parties génitales, acte qui devient alors l'expression de leur culpabilité. Ils se rendent compte qu'ils ont péché et la nudité de leur corps devient le symbole de leur péché. C'est pourquoi ils doivent s'en défendre, exprimant ainsi leur culpabilité.

Ce qui se passe ensuite c'est qu'Adam et Eve entendent la voix de Dieu Qui les cherche; alors ils ont peur de ce que Dieu fera s'il les attrape. Aussi se cachent-ils dans les buissons pour que Dieu ne les voie pas. C'est là qu'on voit le rapport entre la croyance au péché — celle que nous pouvons nous séparer de Dieu — et la peur de ce qui arrivera quand Dieu nous attrapera et nous punira. Et, comme il est décrit au

chapitre 3, Adam et Eve ont parfaitement raison parce que Dieu les punit. Ce qui est intéressant, c'est que quand Adam est finalement confronté par Dieu, il projette la culpabilité sur Eve en disant: « Ce n'est pas moi qui l'ai fait, c'est Eve qui me l'a fait faire. » (C'est toujours la femme qui trinque). Alors Dieu Se tourne vers Eve qui fait la même chose: « Ce n'est pas moi qui l'ai fait. Ne me blâme pas, c'était le serpent. » Par là nous voyons exactement ce que nous faisons pour nous défendre contre notre peur et notre culpabilité: nous projetons le blâme sur autrui.

Souvenez-vous de ce que j'ai dit plus tôt: la culpabilité réclamera toujours une punition. L'ego demandera qu'Adam et Eve soient punis à cause de leur péché; aussi quand Dieu les attrape, Il les punit par une vie remplie de peine et de souffrance depuis le moment de leur naissance jusqu'à la fin, qui est la mort. A la fin de la journée je parlerai de la façon dont Jésus dé-fait tout ce processus. En tous cas ce chapitre de la Genèse est un résumé parfait de toute la structure de l'ego: la relation qui existe entre le péché, la culpabilité et la peur.

Une des façons dont l'ego se défend contre la culpabilité est d'attaquer autrui et c'est ce que notre colère semble toujours faire: justifier la projection de notre culpabilité sur les autres. Il est extrêmement important de reconnaître l'investissement énorme que fait le monde —et par conséquent chacun de nous comme faisant partie du monde— dans la justification du fait que nous sommes en colère, parce que nous avons tous besoin d'un ennemi. Il n'y a personne au monde qui, à un niveau ou à un autre, ne revête pas le monde des attributs de bien et de mal. Nous séparons le monde et nous mettons certaines personnes dans la catégorie du bien et d'autres dans la catégorie du mal. La raison en est que nous avons un grand besoin de projeter notre culpabilité sur autrui. Nous avons besoin d'au moins une personne, d'une idée ou d'un groupe pour en faire notre bouc émissaire. C'est la source de tout préjudice et de toute discrimination. C'est ce gros besoin que nous avons, et qui est généralement inconscient, de trouver une personne dont nous puissions faire notre bouc émissaire afin d'échapper à notre propre culpabilité. Cela se passe depuis le début de la documentation de l'histoire. C'est le cas de tous les grands systèmes de pensée ou de toutes les règles de vie qui ont jamais existé dans le monde. Tout est toujours fondé sur la thèse qu'il y a des bons et des méchants.

Vous pouvez certainement le voir dans l'histoire du christianisme. Dès son origine on s'est mis à séparer les bons des méchants: les Juifs qui croyaient en Jésus contre les Juifs qui ne croyaient pas en lui et parmi ceux qui croyaient en Jésus, il y avait ceux qui suivaient Pierre, Paul, Jacques etc., et l'Eglise s'est constamment sub-divisée depuis lors. Il en est ainsi à cause de notre besoin inconscient de trouver quelqu'un que nous puissions considérer comme différent de nous et inférieur à nous. Je répète qu'il est extrêmement important de voir l'investissement énorme que nous y avons mis. C'est pourquoi tout le monde applaudit au cinéma quand les bons l'emportent et que les mauvais perdent. Nous partageons le même intérêt à voir le méchant puni car nous croyons avoir ainsi échappé à nos péchés.

Les relations spéciales

Ce que j'ai décrit jusqu'à maintenant par les termes de colère et d'attaque n'est réellement que l'une des formes que prend la projection. C'est la forme la plus visible des deux formes d'attaque auxquelles le Cours fait allusion sous le nom de relations spéciales. L'idée de spécialisme (le fait de rendre spécial ou de devenir spécial) et la transformation de nos relations spéciales en relations saintes constituent les concepts les plus difficiles à comprendre dans le Cours et encore plus à vivre et à mettre en pratique.

Les relations spéciales se présentent sous deux formes: la première est la relation spéciale de haine —dont nous venons de parler—, celle où nous cherchons celui qui sera l'objet de notre haine afin de pouvoir échapper à sa vraie cause qui est nous-mêmes. La seconde forme est celle à laquelle le Cours fait allusion sous le nom de relation spéciale d'amour. C'est la plus puissante et la plus perfide, étant la plus subtile. Encore une fois il n'y a pas dans le Cours de concept plus difficile à comprendre ni à appliquer à soi-même. Il n'est fait aucune mention de la relation spéciale dans le livre d'exercices ni dans le manuel, et dans le texte elle n'apparaît qu'au chapitre 15; dans les 9 chapitres suivants, c'est presque la seule chose dont il soit question.

La raison pour laquelle l'amour spécial est si difficile à reconnaître et à résoudre est qu'il semble être quelque chose qu'il n'est pas. Il est très difficile de se cacher le fait que l'on est en colère contre quelqu'un. On peut le faire pendant un moment mais on ne peut pas maintenir cette illusion très longtemps. La relation spéciale d'amour est tout à fait différente. Elle semble toujours être ce qu'elle n'est pas. C'est vraiment le phénomène le plus tentant et le plus trompeur du monde. Elle suit pratiquement les mêmes principes que la haine spéciale mais sous une forme différente. Nous essayons de nous débarrasser de notre culpabilité en la voyant chez quelqu'un d'autre. Ce n'est réellement qu'un léger voile sur de la haine. Cette haine, je le répète, est celle que nous ressentons envers nous-mêmes et que nous essayons de rejeter sur un autre afin de ne pas la ressentir. Maintenant je voudrais présenter en termes généraux ses trois modes d'opération et montrer comment, sous prétexte de nous sauver de notre culpabilité, par « l'amour » ce que l'ego est réellement en train de faire, c'est de renforcer la culpabilité par la haine.

Permettez-moi de vous décrire d'abord ce qu'est la relation spéciale d'amour et ensuite nous discuterons de la façon dont elle opère. Vous vous rappellerez qu'au début, quand je vous ai parlé de la culpabilité et de toutes ses dénominations, j'ai dit que nous croyons avoir en nous quelque chose qui fait défaut, qui manque. C'est ce que le Cours signifie quand il parle du principe de pénurie qui se trouve en fait à la base de toute la dynamique de l'amour spécial.

Ce que dit le principe de pénurie c'est qu'il y a quelque chose qui manque au-dedans de nous. Quelque chose est resté insatisfait, incomplet. A cause de ce manque nous avons certains besoins. Cela constitue une partie importante de toute l'expérience de culpabilité. Encore une fois nous nous tournons vers l'ego en criant: « Au secours! Le sentiment de mon néant ou de mon vide ou du manque de quelque chose, est absolument intolérable; il faut que tu fasses quelque chose. »

L'ego répond: « D'accord, voilà ce que nous allons faire. » Et l'ego commence par nous gifler en pleine figure en disant: « Oui, tu as tout à fait raison; tu n'es qu'une abjecte créature et rien ne peut changer le fait que tu n'as pas ou qu'il te manque ce dont tu as un besoin vital. » Bien sûr l'ego ne nous dit pas que c'est Dieu Qui nous manque car s'il nous le disait, nous choisirions Dieu et il cesserait d'exister. L'ego dit que quelque chose de fondamental manque en nous et que rien ne peut y remédier. Il ajoute cependant que nous pouvons faire quelque chose pour soulager la douleur que nous cause ce manque. Comme il est vrai que rien ne peut combler ce vide énorme en nous, nous pouvons chercher à l'extérieur de nous quelqu'un ou quelque chose capable de compenser ce qui manque en nous.

En gros ce que dit l'amour spécial c'est que j'ai certains besoins spécifiques que Dieu ne peut pas satisfaire parce que, encore une fois, j'ai fait inconsciemment de Dieu mon ennemi et ce n'est pas donc vers le vrai Dieu que je me tourne pour trouver de l'aide à l'intérieur du système de pensée de l'ego. Mais que je te trouve, toi, personne spéciale dotée de certaines qualités ou de certains attributs, et j'aurai décidé que tu réponds à mes besoins spéciaux. Voilà d'où vient l'expression « relations spéciales ». Mes besoins spéciaux seront satisfaits par certaines qualités spéciales en toi, ce qui fait de toi une personne spéciale. Quand tu satisfiras les besoins spéciaux que je me suis fixés, je t'aimeraï. Et quand je pourrai satisfaire certains besoins spéciaux que tu auras, alors tu m'aimeras. Du point de vue de l'ego, c'est un mariage bénit des cieux.

C'est pourquoi ce que le monde appelle amour est réellement du spécialisme, lequel est une grosse déformation de l'amour tel que le verrait le Saint-Esprit. Un autre mot pour décrire le même genre de dynamique est la dépendance. Je deviens dépendant de toi pour satisfaire mes besoins et je te rendrai dépendant de moi pour satisfaire les tiens. Tant que nous faisons cela tous les deux, tout va bien. Voilà essentiellement ce qu'est le spécialisme. L'intention est de compenser ce qui paraît manquer en soi en se servant de quelqu'un qui comblerait le vide. C'est avec les gens que nous faisons cela de la façon la plus évidente et la plus destructrice. Cependant nous pouvons aussi le faire avec des substances et des choses. Par exemple l'alcoolique essaie de remplir un vide en lui — ou en elle — en ayant une relation spéciale avec la bouteille. Les gens qui abusent de la nourriture font la même chose. Les gens qui ont la manie d'acheter des vêtements, d'accumuler des fortunes, d'acquérir des tas de choses ou de chercher une position dans le monde, tout cela c'est la même chose. C'est tenter de compenser le sentiment de dégoût de soi-même par une action extérieure qui nous fera nous sentir bien. Vers la fin du texte il y a un très beau passage qui dit: « Ne cherche pas à l'extérieur de toi » (T-29.VIII). C'est toujours une idole que nous cherchons à l'extérieur de nous, et elle se définit comme un substitut à Dieu. Or Dieu seul peut satisfaire tout besoin. Ce que fait le spécialisme, c'est de servir les fins de l'ego en semblant nous protéger de notre culpabilité alors qu'en fait il la renforce. Il s'y prend de trois façons principales que je vais résumer maintenant.

La première façon, c'est qu'ayant un besoin spécial que tu viens satisfaire, je ferai de toi le symbole de ma culpabilité. (Je parle maintenant dans le contexte de l'ego. Ne nous occupons pas du Saint-Esprit pour l'instant). Ce que je fais, c'est de t'associer à ma culpabilité parce que le seul objectif que j'ai donné à ma relation et à mon amour pour toi c'est de servir à satisfaire mes besoins. Donc, alors qu'à un niveau conscient je fais de toi un symbole d'amour, à un niveau inconscient ce que j'ai réellement fait de toi c'est le symbole de ma culpabilité. Si je n'avais pas cette culpabilité, je n'aurais aucun besoin de toi. Le fait même que j'ai ce besoin de toi me rappelle inconsciemment que je suis réellement coupable. Voilà donc la première façon: l'amour spécial renforce la culpabilité dont il essaie de se protéger. Plus tu deviens important(e) dans ma vie, plus tu me rappelleras que la vraie utilité que tu as dans ma vie est de me protéger de ma culpabilité, ce qui renforce le fait que je suis coupable.

Pour nous aider à comprendre ce processus, imaginons que notre esprit est un bocal qui contient toute notre culpabilité. Ce que nous désirons par dessus tout, c'est garder cette culpabilité à l'intérieur de ce bocal sans rien en savoir. Chercher un partenaire spécial, c'est chercher quelqu'un qui puisse servir de couvercle à ce bocal. Nous désirons qu'il le ferme hermétiquement. Tant que le couvercle fermera bien le bocal, ma culpabilité ne pourra pas émerger dans ma conscience et donc je n'en saurai rien; elle restera dans mon inconscient. Le fait même que j'ai besoin de toi pour servir de couvercle à mon bocal me rappelle

qu'il y a quelque chose de terrible que je détesterais voir s'échapper ou se répandre. Encore une fois le fait même que j'ai besoin de toi me rappelle inconsciemment que j'ai toute cette culpabilité.

La seconde façon dont l'amour spécial renforce la culpabilité se fait par le « syndrome de la mère juive ». Qu'est-ce qui arrive quand une personne qui jusque-là remplissait tous mes besoins, se met soudain à changer et ne répond plus exactement à mes besoins de la même façon qu'auparavant? Les êtres humains ont le talent infortuné de changer et de grandir; ils ne restent pas figés comme on le souhaiterait. Cela signifie que quand la personne commence à changer (elle n'a plus besoin de moi de la façon dont elle avait besoin de moi au début), le couvercle du bocal commence à se dévisser. Mes besoins spéciaux ne sont plus satisfaits sous la forme que j'avais demandée. Quand le couvercle se devise, ma culpabilité dévisse monte soudain à la surface pour s'échapper et devient menaçante. La culpabilité qui s'échappe de ce bocal signifie ma prise de conscience de l'horrible chose que je crois être. Et c'est cette expérience que je voudrais éviter le plus au monde.

Dans un passage de l'Exode, Dieu dit à Moïse: « Personne ne peut regarder ma face et vivre. » Nous pouvons déclarer la même chose au sujet de la culpabilité: personne ne peut regarder la face de la culpabilité et vivre. L'expérience qui consisterait à confronter l'horreur que nous croyons être serait si épouvantable que nous ferions n'importe quoi au monde pour l'éviter. Aussi, quand le couvercle se desserre et que ma culpabilité commence à bouillonner à la surface, je me mets à paniquer parce que tout d'un coup je suis confronté par tous ces horribles sentiments que j'ai à mon sujet. Mon but est donc très simple: revisser ce couvercle aussi vite que possible. Cela signifie que je désire que tu retournes là où tu étais auparavant. Le moyen le plus efficace au monde de contraindre une personne à faire ce qu'on veut, c'est de la rendre coupable. Si vous voulez qu'une personne fasse ce que vous voulez, faites-la se sentir vraiment coupable et elle fera ce que vous désirez. Personne n'aime se sentir coupable.

La manipulation par la culpabilité est la marque typique de la mère juive. Ceux qui ne sont pas juifs en sont tout aussi conscients. Que vous soyez italien, irlandais, polonais ou autre chose, c'est toujours le même système parce que ce syndrome est universel. J'essaierai de vous faire sentir coupable en vous disant quelque chose comme ça: « Qu'est-ce qui t'est arrivé? Toi qui étais si gentil, affectueux, sensible, doux, décent, attentionné et compatissant, regarde-toi! Regarde combien tu as changé! Maintenant tu t'en fiches complètement. Tu es égoïste, tu ne penses qu'à toi, tu es complètement indifférent » et ainsi de suite. Tout ce que j'essaie vraiment de faire c'est de te faire sentir coupable pour que tu redéviennes comme tu étais auparavant. Tout le monde en est conscient, n'est-il pas vrai?

Alors, si tu joues au même jeu de culpabilité que moi, tu feras ce que je veux et ensuite le couvercle se refermera et je t'aimerai comme avant. Si tu ne joues plus ce jeu-là, je me mettrai vraiment en colère contre toi et mon amour se transformera très rapidement en haine (ce que c'était tout le temps). On déteste toujours celui dont on dépend pour les raisons que j'ai énumérées dans le premier exemple, parce que la personne dont on dépend force à se souvenir de sa propre culpabilité et on déteste cela. Alors, par association, on déteste la personne soi-disant aimée. Le second exemple le montre bien. Quand vous ne répondrez plus à mes besoins comme je le désire, je commencerai à vous détester. La raison pour laquelle je vous détesterai est que je trouve impossible de confronter ma propre culpabilité. Cela s'appelle la fin de la lune de miel. Cela semble arriver de plus en plus tôt ces jours-ci.

Quand les besoins spéciaux ne sont plus satisfaits comme ils l'étaient au début, l'amour se change en haine. Ce qui arrive quand l'autre personne dit qu'elle ne servira plus de couvercle à votre bocal est évident. Je trouve quelqu'un d'autre. Le livre d'exercices le dit bien dans une des leçons: « Un autre peut être trouvé » (L-pl.170.8:7), et assez facilement. Alors la même dynamique se poursuit d'une personne à une autre. Vous pouvez la répéter à perpétuité ou vous finissez par vous occuper de votre vrai problème qui est celui de votre culpabilité.

C'est en abandonnant cette culpabilité que vous pourrez vous engager dans une relation différente. Ce sera l'amour tel que le conçoit le Saint-Esprit. Jusque-là et tant que votre seul but sera de dissimuler votre culpabilité, vous ne ferez que chercher d'autres couvercles pour votre bocal. Le monde coopérera toujours à trouver des gens qui satisferont ce besoin. Tout ce que nous ferons, ce sera de nous engager dans une série de relations spéciales, les unes après les autres, processus que le Cours décrit en détails assez pénibles.

