

GUÉRIR LE RÊVE DE MALADIE

Ken Wapnick, Ph.D.

Les extraits qui suivent proviennent de l'atelier qui s'est tenu au Centre à Temecula, en Californie, en février 2002. La maladie et le corps sont considérés dans leur contexte métaphysique, dans lequel leur but est défini comme l'accomplissement du souhait de l'ego de garder réelle la séparation dans nos esprits tandis que nous rejetons à l'extérieur la responsabilité de notre condition. La maladie, sans tenir compte de sa forme, est vue en tant qu'ombre de notre croyance inconsciente dans le péché et la culpabilité. Le corps et le monde ne sont pas ainsi la source de la maladie ou de la guérison. En conséquence, la guérison demeure dans la capacité de notre être à regarder avec Jésus notre décision d'éloigner l'amour et de blâmer ensuite quelque chose à l'extérieur de nous pour notre situation désespérée. Notre union à Jésus en vue de cet objectif – sans le jugement – enlève la cause de toute maladie.

GUÉRIR LE RÊVE DE MALADIE	1
GUÉRIR LE RÊVE DE MALADIE	2
Partie I - Introduction	2
Partie II - « La cause de la maladie »	9
Partie III - « La cause de la maladie » (S-3.I) (suite)	13
Partie IV - « La cause de la maladie » (S-3.I) (suite)	16
Partie V - « Le processus de la maladie »	19
Partie VI - « Le processus de la maladie » (suite)	25
Partie VII - « Le processus de la maladie » (P-2.IV, suite)	29
Partie VIII - La guérison dans le changement de perception	33
Partie IX - Ce qu'est véritablement la guérison	40
Partie X - La guérison implique de regarder	44
Partie XI - Comprendre d'où vient la maladie	47
Partie XII - Deux questions	51
Partie XIII - Le changement dans la perception	54
Partie XIV - Conclusion	57

GUÉRIR LE RÊVE DE MALADIE

Ken Wapnick

Partie I - Introduction

J'ai pensé que je commencerai à parler du rêve puisque, dans un sens, cela va droit au cœur non seulement de ce qui sera discuté dans cet atelier, mais aussi du Cours tout entier. Quand on parle des rêves, il est toujours approprié d'évoquer Sigmund Freud, sans qui, comme je l'ai déjà dit à maintes reprises, nous n'aurions pas *Un Cours en Miracles*. Son travail sur les rêves se situe non seulement au centre de son œuvre, mais aussi au centre de toute la psychologie du XXe siècle, ainsi que celle du XXIe siècle. Sa première œuvre majeure, *L'Interprétation du Rêve*, publiée en 1900, fut consacrée aux rêves, évidemment ; mais il utilisa cette étude comme un tremplin pour comprendre la manière dont fonctionne le psychisme. Il écrivit cela à un moment où la plupart des chercheurs s'intéressant aux rêves, ou la plupart des gens qui écrivaient à propos des rêves, avaient tendance à les dénigrer, voyant les rêves comme étant fondamentalement stupides et n'ayant aucune signification. Un des points les plus importants apportés par ce travail initial de Freud fut de nous montrer que les rêves sont en réalité emplis de signification et de but. Le *but*, comme vous le savez, est un terme plein de sens dans le Cours. Jésus en parle encore et encore, et si nous voulons comprendre quoi que ce soit dans ce monde, nous devons comprendre le but qu'il sert, à la fois dans les termes du système de pensée de l'ego et ensuite dans la correction de celui-ci à travers le système de pensée du Saint-Esprit.

