

## Lignes directrices pour étudier *Un Cours en Miracles*

Par Ken Wapnick

Méthodes d'étude :

Tout d'abord, conformément à sa propre théorie, il n'y a pas de méthode unique, ou meilleure qu'une autre, pour étudier *Un Cours en Miracles*. Il s'agit d'un programme entrepris par l'étudiant sous la direction de l'Esprit Saint ou de Jésus. Tel qu'il est dit dans le manuel des enseignants, c'est une formation « hautement individualisée » (**M.9.1 :5 ; M.29.2 :6**). En outre, il ne peut y avoir de directives strictes ou de règles pouvant s'appliquer à tous les individus puisque les circonstances, l'éducation passée et les capacités, parmi d'autres facteurs, diffèrent grandement.

En regard de la lecture et de l'étude du matériel, Jésus ne dit pas par quel livre on devrait commencer ; le texte, le livre d'exercices ou le manuel. Cette décision appartient à chaque étudiant. Il n'y a pas de façon juste ou fautive, bonne ou mauvaise, de procéder avec le matériel. Pourtant, afin d'atteindre une compréhension globale du système de pensée, en plus d'une base solide pour pratiquer les leçons, les étudiants sont invités à étudier le texte dans le courant de leur processus. Jésus nous conseille de l'étudier, mais de ne pas aller trop vite, pour ne pas nous plonger inutilement dans une peur écrasante (**T. I.VII.4,5**) (voir aussi la question 1163). Dans l'introduction du livre d'exercices, Jésus nous explique : « *Un fondement théorique... fourni par le texte, est nécessaire comme cadre pour que les exercices soient signifiants* » (**Leçons Intro 1:1**). Ainsi, Jésus s'attend clairement à ce que ses étudiants passent du temps avec le texte au cours de leur processus.

### ***Un Cours en Miracles* : forme et contenu**

Le *cours* utilise souvent des métaphores et dans sa forme, il y a quelques passages contradictoires. C'est pourquoi il ne peut pas être lu et compris strictement au plan intellectuel. Le contenu, son message aimant de pardon, peut être compris seulement avec la volonté de l'esprit de s'ouvrir à la vérité qu'il reflète. Les enseignements du *cours* à l'effet que le monde est une illusion et que la séparation n'a jamais eu lieu sont apparemment contradictoires du fait que le *cours* lui-même nous arrive sous une forme quelconque. De toute évidence alors, depuis le début, le *cours* prend la forme la plus utile pour la partie culpabilisée dans l'esprit du Fils de Dieu, lequel croit qu'il est irrémédiablement perdu en raison de son abominable péché.

Selon la logique de l'ego, la culpabilité faisant suite au « péché » de séparation engendre une peur énorme de la punition d'un Dieu en colère. Quand le *cours* nous dit que Dieu pleure et qu'Il est seul sans nous (T.5.VII.4 ; T.2.III.5), le message est qu'il ne s'agit pas d'un Dieu vengeur, en colère, mais de Celui Qui nous aime et Qui nous manque. Ces images symboliques sont utiles, nous pouvons par cela faire le lien entre le concept d'un père aimant, en tout cas plus facilement qu'avec la nature abstraite de Dieu. Comme Jésus nous dit : « *Vous ne pouvez même pas penser à Dieu sans un corps, ou sans une forme quelconque que vous pensez reconnaître* » (T.18. VIII.1 :7), et « *Il doit [l'Enseignant de l'Unité] utiliser le langage que cet esprit peut comprendre dans la condition dans laquelle il pense être* » (T.25.I.7 :4). Ces quelques phrases expliquent les métaphores utilisées dans le *cours*, ainsi que les deux niveaux d'enseignement. Nous croyons être dans le monde, ainsi Jésus nous enseigne à notre niveau d'expérience. Puisque nous avons choisi de nous identifier à un corps, de penser, d'agir et de « raisonner » comme un corps, le *cours* arrive sous une forme que nous pouvons comprendre. Pour cela, il utilise de nombreuses métaphores, des images poétiques et des symboles par lesquels il nous parle de l'amour que nous avons nié et oublié.

Une fois de plus, le *cours* doit nous rencontrer là où nous sommes, et le lieu où nous nous trouvons actuellement est un monde très complexe. Mais c'est parce que notre monde prend son origine dans un système de pensée très complexe, un système de pensée qui domine notre esprit. Par conséquent, pour que Jésus soit en mesure de nous aider, le contexte de l'enseignement doit tenir compte de cette immense complexité de nos deux mondes, à la fois intérieur et extérieur. C'est ce qu'il signifie lorsqu'il dit : « *Ce cours reste dans le cadre de l'ego, où il en est besoin* » (C. in.3 :1). La complexité est le nom du jeu de l'ego, nous dit-il dans le texte (T.15.IV.6 :2). Ses enseignements doivent considérer cette complexité afin de l'annuler.