La troisième façon dont le spécialisme dissimule la haine et la culpabilité sous couvert d'amour, concerne les deux relations de haine et d'amour. Chaque fois que l'on se sert d'une personne pour satisfaire ses besoins, on ne la voit pas réellement pour ce qu'elle est; on ne voit pas vraiment le Christ en elle. Il est plus intéressant de la manipuler pour qu'elle réponde à nos besoins. Nous ne la considérons pas réellement pour la lumière qui brille en elle; nous la considérons pour la forme particulière de ténèbres qui correspondra le mieux à notre forme particulière de ténèbres. Chaque fois que nous nous servons d'une personne ou que nous la manipulons pour satisfaire nos propres besoins, nous l'attaquons parce que nous attaquons sa vraie identité de Christ et nous la voyons comme un ego, ce qui renforce l'ego en nous.

L'attaque est toujours haine, aussi doit-elle nous faire sentir coupables.

Voilà donc les trois façons dont l'ego renforce la culpabilité, même s'il déclare agir différemment. C'est pourquoi le Cours décrit la relation spéciale comme le foyer de la culpabilité.

Encore une fois ce qui fait de l'amour spécial une défense si efficace et si ravageuse du point de vue de l'ego, c'est qu'il semble être quelque chose qu'il n'est pas. Il semble être si beau, si plein d'amour, si saint au premier abord. Mais il change bien vite à moins qu'on ne dépasse son apparence pour arriver au problème fondamental qu'est notre culpabilité.

Dans le texte il y a un passage très important qui est intitulé: « Les deux tableaux » (T-17.IV); il décrit la différence qui existe entre le tableau de l'ego et celui du Saint-Esprit. Le tableau de l'ego est l'amour spécial: c'est un tableau de culpabilité, de souffrance et finalement de mort. Ce n'est pas le tableau que l'ego désire que nous voyons car, encore une fois, si nous savions vraiment ce que l'ego manigance, nous ne voudrions pas y prêter attention. Aussi l'ego met-il le tableau dans un très beau cadre tout orné, étincelant de diamants et débordant de rubis et de toutes sortes de pierres précieuses. Séduits par le cadre ou par les bons sentiments que le spécialisme prétend nous offrir, nous ne nous rendons pas compte que le cadeau réel est la culpabilité et la mort. Ce n'est qu'en regardant le cadre de plus près que nous nous apercevons que les diamants sont réellement des larmes et que les rubis sont des gouttes de sang. Voilà ce qu'est l'ego. C'est un passage extrêmement puissant. Par contre le tableau du Saint-Esprit est tout à fait différent. Le cadre en est très léger et tombe pour nous faire voir le vrai don, qui est l'Amour de Dieu.

Il y a une autre qualité très importante qui indiquera à coup sûr si vous êtes engagé(e) dans une relation spéciale ou dans une relation sainte. Ce sera votre attitude envers les autres. Si vous vous êtes engagé dans une relation spéciale, elle sera exclusive. Il n'y aura de place pour personne d'autre. La raison en est évidente une fois que vous vous rendez compte de la façon dont opère l'ego: si je fais de vous mon sauveur et que c'est de ma culpabilité que vous me sauvez, alors votre amour pour moi et l'attention dont vous m'entourez doivent me sauver de ma culpabilité que j'essaie de cacher. Si par contre votre intérêt se porte ailleurs — que ce soit sur une personne ou une activité —, je ne recevrai pas cent pour cent de votre attention. Je recevrai d'autant moins d'attention ou d'intérêt que vous vous les placerez sur autre chose ou sur quelqu'un d'autre. Tout cela veut dire que si je ne reçois pas cent pour cent de votre intérêt, le couvercle de mon bocal commencera à se dévisser. C'est l'origine de toute jalouse. Voilà pourquoi les gens deviennent jaloux et sentent que leurs besoins spéciaux ne sont plus satisfaits de la façon dont ils l'espéraient.

Si donc vous aimez quelqu'un en plus de moi, je recevrai moins d'amour de vous. Pour l'ego l'amour se mesure. Il n'y en a qu'une certaine quantité; quand j'aime celui-ci, je ne peux pas aimer autant celui-là. Pour le Saint-Esprit l'amour est qualitatif et inclut tout le monde. Cela ne veut pas dire que nous aimons tout le monde exactement de la même façon; cela n'est pas possible en ce monde. Cela veut dire cependant que la source de l'amour est la même pour tous; l'amour est le même mais les moyens d'expression varient.

J'« aimerai » mes parents « plus » que je n'aimerai les parents de quelqu'un d'autre dans la pièce, non en qualité mais en quantité. L'amour sera au fond le même mais, bien sûr, il s'exprimera de façon différente. Ce n'est pas que j'aime moins vos parents parce que j'aime les miens ou bien que mes parents sont meilleurs que les vôtres. Cela veut dire que ces personnes soient celles que j'ai choisies car ma relation avec elles m'apprendra à pardonner et me permettra ainsi de ne pas oublier de l'Amour de Dieu. Cela ne veut pas dire que vous devez vous sentir coupable d'entretenir une relation plus intime avec certaines personnes qu'avec d'autres. Il y a des exemples dans les évangiles qui illustrent bien que Jésus était plus proche de ses disciples que des gens qui le suivaient. Non qu'il ait moins aimé ces gens-là, mais l'expression de son amour était plus intime et plus profonde avec certaines personnes qu'avec d'autres.

Dans une relation sainte, aimer une personne ne signifie pas exclure les autres; on n'aime pas aux dépens de quelqu'un d'autre. L'amour spécial se donne toujours aux dépens de quelqu'un d'autre. C'est toujours un amour fondé sur la comparaison, où certaines personnes sont comparées à d'autres; il manque quelque chose à certains, d'autres sont acceptables. L'amour de ce monde n'est pas comme cela. Vous reconnaissiez que certaines personnes vous ont été « données » et que vous les avez choisies pour pouvoir apprendre et enseigner certaines leçons; cela ne rend pas cette personne meilleure ou pire qu'une autre. Encore une fois on peut toujours distinguer une relation spéciale d'une relation sainte par son degré d'exclusion des autres.

Chapitre 4

L'ETAT D'ESPRIT JUSTE: LE SYSTEME DE PENSEE DU SAINT-ESPRIT

Dans un beau passage d'Un Cours en Miracles, Jésus dit qu'il a préservé toutes nos pensées aimantes et qu'il les a purifiées de toutes erreurs (T-5.IV.8:3-4). Tout ce qu'il nous demande, si nous voulons en faire notre réalité, c'est d'accepter le fait qu'il en est ainsi. Nous ne pourrons le faire tant que nous nous accrocherons à notre culpabilité. Je vais parler maintenant du moyen parfait que nous offre le Saint-Esprit pour nous défaire de toute cette culpabilité.

Colère—pardon

Le Saint-Esprit est très malin. Aussi malin que l'ego pense être, le Saint-Esprit l'est encore un peu plus. Il utilise la même dynamique de projection que l'ego a employée pour nous crucifier et pour nous garder dans la prison de culpabilité et Il renverse les rôles. Pensez à la projection comme à un projecteur de cinéma; imaginez que je suis ce projecteur et que je repasse sans cesse mon propre film de culpabilité. Ce que je fais c'est de peupler tout mon monde de ma propre culpabilité. Je projette la culpabilité de mon film sur les écrans de toutes ces personnes-là et ensuite je vois mon propre péché et ma propre culpabilité chez les autres.

La raison de cet acte c'est, encore une fois, que je suis la logique de l'ego, laquelle dit que c'est la manière de se débarrasser de la culpabilité. Or il m'est impossible de résoudre ma culpabilité tout seul. Il m'est impossible de regarder la culpabilité en face et de continuer à vivre: c'est une pensée trop accablante. Aussi la chose même dont s'est servi l'ego pour m'attaquer en renforçant ma culpabilité sous prétexte de la faire disparaître — ce mécanisme même qui consiste à placer ma culpabilité à l'extérieur de moi — me donne aussi l'occasion de la faire disparaître. Le fait de voir en vous la culpabilité que je ne peux confronter en moi-même me fournit l'occasion de la faire disparaître. Voilà ce qu'est le pardon, purement et simplement. Le pardon est le processus qui défait la projection de la culpabilité.

Encore une fois, le fait même de projeter la culpabilité que je ne peux confronter et dont je me libère intérieurement en la projetant sur l'écran qui est vous, me fournit l'occasion de la regarder en déclarant que maintenant je la vois différemment. Les péchés et la culpabilité que j'ignore et que je pardonne chez vous sont en réalité ceux-là même dont je me sens responsable. Disons en passant que cela se rapporte au contenu du péché, non à sa forme, ce qui est tout à fait différent. Vous le pardonner, c'est vraiment me le pardonner. Voilà l'idée-maîtresse de tout le Cours. Voilà ce que signifient tous ces mots. Nous projetons notre culpabilité sur quelqu'un d'autre et, quand nous choisissons de regarder cette personne de la façon dont le Saint-Esprit voudrait que nous le fassions — par la vision du Christ —, nous pouvons alors changer ce que nous pensons de nous-mêmes.

Ce que j'ai fait, c'est de projeter mes propres ténèbres sur vous afin d'obscurcir la lumière du Christ en vous. En décidant de dire que vous n'êtes pas dans les ténèbres — que vous êtes vraiment dans la lumière, ce qui est la décision de laisser disparaître les ténèbres que j'ai placées sur vous — je dis précisément la même chose à mon sujet. Je dis que la lumière du Christ brille non seulement en vous mais aussi en moi. En fait c'est la même lumière. Cela c'est le pardon.

Tout cela signifie que nous devrions éprouver de la gratitude pour toutes les personnes qui sont dans notre vie, surtout celles qui nous donnent le plus de problèmes. Les personnes que nous détestons le plus, celles que nous trouvons le plus désagréables, celles qui nous rendent mal à l'aise, sont celles que le Saint-Esprit nous a « envoyées » et dont Il peut Se servir pour nous montrer que nous pouvons faire un autre choix au sujet de la personne sur qui nous avons d'abord été tentés de projeter notre culpabilité. Si ces personnes n'étaient pas sur l'écran et le film de notre vie, nous ne saurions pas que cette culpabilité est réellement en nous. Alors nous n'aurions aucune chance de la faire disparaître. Notre seule chance de pardonner notre culpabilité et de nous en libérer, c'est de la voir chez quelqu'un d'autre et là de la pardonner. En la pardonnant chez autrui, nous la pardonnons en nous-mêmes. Encore une fois, la totalité et la substance d'Un Cours en Miracles se trouvent dans ces quelques lignes.

Il est possible de résumer le pardon en trois étapes fondamentales. La première étape, c'est de reconnaître que le problème ne se trouve pas là-bas sur mon écran. Le problème se trouve en moi-même, sur mon film. La première étape dit que ma colère n'est pas justifiée, même si elle me dit que le problème se trouve à l'extérieur de moi en vous, et que vous devez changer pour que moi je n'aie pas à changer. Ainsi la première étape dit que le problème n'est pas à l'extérieur, le problème est plutôt au-dedans de moi. La raison pour laquelle cette étape est si importante est que Dieu a placé la Réponse au problème de séparation au-dedans de nous; le Saint-Esprit n'est pas à l'extérieur de nous, le Saint-Esprit est à l'intérieur de nous, dans notre esprit. En soutenant que le problème est à l'extérieur de nous, fait typique de la projection, nous retenons le problème éloigné de sa solution. C'est précisément ce que veut l'ego parce

que si le problème de l'ego est résolu par le Saint-Esprit, il n'y a plus d'ego.

Aussi l'ego est-il très sournois et très astucieux en nous faisant croire que le problème se trouve à l'extérieur de nous, dans une autre personne — nos parents, nos professeurs, nos amis, notre conjoint, nos enfants, notre président —, dans la bourse, le temps, ou dans Dieu Lui-même. Nous sommes tous experts à voir le problème là où il n'est pas de façon à en retenir la solution séparée. Deux leçons du livre d'exercices l'illustrent bien; ce sont les leçons 79 et 80 : « Puisse-je reconnaître le problème pour qu'il puisse être résolu » et « Puisse-je reconnaître que mes problèmes ont été résolus. » Il n'y a qu'un seul problème, celui de croire à la séparation, qui est le problème de la culpabilité, et ce problème est toujours à l'intérieur, pas à l'extérieur. La première étape du pardon, je le répète, c'est d'admettre que le problème n'est pas en toi, qu'il est en moi; que la culpabilité n'est pas en toi, qu'elle est en moi. Le problème n'est pas sur l'écran où je l'ai projeté. Il est plutôt sur le film au-dedans de moi et c'est un film de culpabilité.

Maintenant venons-en à la deuxième étape, celle qui est la plus difficile et que nous ferions tout au monde pour éviter: confronter ce qu'est le film, lequel est notre culpabilité. C'est pourquoi, encore une fois, nous avons tout intérêt à justifier et à garder la colère et l'attaque ainsi qu'à voir le monde scindé entre le bien et le mal. Tant que nous faisons cela, nous n'avons pas à nous occuper de cette deuxième étape qui est de regarder notre propre culpabilité et tous nos sentiments de haine envers nous-mêmes.

A la première étape, je dis que ma colère est une décision que j'ai prise pour projeter ma culpabilité. Maintenant à la deuxième étape, je dis que cette culpabilité représente une décision. Elle représente la décision de me voir coupable plutôt que sans culpabilité. Je dois reconnaître que je suis un Fils de Dieu et non le fils de l'ego, que ma vraie demeure n'est pas en ce monde mais en Dieu. Cela, nous ne pouvons le faire jusqu'au moment où nous regardons notre culpabilité en nous disant que ce n'est pas ce que nous sommes réellement. Il nous est impossible de le dire avant d'avoir regardé autrui en déclarant: « Tu n'es pas ce que j'ai fait de toi; tu es réellement ce que Dieu a créé. »

Certains des passages les plus marquants du Cours décrivent bien l'aspect terrifiant de cette étape. Une fausse conception que se font souvent les lecteurs d'*Un Cours en Miracles*, surtout les premières fois qu'ils examinent le Cours, c'est de penser qu'il est facile. On peut s'y méprendre si on ne fait pas attention. A un niveau il parle de sa simplicité; il dit que nous sommes tous réellement chez nous en Dieu, tout en rêvant d'exil (T-10.I.2:1); que tout cela disparaîtra en un instant si nous changeons d'esprit (passer de l'esprit faux à l'esprit juste), etc. Ce qui se passe, c'est qu'en lisant ces passages nous oublions tous ceux qui parlent de la terreur que cause ce processus, du malaise, de la résistance, du conflit que nous ressentirons lorsque nous commencerons à passer par les étapes qui consistent à confronter notre culpabilité.

Personne ne peut faire disparaître l'ego sans confronter sa propre culpabilité et sa propre peur parce que c'est l'ego même. Jésus a dit dans l'évangile: « A moins de prendre votre croix et de me suivre, vous ne pouvez pas être mes disciples. » C'est de cela qu'il parlait. Prendre sa croix, c'est faire face à sa propre culpabilité et à sa peur en transcendant l'ego. Il est impossible que quelqu'un passe par ce processus sans difficulté ni sans douleur. Pourtant ce n'est pas ce que Dieu veut pour nous; c'est ce que nous voulons. Nous sommes ceux qui avons fabriqué la culpabilité, donc, avant de la faire disparaître, il faut que nous la regardions, et cela peut être très douloureux. Il y a deux endroits en particulier — les leçons 170 et 196 (L-pl.170; L-pl.196.9-12) — qui décrivent ce processus et l'immense terreur qu'il provoque. « Les deux mondes » (T-18.IX.3) parle également de l'apparente terreur par laquelle nous avons à passer et de la terreur qui consiste à confronter la peur de Dieu, dernier obstacle à la paix, là où notre culpabilité est le plus profondément ensevelie.

Donc, la deuxième étape consiste réellement à bien vouloir regarder notre culpabilité en admettant que nous l'avons fabriquée et qu'elle ne représente aucun don de Dieu mais bien notre décision de nous voir tels que Dieu ne nous a pas créés. Cela revient à se voir comme un enfant de la culpabilité plutôt que comme un enfant de l'Amour. Un Cours en Miracles souligne bien que, comme c'est nous qui avons fabriqué la culpabilité, ce n'est pas nous qui pouvons la défaire. Nous avons besoin d'une aide extérieure à l'ego pour cela. Cette aide est le Saint-Esprit. Notre seul choix est d'inviter le Saint-Esprit à corriger le système de pensée de l'ego et à nous enlever ainsi toute culpabilité. Cela constitue la troisième étape. La seconde étape, en fait, c'est de dire au Saint-Esprit: « Je ne désire plus me considérer comme coupable; je Vous en prie, enlevez-moi cette idée. » La troisième étape est celle du Saint-Esprit; Il enlève tout simplement la culpabilité parce qu'en fait Il l'a déjà enlevée. Notre seul problème, c'est de l'accepter.

Répétons donc les trois étapes: la première étape dé-fait la colère projetée en déclarant que le problème n'est pas à l'extérieur de moi, qu'il est en moi. La seconde étape dit que c'est moi qui ai fabriqué le problème au-dedans de moi et que je n'en veux plus. Nous arrivons alors à la troisième étape quand nous la présentons au Saint-Esprit et qu'il nous en décharge.

Ces étapes nous paraissent très simples mais avec de la chance, il vous faudra une vie pour les passer. Il ne faut pas croire que cela arrivera d'un jour à l'autre. Quelques personnes espèrent magiquement qu'en étudiant le livre d'exercices en un an, elles se retrouveront dans le Royaume. C'est très bien jusqu'à ce

qu'elles arrivent à la fin du livre d'exercices et qu'elles lisent: « Ce cours est un commencement et non une fin » (L-PLI.ep.1:1). Le but du livre d'exercices est de nous mettre sur le bon chemin, de nous mettre en contact avec le Saint-Esprit pour agir désormais avec Lui. Le travail qui consiste à dé-faire notre culpabilité prend toute une vie parce que la culpabilité qui est en nous est énorme, et si nous devions la confronter en une seule fois, nous serions accablés et convaincus qu'elle va nous frapper à mort ou que nous allons devenir fous. C'est pourquoi nous devons nous la traiter quelques morceaux à la fois. Les diverses expériences et les circonstances qui composent notre vie peuvent être utilisées comme des parties du plan du Saint-Esprit, qui de nous conduire de la culpabilité à l'état sans culpabilité.