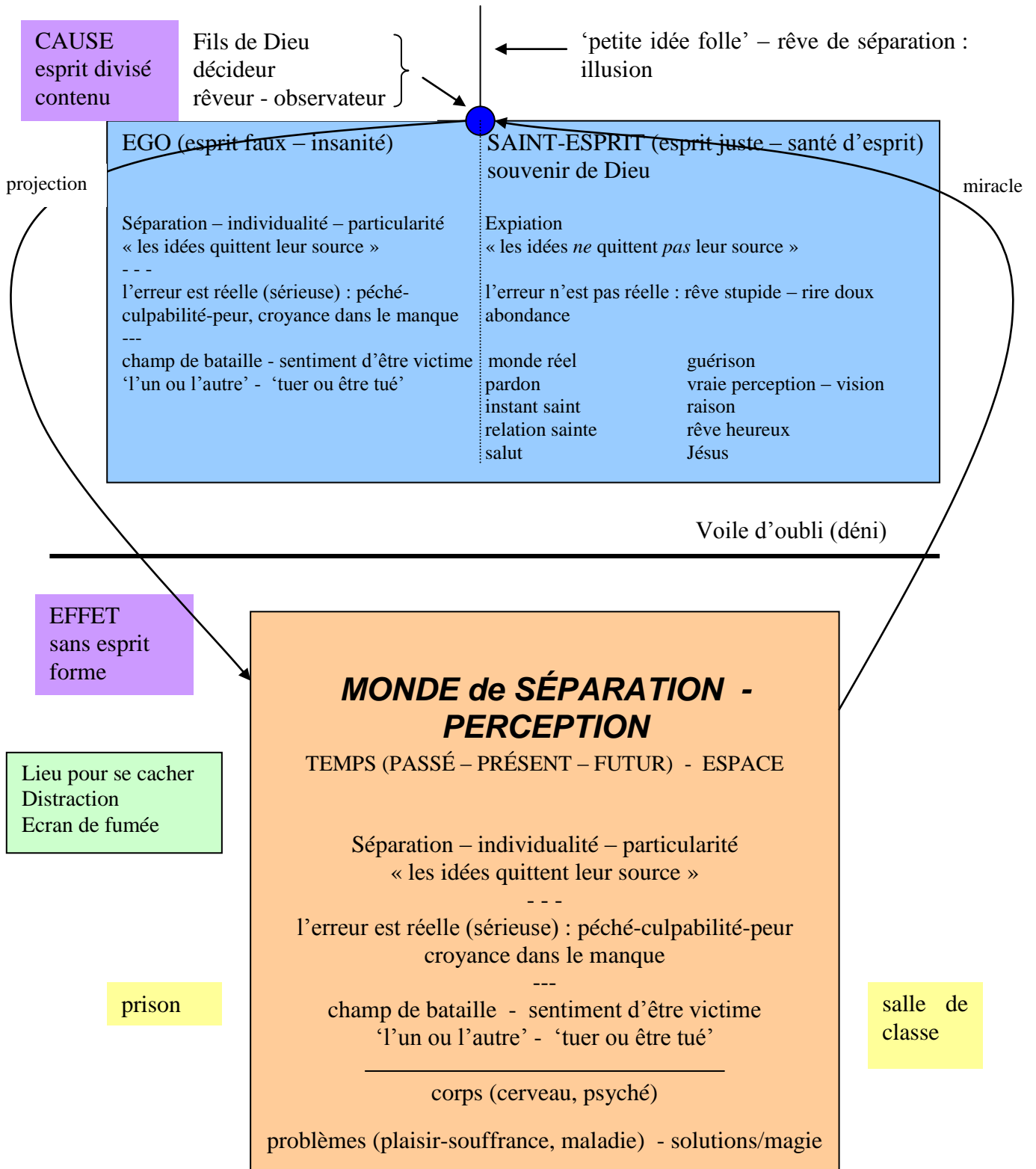
Quand Freud parlait de la nature intentionnelle des rêves, il parlait précisément de leur capacité à accomplir un souhait, connue habituellement comme la « théorie de l'accomplissement du souhait ». Pour parler de façon générale, les rêves nous gardent endormis. Ainsi, durant la nuit, quand nous sommes endormis, nos défenses ont tendance à se relâcher et tout le contenu inconscient et démoniaque menace de faire surface et nous pousse, par voie de conséquence, à nous réveiller. Le but du rêve consiste à dompter ces forces incontrôlées (c'est ainsi que Freud les voyait) dans notre inconscient et à faire avec elles un compromis – en fait, à leur permettre d'exister et à les aider à parvenir à une solution ou à un accomplissement. Voici l'idée la plus spécifique du souhait : trouver un accomplissement à nos instincts, mais en faisant en sorte que nous restions endormis. Nous dirons donc principalement que les rêves répondent au souhait de demeurer endormi, et que de manière secondaire, ils accomplissent les souhaits qui sont générés par ces forces mues par les instincts qui ont toujours à voir avec la sexualité infantile, selon la théorie de Freud. Ce fut en

nous aidant à comprendre que les rêves servent un but qu'il apporta une de ses contributions les plus durables.

Quand nous considérons la perspective du Cours à propos des rêves, en les voyant à travers la lentille freudienne concernant ce but général d'accomplissement d'un souhait, nous pouvons alors soudainement comprendre la raison pour laquelle le rêve s'est produit, de manière plus spécifique, la raison pour laquelle le rêve que nous appelons l'univers physique et les rêves individuels que nous appréhendons comme nos vies se sont produits de la manière dont ils se sont produits. Il y a une méthode dans la folie de l'ego et cette méthode est *l'accomplissement d'un souhait*. Nous apprenons de notre étude d'*Un Cours en Miracles* que le souhait que le monde accomplit pour nous, de manière plus précise le souhait que nos vies personnelles accomplissent dans ce monde, est le souhait de nous garder endormis, tout comme Freud l'avait enseigné. Toutefois, vu dans le contexte métaphysique, ceci signifie de garder vivant le souhait d'être séparé du Dieu. Cela est le sommeil de la séparation. Le Cours nous dit que nous sommes « chez [nous] en Dieu, rêvant d'exil » (T-10.I.2:1). L'exil, évidemment, est généré par l'idée que nous avons vraiment réussi l'impossible et que nous nous sommes séparés de l'Amour de Dieu. C'est là l'origine du rêve, et c'est ce que Jésus veut dire quand il dit, en maints endroits, que le contenu de chaque rêve est la peur (T-18.II.4 ; "*The Gifts of God*", pp. 115-17). C'est la peur que, d'une manière ou d'une autre, Dieu se vengera et nous punira pour notre péché de nous être séparés de Lui. Ainsi, le but primordial que le rêve de l'ego sert consiste à nous garder endormis. Il garde réel le sommeil de la séparation de façon à ce que nous ne nous réveillions pas du rêve et que nous ne reconnaissons pas que tout le système de pensée de l'ego est le rêve.

