

## Pourquoi prendre une seule fois le *cours*, puis le laisser ?

### Question :

Je comprends que Jésus nous dit de suivre le *cours* une seule fois, puis de le laisser. Mais beaucoup de gens travaillent avec *Un Cours en Miracles* depuis dix ans et même plus. Le *cours* n'a-t-il donc pas eu d'effets ? Je comprends également qu'une « fois » fait, il est complété et laissé aux soins du Saint-Esprit de nous guider. C'est peut-être pourquoi le faire « en pièces » n'a peut-être pas l'effet du désir accompli ?

### Réponse :

Le livre d'exercices n'est pas la totalité du *cours*. Il est formaté pour le pratiquer pendant une année, mais il n'y a pas ni délais ni instructions précises dans le *cours* pour ce qui est d'apprendre son programme d'études : « *Seul le moment où tu le suis relève de ta volonté. ... Tu peux choisir ce que tu veux suivre à un moment donné.* » (**Texte Introduction 1 :3,6**). Bien qu'il ne soit pas nécessaire de pratiquer les exercices plus d'une fois, l'application des principes fondamentaux du *cours* sont censés être incorporés dans une pratique s'étendant sur une longue période de vie : « *Au fur et à mesure que tu perçois de plus en plus d'éléments communs dans toutes les situations, le transfert de l'enseignement sous la direction du Saint-Esprit augmente et se généralise. Graduellement tu apprends à l'appliquer à tous et à tout car son applicabilité est universelle.* » (**T.12.VI.6 :5,6**)

Cette instruction suggère un processus de formation à long terme allant au-delà de l'année prévue par le livre d'exercices. En fait, le but des exercices est un processus « sans durée de temps » afin d'« *entraîner ton esprit d'une manière systématique à une perception différente de tous et de tout en ce monde. Les exercices sont planifiés de façon à t'aider à généraliser les leçons, afin que tu comprennes que chacune d'elles est également applicable à tous ceux et à tout ce que tu vois.* » (**Leçons Introduction 4 :1,2**)

La « perception différente » signifie le renversement du système de pensée de l'ego, ce qui, même avec une grande motivation, prend quelque temps. Rappelez-vous l'énoncé de Jésus dans l'épilogue à la fin des exercices : « *Ce cours est un commencement, non une fin.* » (**Leçons Épilogue 1 :1**) Tout ce que nous croyons sur le monde et sur le corps est faux puisque toutes ces croyances reposent sur la conviction que la séparation est réelle. Étant donné le haut niveau de peur et de résistance à accepter que c'est vrai, nous pouvons nous attendre à plusieurs années d'étude et de pratique pour annuler cette croyance.

Il est peu probable que quiconque puisse passer d'une identification au corps à avoir une pleine conscience du Soi en un seul instant durable. Dans le *cours*, Jésus connaît l'ampleur de notre peur et de notre résistance et son matériel en tient compte. Cela nous permet de procéder doucement et sur une période de temps, de remettre en question chaque croyance que nous avons sur tout, y compris, et surtout, sur soi-même. Nous sommes tellement convaincus que ce que nous voyons, ressentons, et expérimentons est réel, qu'il est difficile d'accepter que nous avons tort : « *Il est difficile pour un esprit inexercé de croire que ce qu'il semble se représenter n'est pas là. Cette idée peut être fort troublante et rencontrer une vive résistance sous de nombreuses formes.* » (**Leçon PI.9.2 :2**). Toutes ces formes de résistance peuvent peu à peu s'effiloche par l'étude minutieuse et constante des façons présentées par Jésus dans son message simple au cœur du *cours* : « *...ce qui est faux est faux, et ce qui est vrai n'a jamais changé.* » (**Leçon PII.10.1 :1**)

Il faut le désirer, faire preuve de volonté et de patience pour apprendre à reconnaître ce qui est faux, afin que la vérité puisse être révélée. Jésus nous dit dans le texte : « *Rien ne t'est plus étranger que la simple vérité, et il n'est rien que tu sois moins enclin à écouter. Le contraste entre ce qui est vrai et ce qui ne l'est pas est parfaitement apparent, et pourtant tu ne le vois pas. Le simple et l'évident ne sont pas apparents pour ceux qui voudraient faire des palais et des habits royaux à partir de rien, croyant qu'à cause d'eux ils sont des rois couronnés d'or.* » (**T.14.II.2 :5,6,7**) Habituellement, nous ne nous percevons pas nous-mêmes comme étant des empereurs sans vêtements. Or c'est justement ce que nous devons apprendre avant de pouvoir être amenés à la prise de conscience que non seulement l'empereur est nu, mais qu'il n'y a même pas d'empereur. Même si nous ne semblons pas penser que cela donne des résultats spectaculaires, il y a des effets immédiats et significatifs à chaque étape dans l'apprentissage d'accepter la guérison que Jésus offre dans le *cours*. L'esprit est formé à voir les dynamiques de l'ego en opération, puis à demander au Saint-Esprit de les transformer. Dans ce processus, on reconnaît qu'il y a Quelqu'un qui est avec nous et qui représente la vérité. La croyance dans la partie de l'esprit où Il habite se renforce avec chaque application des enseignements du *cours*, pendant que diminue la croyance en l'ego. Il suffit de désirer pratiquer : « *Ton désir n'a pas besoin d'être parfait parce que le Sien l'est. Offre-Lui ne serait-ce qu'une petite place et Il l'éclairera si bien que tu la laisseras s'augmenter avec joie. Et par cette augmentation, tu commenceras à te souvenir de la création.* » (**T.11.II.6 : 6,7,8**) C'est un grand réconfort de savoir que tel sera le résultat donné à chacun, aussi lente ou partielle que puisse être la pratique du *cours*.

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)  
Question 770