Un Cours en Miracles parle fréquemment de faire gagner du temps. De fait il dit plusieurs fois qu'il nous fera gagner mille ans si nous faisons ce qu'il dit (e.g., T-111.6:7). Dans l'illusion temporelle du monde, nous parlons d'une quantité de temps considérable. Je souligne ceci parce que je ne veux pas que vous vous sentiez coupables si vous rencontrez des problèmes en travaillant avec le Cours. Le but réel au niveau pratique du Cours n'est pas d'être sans problèmes mais de reconnaître ce qu'ils sont et ensuite de reconnaître en nous les moyens de les résoudre.

Je répète que le but d'*Un Cours en Miracles* est bien clairement de présenter le système de pensée de l'ego et celui du Saint-Esprit — notre état d'esprit faux et notre état d'esprit juste — et de nous rendre ainsi capables d'opter contre l'état d'esprit faux et en faveur du pardon et du Saint-Esprit. C'est un processus très lent qui demande beaucoup de patience. Personne n'échappe à sa culpabilité en un jour. Les gens qui disent avoir transcendi leur ego ne l'ont probablement pas fait. S'ils l'avaient vraiment fait, ils n'en parleraient même pas parce qu'ils seraient au-delà de ça.

Que je dise maintenant spécifiquement la façon dont tout cela fonctionne. Et nous voyons là comment Jésus et le Saint-Esprit nous conseilleraient de réagir dans les situations qui se présentent dans notre vie. Disons par exemple que je suis assis ici, en train d'essayer de m'occuper des affaires de mon Père lorsque quelqu'un entre en m'insultant ou en me jette quelque chose à la figure. Supposons qu'étant assis là, je ne sois pas dans mon état d'esprit juste. Autrement dit, je crois que je suis avec l'ego. J'ai peur, je me sens coupable et je ne crois pas que Dieu soit avec moi; je n'ai pas de sentiments très positifs à mon égard. Or vous entrez à ce moment-là et vous vous mettez à crier et à vous emporter contre moi, en m'accusant de toutes sortes de choses. A un certain niveau je croirai qu'à cause de ma culpabilité, votre attaque contre moi est justifiée. Cela n'a rien à voir avec ce que vous dites ou ne dites pas ni si c'est vrai ou non. Le fait même que je me sens déjà coupable m'oblige à croire que je dois être puni et attaqué. Quand vous entrez, vous faites exactement ce que je crois qu'il doit m'arriver. Cela aura deux effets: d'abord votre attaque contre moi renforcera la culpabilité que je ressens déjà. Ensuite elle renforcera la culpabilité que vous ressentez également parce que vous ne m'attaqueriez pas si vous n'étiez pas déjà coupable. Votre attaque contre moi renforcera votre propre culpabilité.

En une telle circonstance, je ne vais pas simplement rester là à accepter votre attaque en m'aplatissant. Je ferai l'une de deux choses, lesquelles sont exactement les mêmes. J'irai pleurer dans mon coin en vous faisant bien remarquer que vous me traitez fort mal, que vous me causez beaucoup de peine et je vous ferai voir ma misère en vous en faisant sentir responsable. Le message que je vous adresserais serait le suivant: je souffre maintenant de l'horrible chose que vous venez de me faire. C'est ma façon de vous dire que vous devriez vous sentir extrêmement coupable de ce que vous avez fait. Une autre façon de faire la même chose est de vous attaquer à mon tour. Je vous traiterai de tous les noms en disant: « De quel droit m'insultez-vous ainsi? C'est vous qui êtes le misérable etc... »

Ces deux défenses constituent en fait les moyens de vous faire éprouver de la culpabilité pour vos actions envers moi. Et cela même constitue de ma part une attaque dont je me sentirai coupable ; le fait que je vous charge de culpabilité, vous qui vous sentez déjà coupable, va renforcer votre culpabilité. Au moment où votre culpabilité s'unit à la mienne, elles se renforcent en chacun de nous et nous condamnent d'autant plus à la prison de culpabilité dans laquelle nous vivons.

Maintenant supposons que vous entrez en m'insultant; mais cette fois-ci, je suis dans l'état d'esprit juste et je me sens bien. Je sais que Dieu est avec moi, que Dieu m'aime et qu'à cause de cela, rien ne peut me faire de mal. Peu importe ce que vous me faites, je sais que Dieu est avec moi, je sais que je suis en parfaite sécurité. Peu importe ce que vous dites; même si c'est vrai sur un certain plan, je sais que plus profondément, cela ne peut être vrai parce que je sais que je suis un Fils de Dieu et que je suis donc parfaitement aimé de mon Père. Rien de ce que vous pouvez dire ou faire ne pourra enlever cela.

Supposons donc que ce soit ma position, tandis que je suis assis là et que vous entrez pour m'insulter; je suis alors libre de considérer ce que vous avez fait d'une façon différente. La première lettre de Jean, dans le Nouveau Testament, contient cette belle déclaration: « L'amour parfait bannit la peur. » Jésus la cite plusieurs fois dans le Cours de diverses façons. Cela veut dire que non seulement l'amour parfait bannit la peur, mais qu'il bannit aussi le péché, la culpabilité ou toute forme de souffrance ou de colère. Il serait impossible que quelqu'un rempli de l'Amour de Dieu (et s'identifiant à cet amour) éprouve de la peur, de la

colère, de la culpabilité ou cherche à blesser quelqu'un d'autre. Cela n'est pas possible, tout simplement.

Cela signifie qu'au moment où vous essayez de me blesser, vous ne croyez pas que vous êtes rempli de l'Amour de Dieu. A cet instant-là vous ne croyez pas que Dieu est votre Père et comme vous êtes dans votre état d'ego, vous vous sentez menacé et coupable. Vous pensez que Dieu essaie de vous attraper. Le seul moyen de faire face à toute cette culpabilité est d'attaquer un frère en retour. C'est ce que fait toujours la culpabilité. Donc le fait que vous m'insultiez et que vous m'attaquez signifie réellement ceci: « Je t'en prie, enseigne-moi que j'ai tort; je t'en prie, enseigne-moi qu'il y a un Dieu Qui m'aime et que je suis Son Enfant. Je t'en prie, montre-moi que l'amour que je pense m'être impossible est vraiment là pour moi. » C'est pourquoi toute attaque est un appel au secours ou un appel à l'amour.

La première section du chapitre 12 du texte, « Le jugement du Saint-Esprit » (T-12.1) l'exprime très clairement. Aux yeux du Saint-Esprit, chaque attaque est un appel à l'aide ou un appel à l'amour, parce si la personne se sentait aimée, elle ne pourrait jamais attaquer. L'attaque indique que la personne ne se sent pas aimée et c'est donc un appel à l'amour. Cela veut dire: « Je t'en prie, montre-moi que j'ai tort, qu'il y a réellement un Dieu Qui m'aime, que je suis Son Enfant et non pas un enfant de l'ego. » Quand je suis assis là, dans mon état d'esprit juste, c'est ce que j'entendrai. Dans l'attaque j'entendrai un appel à l'amour. Et comme à ce moment je m'identifie à l'Amour de Dieu, comment répondre autrement qu'en essayant d'étendre cet Amour?

C'est le Saint-Esprit qui décidera de la forme spécifique par laquelle répondre à l'attaque. Si je suis dans mon état d'esprit juste, je Lui demanderai et Il m'indiquera comment répondre. Ce n'est pas la forme de ma réaction qui importe. Il ne s'agit pas ici d'un cours sur les manières d'agir ou de se comporter, mais d'un cours qui vise à changer notre façon de penser. Comme le dit Un Cours en Miracles: « Ne cherche pas à changer le monde, mais choisis de changer d'esprit au sujet du monde » (T-21.in.1:7). Si notre pensée s'accorde avec le Saint-Esprit, tout ira bien. C'est Saint Augustin qui disait: « Aime et fais ce que tu veux ». Si l'amour est dans notre cœur, tout ce que nous ferons sera bien; s'il n'est pas dans notre cœur, tout ce que nous ferons ira mal. Je n'ai donc pas à être concerné ni à me soucier de ce que je fais quand vous m'attaquez; ce qui m'intéresse c'est de savoir comment je peux rester dans mon état d'esprit juste pour pouvoir demander au Saint-Esprit ce que je devrais faire. Je le répète, si je suis dans mon état d'esprit juste, je verrai votre attaque comme un appel à l'aide et non comme une attaque.

L'idée de jugement est extrêmement importante. Encore une fois, selon le Saint-Esprit, il y a seulement deux jugements que nous puissions porter sur quelqu'un ou quelque chose dans ce monde: une expression d'amour ou un appel à l'amour. Il n'y a pas d'autre solution possible, ce qui rend la vie en ce monde très simple, une fois que nous pensons ainsi. Si quelqu'un m'exprime de l'amour, pourrais-je répondre autrement qu'en répondant par de l'amour? Si un de mes frères ou une de mes soeurs lance un appel à l'amour, puis-je réagir autrement qu'en lui offrant de l'amour? Encore une fois, cela rend la vie en ce monde très simple. Cela veut dire que peu importe ce que nous faisons, peu importe ce que le monde semble nous faire, notre réponse sera toujours l'amour, ce qui rend vraiment tout très simple. Comme le Cours le dit « la complexité vient de l'ego » (T-15.IV.6:2) alors que la simplicité est de Dieu. Lorsque nous suivons les principes de Dieu, nous ferons toujours tout de la même façon. La section qui est à la fin du chapitre 15 du texte a été écrite la veille du jour de l'an; la résolution que Jésus suggère pour la nouvelle année est « de rendre cette année différente en la rendant toute pareille » (T-15.X1.10:11). Si vous considérez tout comme une expression d'amour ou un appel à l'amour, vous réagirez toujours de la même façon: avec amour.

Je pardonne quand je regarde au-delà des ténèbres de ton attaque pour voir à la place un appel à la lumière. C'est la vision du Christ, et le but d'Un Cours en Miracles est de nous aider à réagir à toutes les situations de notre vie, sans exception, avec cette vision. Faire une seule exception, c'est réellement dire qu'il y a une partie de moi que je désire garder enfouie dans les ténèbres de la culpabilité en l'empêchant d'être libérée par la lumière. Cela je le ferai en la projetant sur vous et je verrai alors cette tâche ténébreuse en vous. La vision finale du Cours vient à la toute dernière page du texte où il est dit qu' »aucune trace de ténèbres ne reste pour cacher à quiconque le visage du Christ » (T-31.VI11.12:5). Alors, toutes les ténèbres de la culpabilité en nous seront dé-faites. Alors, nous verrons le visage du Christ qui, soit dit en passant, n'est pas le visage de Jésus. Le visage du Christ est le visage de l'innocence que nous verrons en chacun de nous en ce monde. A ce point-là nous serons parvenus à la vision du Christ, ce que le Cours appelle le monde réel et qui est le but final avant le Ciel.

Cela signifie qu'en ce qui concerne notre vie, il faut considérer tout ce qui nous arrive—depuis notre naissance jusqu'à notre mort, du moment où nous nous réveillons le matin jusqu'au moment où nous nous couchons le soir—comme autant d'occasions que le Saint-Esprit peut utiliser pour nous aider à nous voir sans culpabilité. Nous considérons les autres personnes de notre vie de la façon dont nous nous considérons nous-mêmes. Ainsi les personnes les plus difficiles, celles qui nous donnent le plus de problèmes, nous sont en réalité un grand cadeau parce qu'en guérissant notre relation avec elles, nous guérissons notre relation avec Dieu.

Chaque problème que nous voyons chez autrui et que nous souhaitons exclure de notre vie, est en fait le souhait secret d'exclure de nous-mêmes une partie de notre culpabilité pour ne pas avoir à la lâcher. Voilà ce qu'est l'attraction de la culpabilité pour l'ego. Pour garder notre culpabilité, le mieux est d'aller donner un grand coup sur la tête de quelqu'un. A chaque fois que nous sommes tentés de le faire, le Cours nous dit qu'il y a Quelqu'un avec nous Qui nous touchera doucement l'épaule en disant: « Mon frère, choisis à nouveau » (T-31.VIII.3:2). Or le choix sera toujours de pardonner ou de ne pas pardonner. Choisir de pardonner à quelqu'un est la même chose que choisir de se pardonner. Il n'y a aucune différence entre l'intérieur et l'extérieur; tout est une projection de ce que nous sentons au-dedans. Quand nous ressentons de la culpabilité au-dedans de nous, c'est ce que nous projetons à l'extérieur. Quand nous ressentons l'Amour de Dieu au-dedans de nous, c'est ce que nous étendons à l'extérieur. Chaque personne et chaque circonstance de notre vie nous offre l'occasion de voir ce qui est à l'intérieur du projecteur de notre esprit; elles nous offrent l'occasion de faire un autre choix.

Je trouve cette idée très belle, mais j'ai beaucoup de mal à l'appliquer à des situations concrètes. Je pourrais citer l'exemple où l'on se trouve dans un dilemme qu'on ne peut pas résoudre. Disons par exemple que vous travaillez à un projet scolaire. Vous avez une heure pour le compléter lorsque quelqu'un vient vous déranger. A ce moment-là vous avez le choix d'agir d'une certaine façon ou d'une autre. Supposez que la personne vienne vous déranger de nouveau et vous n'avez toujours qu'une heure pour compléter le projet. Dans quelle mesure est-il possible de réagir correctement par une colère bonne tout en restant dans le bon état d'esprit?

C'est une très bonne question. Henri Nouwen, professeur à Yale, disait un jour qu'il était sans cesse interrompu dans son travail jusqu'au moment où il s'est rendu compte que les interruptions étaient son travail. Quelqu'un comme moi qui semble toujours être interrompu devrait y voir une leçon très utile. J'essayerai de vous donner quelques lignes de conduite.

La question dépend réellement de comment vous pensez devoir passer cette heure-là: est-ce que vous pensez que c'est votre propre projet ou celui de Dieu pour vous. Une des possibilités est que ce qui devrait être fait en une heure ne demande réellement pas autant de temps. Peut-être que cela n'a pas besoin d'être fait du tout. Peut-être que la personne qui vous interrompt compte plus que le travail. Peut-être que les deux sont importants. Peut-être que le travail doit être fini mais que cette personne a elle aussi besoin d'une expression de pardon. C'est là où la foi personnelle joue un rôle très important. Tout ce que j'ai dit au sujet du pardon jusqu'à maintenant traite de ce que nous avons à faire. Un Cours en Miracles dit expressément que ce n'est pas nous qui pouvons pardonner mais que c'est le Saint-Esprit Qui peut le faire à travers nous. Quand il vous semble que vous êtes dans la position où, quoi que vous fassiez, tout ira mal, la foi vous dira que ce n'est pas un hasard. Cela fait partie d'une leçon très importante pour vous et pour l'autre personne.

Ce que vous devez faire alors, c'est de rentrer en vous et de prier à votre façon en disant: « Regardez, je veux finir ce projet mais il y a cette personne qui crie à l'aide. Je ne désire pas la considérer comme un fardeau mais comme un frère ou une soeur. Au secours ! » Si votre intention est vraiment de ne blesser personne tout en finissant ce que vous pensez devoir être complété, il se trouvera toujours un moyen ou un autre de le faire.

Voilà ce qu'est le miracle: ce n'est pas quelque chose de magique qui se passe à l'extérieur de nous, c'est quelque chose qui arrive au-dedans de nous et qui permet de résoudre la situation. C'est un principe à suivre chaque fois que vous vous trouvez en face d'une situation qui paraît impossible; lorsque vous êtes sincèrement résolu à ne blesser personne tout en souhaitant compléter la chose que vous êtes supposé(e) compléter mais sans savoir comment y arriver. C'est ce qu'il y a de plus honnête à dire parce qu'en nous-mêmes et par nous-mêmes nous ne savons pas que faire, même si nous pensons en être absolument sûrs. Mais il y a Quelqu'un Qui sait à l'intérieur de nous et nous pouvons nous tourner vers Lui. Voilà la vraie réponse à nos problèmes. Et ce sera la réponse à tous nos problèmes.

Que je vous parle maintenant de « Jésus au temple. » C'est une question que l'on pose chaque fois que je parle de la colère, surtout dans un groupe chrétien. Tout le monde connaît l'épisode de Jésus au temple. Cela s'est probablement passé, sinon ce ne serait pas apparu dans les quatre évangiles. A propos, il y a une façon de trouver si cela s'est passé ou non. Il y a trois évangiles, ceux de Matthieu, de Marc et de Luc qui constituent un groupe. Ensuite il y a celui de Jean, qui est manifestement différent. Quand quelque chose apparaît dans les quatre évangiles, il y a de bonnes chances pour que ce soit vraiment arrivé. Ce n'est probablement pas toujours arrivé comme c'est raconté, mais il y a de grandes chances que ce soit arrivé.