Le CIEL - La CONNAISSANCE

ESPRIT	DIEU	NON-DUALITÉ	
PUR-ESPRIT	CHRIST- SOI	UNITÉ	VÉRITÉ
VOLONTÉ	CRÉATIONS	RÉALITÉ	AMOUR
LUMIÈRE	CRÉATION-EXTENSION	ÉTERNITÉ	IMMUABILITÉ



Près de la fin du Chapitre 27, Jésus fait la distinction entre deux niveaux de rêves : le rêve secret et le rêve à propos du monde (T-27.VII.11,12). Sur le schéma, le premier niveau est représenté par le rectangle concernant l'esprit faux. C'est le rêve qui dissimule le souhait et la pensée d'être séparé. C'est le lieu de naissance de la trinité profane du péché, de la culpabilité et de la peur. L'ego nous dit que notre séparation d'avec Dieu fut un péché, que nous avons tué Dieu pour vivre – c'est l'un ou l'autre. Il nous est ensuite enseigné que nous devrions nous sentir coupables pour cet incroyable péché ayant détruit l'amour du Ciel ; et puisque dans le système de l'ego la culpabilité demande toujours le châtement, nous prenons ensuite peur du châtement que nous croyons inévitable et mérité – nous méritons d'être punis par l'objet de notre péché, à savoir Dieu. Cela est le rêve secret, le champ de bataille originel où l'ego nous voit en guerre contre Dieu.

Puisque cette constellation de pensées est tellement horrible et tellement chargée de souffrance et de terreur, l'ego nous conseille que nous pouvons être libres vis-à-vis de la souffrance de notre culpabilité et échapper à la terreur de notre anéantissement qui se trouve dans les mains du Dieu vengeur et fou, en abandonnant l'esprit, en inventant un monde et en nous y cachant. De manière spécifique, nous cacherons notre système de pensée, notre image de nous-même, dans un corps. Ceci est le début de ce à quoi Jésus fait référence comme étant le « rêve à propos du monde », représenté sur le schéma par le rectangle en bas de page : le monde et le corps. Voici donc la seconde partie de l'accomplissement du souhait de l'ego : l'invention du monde et de toutes les pensées fragmentées, chacune d'entre elles semblant être enchâssée dans un corps. Dans le plan de l'ego, le monde nous rend capables de garder cette existence individuelle, ce soi particulier en tant que notre identité – unique, autonome, indépendant et libre ; mais nous pouvons renoncer à toute responsabilité le concernant.

Pour résumer brièvement, le but de l'ego concernant le rêve du monde et du corps consiste à garder la séparation que nous croyons avoir volée à Dieu, mais à nous débarrasser du péché qui lui est associé. Quand nous parlons de nous débarrasser du péché, nous parlons de la *projection*, un autre terme pour lequel nous devons une grande dette de gratitude à Freud, parce que ce fut Freud qui décrivit le premier cette dynamique incroyablement importante. Quelque chose que je n'aime pas en moi, je le rejette, le nie et le refoule. Quoi que je refoule, cela devient le moi inconscient que je projette automatiquement. Cela est la loi de l'esprit divisé : ce que je refoule, je le projeterai inévitablement. Je le pousse d'abord profondément en moi de façon à ce que je n'en sois pas conscient et, ensuite, je le pousse à l'extérieur. J'ai besoin de corps et d'objets sur lesquels je puisse pousser cette culpabilité. C'est pour cela que le monde fut fait. Il fut fait pour abriter ces milliards de fragments que nous appelons corps ou formes, parce qu'ils viennent à l'existence avec toute une variété de formes et de tailles, à la fois animés et inanimés. Toutefois, nous apprenons dans le texte que rien n'est véritablement inanimé ou animé, que tout est pareil (T-23.II.19). Toute chose n'est littéralement rien, tandis que nous croyons qu'elle est quelque chose. Nous prenons la culpabilité, provenant de notre responsabilité concernant la séparation qui se trouve dans notre esprit, et nous disons qu'elle n'est plus en moi ; je ne suis pas responsable de la séparation, quelqu'un ou quelque chose d'autre l'est, et le monde surgit pour satisfaire ce besoin ou pour accomplir ce souhait.

Voilà le but de tous les rêves. Ils commencent avec le rêve secret, comme il est dit, par exemple, au début de la Leçon 93 – « Tu penses que tu es la demeure du mal, des ténèbres et du péché » (W-pI.93.1:1). Le monde surgit pour nous protéger de l'horreur de cette pensée, et ensuite tous les *autres* deviennent « la demeure du mal, des ténèbres et du péché. » S'il m'arrive d'avoir une image particulièrement négative de moi-même, je croirai encore que ce n'est pas de ma faute. Je suis cette personne horrible, médiocre et inférieure parce que je fus

fait de cette manière : mes gènes, mon éducation, toutes les forces dans le monde qui m'affectent, m'ont formé et fait ce que je suis. Qu'importe ce que nous pensons de nous-mêmes dans ce monde, au bout du compte ce n'est jamais de ma faute. À nouveau, l'ego veut sa part du gâteau. Nous gardons la séparation que nous croyons avoir réussi à voler à Dieu, mais nous nous débarrassons du péché – le péché étant la croyance que nous avons fait ceci. Maintenant j'ai mon soi séparé sans avoir aucune connaissance, conscience ou souvenir d'où il est venu ; c'est-à-dire mon 'je' et le 'je' de nous tous, parce que nous commençons comme un seul Fils et que nous nous sommes séparés comme un seul Fils. Le rêve secret est partagé par nous tous de manière équivalente, parce que c'est tout un. La fragmentation en milliard de soi apparemment séparés ne se produit pas avant que le second rêve ne commence à émerger avec ce que le début du Chapitre 18 décrit comme la première projection de l'erreur (T-18.I.4-6). L'erreur originelle est ce que nous partageons tous comme un seul – le rêve secret. Le rêve à propos du monde surgit comme une défense contre cela. Son but est de garder le soi séparé intact, mais de rendre tout un chacun et toute chose, y compris le Dieu que nous avons fabriqué, de rendre donc toutes ces figures responsables. Voilà le rêve.