Ainsi, lorsque nous débutons avec le *cours*, il peut effectivement nous sembler irrémédiablement complexe, mais, encore une fois, c'est parce qu'il nous rencontre là où nous sommes. Il a toutefois comme objectif de nous conduire hors de cette complexité à la « simplicité du salut » (T.31.I). Nous allons alors réaliser que « *ce qui est faux est faux, et ce qui est vrai n'a jamais changé* » (Leçon P II.10.1 :1). C'est la vérité toute simple, cachée derrière la vaste complexité du système de pensée de l'ego dans nos esprits, et du monde qui en provient.

Toute personne peut bénéficier d'*Un Cours en Miracles*. On n'a pas à être un intellectuel pour en tirer un enseignement et le prendre comme notre voie spirituelle. Néanmoins, il est évident qu'il est écrit sur un haut niveau intellectuel, avec une métaphysique sophistiquée, une théologie, et des concepts psychologiques insérés tout au long de l'enseignement dans les trois livres. Une grande partie de ces livres est écrit en vers poétiques. Ainsi, un étudiant/lecteur qui ne serait pas enclin intellectuellement et qui n'aurait aucune référence en ce domaine pourrait avoir du mal à comprendre une grande partie du matériel. Cependant, cela ne signifie pas qu'une telle personne ne pourrait pas être aidée pour le lire et appliquer les exercices du livre. Si la personne sort du *cours* plus aimante, plus certaine de l'amour de Dieu, moins en colère, déprimée et effrayée, alors son objectif est atteint. D'un autre côté, bien des gens instruits ne sont pas arrivés à se connecter avec le *cours*. Ils trouveront un autre chemin, mieux adapté à leur besoin et à leur inclinaison. Le *cours* dit lui-même qu'il n'est qu'une forme parmi des milliers d'autres du cours universel (M.1.4). Il n'a pas à être pour tout le monde. Certaines religions ont affirmé être la seule vraie religion, la seule façon de se réconcilier avec Dieu. *Un Cours de Miracles* ne le prétend pas. On insiste plutôt tout au long du *cours* qu'il est certain que tous les gens trouveront éventuellement leur chemin, lequel les mènera à Dieu. Et le *cours* n'a pas à être nécessairement celui-là.

La structure et le débit du texte peuvent être comparés à une symphonie ; les thèmes sont introduits, puis mis de côté, pour être réintroduits et développés. C'est un peu différent de la progression linéaire des idées que l'on trouve en général dans un manuel académique qui progresse sans cesse vers la complexité. Il en résulte une matrice imbriquée dans laquelle chaque partie est complète et essentielle au tout, tandis qu'elle contient le tout en elle-même. Ainsi, les mêmes idées reviennent constamment dans le *cours* en tant que système de pensée que l'on peut appliquer dans les nombreuses occasions d'apprentissage dans notre vie personnelle.

Le processus d'apprentissage ressemble donc à l'ascension d'un escalier en spirale. Le lecteur est conduit grâce à un motif circulaire, chaque révolution conduisant à une marche plus élevée, jusqu'à atteindre le haut de la spirale qui s'ouvre à Dieu. La jolie rythmique et la poésie insérée dans une grande partie du texte, renforce l'impact des thèmes récurrents. Les seules spécifications concernant les leçons du livre d'exercices sont données dans l'introduction.

« *N'entreprenez pas de faire plus d'une leçon par jour* » (**Leçon intro 2: 6**). Il est recommandé aux étudiants de lire cette introduction avant de débiter les leçons et de la relire occasionnellement par la suite. Un autre principe important dans l'introduction se rapporte à l'orientation de l'élève : « *Souvenez-vous seulement de ceci : vous n'avez pas besoin de croire les idées, vous n'avez pas besoin de les accepter, vous n'avez même pas besoin de leur faire bon accueil. Il se peut qu'à certaines d'entre elles, vous résistez activement. Rien de tout cela n'a d'importance et leur efficacité n'en est pas diminuée. Mais ne vous permettez pas de faire des exceptions dans l'application des idées que contient le livre d'exercices, et quelles que soient vos réactions à ces idées, utilisez-les. Rien d'autre que cela n'est requis* » (**Leçons intro 9**).