Selon Matthieu, Marc et Luc, la scène a lieu à la fin de la vie de Jésus, juste avant son arrestation. Dans l'évangile de Jean, elle se passe tout au début de son ministère. Jésus est au temple de Jérusalem, l'endroit le plus sacré de la Judée. Les gens réclament un paiement pour toutes sortes de choses; en fait ils se servent du temple à des fins personnelles. Alors Jésus dit: « Vous êtes en train de traiter la maison de

mon Père comme un refuge de brigands. » Là il cite Jérémie. Ensuite il renverse les tables où les changeurs d'argent faisaient leur trafic et les chasse du temple. Ajoutons en passant que nulle part dans l'évangile il n'est dit que Jésus est en colère, mais il est décrit comme étant dans un état semblable à la colère. C'est un exemple que les gens utilisent pour montrer ce qu'ils appellent une « juste colère ». Après tout, disent-ils, si Jésus s'est mis en colère, pourquoi est-ce que je ne pourrais pas me mettre en colère ? Une chose intéressante à ce sujet c'est qu'ils oublient tout ce qui montre clairement dans les évangiles ce que Jésus pense de la colère. Lisez seulement la partie du Sermon sur la montagne où il dit: « Vous avez lu dans la loi que vous ne devriez pas tuer. Je vous le dis, vous ne devriez même pas vous mettre en colère. » Voilà une déclaration plutôt claire qui décrit exactement sa façon d'agir à la fin de sa vie, alors qu'apparemment personne n'aurait pu avoir plus de raisons que lui de se mettre en colère. Seulement il ne s'est pas mis en colère.

Il est intéressant de constater comme les gens s'intéressent à un incident en oubliant tout le reste. Je crois cependant qu'il y a trois façons principales d'interpréter cette scène. L'une, c'est que ça ne s'est pas passé du tout de la manière dont c'est décrit. Cela peut certainement sembler une solution facile, mais il y a assez d'évidence dans les recherches contemporaines sur l'Ecriture pour démontrer que beaucoup des paroles irritées que l'on a fait sortir de la bouche de Jésus, ne sont pas les siennes mais qu'elles lui ont été attribuées par l'Eglise naissante qui essayait de justifier sa propre position. Jésus est supposé avoir dit: « Je ne viens pas apporter la paix mais le glaive », ce qu'incidemment il réinterprète dans le Cours (T-6 115:2). Le Jerome Biblical Commentary, ouvrage de recherches catholiques qui fait autorité, demande comment le Prince de la paix pourrait jamais avoir dit cela. Il conclut que cela venait de la nouvelle Eglise et non de Jésus. Alors l'une des possibilités est que cet incident ne s'est pas passé de la façon dont c'est raconté.

Mettons-le de côté pendant un moment; en supposant que les choses se soient passées de cette façon, voici comment je choisirais de le comprendre: Comme tout bon professeur, Jésus savait comment communiquer son point de vue de la façon la plus efficace. C'est là une scène très dramatique, en pleine vue de la foule qui se trouvait à Jérusalem pour la pâque des Juifs, une des trois fêtes les plus importantes de Judée, où tout le monde était supposé venir au temple de Jérusalem. Comme cela se passait juste avant la pâque, le lieu était bondé. C'était le lieu le plus sacré de la terre pour un Juif, et donc c'est là que Jésus a choisi de montrer bien visiblement comment il fallait traiter le temple de son Père. Une façon d'interpréter cette scène, c'est qu'il n'était pas lui-même en colère, mais qu'il essayait de démontrer quelque chose de la façon la plus dramatique et la plus convaincante possible.

Quand nous parlons de colère, il y a trois choses importantes à dire: la première, c'est que la personne en colère n'est pas en paix. Personne ne pourrait soutenir qu'on est en paix quand on est en colère. Ces deux états s'excluent l'un l'autre. La seconde chose à dire, c'est que pendant qu'on est en colère, Dieu est bien loin de l'esprit. Vous ne pensez pas à Dieu, vous pensez à ce que vous a fait cette horrible personne. La troisième chose est au sujet de la personne contre qui vous êtes en colère: vous ne la voyez pas comme un frère ou une soeur. Il est évident que vous voyez cette personne comme votre ennemi sinon vous ne l'attaqueriez pas.

Alors personnellement je trouve qu'il est difficile de croire qu'à ce stade-là de sa vie, Jésus pourrait avoir trouvé quelque chose au monde qui puisse lui enlever sa paix, lui faire oublier son Père ou lui donner des raisons de ne pas considérer quelqu'un au monde comme un frère ou une soeur. C'est pourquoi je pense que la réaction de Jésus au temple n'était pas un geste de colère comme nous pourrions en avoir mais une démonstration énergique et une leçon pour faire comprendre ce qu'il voulait dire. Les évangiles multiplient les exemples où Jésus enseigne d'une certaine façon aux multitudes, mais d'une façon complètement différente à ses apôtres et d'une autre façon encore aux apôtres avec qui il était le plus intime—Jean, Jacques ou Pierre. Il y a différents niveaux d'enseignement comme le sait tout professeur. Le temple était un lieu public où il a essayé d'attirer l'attention des gens afin de démontrer une leçon. Il n'était donc pas lui-même en colère contre les gens qu'il chassait.

Il y a une troisième explication: c'est de dire que Jésus a eu une crise d'ego. Il en a eu plus qu'assez, il s'est impatienté, il s'est mis en colère et il a commencé à crier et à vitupérer.

Personnellement je ne pense pas que ce soit possible au point où il en était de sa vie. Mais si vous me dites que c'est ce qu'il a fait, il resterait à savoir pourquoi vous voudriez vous identifier à son ego plutôt qu'avec le Christ en lui et toutes les autres choses qu'il a dites, enseignées ou démontrées par son exemple.

Les trois explications sont donc les suivantes:

- (1) cela ne s'est pas du tout passé de cette façon,
- (2) il était tout bonnement en train d'enseigner une leçon à un niveau différent mais n'était pas en colère ou
- (3) simplement il passait par une crise d'ego; alors pourquoi vouloir s'identifier à lui alors qu'il y a de bien

meilleures façons de résoudre le problème ?

Pourquoi la colère joue-t-elle un rôle thérapeutique tellement important en psychothérapie qu'il faille la résoudre d'une façon ou d'une autre ?

La plus grande partie de la psychothérapie vient de l'ego. Il est dommage que la psychologie des vingt ou trente dernières années ait découvert la colère et en ait fait une idole.

Laissez-moi vous parler un peu de la colère, laquelle est l'un des grands problèmes du monde. L'opuscule sur la *Psychothérapie* considère que le problème de la psychothérapie est vraiment celui de la colère. C'est que cette colère est la façon la plus efficace de se défendre contre la culpabilité. La colère nous fige à l'extérieur de nous-mêmes.

Il est intéressant de penser à la colère en fonction de son histoire à travers tout ce siècle, surtout de la façon dont les psychologues l'ont vue. Cela explique pourquoi les gens la voient ainsi. Pendant les cinquante premières années de ce siècle, la psychologie a été dominée par Freud et la psychanalyse. Il est toujours utile, quand on lit Freud et qu'on voit l'influence qu'il a eue, de se rappeler qu'il a fait tout son travail dans une atmosphère très victorienne. Vienne, au début du siècle, était fortement influencée par les valeurs victoriennes et Freud était vraiment un enfant de son siècle. Cela veut dire qu'il avait des préjugés, la peur d'avoir des sentiments et par conséquent de les exprimer. Le fait intéressant c'est que toute sa théorie vise à nous libérer de la répression, et pourtant sa propre attitude, qu'il a communiquée par ses théories, est que nous ne devrions pas exprimer nos sentiments. Nous pouvons les analyser, les sublimer ou les déplacer, mais nous ne devrions pas les exprimer. Concentrons-nous ici sur la seule émotion de colère.

Le sentiment qui dominait en psychologie et en psychothérapie était d'enseigner aux gens à analyser leurs sentiments, ou à les sublimer, ou de les déplacer sur d'autres choses, mais surtout pas de les exprimer. C'était certainement aussi une valeur chrétienne prédominante. Un « vrai » chrétien offre l'autre joue, ce qui veut dire qu'on est giflé deux fois selon la façon dont cela a été enseigné et compris. (Ce n'est pas ainsi que Jésus le signifiait, à propos: le fait d'être une victime qui souffre en son nom.) Tout cela a été renforcé par l'idée que la colère était quelque chose à craindre. Elle était considérée comme une chose épouvantable à repousser et à réprimer en soi. Après la seconde guerre mondiale, il y a eu une révolution en psychologie. Soudain les gens ont découvert qu'ils avaient des sentiments. Il en est sorti tout le mouvement des groupes T, des groupes de sensibilité, des exercices de sensibilité, des ateliers relationnels, des séances marathon etc. Les gens devinrent donc habiles à briser les défenses contre la colère et à faire l'expérience de leurs sentiments et de leurs émotions, en particulier celle de la colère.

Le pendule balança d'un extrême à l'autre. Au lieu d'apprendre aux gens à réprimer la colère et à l'analyser, le critère de la santé mentale est alors devenu la capacité d'éventer ses sentiments. Les gens sont devenus très habiles à exprimer leurs sentiments. Deux options ont alors été proposées, l'une pour réprimer sa colère, l'autre pour l'exprimer. Si nous réprimons constamment notre colère, nous allons avoir des ulcères ou des problèmes gastro-intestinaux. D'autre part, si nous exprimons toujours notre colère, nous allons faire exactement ce dont j'ai parlé plus tôt: nous allons tout simplement renforcer la culpabilité qui se trouve derrière la colère. Alors il ne semble pas y avoir d'issue.

Pour comprendre le problème il faut voir la prémissse qui se trouve derrière ces deux options; et, chose intéressante, c'est la même prémissse. Les solutions semblent être complètement différentes — l'une est la répression et l'autre est l'expression — et pourtant la prémissse est la même dans les deux cas. C'est réellement jouer à pile ou face avec la même pièce de monnaie. La prémissse est que la colère est une émotion fondamentalement humaine qui est inhérente à l'espèce humaine. Donc, quand on discute de la colère, il faut presque la décrire comme si c'était une masse d'énergie quantifiable.

Il y a quelque chose d'inhérent en nous, la colère, qui nous rend humains et dont nous devons faire quelque chose. Si nous la repoussons en nous et que nous la gardons à l'intérieur, elle ressortira sous forme d'ulcères. Si, au contraire, nous expulsions cette masse d'énergie de notre système, nous aurons l'impression d'être soulagés du fardeau terrible qu'est la colère et de nous sentir mieux. Mais la vraie raison pour laquelle nous nous sentons tellement bien quand nous exprimons notre colère n'a rien à voir avec le fait d'éventer la colère. Ce qui se produit apparemment c'est que pour la première fois nous croyons nous être finalement débarrassés de notre culpabilité.

L'émotion humaine fondamentale alors n'est pas la colère, c'est la culpabilité. Cette erreur de raisonnement est à la base de toutes les façons de considérer la colère. Un Cours en Miracles a une très belle section intitulée « Les deux émotions » (T-13.V) où il dit que nous n'avons que deux émotions. L'une nous est donnée, nous avons fabriqué l'autre. Celle qui nous a été donnée est l'amour; c'est Dieu Qui nous l'a donnée. Celle que nous avons fabriquée comme substitut à l'amour est la peur. Une fois de plus, nous pouvons substituer la culpabilité à la peur.

L'émotion humaine fondamentale, émotion fondamentale de l'ego, est la culpabilité ou la peur. Ce n'est

pas la colère. La colère est une projection de culpabilité et n'est jamais le problème. Le vrai problème est toujours la culpabilité sous-jacente. La raison pour laquelle nous nous sentons si bien quand nous avons évité notre colère contre quelqu'un c'est qu'à cet instant-là nous croyons nous être finalement débarrassés de notre culpabilité. Le problème surgit le lendemain ou quelques jours plus tard quand nous nous levons en nous sentant mal. Nous éprouvons alors la gueule de bois psychologique connue sous le nom de dépression. Nous ne savons pas d'où vient cette dépression. Nous la mettons sur le compte de toutes sortes de choses. Nous ne nous rendons pas compte que la vraie raison de notre dépression est que nous nous sentons coupables de ce que nous avons fait à une autre personne. Chaque fois que nous nous mettons en colère ou que nous attaquons quelqu'un, nous nous sentirons coupables plus tard. Les gens parlent de la dépression comme d'une rage rentrée. Sur un certain plan c'est vrai, mais sous la rage se trouve la culpabilité. La vraie signification de la dépression est la culpabilité ou la haine de soi.

Maintenant que je vous ai dit toutes ces choses affreuses au sujet de la colère, laissez-moi vous dire qu'il y a une seule circonstance où l'expression de la colère est positive, et c'est sur quoi portait la question. C'est de considérer la colère d'un point de vue thérapeutique. Si on vous a enseigné toute votre vie que la colère est mauvaise, ce qui est probablement le cas pour tout le monde ici, on vous a en fait enseigné que la colère est à craindre. Nous croyons que si nous exprimons notre colère, quelque chose de terrible va arriver à l'autre personne; ou encore pire, que cela peut nous arriver. Il peut donc être thérapeutiquement très utile, en tant que partie du processus qui vise à délivrer complètement de la colère et de la culpabilité, de passer par une période où nous exprimons la colère pour nous rendre compte que ce n'est pas grand chose. Nous pouvons nous emporter contre les gens sans qu'ils tombent morts à nos pieds. Nous pouvons être en colère contre quelqu'un sans que Dieu nous frappe à mort à cause de l'horrible chose que nous avons faite. En fait rien de terrible n'arrivera. Ce n'est pas grand chose. A ce stade-là nous pouvons regarder la colère plus objectivement et reconnaître que le problème n'est pas la colère du tout. Le vrai problème est que la colère que nous dirigeons contre nous est la culpabilité.

Le danger est de ne pas considérer cela comme un stade à passer. L'enseignement récent des psychologues nous le fera voir comme une fin. Alors c'est vénérer la colère comme une idole parce qu'il est si bon de s'emporter et de faire éclater sa colère contre une autre personne. La psychologie ne nous enseignera jamais (parce que c'est un système très séculaire) que le vrai problème est la culpabilité et que la culpabilité est une défense contre Dieu. Ce qui arrive alors c'est que l'expression de colère devient un but et qu'elle fait se sentir tellement bien qu'on n'a aucun désir de l'abandonner. Cependant notre but devrait être en réalité d'entrer en contact avec notre culpabilité sous-jacente et de la traiter. Le besoin d'exprimer sa colère ne doit être qu'un stade à dépasser complètement.

Alors, quand nous passons par une période où nous sentons le besoin de nous mettre en colère, nous devrions considérer cela comme un stade temporaire et nous efforcer de voir que la colère n'est pas grand chose en soi. Quand nous pourrons réellement traiter le vrai problème, qui est la culpabilité, et le lâcher, nous n'aurons jamais plus besoin de nous mettre en colère.

Q : Une chose que j'ai retenue en écoutant Krishnamurti, c'est qu'il suggérait la possibilité d'un changement immédiat.

R : Un Cours en Miracles dit la même chose. Il dit que tout cela pourrait finir en un instant. Mais il y a d'autres endroits où il dit que ce processus prendra du temps et qu'il nous faut être patient. Juste au commencement du texte, il y a une phrase qui, j'en suis sûr, a fait bondir beaucoup, beaucoup de gens. C'est au sujet du Jugement Dernier, lequel est vraiment le processus collectif de défaire l'ego ou l'accomplissement du Rachat. Je cite: « De même que la séparation s'est produite pendant des millions d'années, le Jugement Dernier s'étendra sur une période aussi longue, peut-être même plus longue » (T-2.VIII.2:5). Juste après, cependant, il est dit que les miracles peuvent écouter considérablement ce temps. Mais cela ne va vraisemblablement pas se produire d'un jour à l'autre. Si vous pensez seulement à la façon dont est composé notre monde, il y a une quantité formidable de peur sous-jacente qui motive chacun de ses aspects. Toutes les institutions, tous les systèmes de pensée à l'intérieur de ce monde sont motivés par la peur et la culpabilité. Vous ne pouvez pas les changer tout de suite. Je pense que le plan du Rachat et le rôle qu'y joue le Cours sont de changer l'esprit des individus plus rapidement que cela prendrait autrement. Voilà ce qu'est l'« accélération céleste »; toutefois elle se place dans le contexte d'un laps de temps considérable.

La signification des miracles

Je devrais dire quelque chose des miracles, puisque c'est le titre du livre. C'est un autre mot dont la signification diffère du sens habituel. Un Cours en Miracles emploie le mot « miracle » pour signifier simplement une correction, le processus qui défaît la perception fausse. C'est un changement de perception, c'est le pardon, c'est le moyen de guérir. Tous ces expressions sont pratiquement les mêmes. Le miracle n'a rien à voir avec quelque chose d'extérieur. Le miracle appelé ainsi pour quelque chose d'extérieur, comme le fait de marcher sur les eaux ou de guérir de façon extérieure, est simplement le reflet

du miracle intérieur. Le miracle est un changement intérieur. L'une des plus belles définitions du miracle dans le Cours est la suivante: « L'endroit le plus saint de la terre est celui où une haine ancienne est devenue un amour présent » (T-26.IX.6:1). C'est ça le miracle. Le miracle c'est passer d'une perception de haine envers une personne à une perception d'amour pour la même personne. C'est changer de perception; c'est corriger la façon de voir de l'ego par celle du Saint-Esprit.

Voilà pourquoi il s'appelle *Un cours en miracles*; il nous dit comment procéder. Il nous dit comment changer d'esprit. Encore une fois, nous ne changeons pas le monde, nous changeons d'esprit au sujet du monde. Nous n'essayons pas de changer autrui, nous changeons la façon dont nous considérons autrui. Le Saint-Esprit travaillera à travers nous pour que nous fassions ce qu'il pense être préférable. C'est un changement d'esprit qui comprend un décalage dans la perception. Voilà ce qu'est le miracle, et c'est l'objectif du Cours.