Ce qui est discuté à travers le Cours, tout comme ça l'est dans les deux opuscules du supplément au Cours, c'est l'idée de séparer l'effet de sa cause, de façon à ce que l'effet apparaisse être une cause. Dans la partie supérieure gauche du schéma se trouve le mot *cause*, voulant dire que l'esprit divisé est la cause du monde, le monde étant, par conséquent, rien de plus ou de moins que l'effet. Une fois que nous projetons à l'extérieur la croyance dans la séparation – la pensée du péché, de la culpabilité et de la peur – à partir de nos esprits et que nous la voyons ailleurs, ce sur quoi nous avons projeté devient alors l'effet. Cet effet a pour cause la pensée dans l'esprit qui est animée et énergisée par la dynamique de la projection. Le monde est l'effet et l'esprit est la cause. Quand nous séparons l'effet de sa cause, nous oublions la cause. Remarquez aussi sur le schéma la ligne plus épaisse et à laquelle nous nous référons en tant que « voile du déni » ou « voile d'oubli » séparant l'esprit et le monde. Ce voile tombe en travers de nos esprits de façon à ce que nous oublions d'où est venu le monde, et sans la conscience de la cause, nous voyions seulement l'effet. Ensuite, il nous faut établir une cause : d'où est venu le monde ? Comment sommes-nous parvenus ici ? Quel est le but du monde ? Nous nous mettons donc à croire que *le monde a été notre cause*. Ce soi que je crois être, je pense qu'il est causé par un monde de forces au-delà de mon contrôle, à commencer par l'union d'un spermatozoïde et d'un ovule. Que cela soit fait dans une chambre à coucher ou dans une éprouvette ne fait aucune différence ; je pense que ma vie physique et ma vie psychologique commencent quand le spermatozoïde et l'ovule s'unissent. Ou dans le contexte de vies passées, je pourrais dire que qui je suis aujourd'hui est l'effet de la rencontre de nombreux spermatozoïdes et de nombreux ovules se rejoignant au cours de plusieurs siècles ou millénaires. Quelle que soit la façon dont vous cherchez à le comprendre, cela revient au même contenu : je suis ici non pas par ma propre décision, mais à cause d'une chose extérieure à moi-même qui a été ma cause.

Quand nous séparons l'effet de sa cause et que nous refoulons la cause, nous n'en avons plus aucune connaissance. En d'autres termes, nous devenons sans esprit, parce que la cause est l'esprit. Puis, il ne nous reste que l'effet que nous croyons maintenant être une cause. Comme nous le verrons plus tard, la maladie est comprise dans ce cadre. Quand nous pensons à la maladie, que les symptômes soient mentaux ou physiques, ce que nous désignons comme *malade* n'est rien de plus ou de moins que l'effet de la cause. Un principe très important dans le Cours, sur lequel nous reviendrons encore et encore à cause de son caractère essentiel, c'est le principe que *les idées ne quittent pas leur source*. L'idée d'un univers physique – littéralement un univers physique, pas seulement le monde que nous percevons – est l'idée qui

n'a jamais quitté sa source dans l'esprit. Ceci signifie qu'il n'y a littéralement aucun monde à l'extérieur de nos esprits parce que *les idées ne quittent pas leur source*.

Au niveau microcosmique, par exemple, quand je cherche à me débarrasser de ma culpabilité, à la projeter sur vous, à vous faire sentir coupable, à vous prendre en faute, à vous juger, à vous blâmer, à vous critiquer, etc., j'ai l'espoir magique que je me suis débarrassé de ma culpabilité, de ma haine envers moi-même, de cet horrible jugement porté sur moi en le plaçant maintenant sur vous et en faisant ainsi de vous le foyer du mal, des ténèbres et du péché. La culpabilité et le péché reposent sur vous ; ils ne reposent plus en moi. Voilà l'espoir magique. Ceci ne signifie pas que je me sens moins coupable. En fait, une telle attaque ne fait que *renforcer* ma culpabilité, parce qu'il y a une partie de moi qui sait que je vous ai attaqué à tort. Et qu'importe ce que vous avez fait, qu'importe à quel point vos actions sont répréhensibles ou perverses à mes yeux ou aux yeux du monde entier, cela ne vous rend toujours pas responsable de l'état terrible que je ressens, ou de la détresse, du trouble ou du mal-être que je ressens en moi. Quels que soient les efforts que je fais pour projeter ma culpabilité et pour rendre quelqu'un d'autre responsable du mal-être que je ressens, cela ne change pas le fait que la culpabilité demeure encore en moi, parce que *les idées ne quittent pas leur source*. La source de la culpabilité, qui se trouve dans mon esprit, ne m'a jamais quitté quand bien même je me serais satisfait de l'idée magique de penser que j'aurais pu m'en débarrasser en la plaçant sur vous et trouver ensuite la faute chez vous.

