

## Le cours prône-t-il d'être avec ce qui est ?

### Question :

J'ai travaillé avec *Un Cours en Miracles* et j'ai eu de bons résultats, mais une question continue à me chicoter. J'ai eu un aperçu un jour qu'« être avec ce qui est » est vraiment une façon de vivre sans stress. En effet, en acceptant le lien particulièrement difficile émotion/sentiment/pensée, le stress se dissout dans la paix. Le *cours* ne semble pas préconiser cette approche. Il semble plutôt dire que lorsque montent des sentiments négatifs, il vaudrait mieux détourner l'attention et chercher la lumière. Si cela est exact, alors le *cours* me semble dualiste et paraît rejeter la vie telle qu'elle apparaît. Parfois, lors de la lecture du *cours*, j'ai ce sentiment que Dieu a créé la Réalité et que j'ai fait le faux ; mais qui m'a créé, moi qui fait le faux ? Est-ce que maya/illusion n'est pas Dieu aussi, et par conséquent ne devrions-nous pas embrasser également le faux soi, maya/illusion ? Parfois, je sens que le *cours* met en place un dualisme entre l'ego/mental, le corps et l'esprit, alors que peut-être ils ne sont vraiment qu'une seule et même chose ?

### Réponse :

*Un Cours en Miracles* est strictement non-dualiste. Il enseigne que seul le royaume infini esprit/pur-esprit est réel. La source de notre croyance que le corps et le monde sont réels vient d'une pensée organisée par nos esprits à cause du souhait égoïste d'exister en dehors de Dieu. Ainsi, le *cours* enseigne : « *Le monde a été fait comme attaque contre Dieu. Il symbolise la peur. Et qu'est-ce que la peur, sinon l'absence d'amour ? Ainsi le monde était censé être un lieu où Dieu ne pouvait pas entrer et où Son Fils pouvait être à part de Lui.* » (Leçon PII.3.2 :1,2,3,4)

Cet énoncé du *but* qui sous-tend la fabrication du monde est une différence majeure entre le *cours* et d'autres traditions qui voient également le monde comme une illusion. Le monde n'est pas de Dieu, et le faux soi qui l'a fait n'est ni Dieu ni de Dieu. Dieu crée comme Lui-même, l'imperfection ne peut venir de Lui, une autre différence majeure entre *Un Cours en Miracles* et d'autres traditions. C'est pourquoi le principe de l'Expiation est au cœur de ses enseignements et de ses pratiques. Ce principe énonce que se séparer du Tout est impossible, et donc nous avons tort lorsque nous croyons exister comme individus distincts en dehors de Dieu. Il s'agit d'un résumé grandement abrégé du non-dualisme du *cours* - tout ce que l'espace nous permet ici. Quelques autres questions sur ce service peuvent être utiles en offrant quelques notes supplémentaires : 6, 82 et 171.

Peut-être une similitude entre le *cours* et « être avec ce qui est » (si nous comprenons cela correctement) est que nos perceptions et nos expériences peuvent être utilisées pour la guérison de nos esprits, même s'il s'agit de perceptions et d'expériences d'un faux soi. Ainsi, Jésus dit : « *Le corps n'a pas été fait par l'amour. Or l'amour ne le condamne pas et il peut utiliser avec amour, respectant ce que le Fils de Dieu a fait et l'utilisant pour le sauver des illusions.* » (T.18.VI.4 :7,8)

La clé pour pratiquer ceci efficacement est d'apprendre progressivement à discerner le *but* choisi dans notre esprit, ce qui est la cause de l'expérience de ce que nous faisons (non que nous sommes responsables du choix d'autrui). Cela implique également d'apprendre à faire la distinction entre la forme (comportement) et le contenu (esprit). En ce sens, nous pouvons dire qu'il est clair que le *cours* ne « rejette *pas* la vie ». Nos interactions quotidiennes et nos émotions en fait fournissent le curriculum même que notre enseignant intérieur utilise pour nous aider à entrer en contact avec le contenu dans nos esprits, la source de toutes nos douleurs et conflits.

Autrement dit, la négativité est délibérée et c'est avec cela que le *cours* nous aide à entrer en contact, quelque chose que nous pouvons changer, passer d'un but autodestructeur à un but qui nous sortira totalement de l'illusion. (Pour certaines déclarations alignées sur cela, voir T.20.VIII.7,8,9 ; T.31.VII.12 ; Leçon PII.226.) En somme le *cours* ne suggère jamais de nous détourner lorsque montent en nous des émotions négatives - au contraire ! Jésus demande que nous les regardions avec lui, tel qu'exprimé dans cet extrait de « *La 'dynamique' de l'ego* » : « *Nul ne peut échapper aux illusions à moins de les regarder, parce que ne pas les regarder est la façon de les protéger. Il n'y a pas lieu de reculer devant les illusions, car elles ne peuvent pas être dangereuses. Nous sommes prêts à regarder de plus près le système de pensée de l'ego parce qu'ensemble nous avons la lampe qui le dissipera.* » (T.11.V.1 :1,2,3) Chercher la lumière symbolise le choix d'inverser notre identification au système de pensée de l'ego de séparation, pour nous identifier plutôt au système de pensée de pardon du Saint-Esprit. Nous nions notre négation de la vérité sur nous, rétablissant ainsi à notre conscience la vraie paix et l'amour dans lesquels nous avons été créés.

Source : [www.facim Outreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facim Outreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 1308