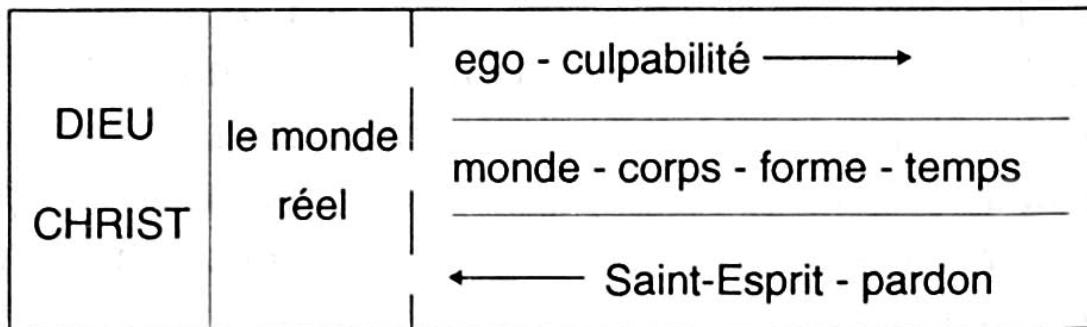
Maintenant que je parle un peu du rôle de Dieu et du Saint-Esprit dans tout cela. L'une des plus grandes qualités d'*Un Cours en Miracles* c'est que c'est un livre religieux. Ce n'est pas simplement une méthode d'instruction personnelle, ni un bon système de psychologie, ce qu'il est de toutes façons. C'est aussi un livre profondément religieux. Ses aspects religieux soulignent deux aspects. Le premier est que sans Dieu, il ne nous reste rien que l'ego. A moins de savoir qu'il y a un Dieu Qui nous a créés et Dont nous sommes le Fils, nous sommes réduits à l'image ou à la perception que nous avons de nous et qui est toujours une ramifications de l'ego. Le vrai pardon est impossible à moins de nous nourrir de la conviction que nous sommes invulnérables. En d'autres mots, rien ni personne au monde ne peut nous blesser; nous ne pourrons nous en convaincre qu'en sachant qu'il y a un Dieu Qui nous a créés et Qui nous aime. C'est le fondement de tout le système de pensée que le Saint-Esprit nous offre et que le Cours nous présente.

Le second aspect de l'importance de Dieu dans tout cela est plus concret. Le vrai pardon est impossible sans le Saint-Esprit. Cela est vrai de deux points de vue. D'abord, ce n'est pas nous qui pardonnons. Ce n'est pas nous qui défaisons la culpabilité. Au sens strict, quand Un Cours en Miracles parle de pardon, il parle réellement de notre décision de laisser le pardon du Saint-Esprit venir à travers nous. Par nous-mêmes et de nous-mêmes nous ne pourrons jamais pardonner parce que par nous-mêmes et de nous-mêmes, au moins dans ce monde, nous sommes l'ego. Nous ne pouvons changer un système de pensée de l'intérieur de ce système de pensée. Nous avons besoin d'une aide extérieure au système de pensée, d'une aide qui entre dans le système de pensée et qui le transforme. Cette aide extérieure au système de pensée est le Saint-Esprit. Aussi est-ce Lui qui pardonne à travers nous.

Cette seconde chose est encore plus importante et répondra à bon nombre de questions. Le pardon est la chose la plus difficile au monde; c'est pourquoi il n'y a guère personne qui le pratique et c'est pourquoi aussi tout le concept de pardon que Jésus a présenté a été si mal compris même depuis le début. La raison en est que, quand nous pardonnons vraiment de la façon dont parle le Cours, nous lâchons réellement prise de notre propre culpabilité. Celui qui s'identifie à l'ego ne veut pas faire cela. Sans l'aide de Dieu nous ne pourrons jamais surmonter certains problèmes de culpabilité profonde qui nous confronteront.

Si vous pensez au temps comme à un processus continu, c'est l'image du tapis qui l'illustrera le mieux.

Le tapis du temps



Quand la séparation s'est produite, le tapis du temps s'est déroulé tout entier et depuis nous avons parcouru le tapis en nous éloignant de Dieu. Plus nous nous éloignions de Dieu, plus nous étions absorbés par le monde et ses problèmes de culpabilité et de péché. Quand nous demandons au Saint-Esprit de nous aider, nous inversons ce processus et nous nous mettons à marcher vers Dieu. Plusieurs des passages les

plus intéressants du Cours parlent du temps. Ils sont très difficiles à comprendre parce que nous y sommes encore enracinés. A un endroit il est dit que le temps semble aller en avant, mais en réalité il recule vers le point où il a commencé (T-2.II.6; M-2.3; 4:1-2). C'est le moment où la séparation s'est produite. Le but du Rachat tout entier est le plan du Saint-Esprit pour dé-faire l'ego. Il est enroulé dans le tapis du temps. L'ego voudrait que nous le déroulions encore plus, alors que le Saint-Esprit voudrait que nous le ré-enroulions jusqu'au commencement.

Tandis que nous le ré-enroulons — c'est ce que font le pardon et le miracle — nous nous rapprochons des fondements du système de l'ego. Au tout début du tapis est la naissance de l'ego, demeure du péché et de la culpabilité. C'est la partie la plus profonde du système de l'ego. Si vous pensez à l'image de l'iceberg que j'ai mentionnée plus tôt, le pied de l'iceberg est la couche solide de culpabilité que nous ressentons tous.

Quand nous nous rapprocherons de la culpabilité et de la peur, que nous avons essayé d'éviter toute notre vie (ou plusieurs vies), nous rentrerons vraiment dans un état de panique. La culpabilité est la chose la plus effroyable et la plus dévastatrice du monde. C'est pourquoi le processus est lent et nous devons être patients en y passant. Si nous allons trop vite, nous ne serons pas préparés pour l'assaut de culpabilité qui nous frappera. Les deux derniers paragraphes du premier chapitre du texte (T-1.VIII.4-5), nous recommandent de parcourir très lentement et très prudemment tous ces documents, y compris les quatre premiers chapitres. Sinon nous ne serons pas préparés pour ce qui arrivera plus tard et nous en aurons peur. C'est alors que les lecteurs jettent le livre.

C'est très lentement que nous devrons passer intérieurement par toutes ces choses — sans mentionner le Cours — parce qu'autrement notre peur atteindrait une intensité impossible à contrôler. C'est pourquoi, plus nous nous approchons des fondements du système de l'ego, plus nous aurons peur de la culpabilité qui y est ensevelie. A moins de savoir qu'il y a Quelqu'un Qui marche avec nous en nous tenant la main, Qui n'est pas nous et Qui nous aime, nous ne pourrons pas faire ce pas.

Un Cours en Miracles enseigne que le but du processus qui consiste à dé-faire la culpabilité n'est pas de nous réveiller complètement du rêve mais de vivre dans le « monde réel » ou « rêve heureux ». Alors, tandis que le tapis se ré-enroule, il arrive un moment où nous atteignons un état d'esprit tel que nous n'avons plus de culpabilité à projeter, et donc où nous sommes en paix tout le temps, quoiqu'il se passe dans le monde extérieur. Cet état d'esprit est le « monde réel », concept qui reflète la douceur de la voie du Cours. Le texte le confirme: « Dieu a voulu qu'il s'éveille doucement et avec joie et lui a donné les moyens de s'éveiller sans peur » (T-27.VII.13:5).

L'une des questions que l'on me pose fréquemment est celle-ci: comment parler de pardon à des gens qui ne croient pas en Dieu. J'ai eu l'occasion, juste cette semaine, de parler dans un foyer de citoyens du troisième âge où ma mère fait du bénévolat. C'est une organisation juive, mais beaucoup de gens ne sont pas aussi religieux qu'on pourrait le penser. J'ai parlé du pardon, comme je le fais toujours. C'était une expérience assez intéressante. J'ai essayé de ne pas trop y mettre Dieu afin de ne pas m'aliéner l'auditoire. Il est très difficile de parler du pardon sans y faire rentrer Dieu, parce que sans Dieu il ne peut pas y avoir de vrai pardon.

Tout le monde peut dépasser les premiers stades du processus de pardon parce qu'on peut toujours apprendre à voir les gens différemment. Mais confrontés à certains problèmes vraiment sérieux de notre vie, lesquels se révéleront être des problèmes de pardon, nous devrons savoir qu'il y a Quelqu'un avec nous Qui nous aime. Or cette personne n'est pas nous-mêmes. Cette personne est le Saint-Esprit, ou Jésus, quel que soit le nom que nous Lui donnions. Sans Son aide, nous aurions trop peur d'aller jusqu'au bout du chemin; nous ne consentirions à nous engager que jusqu'à un certain point. Aussi le Saint-Esprit n'est-il pas seulement notre Guide et notre Enseignant mais aussi notre Consolateur. Tout à la fin du livre d'exercices, Jésus dit: « et de ceci tu peux être sûr: Il ne te laissera jamais sans consolation » (L-pII.ep.6:8). A moins de savoir qu'il pense ces mots très littéralement, qu'il y a Quelqu'un en nous qui n'est pas de nous, Qui nous aime et nous consolera, nous ne pourrons jamais dépasser le système de l'ego quand nous aurons à confronter notre culpabilité. Je le répète, c'est toujours tait dans le contexte de pardonner à une autre personne, que ce soit Jésus ou le Saint-Esprit, peu importe le nom que nous avons choisi pour Eux. Mais il Leur importe beaucoup que nous reconnaissions qu'il y a Quelqu'un avec nous Qui est de Dieu et Qui nous mène par la main. Sans ce sentiment de réconfort et d'assurance, nous ne pourrons jamais aller plus loin que l'ego. C'est pourquoi, encore une fois, il est possible que lorsque les choses semblent aller au plus mal, elles soient réellement en train de s'améliorer.

Il y a deux sections dans le chapitre 9 du texte qui sont très utiles: Ce sont « Les deux évaluations » (T-9.VII) et « Grandeur contre Folie des grandeurs » (T-9.VIII). Elles illustrent bien comment l'ego nous attaque et devient haineux juste au moment où nous suivons le Saint-Esprit. Souvenez-vous que pour l'ego, ceux qui sont sans culpabilité sont coupables. Quand nous trahissons l'ego en choisissant l'état sans culpabilité plutôt que la culpabilité, l'ego nous le fait sentir. C'est pourquoi le Cours dit que les émotions de

l'ego vont de la suspicion à la venimeuse (T-9.VIII.4:7). Quand nous commencerons vraiment à prendre le Saint-Esprit au sérieux, l'ego deviendra vraiment haineux. C'est alors que les choses sembleront devenir difficiles.

Pour l'instant j'en parle comme d'un principe abstrait mais, à mesure que nous cheminerons, il n'y aura rien de plus concret. Cela peut être l'expérience la plus forte, la plus horrible, la plus douloureuse que nous ayons jamais. Une fois de plus, à moins que nous ne sachions qu'il y a Quelqu'un avec nous, Qui nous parle au nom de la vérité et de l'amour et Qui nous voit d'une façon différente, nous ne pourrons jamais y passer. Nous jetterons tout simplement le livre, nous irons nous cacher sous notre lit sans jamais plus en sortir. Ou alors nous fuirons. C'est pourquoi ce processus doit se faire très lentement et c'est pourquoi nous sommes guidés avec beaucoup de soin. Le plan du Rachat est très soigneusement conçu pour chacun de nous, ce qui explique le nombre de fois que cela nous prend pour le compléter.

Un Cours en Miracles explique que le Rachat est individuel (M-29.2:6), ce qui veut dire que le Saint-Esprit corrige pour nous les formes particulières sous lesquelles nous avons tous, en tant qu'individus, manifesté l'erreur de séparation que nous partageons tous. Ce n'est pas nous qui établissons le plan de ce programme. Nous ne comprenons même pas ce qu'il est en vérité. Et ce n'est certainement pas nous qui nous le faisons suivre. Il est donc très important de ne pas nous confondre avec Dieu car autrement il n'y aurait personne vers qui nous tourner pendant les périodes difficiles.

Il est vrai, selon le Cours, que le Saint-Esprit « enverra » toujours dans le monde des personnes pour nous aider; mais leur aide en fin de compte sera de nous faire savoir que la Personne Qui peut aider le plus est au-dedans de nous. Bénissons Dieu qu'il y ait des gens pour nous tenir la main pendant que nous passons par là. Cependant la Source ultime de réconfort viendra toujours du dedans, car c'est là que Dieu a mis la Réponse. Je dois insister à nouveau sur le fait que c'est un processus très lent. Si nous allons trop vite, la peur nous terrassera avant que nous n'ayons développé assez de confiance en nous-mêmes ou en Dieu. Cette confiance c'est de savoir que le Saint-Esprit est là pour nous aider à passer par ce processus. A mesure que nous avancerons, en faisant les exercices quotidiens des leçons du livre, nous commencerons à nous apercevoir que tous les miracles et les changements qui arrivent ne sont pas faits par nous. Ils sont faits à travers nous mais non par nous. Il y a Quelqu'un qui nous aide à les faire.

Une des choses qu'Un Cours en Miracles rend très claire est l'importance de développer des rapports personnels avec Jésus ou le Saint-Esprit. Peu importe lequel on choisit. Leur fonction à tous deux est d'être un Guide intérieur, et le Cours les fait alterner dans ce rôle-là. Quand le Cours insiste sur la nécessité qu'il y a de former une relation personnelle avec ce Guide intérieur, il ne parle pas du Saint-Esprit en tant qu'Etre abstrait. Il parle de Lui en tant que Personne et emploie le pronom « Il ». Il parle souvent de Lui en tant qu'expression de l'Amour de Dieu pour nous. Ceci est également vrai quand Jésus parle de son propre rôle. Le Cours nous encourage donc à développer le sentiment qu'il y a Quelqu'un à l'intérieur de nous, qui n'est pas une force abstraite mais une vraie personne qui nous aime et qui nous aidera. Si nous ne ressentons pas cette assurance, nous n'atteindrons pas le but parce que notre peur sera trop grande. Si vous n'avez pas encore cette expérience personnelle du Saint-Esprit, vous ne devriez pas paniquer. Soyez patient et Il apparaîtra de Lui-même. Il suffit de savoir qu'il y a Quelqu'un Qui vous aide, que vous le sentiez ou que vous le sachiez intellectuellement. Il se fera reconnaître sous une forme que vous pourrez accepter. La forme n'a aucune importance. Ce qui est important par contre, c'est d'être conscient qu'il y a Quelqu'un avec vous Qui n'est pas de vous. Il est en vous, mais pas de vous, venant d'une partie de vous qui n'est pas votre ego.

Q : Nous pouvons choisir librement. Pourrions-nous choisir d'accélérer le temps si nous nous y sentions prêt?

R : Oui, absolument. C'est ce que fait le miracle.

Q : Cela arriverait alors dans le cours d'une vie. Pourquoi alors devons-nous penser à des millions d'années?

R : Les millions d'années se rapportent à toute la Finalité. Le Jugement Dernier serait la fin de l'univers matériel tel que nous le connaissons. Cependant il est possible qu'un individu raccourisse le temps considérablement.

Une fois de plus, si, alors que tout va bien quelque chose nous tombe soudain sur la tête, c'est bon signe. Cela indique que l'ego a pris peur. L'ego fera tout alors pour nous faire douter de la Voix que nous avons entendue jusque-là. Il essaiera de nous faire douter du Cours et de tout ce que nous avons appris et qui marche pour nous. Il faut donc s'y attendre mais ne pas essayer de le provoquer. Quand l'ego attaquerá, nous le saurons, et il sera très utile de savoir reconnaître l'ego pour ce qu'il est. Disons encore une fois que l'ego attaquerá au moment même où nous croirons nous en libérer; nous devons garder cela à l'esprit quand les choses seront difficiles. Cela ne veut pas dire que ce ne soit qu'une comédie. Cela veut dire que nous sommes effrayés; notre ego a pris peur. A ce moment-là nous devrions prendre du recul,

prendre la main de Jésus et demander son aide pour observer notre peur. Le fait que nous prenons sa main montre que nous ne sommes pas l'ego. Alors en observant l'attaque de l'ego, nous nous rendrons compte qu'elle n'est pas ce qu'elle semble être.

Il y a une section importante qui est intitulée: « Au-dessus du champ de bataille » (T-23.1V); dans celle-ci Jésus nous demande de nous éléver au-dessus du champ de bataille pour observer ce qui est en train de se passer au-dessous de nous. De cette perspective nous verrons les choses d'une manière différente. Si nous restons en plein milieu du champ de bataille, nous ne verrons qu'enormément de douleur, de tuerie, de culpabilité. Elevons notre point de vue afin de regarder le champ de l'ego d'en haut et nous le verrons différemment. Nous verrons que c'est seulement notre ego qui fait des siennes. Nous verrons aussi que cela ne fait réellement aucune différence. Ce processus prend du temps. Nous ne pouvons nous attendre à ce que cela se passe en une nuit. Mais quand cela arrivera, nous saurons au moins que c'est notre ego qui nous en fait baver. Ce n'est pas la réalité. La réalité est qu'il y a un Dieu Qui nous aime et Qui a envoyé Quelqu'un pour Le représenter, Jésus ou le Saint-Esprit, Qui nous tient la main et nous aide à traverser cette période difficile.

Q : Est-il possible que ce soit ce qui se passe quand je médite ? Est-ce que c'est ce qui arrive quand je passe par des phases où il m'est impossible de me faire face pendant que je médite et où il y a beaucoup de bavardage ? Est-ce que c'est l'ego qui se débat ?

R : Oui. Ce que vous devez faire alors, c'est de le reconnaître sans le prendre trop au sérieux. Ne vous battez pas là-contre. Quand vous le faites, vous rendez le problème réel. Ce que vous devez faire, c'est prendre du recul, l'observer et en rire.

Dans le Cours il y a plusieurs passages où il est dit que nous devrions rire de l'ego. A un endroit il dit que le rêve que nous pensons être le monde a commencé quand le Fils de Dieu a oublié de rire (T-27.VIII.6:2-3). Si nous pouvons rire du monde et de l'ego, cela disparaîtra en tant que problème. La pire chose que nous puissions faire, c'est de nous battre contre le problème, parce que cela le rend réel. Toutefois ce rire n'est certainement pas moquer et il ne faudrait pas le considérer comme un signe d'indifférence aux expressions personnelles et spécifiques du problème fondamental qu'est la séparation.