Le principe que *les idées ne quittent pas leur source* fonctionne aussi au Ciel. Nous sommes une idée dans l'Esprit de Dieu et c'est ce que Jésus veut dire dans le Cours quand il dit que nous sommes *pensée*. Nous sommes *pensée* ; nous ne sommes pas chair. Nous sommes une *pensée* dans l'Esprit de Dieu. En mettant cela avec le principe que *les idées ne quittent pas leur source*, on trouve une reformulation du principe d'Expiation qui dit que la séparation d'avec Dieu ne s'est jamais produite. Nous sommes libres, à l'intérieur de notre rêve insane, de croire que nous avons réussi l'impossible, mais cela ne signifie pas que c'est vrai, parce que *les idées ne quittent pas leur source*. L'idée du Fils de Dieu n'a jamais quitté sa source en Dieu. L'idée de la culpabilité n'a jamais quitté sa source dans mon esprit quand j'ai cherché à la projeter sur vous. La maladie de croire que je pourrais détruire Dieu, m'en débarrasser et ensuite être heureux, n'a jamais quitté sa source, quand bien même j'ai fait un corps et l'ai rendu malade. La maladie n'a jamais quitté sa source ; la culpabilité n'a jamais quitté sa source ; l'amour n'a jamais quitté sa Source.

L'ego du cours enseigne exactement l'opposé. Tout le système de pensée de l'ego commence avec la proposition que *les idées quittent vraiment leur source*. À nouveau, une fois que l'idée quitte sa source, nous croyons que la source a été rendue inexistante. Et ensuite, une fois que je commence le rêve secret de l'ego, lequel est le foyer de la culpabilité, l'ego me dit que les idées quittent *vraiment* leur source : je peux me débarrasser de ma culpabilité en faisant un monde habité de corps séparés, sur chacun desquels je suis maintenant libre de projeter ma culpabilité. Par conséquent, j'en ai fini avec elle et quelqu'un d'autre paiera le prix de mon péché, mais pas moi. En fait, une des causes et des buts de la maladie consiste à me rendre capable de dire que vous m'avez fait ceci. Vous m'avez rendu malade. Et cela n'a pas d'importance si je vois ce mal chez vous, ma mère, mon père, mes frères et sœurs, mes amants, mon épouse, mes enfants, etc., ou si je définis ce mal comme étant une bactérie ou un virus. Dans tous les cas, je continue à dire que la raison pour laquelle je me sens si misérable, si malade, si perturbé vient de ce que je fus envahi par une puissance ou une force à l'extérieur de mon contrôle. Voilà le but que la maladie sert, et nous y reviendrons encore et encore.

Mais ce qui est terriblement important, et ce qui dans un sens forme la toile de fond métaphysique pour tout ce dont nous discuterons, c'est de comprendre vraiment qu'il n'y a pas de corps, qu'il n'y a pas de maladie, qu'il n'y a pas de monde – *les idées ne quittent pas leur source*. Il n'y a que des pensées malades dans nos esprits. Voilà la maladie. Un corps malade peut être défini de nombreuses manières : par un symptôme physique, par ce que nous considérons habituellement comme maladie mentale ou par le fait d'être seulement perturbé par quelque chose, par un état émotionnel temporaire. Tout ça n'est rien de plus ou de moins que la tentative de l'ego d'accomplir le souhait de son rêve de nous garder séparés et de croire que nous avons une identité séparée de Dieu. Cette pensée se trouve abritée dans un corps, lequel se définit ensuite lui-même en termes de différenciation entre lui et les autres corps. Voilà la maladie – la croyance que cela est qui je suis.

À nouveau, le souhait secret de l'ego consiste à garder le soi séparé intact mais à en tenir quelqu'un ou quelque chose d'autre responsable. De façon intéressante, le mot *pathogène* vient du grec *pathos*, voulant dire « souffrance ou maladie » et *gène* voulant dire « cause » ou ce qui produit quelque chose. Dans notre monde, nous avons tendance à penser à ce qui est pathogène – comme le font la plupart des biologistes et les gens du médical – comme étant des organismes tels que les bactéries ou les virus qui causent la maladie. Quand nous étudions *Un Cours en Miracles*, nous comprenons que ce qui est vraiment pathogène c'est la *culpabilité*. Voilà la cause de la maladie ; et de façon plus précise, c'est notre *décision en faveur de la culpabilité*, parce que la culpabilité n'existe pas à l'extérieur de notre croyance en elle et du souhait qu'on en a. Nous souhaitons la culpabilité parce que la culpabilité dit que j'ai péché. Le péché me dit que je me suis séparé de Dieu, ce qui veut dire que ce soi séparé avec lequel je me fais plaisir maintenant est réel, mais que je ne veux pas être puni à sa place. C'est la raison pour laquelle nous avons le deuxième rêve, le rêve à propos du monde, lequel cherche à formaliser le souhait de l'ego en l'accomplissant – en trouvant la faute chez quelqu'un ou quelque chose d'autre, et à tout cataloguer dans le monde comme étant potentiellement ou véritablement pathogène. Je suis exposé à la maladie non par *ma* faute, mais par la faute de quelqu'un ou de quelque chose d'autre. C'est la raison pour laquelle il existe un monde. Rappelez-vous, à nouveau, que vous devez comprendre le *but*. Si vous voulez comprendre quoi que ce soit à propos de ce monde, et par-dessus tout comprendre quoi que ce soit à propos de ce cours, vous devez reconnaître le seul but que le corps et le monde servent, lequel consiste à avoir cette capacité à accomplir le souhait de garder mon péché et mon soi séparé intacts, les deux se tenant dans mon esprit, mais ensuite de croire, comme par magie, que je peux me débarrasser de toute responsabilité à l'égard de ma peccabilité et de mon soi en blâmant les autres personnes. Voilà la raison pour laquelle il y a un monde de corps. Comme le livre d'exercices le dit, *ainsi a été fait le concret* (W-pI.161.3:1). Il doit y avoir quelque chose que je hais. J'ai besoin de quelque chose à l'extérieur comme exutoire afin de me débarrasser de ma haine, la haine de moi-même.