Les leçons peuvent être répétées si désiré. Si c'est une leçon particulièrement significative ou difficile, ce pourrait être une bonne idée de rester avec elle pendant quelques jours. Cependant, il y a un risque de croire qu'une leçon doit être faite à la perfection avant de passer à la suivante. Ce serait un piège. Il est peu probable qu'il y en a beaucoup parmi qui pourront faire les leçons parfaitement. Si c'était le cas, nous aurions atteint un état tellement avancé spirituellement que nous n'aurions pas besoin des leçons.

Au milieu de la leçon 95, il est indiqué quoi faire s'il nous arrive de manquer plusieurs jours ou plusieurs semaines dans la pratique des leçons. Mais surtout, il n'est pas nécessaire de tout recommencer. L'instruction dans la leçon 95 veut que nous reconnaissons de quelle façon l'ego s'insère dans le processus. « *Lorsque nous manquons de suivre les instructions et que notre diligence fait défaut* » (**Leçon 95.8 :3**) notre réaction devrait être de nous pardonner. C'est la clé. Jésus ne garde pas trace de combien nous sommes ponctuels lorsque nous suivons ses instructions pour la journée. Son intérêt est seulement de nous aider à entraîner nos esprits à penser davantage en termes de pardon, puis à généraliser cela dans tous les aspects de notre vie.

L'idée de base, c'est d'être sincère dans nos tentatives d'étudier et de pratiquer ce qu'enseigne le livre d'exercices, en étant conscient que tous, nous faisons face à une énorme résistance, que pourtant nous sommes prêts à nous pardonner lorsque nos efforts sont insuffisants. Tant que nous continuons à étudier le *cours* et à appliquer les leçons comme il nous est demandé, nous allons faire des progrès.

Il est important de se concentrer sur le contenu plutôt que sur la forme. Ce qui importe, c'est l'effort sincère de suivre les instructions avec autant de soin que possible, sans nous juger nous-mêmes si nous manquons. En effet, nous pourrions presque dire que le but de malfaire les leçons est de les malfaire pour ensuite nous pardonner. Cela reflète en effet l'ultime pardon de nous-mêmes pour l'erreur de se croire séparés de notre Créateur-Source.

Le manuel des enseignants, le troisième livre, est la plus simple et le plus accessible des trois. Le *cours* nous aide à réaliser que nous sommes tous des enseignants et des étudiants les uns pour les autres, qu'il n'y a pas de lignes qui séparent les enseignants des apprenants. Comme nous enseignons, nous apprenons, et comme nous apprenons nous enseignons. Mais cela n'a rien à voir avec l'établissement d'un enseignement formel. Le sens de tout cela est que nous enseignons en démontrant. *Un Cours en Miracles* ne porte jamais sur la forme (corps) mais seulement sur le contenu (esprit). Le manuel des enseignants vient dans un format de questions-réponses, avec plusieurs questions portant sur les thèmes les plus importants du *cours* lui-même. Il y a une annexe au manuel. Helen l'a reçue quelques années après que le *cours* ait été complété. C'est la clarification des termes. En un sens, c'est comme un glossaire de certains termes majeurs utilisés dans le *cours*, le but apparent étant de les définir pour les étudiants du *cours*. Ce qu'on trouve à l'usage toutefois, c'est que si vous ne connaissez pas déjà ce que veut dire le mot, la clarification des termes ne vous sera probablement très utile. Cependant, il s'agit d'un très beau résumé, souvent poétique, de la signification de ces termes. C'est une autre façon de voir ce que nous avons déjà lu.

Pour des discussions supplémentaires sur ces idées, ainsi que d'autres sujets d'intérêt pour ceux qui se familiarisent avec *Un Cours en Miracles*, vous pouvez aller aux numéros pertinents sur le site web :

Le contexte chrétien et le langage masculin du *cours* : 1, 5

Métaphysique non-dualiste du *cours* : 6, 85, 105, 923, 1096 D, 1118

Les niveaux d'enseignement : 217, 243, 1068

L'objectif du *cours* : 204, 235, 429, 885, 941

Rejoindre un groupe : 12, 105, 276, 493

Jésus comme auteur du *cours* : 110, 156, 479 940, 1096 B

Meilleure méthode pour étudier : 105, 203, 782 B, 1163

Cet article de Ken Wapnick répond à la question # 1385 sur le site [www.uncoursenmiraclesurtext.com](http://www.uncoursenmiraclesurtext.com)

Fin