Chapitre 5

JESUS: LE BUT DE SA VIE

Je pense qu'il est important maintenant de parler de Jésus parce qu'il semble que tout le monde ait des difficultés avec lui pour les raisons énumérées plus tôt. Quand on grandit dans le monde en chrétien ou en juif, on a une perception déformée de Jésus. Dans Un Cours en Miracles il essaie de dissiper toute confusion possible. Il veut qu'on le voie comme un frère aimant plutôt que comme un frère de jugement, de mort, de culpabilité et de souffrance ou comme un frère qui n'existe pas. C'est pourquoi le Cours est venu tel qu'il est et pourquoi Jésus fait bien clairement savoir qu'il en est l'auteur. Que je vous parle d'abord de la description que Jésus fait de lui-même et du but de sa vie.

L'un des concepts les plus importants du Cours sur les Miracles est celui de cause et d'effet. Il très utile quand on considère toute l'idée du pardon et surtout la mission de Jésus et comment il l'a accomplie. Par nature la cause et l'effet sont tels qu'il n'est pas possible d'avoir l'un sans avoir l'autre. Une chose est rendue cause parce qu'elle aboutit à un effet. Ce qui fait de quelque chose un effet est qu'il vient d'une cause.

Une de mes citations préférées du Cours semble presque incompréhensible. Elle dit: « La cause est faite cause par ses effets » (T-28.II.1:2).18 C'est une façon poétique de dire qu'une cause est rendue cause par ses effets. Cela veut dire que quelque chose est une cause par le fait même qu'il a un effet. Pareillement quelque chose est un effet parce qu'il a une cause. C'est un principe fondamental de ce monde et aussi du Ciel. Dieu est la première Cause et l'Effet est Son Fils. Dieu est donc la Cause qui fait de Son Fils l'Effet. En tant qu'Effet de Dieu, nous déterminons que Dieu est le Créateur ou le Père.

Ce principe opère également en ce monde, si bien que toute action a une réaction. Cela veut dire que si une chose n'est pas une cause, elle ne peut pas exister en ce monde. Tout au monde doit avoir un effet, sinon ça ne peut pas exister. Toute action doit avoir une réaction; c'est un des principes élémentaires de la physique. Si une chose existe, elle aura un effet sur autre chose. Tout ce qui existe en ce monde est une cause qui a un effet, et c'est l'effet qui fait la cause. D'accord? Il est très important de bien comprendre ce principe afin de pouvoir l'employer ensuite comme une formule abstraite dont on partira.

Reponsons à l'histoire biblique du péché originel. Quand Dieu a attrapé Adam et Eve et qu'il les a punis, Il a exprimé la punition dans un contexte causal. Il a dit: « A cause de ce que vous avez fait, voilà ce qui arrivera. L'effet de votre péché sera une vie de souffrance. » Le péché est donc la cause de toutes les souffrances au monde. Le péché de la séparation qui a engendré l'ego, a produit un effet: une vie de souffrance et de douleur et finalement la mort.

Tout ce que nous connaissons dans ce monde est l'effet de notre croyance au péché. Le péché en est la cause; la douleur, la souffrance et la mort en sont l'effet. Saint Paul a eu cette remarque géniale: « La mort est le salaire de la peur. » (Citée dans le Cours [T-19113:6].) Il disait exactement la même chose. Le péché est la cause et la mort est l'effet. Rien ne témoigne de façon plus convaincante de la réalité du monde séparé que la mort. C'est là un thème essentiel du Cours.

La mort devient alors la preuve suprême que le péché est réel. La mort est l'effet du péché qui en est la cause. Si nous désirons essayer maintenant de suivre la pensée du Saint-Esprit en prouvant que ce monde n'est pas réel et que le péché de séparation n'a jamais été commis, tout ce qu'il nous faut faire c'est de prouver que le péché n'a pas d'effet. Si nous pouvons prouver que la cause n'a pas d'effet, elle ne pourra plus exister. Si quelque chose n'est pas une cause, ce n'est pas réel. Tout ce qui est réel doit être cause et donc doit avoir un effet. Enlevons l'effet, nous éliminons en même temps la cause.

Alors, si l'effet le plus important du péché en ce monde est la mort, le fait de démontrer que la mort est une illusion démontre simultanément qu'il n'y a pas de péché. Cela signifie aussi que la séparation ne s'est jamais produite. Il nous faut donc quelqu'un qui nous démontre qu'il n'y a pas de mort. En dé-faisant la mort, cette personne dé-fera aussi le péché et nous montrera en même temps qu'il n'y a pas de séparation, que celle-ci ne s'est jamais produite et que la seule réalité, la seule Cause, est Dieu. Cette personne fut Jésus dont la mission était de montrer qu'il n'y a pas de mort. Le principe de cause et d'effet peut se résumer par le tableau suivant :

	CAUSE	\leftrightarrow	EFFET
Ciel	Dieu (Père)	\leftrightarrow	Christ (Fils)
Monde	Péché	\leftrightarrow	Souffrance Maladie Mort

Les évangiles décrivent Jésus comme l'agneau de Dieu qui enlève les péchés du monde. Ils disent qu'il a enlevé les péchés du monde pour montrer qu'ils étaient sans effet. En triomphant de la mort, il a enlevé tous les effets. Cependant ce n'est pas ainsi que les Eglises l'ont compris ni ainsi que cela a été enseigné. Le Cours est apparu à cette époque-ci et de cette façon principalement pour corriger cette erreur. C'est ce que Jésus a fait en vivant dans ce monde — monde de souffrance, de péché et de mort — et en montrant qu'il n'avait aucun effet sur lui.

Un Cours en Miracles repose tout entier sur l'idée que la résurrection de Jésus s'est vraiment passée. A strictement parler la résurrection n'est que le réveil du rêve de mort. Cela ne concerne que l'esprit et pas le corps. Mais pour garder l'usage du langage traditionnel chrétien, le Cours emploie fréquemment le terme « résurrection » qui correspond à la façon traditionnelle de la comprendre. Jésus dit: « N'enseigne pas que je suis mort en vain. Enseigne plutôt que je ne suis pas mort en démontrant que je vis en toi » (T- I IVI.7:3-4). Il dit la même chose plusieurs fois de diverses façons. La chose essentielle à comprendre alors, c'est qu'il n'y a pas de mort, parce que si la mort est réelle, toute autre forme de souffrance est réelle et Dieu est mort. De plus, si le péché est réel, c'est qu'une partie de Dieu s'est séparée de Lui, ce qui veut dire qu'il ne peut pas y avoir de Dieu. Dieu et Son Fils ne peuvent pas être séparés.

Alors Jésus a choisi le témoignage le plus probant de la réalité de ce monde pour montrer qu'il n'avait aucune prise sur lui. C'était là toute la signification de sa vie, de sa mission et de sa fonction. Triompher de la mort c'est montrer que la mort n'est pas réelle, que sa cause apparente n'est pas non plus réelle, et qu'en réalité nous ne nous sommes jamais séparés de notre Père. C'est ça le processus qui dé-fait la séparation. Le Cours parle du Saint-Esprit comme étant le principe du Rachat. Au moment où la séparation a semblé se produire, Dieu a placé le Saint-Esprit en nous, ce qui a dé-fait la séparation. Voilà le principe mais le principe devait se manifester dans le monde. Jésus est celui qui a manifesté le principe du Rachat par sa propre vie, par sa mort et sa résurrection.

Encore une fois il n'est pas nécessaire de croire que Jésus est notre sauveur personnel, notre Seigneur, ou ce que nous choisirons qu'il soit, pour tirer profit d'Un Cours en Miracles. A un certain niveau pourtant, nous devons accepter le fait que la résurrection aurait pu arriver, même si nous ne croyons pas en Jésus. En fin de compte nous ne pourrons pas accepter le Cours si nous n'acceptons pas le fait que la mort est une illusion. Il n'est pas besoin de faire cela immédiatement ni de l'intégrer complètement dans notre vie car, dès l'instant que nous l'intégrerons complètement, nous ne serons plus ici. C'est cela le but. Nous devons cependant reconnaître que cette idée, qui est intellectuelle, est une partie essentielle de tout le système.

Q : Quand vous dites que nous ne serons plus ici, voulez-vous dire que nous allons mourir ?

R : Ce que cela veut vraiment dire c'est que nous n'avons pas besoin d'être ici pour notre Rachat; tôt ou tard nous aurons accompli l'objectif de notre vie ici. Une fois qu'il sera atteint, nous pourrons déposer notre corps et être de retour au Foyer. C'est une pensée agréable et non une pensée déplaisante comme nous la considérons souvent.

Ce principe de cause et d'effet fonctionne aussi pour le pardon, et Jésus nous en offre quelques-unes des meilleures démonstrations. Pensez de nouveau au cas où je suis assis tranquillement quand quelqu'un entre pour m'attaquer. Si je ne suis pas dans mon état d'esprit juste, je verrai cette personne comme la cause de ma souffrance. Ma souffrance sera alors l'effet du péché de cette personne. Ma réaction, qui est d'être blessé, renforcera le fait que cette personne a péché. Mais si je suis dans mon état d'esprit juste, je présenterai l'autre joue, ce qui veut dire qu'à ce moment-là je montrerai à cette personne que son péché contre moi n'a aucun effet parce que je n'ai pas été blessé. En annulant l'effet, j'annule aussi la cause. C'est le vrai pardon.

Jésus nous en a montré l'exemple, non seulement par sa résurrection, mais aussi par diverses actions à la fin de sa vie. Ceci apparaît dans une section remarquable du texte intitulée « Le message de la crucifixion » (T-6.4. Les gens l'ont attaqué, humilié; ils se sont moqués de lui, ils l'ont insulté et finalement

ils l'ont tué. En péchant contre lui, il semblait qu'ils le faisaient souffrir. En ne répondant pas par une attaque mais en continuant à les aimer et à leur pardonner, il a voulu montrer que leur péché contre lui était sans effet et donc qu'ils n'avaient pas péché. Ils s'étaient trompés tout simplement. Ils appelaient seulement au secours. Voilà comment Jésus nous a pardonné nos péchés, non seulement pendant sa vie, mais certainement aussi par sa résurrection. Elle exprimait visiblement que le péché de meurtre que le monde avait commis contre lui était sans effet. Il est toujours avec nous; donc ils ne pouvaient pas l'avoir tué et donc ils n'avaient pas péché. Ils s'étaient trompés en regardant leur « péché ». C'est le plan de pardon du Saint-Esprit décrit par le Cours. On dé-fait la cause en montrant qu'elle n'a pas d'effet.

La chose la plus difficile au monde est de répondre à l'attaque par le pardon. Pourtant c'est la seule chose que Dieu nous demande. C'est la seule chose que Jésus lui aussi nous demande. Ce qui est merveilleux, c'est que non seulement Jésus nous en a donné le meilleur exemple mais aussi qu'il est demeuré aussi en nous pour nous aider à faire de même. Nous ne pourrions pas répondre aux atteintes du monde si nous ignorions qu'il y a quelqu'un en nous qui nous protège, qui nous aime, qui nous console et qui nous demande de partager son amour avec la personne qui nous attaque. Nous ne pourrions le faire sans son aide. Or c'est ce que Jésus nous implore constamment de faire dans Un Cours en Miracles d'accepter son aide pour pardonner.

Q : Cela veut dire que si nous pardonnons sincèrement à quelqu'un qui nous a agressé, ce n'est pas notre ego qui pardonne mais que nous sommes « devenus » la manifestation du Saint-Esprit et que c'est Lui Qui pardonne?

R : Oui. Quand Jésus dit dans le Cours qu'il est la manifestation du Saint-Esprit, il veut dire qu'il n'a pas d'autre voix. Le Saint-Esprit est décrit comme la Voix pour Dieu. Dieu n'a pas deux voix. Jésus n'a plus d'ego, donc la seule autre Voix qui lui soit accessible est celle du Saint-Esprit, Dont il est la manifestation. Dans la mesure où nous pouvons nous identifier et nous unir à lui en partageant sa perception du monde (la vision du Christ), nous devenons aussi les manifestations du Saint-Esprit et notre voix deviendra Sa Voix. Ainsi chaque fois que nous ouvrirons la bouche pour parler, ce sera Sa Voix qui sera entendue. Voilà vraiment ce que Jésus nous demande.

Un des plus beaux passages du Cours se trouve dans l'introduction de la cinquième révision du livre d'exercices (L-pl.rV.9:2-3). C'est une des rares fois où Jésus parle de lui dans le livre d'exercices. Voici paraphrasé ce qu'il dit: « J'ai besoin de tes yeux, de tes mains, de tes pieds. J'ai besoin de ta voix par laquelle je sauve le inonde. » Cela veut dire qu'il ne peut sauver le monde sans nous. Il le dit aussi dans le texte: « J'ai besoin de toi autant que tu as besoin de moi » (T-8.V.6:10). Sa voix ne peut être entendue dans le monde à moins de venir à travers nous, parce qu'il n'est pas possible de l'entendre autrement. Elle est venue en ce monde sous des formes spécifiques et dans des corps pour que d'autres corps l'entendent. Autrement Jésus resterait une abstraction symbolique qui n'aurait que peu de sens. Il a besoin que nous nous détachions assez de notre ego pour lui permettre de parler à travers nous. Une très belle prière du Cardinal Newman finit ainsi: « Et quand ils lèveront les yeux, que ce ne soit pas moi qu'ils voient, mais seulement Jésus. » Quand les gens nous entendent parler, que ce ne soit pas nous qu'ils entendent, mais les paroles de Jésus.

Il n'est pas nécessaire de s'identifier à Jésus en tant que personnage historique, un homme qui a été crucifié et qui « est ressuscité d'entre les morts ». Il n'est même pas nécessaire de l'identifier en tant qu'auteur du Cours ou comme notre enseignant. Il est nécessaire toutefois de lui pardonner. Si nous ne le faisons pas, nous retenons contre lui quelque chose que nous retenons en réalité contre nous-mêmes. Il ne nous demande pas de le prendre comme notre propre enseignant. Il nous demande seulement de le considérer différemment et de ne pas le rendre responsable de ce que les autres ont fait de lui. A un moment dans le Cours le Saint-Esprit dit: « On a fabriqué d'affreuses idoles de lui qui ne voulait être qu'un frère pour le monde » (E-5.5:7). Juste comme Freud disait: « Je ne suis pas freudien, » Jésus pourrait dire: « Je ne suis pas chrétien. » Nietzsche a dit que le dernier chrétien était mort sur la croix, ce qui est probablement et malheureusement vrai.

Pour résumer, nous pouvons nous rappeler que dans Un Cours en Miracles Jésus disait de le considérer comme notre modèle pour apprendre (T-5.II.9:6-7; 12:1-3; T-6.in.2:1; T-6.L7:2; 8:6-7). Cela ne veut certainement pas dire que nous devrions être crucifiés comme lui, mais que nous devons nous identifier à ce que signifie sa mort, c'est à dire que quand nous sommes tentés de nous sentir injustement traités en nous voyant l'innocente victime de ce que le monde nous a fait, nous devrions nous rappeler l'exemple de Jésus et lui demander son aide. Aux yeux du monde il a été indubitablement une innocente victime, ce qui n'est pourtant pas une perception qu'il partageait. Il nous demande donc, dans des conditions bien moins extrêmes que celles de sa vie, de nous souvenir que nous ne pouvons être victimes que de nos pensées; que la Paix et l'Amour de Dieu, qui sont notre vraie Identité, ne pourront jamais être affectés par ce que les autres font ou même semblent nous faire. Le fondement du pardon c'est de nous souvenir de cela et le but d'*Un Cours en Miracles*, c'est de l'apprendre.

APPENDICE

Glossaire

Nous présentons ce petit glossaire au lecteur afin de l'aider à comprendre les termes spécifiques et exclusivement employés dans Un Cours en Miracles. Les explications des termes sont empruntées au Glossary-Index for A COURSE IN MIRACLES (Glossaire-Index de UN COURS EN MIRACLES) de Kenneth Wapnick.

abondance - Principe du Ciel qui fait contraste avec la croyance de l'ego en la pénurie; le Fils de Dieu ne pourra jamais manquer de rien ni jamais être dans le besoin, puisque les dons de Dieu, donnés éternellement lors de la création, sont toujours avec lui.

amour - connaissance: Essence de l'être de Dieu et de Sa relation avec Sa création, laquelle est éternelle et immuable; l'amour est au-delà de toute définition et de tout enseignement et ne peut être connu et ressenti que quand le pardon a supprimé les barrières de la culpabilité.