Comme nous le verrons plus tard, le Saint-Esprit a une utilisation différente du corps, à savoir celle de corriger notre confusion de la cause et de l'effet. Nous voyons des corps comme étant à la fois effet et cause : votre corps a causé l'effet consistant à sentir de la souffrance dans mon corps. Le Saint-Esprit nous aide à reconnaître à travers nos malperceptions du corps que le seul but que le corps sert consiste à ramener notre attention à la cause réelle, laquelle est le choix de la culpabilité dans l'esprit. *Voilà ce qu'est la maladie*.

Partie II - « La cause de la maladie »

Tournons-nous maintenant vers l'opuscule intitulé *Le Chant de la Prière*, à la première section du Chapitre 3, intitulée « La Cause de la maladie » (S-3.I). Nous lirons les trois premiers paragraphes, lesquels présentent des déclarations très claires du principe de cause à effet que nous avons déjà vu. Rappelez-vous que, dans le Cours, la maladie est la croyance en la séparation – c'est de là que vient la culpabilité. Ceci deviendra tout à fait important quand nous aborderons, plus tard, la nature de la guérison.

(S-3.I.1:1) Ne prends pas l'effet pour la cause...

En d'autres termes, ne prenez pas le symptôme – la maladie telle qu'elle se manifeste, psychologiquement ou physiquement, dans le corps – pour la cause, laquelle est la décision prise dans notre esprit de croire à l'ego plutôt qu'au Saint-Esprit, à savoir de choisir la séparation plutôt que l'unité, la culpabilité plutôt que l'amour.

(1:1) ...de même ne pense pas que la maladie est à part et séparée de ce qui doit être sa cause.

Revoilà notre vieil ami, le principe que *les idées ne quittent pas leur source*. Ici Jésus se réfère aux symptômes. La maladie n'est pas à part ou séparée de sa cause, laquelle se trouve dans l'esprit et *seulement* dans l'esprit. C'est la raison pour laquelle il est si important d'avoir toujours une compréhension sous-jacente de la métaphysique d'*Un Cours en Miracles* ; autrement vous vous méprendrez au sujet de ce qu'il dit à propos du monde : son but et sa prétendue réalité. Vous penserez que le pardon et la guérison ont quelque chose à voir avec le monde ou les corps. Ces erreurs ne conduiront qu'à vous fourvoyer. Il n'y a, littéralement, aucun monde parce que *les idées ne quittent pas leur source*.

(1:2) Elle est un symbole [la maladie, les symptômes corporels], une ombre d'une mauvaise pensée qui semble avoir une réalité et être juste, selon l'usage du monde.

L'idée d'*ombre* est une idée importante dans le Cours, et elle se retrouve tout au long du texte. Le monde n'est rien d'autre qu'une ombre de notre culpabilité. Beaucoup d'entre vous sont conscients de l'importante section « Les deux mondes » à la fin du Chapitre 18 (T-18.IX), où Jésus parle du monde et du corps comme étant des ombres de la culpabilité – ils font simplement ce que la culpabilité leur dit de faire. De notre expérience de vie, nous savons qu'une ombre n'a pas de substance. Vous marchez dehors et vous voyez l'ombre d'un arbre sur le sol. Nous pouvons regarder l'arbre comme la réalité dans le monde, et ainsi, l'ombre serait seulement l'absence de lumière causée par l'arbre lui-même. L'ombre n'a aucune substance ; elle n'est rien. C'est la raison pour laquelle Jésus utilise le terme *ombre* à travers le Cours ainsi que dans cet opuscule.

Notre maladie est une ombre. C'est une projection d'une pensée mauvaise qui semble avoir une réalité, et cette pensée mauvaise est la croyance que *nous* sommes mauvais – « la demeure du mal, des ténèbres et du péché » (W-pI.93.1:1) – à cause de ce que nous avons fait. Nous avons détruit Dieu, de façon égoïste et irresponsable, et avons crucifié son Fils, le Christ, de façon à ce que nous puissions avoir ce que nous voulons. Quand vous pensez au

mot *péché*, il est utile de le rapprocher du mot égoïsme parce que c'est un terme avec lequel nous sommes tous familiers aujourd'hui. Le péché dit fondamentalement ceci : « Je n'en ai rien à faire de Dieu, je veux ma vie. Et si ma vie doit être obtenue au détriment de Dieu, qu'il en soit ainsi ! J'aurai ce que je désire. Je veux avoir une existence séparée. Je veux être libre de Lui. Je veux être autonome. Je veux être indépendant. Je veux des pensées qui me soient propres, et non pas liées à Lui. Je veux être libre d'aimer, selon ma façon. Je ne veux pas que cela ait quoi que ce soit à voir avec Lui. Je n'apprécie pas cette histoire comme quoi les idées ne quittent pas leur source. J'aime avoir ma propre identité. Et je n'en ai rien à faire si cela provoque des dommages. Je n'en ai rien à faire si cela détruit le Ciel. J'obtiendrai ce que je veux parce que je le veux ! »