Vraie perception: impossible dans le monde illusoire de la perception, l'amour s'exprime dans la vraie perception à travers le pardon; émotion donnée par Dieu — par opposition avec l'émotion de peur de l'ego —, l'amour se reflète dans toute expression d'union vraie avec autrui.

l'attaque - tente de justifier la projection de la culpabilité sur les autres en dénonçant leur état de pécheur ainsi que leur culpabilité afin de s'en sentir libéré; comme l'attaque est toujours une projection de la responsabilité de la séparation, elle ne peut jamais être justifiée; elle sert aussi à indiquer la pensée de séparation d'avec Dieu, laquelle nous pousse à croire que Dieu nous attaqua et nous punira à Son tour.

avoir-être - état du Royaume où il n'y a pas de distinction entre ce que nous avons et ce que nous sommes; c'est une expression du principe d'abondance; tout ce que nous avons vient de Dieu et ne peut ni se perdre ni manquer; cela comprend notre Identité en tant que Son Fils; c'est une partie intégrante des trois « Leçons du Saint-Esprit ».

cause-effet - cause et effet sont dépendants l'un de l'autre puisque l'existence de l'un détermine l'existence de l'autre; en effet quelque chose qui n'est pas cause ne peut pas exister, parce que tout être a des effets.

connaissance: Dieu est la seule *Cause* et Son Fils est Son *Effet*.

perception: la pensée de la séparation—le péché—est la cause du rêve de souffrance et de mort, lequel est l'*effet* du péché: le pardon dé-fait le péché en démontrant que le péché n'a pas d'*effet*, c'est à dire que la paix de Dieu et notre relation d'amour avec Lui ne peuvent être affectées parce que les autres nous ont fait; sans effet, le péché ne peut être cause et ne peut donc pas exister.

le Christ - seconde personne de la Trinité; le seul Fils de Dieu ou la totalité de la Filialité; l'être que Dieu a créé par extension de Son Pur Esprit; bien que le Christ crée comme Son Père, Il n'est pas le Père puisque Dieu a créé le Christ mais que le Christ n'a pas créé Dieu. (Note: ne se rapporte pas exclusivement à Jésus.)

le Ciel - monde de la connaissance sans dualité, dans lequel Dieu demeure avec Sa création en l'union parfaite de Sa Volonté et du pur esprit; même s'il n'inclut pas le monde de la perception, le Ciel peut se refléter ici dans la relation sainte et le monde réel.

la connaissance - le Ciel, monde de Dieu et de Sa création unifiée avant la séparation; dans le Ciel il n'y a ni différences ni formes; il exclut donc le monde de la perception; à ne pas confondre avec le sens habituel de « connaissance » qui suppose la dualité d'un sujet qui connaît et d'un objet qui est « connu »; dans le Cours, elle reflète l'expérience pure de la non dualité, sans dichotomie de sujet-objet. (Note - Comme la perception et la connaissance apparaissent généralement ensemble, la perception ne figure pas ci-dessous.)

le corps - NIVEAU I: incarnation de l'ego; pensée de séparation projetée par l'esprit et devenue forme, témoignant ainsi de l'apparente réalité de la séparation qui limite l'amour et l'exclut de notre conscience; il comprend à la fois notre corps physique et notre personnalité.

NIVEAU II: le corps est neutre *en soi*; il n'est ni « bon » ni « mauvais »; c'est l'esprit qui lui donne sa fonction. **esprit faux**: le corps est le symbole de la culpabilité et de l'attaque. **esprit juste**: le corps sert à enseigner et à apprendre le pardon, à travers lequel se dé-fait la culpabilité de l'ego; c'est aussi l'instrument du salut par lequel parle le Saint-Esprit.

Un Cours en Miracles - le Cours renvoie souvent à lui-même; son but n'est ni l'amour ni Dieu, mais c'est de défaire par le pardon les obstacles de culpabilité et de peur qui nous empêchent de L'accepter; il se concentre donc principalement sur l'ego et sur les moyens de le dé-faire, plutôt que sur le Christ ou le pur esprit.

la création - extension de l'être de Dieu ou pur esprit, la Cause, Dont le résultat est le Fils, l'Effet; décrite comme le Premier Avènement du Christ; la fonction du Fils au Ciel c'est de créer, comme c'était celle de Dieu quand Il l'a créé. (Note - n'existe qu'au niveau de la connaissance et n'est pas l'équivalent de création ou de créativité au sens où ces termes sont employés dans le monde de la perception.)

la crucifixion - symbole de l'attaque de l'ego contre Dieu et donc contre Son Fils, elle témoigne de la « réalité » de la souffrance, du sacrifice, du rôle de victime et de la mort que le monde semble manifester; elle se rapporte également à la crucifixion de Jésus, exemple extrême dont l'intention était d'enseigner que notre vraie Identité d'amour ne peut pas être détruite car la mort n'a aucun pouvoir sur la vie. (Note - comme la crucifixion et la résurrection sont en général étudiées ensemble, « résurrection » ne figure pas ci-dessous.)

la culpabilité - sentiment que le péché fait éprouver; elle vient de notre esprit et se reflète dans toutes nos croyances et les sentiments négatifs que nous entretenons sur nous-mêmes et qui sont en grande partie inconscients; la culpabilité repose sur un sentiment d'indignité inhérente qui semble être au-delà même du pouvoir de pardonner de Dieu car nous croyons à tort qu'il exige que nous soyons punis pour notre apparent péché de séparation contre Lui; en suivant le conseil de l'ego--ne regardons pas notre culpabilité ou nous serons détruits—, nous nions la présence de la culpabilité dans notre esprit et la projetons sur les autres sous forme d'attaque ou bien sur notre corps sous forme de maladie.

les défenses - esprit faux: moyens de nous « protéger » contre notre culpabilité, contre notre peur et les apparentes attaques d'autrui; les principales sont le déni et la projection; par nature « les défenses font ce qu'elles voudraient défendre », renforçant ainsi notre conviction en notre propre vulnérabilité, laquelle augmente simplement notre peur et nous fait croire que nous avons besoin de défenses. **esprit juste:** les défenses peuvent être réinterprétées comme les moyens de se libérer de la peur, i.e. que le déni « nie le déni de la vérité »; de plus, en projetant notre culpabilité, nous pouvons devenir conscients de ce que nous avons nié afin de le pardonner vraiment.

le déni - esprit faux: évite la culpabilité en repoussant la décision qui l'a engendrée hors de la conscience, ce qui la rend inaccessible à la correction ou au Rachat; équivaut à peu près à la répression; protège la croyance de l'ego, celle que c'est lui-même et non Dieu qui est notre père. **esprit juste:** sert à nier l'erreur et à affirmer la vérité: nier le « déni de la vérité ».

le diable - projection de l'ego, qui cherche à nier la responsabilité de notre péché et de notre culpabilité en les projetant sur un agent extérieur, dont la « malveillance » semble alors nous affecter.

Dieu - première personne de la Trinité; le Créateur, Source de tout être et de toute vie; le Père, Dont la paternité est déterminée par l'existence de Son Fils, le Christ; la première Cause, Dont le Fils est l'Effet; l'essence de Dieu est pur esprit, partagé par toute la création dont l'unité est l'état du Ciel.

le don - connaissance: les dons de Dieu sont l'amour, la vie éternelle et la liberté qui ne peuvent être retirés bien qu'ils puissent être niés dans le rêve du monde. **Perception : esprit faux:** les dons de l'ego sont la peur, la souffrance et la mort, bien qu'ils ne soient pas souvent perçus pour ce qu'ils sont; les dons de l'ego s' « achètent » par le sacrifice. **esprit juste:** les dons de Dieu sont traduits par le Saint-Esprit en pardon et en joie qui nous sont donnés quand nous les donnons aux autres. **voir: donner/recevoir.**

donner/recevoir - esprit faux: quand on donne, on a moins, ce qui renforce la croyance de l'ego en la pénurie et le sacrifice et ce qui illustre le principe de « donner pour obtenir », i.e. de donner pour recevoir davantage; pour l'ego, c'est croire qu'on peut faire des dons de culpabilité et de peur, car sa manière de donner est en fait la projection. **esprit juste:** donner et recevoir sont identiques et reflètent le principe d'abondance du Ciel et la loi d'extension: le pur esprit ne perd jamais puisqu'en donnant l'amour, on le reçoit; les dons du Saint-Esprit sont qualitatifs et non quantitatifs et s'accroissent à mesure qu'ils sont partagés; le même principe fonctionne au niveau de l'ego car en donnant la culpabilité (la projection), on la reçoit. **voir: dons**

l'ego - croyance en la réalité d'un être séparé ou faux, substitut du Soi que Dieu a créé; pensée de séparation qui fait surgir le péché, la culpabilité, la peur; système de pensée fondé sur les relations spéciales et destiné à se protéger; partie de l'esprit qui croit être séparée de l'Esprit du Christ. L'esprit divisé a deux parties: l'esprit faux et l'esprit juste; presque tout le temps l'ego désigne « l'esprit faux », mais peut aussi inclure la partie de l'esprit divisé qui est capable d'apprendre à choisir « l'état d'esprit juste ». (Note - à ne pas assimiler cet ego à l'« ego » de la psychanalyse; il peut cependant équivaloir plus ou moins à la psyché entière, dont l'« ego » est une partie.)

l'enfer - l'ego a l'image illusoire d'un monde au-delà de la mort qui nous punirait à cause de nos péchés; l'enfer devient alors la culpabilité du passé projetée dans le futur et qui ignore le présent; utilisé aussi pour indiquer le système de pensée de l'ego.

l'enseignant de Dieu - à l'instant où nous décidons de nous unir à autrui, ce qui constitue notre décision

de nous unir au Rachat, nous devenons les enseignants de Dieu; en enseignant la leçon de pardon du Saint-Esprit, nous l'apprenons nous-mêmes et nous reconnaissons que notre Enseignant est le Saint-esprit Qui enseigne à travers nous par notre exemple de pardon et de paix; appelé aussi « le faiseur de miracles », « le messager » et « le ministre de Dieu »; employé comme synonyme pour les étudiants d'*Un Cours en Miracles*.

l'esprit - connaissance: agent actif du pur esprit, auquel il est à peu près équivalent et auquel il fournit son énergie créatrice. *perception:* agent qui choisit: nous sommes libres de croire que nos esprits sont séparés ou détachés de l'Esprit de Dieu (esprit faux) ou bien qu'ils peuvent retourner à Lui (esprit juste); ainsi, pour comprendre l'esprit séparé, on peut le diviser en trois parties: l'esprit faux, l'esprit juste et la partie de l'esprit (« le décideur ») qui choisit entre eux; à ne pas confondre avec le cerveau, qui est un organe physique et donc un aspect de notre moi corporel.

l'esprit faux - partie de notre esprit séparé et divisé qui contient l'ego—la voix du péché, de la culpabilité, de la peur et de l'attaque; il nous est constamment demandé de choisir l'état d'esprit juste plutôt que l'état d'esprit faux qui nous emprisonne davantage dans le monde de la séparation.

l'esprit juste - partie de notre esprit séparé qui contient le Saint-Esprit—la Voix du pardon et de la raison; il nous est constamment conseillé de choisir celle-ci plutôt que l'esprit faux, de suivre la direction du Saint-Esprit plutôt que celle de l'ego, et de retourner à l'Esprit Un du Christ.

l'état d'esprit Un - Esprit de Dieu ou Christ: extension de Dieu qui est l'Esprit uniifié de la Filialité; il transcende les deux états d'esprit, le juste et le faux, et n'existe qu'au niveau de la connaissance et du Ciel.

l'extension - connaissance: processus continu de la création par lequel l'esprit s'étend lui-même: c'est Dieu créant le Christ; comme le Ciel est au-delà du temps et de l'espace, il n'est pas possible de comprendre « l'extension » par la notion de temps et d'espace. *vraie perception:* la vision du Saint-Esprit ou du Christ s'étend sous forme de pardon et de paix; « l'extension » est la façon dont le Saint-Esprit Se sert de la loi de l'esprit, par opposition avec la projection qui est celle de l'ego; comme les idées ne quittent pas leur source, ce qui s'étend reste dans l'esprit et là, se reflète dans le monde de l'illusion.

fabriquer (faire)/créer - le pur esprit crée, l'ego fabrique ou fait. *connaissance:* la création n'a lieu que dans le monde de la connaissance et elle crée la vérité. *perception:* fabriquer, appelé aussi mal-créer, conduit seulement aux illusions; rarement employé pour le Saint-Esprit, Qui est cependant décrit comme le Fabricateur du monde réel.

le Fils de Dieu - Connaissance: seconde personne de la Trinité; le Christ, Qui est notre vrai moi. *perception:* notre identité en tant que Fils séparés, ou le Fils de Dieu en tant qu'ego avec un esprit juste et un esprit faux; l'expression biblique « fils de l'homme » est rarement utilisée pour indiquer le Fils séparé.

la foi - elle s'exprime là où nous choisissons de placer notre confiance; nous sommes libres de placer notre foi dans l'ego ou dans le Saint-Esprit, dans l'illusion du péché chez les autres ou dans la vérité de leur sainteté en tant que Fils de Dieu.

la guérison - correction dans l'esprit de la croyance en la maladie qui semble rendre la séparation et le corps réels; l'effet de l'union avec un autre par le pardon qui change la perception de corps séparés — source de toute maladie — en celle d'un but partagé par tous, celui de guérir en ce monde; comme la guérison est fondée sur la croyance que notre vraie Identité est pur esprit et non corps, la maladie, quelle qu'en soit la sorte, ne peut être qu'illusoire, puisque seul un corps ou un ego peut souffrir; ainsi, la guérison reflète le principe qu'il n'y a pas d'ordre de difficultés dans les miracles.

l'instant saint - instant en dehors du temps où nous choisissons le pardon à la place de la culpabilité, le miracle à la place du grief, le Saint-Esprit à la place de l'ego; expression du petit consentement de notre part à vivre dans le présent, lequel s'ouvre sur l'éternité, plutôt que de se raccrocher au passé en craignant le futur, car c'est ce qui nous garde en prison; sert aussi à indiquer l'ultime instant saint, le monde réel, la culmination de tous les instants saints que nous avons choisis le long du chemin.

Jésus - c'est la première personne, le « Je » du Cours, le premier à avoir achevé son rôle dans le Rachat, ce qui le rend capable d'assumer la responsabilité de tout le plan; en transcendant son ego Jésus s'est identifié au Christ et peut maintenant nous servir de modèle pendant notre formation, et d'aide toujours présente quand nous l'appelons avec le désir de pardonner. (Note - à ne pas identifier uniquement avec le Christ, la seconde personne de la Trinité).

le Jugement Final - connaissance: par contraste avec la vue traditionnelle chrétienne de jugement et de châtiment, le Jugement Final reflète la relation d'amour entre Dieu et tous Ses Fils: c'est Son Jugement Final. *vraie perception:* par contraste avec la vue traditionnelle chrétienne de jugement et de châtiment, il équivaut à la fin du Rachat où, après le Second Avènement, se fait la distinction finale entre la vérité et l'illusion; alors toute la culpabilité se dé-fait, et nous redevenons conscients d'être le Christ—le Fils du Dieu vivant.

le libre arbitre (1) - n'existe que dans le monde illusoire de la perception où il semble que le Fils de Dieu ait le pouvoir de se séparer de Dieu; étant donné que sur le plan de la perception nous avons choisi d'être séparés, nous pouvons également choisir de changer d'esprit; cette liberté de choix — entre l'esprit faux et l'esprit juste — est le seul choix possible en ce monde; dans la non-dualité de l'unité parfaite du Ciel, le choix ne peut pas exister et donc le libre arbitre, tel qu'il est généralement compris, ne signifie rien en réalité. (Note - à ne pas confondre avec « la volonté libre », qui signifie que la Volonté de Dieu ne peut pas être emprisonnée par l'ego et donc doit être libre à jamais.) voir: *le libre arbitre* (2)

le libre arbitre (2) - aspect de notre libre arbitre à l'intérieur de l'illusion; nous sommes libres de croire ce que nous voulons sur ce qu'est la réalité, mais comme la réalité a été créée par Dieu, nous ne sommes pas libres de la changer; nos pensées n'affectent en rien la réalité, mais elles affectent ce que nous croyons et ce que nous éprouvons comme étant la réalité.

la magie - c'est la tentative de l'ego pour résoudre un problème là où il n'est pas, i.e. pour essayer de résoudre le problème de l'esprit par des mesures physiques ou « sans esprit »; c'est la stratégie de l'ego pour garder le vrai problème — la croyance en la séparation — éloigné de la Réponse de Dieu; la culpabilité est projetée en dehors de notre esprit sur les autres (attaque) ou sur notre corps (maladie): là on essaie de la corriger au lieu de la dé-faire dans notre esprit en l'apportant au Saint-Esprit; appelé « guérison fausse » dans « Le Chant de la Prière ».

la maladie - conflit de l'esprit (la culpabilité) qui se déplace dans le corps; l'ego tente de se défendre contre la vérité (le pur esprit) en concentrant son attention sur le corps; un corps malade est l'effet de l'esprit malade ou divisé qui en est la cause; il représente le désir qu'a l'ego de rendre les autres coupables par son propre sacrifice et de projeter la responsabilité de l'attaque sur eux.

le miracle - changement d'esprit qui fait passer notre perception du monde de l'ego — du péché, de la culpabilité et de la peur — au monde de pardon du Saint-Esprit; le miracle inverse la projection en redonnant à l'esprit sa fonction de cause, ce qui nous permet de choisir à nouveau; le miracle transcende les lois de ce monde et reflètent les lois de Dieu; nous l'accomplissons en nous unissant au Saint-Esprit ou à Jésus, qui sont les moyens de guérir notre esprit et celui des autres. (Note - à ne pas confondre avec le concept traditionnel des miracles en tant que changements dans les phénomènes extérieurs.)

le monde - NIVEAU I: c'est l'effet de la croyance de l'ego en la séparation, qui en est la cause; c'est la pensée de séparation et d'attaque contre Dieu ayant pris forme; en tant qu'expression de la croyance au temps et à l'espace, le monde n'a pas été créé par Dieu Qui transcende absolument le temps et l'espace; à moins qu'il ne se rapporte spécifiquement au monde de la connaissance, il se rapporte seulement à la perception, domaine de l'après-séparation de l'ego.

NIVEAU II: *esprit faux*: la prison de la séparation renforce la croyance de l'ego dans le péché et la culpabilité, perpétuant ainsi l'apparente réalité de ce monde.

esprit juste: c'est la salle de classe où nous apprenons nos leçons de pardon, le procédé d'enseignement qu'emploie le Saint-Esprit pour nous aider à transcender le monde; l'utilité du monde, c'est de nous enseigner qu'il n'y a pas de monde.

la mort - esprit faux: témoigne en dernier lieu de l'apparente réalité du corps et de notre séparation d'avec notre Créateur, Qui est la vie; si le corps meurt, c'est qu'il a vécu et que son créateur—l'ego—doit être réel et vivant; l'ego considère la mort comme un châtiment final pour notre péché de séparation d'avec Dieu. *esprit juste*: l'abandon tranquille du corps après qu'il a accompli sa fonction en tant qu'instrument d'enseignement.

le pardon - observe le spécialisme avec le Saint-Esprit Jésus, sans culpabilité ni jugement; le pardon est notre fonction spéciale qui transforme notre perception d'autrui d'« ennemi » (haine spéciale) ou d'« idole salvatrice » (amour spécial) à celle de frère et ami, en retirant de lui toutes nos projections de culpabilité; le pardon est l'expression du miracle ou la vision du Christ, qui voit tout le monde uni dans la Filialité de Dieu et qui regarde au-delà des apparentes différences qui signalent la séparation: percevoir le péché comme réel c'est rendre le pardon impossible; le pardon, c'est reconnaître que ce que nous pensions nous avoir été fait, c'est nous qui nous le sommes fait, puisque nous sommes responsables de notre scénario de vie et que nous sommes donc seuls à pouvoir nous priver de la paix de Dieu; alors, nous pardonnons aux autres ce qu'ils ne nous ont pas fait, et non ce qu'ils nous ont fait.

le péché - c'est la croyance en la réalité de notre séparation d'avec Dieu; l'ego le considère comme un acte impossible à corriger parce qu'il représente une attaque de notre part contre notre Créateur, Qui ne nous pardonnerait donc jamais; cette conviction conduit à la culpabilité, laquelle exige châtiment; équivalent de la séparation, c'est le concept principal du système de pensée de l'ego dont découlent logiquement tous les autres; pour le Saint-Esprit, le péché est une erreur de pensée à corriger et donc à pardonner et à guérir.

la perception - NIVEAU I: monde dualiste de formes et de différences de l'après-séparation qui exclut —

et réciprocement — le monde non-dualiste de la connaissance; surgi à cause de notre croyance en la séparation, ce monde n'a aucune réalité en dehors de cette pensée.

NIVEAU II: vient de la projection: ce que nous voyons à l'intérieur détermine ce que voyons à l'extérieur de nous-mêmes; notre interprétation de la « réalité » est donc cruciale pour notre perception, plutôt que ce qui semble objectivement réel.

esprit faux: le fait de percevoir le péché et la culpabilité renforce la croyance en la réalité de la séparation.
esprit juste: le fait de percevoir les occasions de pardonner sert à dé-faire la croyance en la réalité de la séparation. (Note - comme la perception et la connaissance sont souvent étudiées ensemble, « la connaissance » n'apparaît pas ci-dessous.)

la perception vraie - c'est voir par les yeux du Christ; c'est la vision du pardon qui corrige les fausses perceptions de séparation en reflétant la vraie unité du Fils de Dieu; il ne faut pas la mettre sur le même plan que la vue physique; c'est l'attitude qui défait les projections de culpabilité, en nous permettant de contempler le monde réel à la place du monde de péché, de peur, de souffrance et de mort.

la peur - émotion de l'ego, par contraste avec l'amour, émotion qui nous est donnée par Dieu; elle vient du châtiment auquel nous nous attendons à cause de nos péchés et que notre culpabilité exige; ce que nous croyons mériter engendre la terreur, laquelle nous pousse — par les moyens du déni et de la projection — à nous défendre en attaquant les autres; cela renforce notre sentiment de vulnérabilité et de peur et établit le cercle vicieux de peur et de défense.

la prière - telle qu'elle est généralement comprise, elle appartient au monde de la perception car elle demande à Dieu quelque chose dont nous croyons avoir besoin; notre seule vraie prière est pour le pardon car il nous rend à la conscience le fait que nous avons déjà ce dont nous avons besoin; telle qu'elle est employée dans le Cours, elle n'inclut pas les expériences de communion avec Dieu qui arrivent pendant les périodes de silence et de méditation; elle est comparée à une échelle dans "Le chant de la Prière", où elle montre le processus du pardon et aussi celui de la communion entre Dieu et le Christ, Qui est le Chant au sommet de l'échelle.

le principe de pénurie - aspect de la culpabilité; c'est la croyance que nous sommes vides, incomplets et que nous manquons de ce dont nous avons besoin; elle nous pousse à rechercher des idoles ou des relations spéciales dans le but de remédier au manque que nous ressentons en nous-mêmes; ce principe contraste avec le principe d'abondance de Dieu.

la projection - loi fondamentale de l'esprit: la projection fait la perception — ce que nous voyons à l'intérieur de nous détermine ce que nous voyons à l'extérieur de notre esprit. **esprit faux:** renforce la culpabilité en la déplaçant sur autrui, en l'attaquant et en niant sa présence en nous-mêmes; elle essaie de faire passer notre culpabilité de la séparation de nous-mêmes sur les autres. **esprit juste:** c'est le principe de l'extension, qui dé-fait la culpabilité en permettant que le pardon s'étende (se projette) par nous.

le pur esprit - nature de notre vraie réalité qui, étant de Dieu, est immuable et éternelle par contraste avec le corps, incarnation de l'ego, qui change et meurt; Pensée de l'Esprit de Dieu qui est le Christ unifié.

le Rachat - plan de correction du Saint-Esprit pour dé-faire l'ego et guérir la croyance en la séparation; il est apparu après la séparation et sera complété lorsque chaque Fils séparé aura rempli son rôle dans le Rachat par le pardon total; le principe en est que la séparation ne s'est jamais passée.

la relation sainte - moyen qu'emploie le Saint-Esprit pour dé-faire la relation non-sainte ou spéciale en changeant le but de la culpabilité en celui du pardon ou de la vérité; c'est aussi le processus du pardon par lequel celui qui perçoit qu'un autre est séparé s'unit à lui en esprit à travers la vision du Christ.

les relations spéciales - ce sont les relations où nous projetons notre culpabilité et que nous utilisons comme substituts à l'amour et à notre vraie relation avec Dieu; ce sont les défenses qui renforcent notre croyance dans le principe de pénurie tout en prétendant le dé-faire — faisant ce qu'elles voudraient défendre —; en effet les relations spéciales essaient de combler le manque que nous avons perçu en nous en prenant aux autres, considérés bien sûr comme séparés, et en renforçant la culpabilité, qui vient en fin de compte de ce que nous croyons être séparés de Dieu; c'est la pensée d'attaque qui est à l'origine de notre sentiment de manquer; toutes les relations commencent en ce monde par les relations spéciales puisqu'elles commencent par la perception de séparation et de différences, que le Saint-Esprit doit alors corriger par le pardon, afin de rendre la relation sainte. Il y a deux formes de relations spéciales: la relation spéciale de haine qui justifie la projection de la culpabilité par l'attaque, et celle d'amour spécial qui dissimule l'attaque sous l'illusion d'amour, laquelle nous fait croire que nos besoins spéciaux sont satisfaits par des personnes spéciales dotées de qualités spéciales, ce pour quoi nous les aimons: en ce sens l'amour spécial équivaut à la dépendance, qui entraîne mépris ou haine.

la résurrection - réveil du rêve de la mort; c'est un changement total dans l'esprit qui transcende l'ego et ses perceptions du monde, le corps et la mort, et qui nous permet de nous identifier complètement au vrai Soi; c'est aussi une référence à la résurrection de Jésus. (Note - puisque la crucifixion et la résurrection

sont souvent étudiées ensemble, "crucifixion" n'est pas mentionnée ci-dessous.)

le rêve - état de l'après-séparation dans lequel le Fils de Dieu rêve d'un monde de péché, de culpabilité et de peur, en croyant que c'est la réalité et que le Ciel est un rêve; le Fils, qui est le rêveur, est la cause du monde qui en est l'effet, bien que la relation entre cause et effet apparaisse inversée dans ce monde, où il semble que nous soyons l'effet ou la victime du monde; quelquefois employé pour indiquer les rêves du sommeil, bien qu'il n'y ait pas de différence réelle entre ceux-ci et les rêves éveillés, car tous deux appartiennent au monde illusoire de la perception.

la révélation - communication directe de Dieu à Son Fils, elle reflète la forme originale de communication présente à notre création; elle procède de Dieu à Son Fils mais elle n'est pas réciproque; un bref retour à cet état est possible en ce monde.

le sacrifice - croyance prédominante du système de pensée de l'ego: quelqu'un doit perdre afin qu'un autre gagne; c'est le principe de renoncer afin de recevoir (donner pour obtenir); nous devons, par exemple, payer un prix pour recevoir l'Amour de Dieu, et c'est généralement sous forme de souffrance destinée à expier notre culpabilité (le péché); pour recevoir l'amour d'un autre, nous devons payer à travers le marché de l'amour spécial; c'est l'inverse du principe de salut ou de justice dans lequel personne ne perd et tout le monde gagne.

le Saint-Esprit - troisième personne de la Trinité, décrite métaphoriquement dans le Cours comme la Réponse de Dieu à la séparation; lien de communication entre Dieu et Ses Fils séparés, qui comble la brèche qui existe entre l'Esprit du Christ et notre esprit divisé; c'est le souvenir de Dieu et de Son Fils que nous avons emporté avec nous dans le rêve; c'est Celui Qui voit nos illusions (la perception), et Qui nous conduit à travers elles à la vérité (la connaissance); c'est la Voix pour Dieu Qui parle pour Lui et pour notre vrai Soi, en nous rappelant l'Identité que nous avons oubliée; appelé aussi le Pont, le Consolateur, le Guide, le Médiateur, le Maître et l'Interprète.

le salut - c'est le Rachat ou ce qui dé-fait la séparation; nous sommes "sauvés" de notre croyance en la réalité du péché et de la culpabilité par le changement d'esprit qu'apportent le pardon et le miracle.

le second Avènement - c'est la guérison de l'esprit de la Filialité; c'est le retour collectif à la conscience de notre réalité en tant que seul Fils de Dieu, que nous possédions à notre création, le premier Avènement; il précède le Jugement Final, après lequel ce monde d'illusion sera terminé.

la séparation - croyance au péché qui affirme une identité séparée de notre Créateur; elle a semblé arriver une fois, et le système de pensée qui a surgi de cette idée est symbolisé par l'ego; cela résulte en un monde de perception et de forme, de douleur, de souffrance et de mort, réel dans le temps, mais inconnu dans l'éternité.

le Soi - c'est notre véritable Identité en tant que Fils de Dieu; synonyme de Christ, la seconde personne de la Trinité, par contraste avec le soi de l'ego que nous avons fabriqué comme substitut à la création de Dieu; rarement utilisé pour indiquer le Soi de Dieu.

le temps - NIVEAU I: fait partie intégrante du monde de séparation illusoire de l'ego, par contraste avec l'éternité qui n'existe qu'au Ciel; le temps paraît être linéaire; en fait il est contenu dans un minuscule instant qui a déjà été corrigé et dé-fait par le Saint-Esprit.

NIVEAU II: **esprit faux**: moyen de maintenir l'ego en préservant les péchés du passé par la culpabilité, projetée dans le futur par la peur du châtiment, et ignorant le présent qui est la chose la plus proche de l'éternité.

esprit juste: moyen de défaire l'ego en pardonnant le passé par l'instant saint, qui est l'intermédiaire des miracles; lorsque le pardon sera achevé, le monde du temps aura accompli l'objectif du Saint-Esprit et disparaîtra tout simplement.

la Trinité - il n'est pas possible de comprendre l'unité de Ses Niveaux en ce monde; elle se compose de 1) Dieu, le Père et Créateur, 2) Son Fils, le Christ, notre vrai Soi, Qui comprend nos créations, et 3) le Saint-Esprit, la Voix pour Dieu.

le visage du Christ - symbole du pardon; c'est le visage de l'innocence vraie vue chez un autre quand nous regardons par la vision du Christ sans nos projections de culpabilité; c'est donc l'extension vers les autres de l'état sans culpabilité que nous voyons en nous et qui est indépendant de ce que voient nos yeux physiques. (Note - à ne pas confondre avec le visage de Jésus ni avec quoi que ce soit d'extérieur.)

la Voix pour Dieu - (voir: *le Saint-Esprit*).

La Fondation d'Un Cours en Miracles
Organisation enseignante de la Fondation for Inner Peace

Institut et Centre de retraites spirituelles

Kenneth Wapnick a obtenu son Ph.D en psychologie appliquée à Adelphi University en 1968. Il était associé et ami intime de Helen Schuman et de William Thetford, les deux personnes dont la décision d'unir leurs efforts pour un intérêt commun déclencha la prise sous la dictée d'UN COURS EN MIRACLES. Kenneth Wapnick travaille avec le Cours depuis 1973; il écrit, il enseigne et utilise les principes du Cours dans sa pratique de psychothérapie. Il est membre du Conseil d'Administration de la Foundation for Inner Peace qui publie UN COURS EN MIRACLES.

En 1983 Kenneth et sa femme Gloria ont établi la Foundation for A COURSE IN MIRACLES (Fondation d'UN COURS EN MIRACLES) et en 1984, celle-ci est devenue un centre d'enseignement et de thérapie à Crampond, New York, lequel devint bien vite trop petit. En 1988 ils ouvrirent une Academy and Retreat Center (Académie et Centre de retraites) dans le nord de l'état de New York. En 1995 ils commencèrent l'Institut for Teaching Inner Peace through A COURSE IN MIRACLES (Institut enseignant la paix intérieure par l'étude d'UN COURS EN MIRACLES), une société enseignante à charte constituée par les membres du Conseil d'Université de New York State. L'Institut est sous l'égide de la Fondation et organise des ateliers et les cours de l'Académie. La Fondation publie aussi un bulletin trimestriel "The Lighthouse" (Le phare) qui est gratuit. Le texte suivant est la vision qu'ont eue Kenneth et Gloria de la Fondation ainsi qu'une description du Centre.

Dès les premières années d'étude, d'enseignement et d'application des principes d'Un Cours en Miracles dans nos tâches professionnelles de psychothérapie, d'enseignement et d'administration de l'école, il nous parut évident qu'il ne s'agissait pas là d'un système de pensée facile à comprendre. Il ne s'agit pas seulement de la compréhension intellectuelle de ses principes, mais plus important peut-être, de l'application de ces principes dans notre vie personnelle. Dès le début il nous apparut que le Cours se prêtait à un enseignement parallèle à celui que le Saint-Esprit nous offre lors de nos relations quotidiennes avec les autres, lesquelles sont étudiées dans les premières pages du manuel pour enseignants.

Il y a plusieurs années, Helen Schucman et moi (Kenneth) étions en train de discuter ces idées; elle me confia alors qu'elle avait eue une vision de ce centre: c'était un temple dominé par une croix dorée. Nous avons compris que cette image, qui était bien sûr symbolique, représentait ce que serait le centre de conférences et de retraites spirituelles: un lieu où se ferait sentir la personne de Jésus ainsi que son message dans le Cours. Nous avons vu quelquefois l'image d'un phare qui envoyait ses rayons sur la mer pour appeler ceux qui le cherchaient. Pour nous cette lumière représente la leçon de pardon du Cours, que nous espérons partager avec ceux qui sont attirés par la méthode d'enseignement de la Fondation et par sa vision du Cours.

Cette vision vient de la conviction que Jésus a donné le Cours sous cette forme et à cette époque-ci pour plusieurs raisons. En voici quelques-unes:

1) il faut guérir l'esprit de la conviction que l'attaque est le salut; cette guérison se fait par le pardon qui élimine notre croyance en la réalité de la séparation et de la culpabilité.

2) il faut insister sur l'importance de Jésus et/ou du Saint-Esprit en tant que Guide plein d'amour et de tendresse, et sur l'importance de développer une relation personnelle avec cet Enseignant.

3) il faut corriger les erreurs du christianisme, particulièrement là où il insiste sur la souffrance, le sacrifice, la séparation et le sacrement comme faisant partie du plan de salut de Dieu.

Notre pensée a toujours été influencée par Platon (et son mentor Socrate), par l'homme et ses enseignements. L'Académie de Platon était un lieu où les personnes sérieuses et réfléchies venaient étudier sa philosophie dans une atmosphère favorable à l'étude. Ils retournaient ensuite à leurs affaires pour mettre en pratique ce que le grand philosophe leur avait appris. L'école de Platon, qui intégrait les idéaux philosophiques abstraits dans la vie pratique, nous a paru être un modèle parfait pour notre centre de formation.

C'est pourquoi nous considérons que l'objectif essentiel de la Fondation est d'aider les étudiants d'Un Cours en Miracles à mieux comprendre son système de pensée intellectuellement et pratiquement; ils pourront ainsi devenir les instruments efficaces de l'enseignement de Jésus dans leur vie personnelle.

Prêcher le pardon sans le pratiquer n'a aucun sens; aussi la Fondation a-t-elle pour objectif précis d'aider à faciliter le processus qui fait savoir aux étudiants que leurs péchés sont pardonnés et que Dieu les aime vraiment. C'est ainsi que le Saint-Esprit peut transmettre par eux Son Amour aux autres.

Un enseignant, selon la définition du Cours, est quiconque choisit de l'être. La Fondation accueille donc tous ceux qui désirent venir. Nous offrons des conférences et des ateliers aux groupes importants et des classes aux groupes plus petits afin de permettre d'approfondir l'étude et d'accélérer le développement personnel.

Le centre s'étend sur plusieurs hectares dans les Catskills Mountains, à 120 miles de New York autour du beau lac Tennanah. L'environnement champêtre de notre centre avec ses logements confortables offre aux étudiants du Cours un cadre paisible, propice à la méditation et favorable à l'étude personnelle, à la prière et à la réflexion.