Voilà le péché d'égoïsme, et c'est la manière dont nous vivons tous ici. Cela plonge au cœur de la particularité. Je ne me soucie pas de la manière dont j'utilise les autres tant que mes besoins – mes besoins physiques et mes besoins émotionnels – sont satisfaits. Naturellement, cela fait un meilleur effet si j'habille tout cela de termes spirituels et religieux et lui donne une sorte de contexte. Mais tout ce que je fais c'est d'essayer de déguiser ce que je suis en train de faire. C'est mon cannibalisme égoïste qui veut prendre à l'extérieur et l'amener à l'intérieur, parce que c'est ce dont j'ai besoin et c'est ce que je veux. Et je n'en ai rien à faire de qui souffre ; tout ce qui m'importe c'est d'obtenir ce que je veux. Voilà la vraie culpabilité. Voilà la pensée que nous étiquetons comme mauvaise et pécheresse. Et voilà ce qu'est la maladie : une ombre de cette pensée.

(1:3) Elle [la maladie] est une preuve extérieure de « péchés » intérieurs, et elle témoigne de pensées de non-pardon qui blessent et qui voudraient meurtrir le Fils de Dieu.

Nous pouvons voir ici, comme nous le verrons encore et encore – et bien entendu à chaque page du Cours – comment Jésus redéfinit le problème. Il nous dit qu'il n'est pas à l'extérieur ; il est dans nos esprits. Nous *voulons* penser qu'il est extérieur, et c'est ainsi que nous avons brillamment, au fil des siècles et des millénaires, défini les maladies et en sommes venus à comprendre la maladie : d'où elle vient, pourquoi elle se produit, comment elle se produit et comment la traiter – ce qui est exactement ce que l'ego veut. Ainsi, toute notre attention est focalisée sur le monde et le corps – vous voyez le mot *maladie* tout en bas du rectangle sur le schéma. Tout ceci est une façon déguisée, très habile et intelligente, de protéger ce à quoi *Un Cours en Miracles* fait référence en tant que « le rêve secret » (T-27.VII.11), lequel est la véritable maladie. C'est là que se trouve la culpabilité – là où se trouve le prétendu mal dans nos esprits. Et c'est seulement quand nous la ramenons à sa source dans nos esprits que nous pouvons réaliser ce qui se trouve dans nos esprits, et constater que tout a été inventé.

À nouveau, nous définissons assez librement la maladie comme étant la cause qui me met dans un état d'inquiétude et de perte de paix, que ce soit parce que j'ai un organe malade, des douleurs dans le corps ou des maux psychiques à cause de ce qu'une personne m'a fait, ou à cause d'un souvenir, de l'interprétation d'un événement ou à cause d'une relation. Toutes ces choses sont la preuve que j'ai fait quelque chose de mal pour lequel je mérite d'être puni. Rappelez-vous, le système de pensée de l'ego repose sur ce rêve secret qui dit que Dieu exercera Sa vengeance sur nous à cause de ce que nous Lui avons fait. Et nous portons cette culpabilité avec nous dans le rêve du monde. Nous pensons que nous l'avons enfouie dans nos esprits, mais ce que nous avons enfoui nous accompagne. Freud nous a aidés à voir que ces démons ne sont pas inexistantes ; ils existent en nous, et plus nous essayons de les dissimuler et plus ils sont encore là. Ainsi, nous ne serons jamais heureux ou en paix jusqu'à ce que nous

exhumions les démons et domptions les « bêtes sauvages », comme les vit Freud, pour emprunter à l'analogie de Platon concernant les chevaux sauvages.

Nous portons donc cette culpabilité avec nous – la pensée qui dit que nous méritons d'être punis. Quand, alors, nous deviendrons malades, ou que quelque chose ira mal dans nos corps ou dans nos vies, notre ego l'interprétera comme le châtement de Dieu. Jean Calvin a bâti une religion sur l'idée que Dieu punit ceux qui sont des pécheurs. Et vous savez que vous êtes un pécheur par le fait que quelque chose va mal dans votre vie – que vous n'êtes pas riches, par exemple. Les gens du New Age font exactement la même chose que les Calvinistes. Ils disent qu'il y a quelque chose qui cloche chez vous si vous êtes malades. Ce qu'ils ne réalisent pas, c'est qu'à l'évidence il y a quelque chose qui cloche chez vous si vous êtes malades, mais c'est que *tout le monde est malade*. Les gens sains, en bonne santé, ne viennent pas ici. Les gens malades viennent ici parce que leur maladie est la croyance qu'ils sont séparés de Dieu. Plutôt que de stigmatiser certains individus de l'espèce comme étant des pécheurs, des ratés ou de mauvaises personnes à cause de ce qui leur arrive ou de ce qui arrive à leur vie, nous devrions généraliser cela pour réaliser qu'il y a quelque chose qui ne va pas avec *chacun*, que votre vie aille bien ou pas, d'après la société. Les corps *ne* sont *jamais* en bonne santé. Les corps meurent toujours. Freud a aussi dit que dès le moment où vous êtes né, vous vous préparez à la mort. Il pensait cela autant sur le plan biologique que psychologique. Chacun est donc ici malade, sans qu'il faille tenir compte du bon état de santé de votre corps. Un corps ne peut pas être en bonne santé, parce qu'un corps n'est rien, comme nous le verrons d'ici peu.

La maladie ne vient pas du corps. Ce n'est pas le corps qui a besoin d'être guéri. La *croyance dans la mort* est le problème, et non pas le fait que les corps meurent. Le corps ne meurt pas, parce que le corps ne vit pas. Cela ne signifie pas, toutefois, qu'il est immortel. Il ne vit pas ! Comment le rien peut-il vivre ? Comment le rien peut-il mourir ? La mort est une *pensée*, comme *Un Cours en Miracles* nous l'enseigne encore et encore. C'est une pensée qui a son origine dans la croyance que Dieu mourut afin que je vive, et maintenant il me faut mourir afin qu'Il puisse vivre. Voilà l'interprétation de l'ego concernant la mort physique : c'est la vengeance de Dieu. Mais que le corps vive ou meure, la pensée de la mort est, de toute façon, avec vous. Ce n'est pas au corps qu'il nous faut faire appel ; ce n'est pas le corps qui doit être guéri ; ce n'est pas le corps qui doit être aidé. C'est l'esprit qui doit être aidé, mais vous ne pouvez pas aider un esprit si vous ne croyez pas qu'il existe.

Cela est la seule chose positive que quelqu'un puisse dire à propos de la maladie. Elle appelle votre attention sur un problème, et quand vous demanderez véritablement de l'aide à Jésus, il vous aidera à comprendre que le problème ne se trouve pas dans le corps – suite à ce qu'une autre personne ou un agent pathogène a fait pour vous blesser ou vous rendre malade. Le problème se trouve dans votre processus de décision. Il a déraillé ; vous avez fait le mauvais choix. Voilà le problème. Une fois que nous reconnaissons qu'il y a un problème et que nous ne pouvons pas en tenir quelqu'un d'autre responsable ou chercher une solution à l'extérieur de nous-mêmes, le corps devient un instrument très utile – mais pas parce que le corps est tant soit peu important. Il n'est pas important. Il n'a rien de terrible. Il n'est rien. Il est simplement un outil sur lequel nous projetons, et une fois que nous avons projeté sur lui, nous pouvons nous rappeler que l'ego parle en premier et qu'il a tort (T-5.VI.3:5; 4:2). Nous reconnaissons ainsi qu'il y a un problème pour lequel nous avons besoin d'aide, et que cette aide consiste à aller à l'intérieur de nos esprits, là où Jésus ou le Saint-Esprit sont. L'aide qu'ils offrent est ce qu'est la guérison, laquelle consiste à nous enseigner que le corps malade – l'organisme malade auquel nous nous identifions – est simplement une ombre de la croyance dans le mal que nous avons rendu réel dans nos esprits. En comprenant cela, nous pouvons maintenant

faire quelque chose à propos du problème, parce que nous prenons conscience que le problème n'est pas extérieur ; le problème est intérieur. Comme l'affirme le début du Chapitre 21, le monde est « l'image extérieure d'une condition intérieure » (T-21.1:5). Ce qui est à l'extérieur nous dit ce qui est à l'intérieur. Nous avons un enseignant dans nos esprits qui guidera notre vision à partir de l'extérieur – là où les organes sensoriels l'ont mise – pour la ramener à ce qui est à l'intérieur, dans notre esprit. Voilà ce dont parle Jésus ici. À nouveau, quand le corps est malade ou quand il est en souffrance, notre ego parle en premier et interprète cela de la manière suivante : vous n'avez que ce que vous méritez !

Quand Jésus décrit le rêve du monde, comme il le fait vers la fin du Chapitre 27, il en parle comme d'un meurtrier qui est là et qui veut que votre mort soit « longue et lente » (T-27.VII.12:1). C'est ce que le corps fait et c'est la manière dont il meurt. À partir du moment où nous sommes nés, notre mort est inévitable, mais elle est lente. C'est ce qu'un tortionnaire aime faire. Il ne désire pas mettre fin rapidement à votre vie ; il veut que vous payez pour votre crime, votre péché, votre injustice. Et c'est ce que nous croyons que Dieu fait quand nous croyons qu'Il a fait le corps. Il imagine notre mort, mais elle sera longue, lente et très douloureuse. Naturellement, ce que nous faisons avec tout ce qui est dit ce n'est pas Dieu Qui le fit. *Vous* l'avez fait – quelqu'un ou quelque chose est responsable de ma maladie. Je ne suis donc pas puni pour *mon* péché, c'est *votre* péché qui cherche à me faire souffrir. Une fois que je le perçois ainsi – et nous sommes nés pour le percevoir ainsi – je souffrirai volontiers. Je serai volontiers maltraité et persécuté. J'embrasserai, chérirai et serrerai fortement dans mon cœur la manière dont j'ai été abusé, incompris et injustement traité tout au long de ma vie. Je souffrirai volontiers jusqu'à dire : « Regarde-moi, frère, par ta main je meurs » (T-27.I.4:6). Et cela signifie que Dieu *vous* punira quand Il verra *mon* corps souffrant, abusé et persécuté – que ce soit mentalement ou physiquement. Cette souffrance pointe un doigt accusateur vers quelqu'un et dit : « Tu as fait ceci ! » Et dans mon raisonnement magique et insane, je crois que Dieu m'écouterà et suivra mon doigt accusateur qui vous désigne directement. Ensuite, Il *vous* punira.

Ainsi, la souffrance, la maladie (le mal a dit), la douleur, sont des ombres. Elles sont comme un voyant rouge qui dit que le péché est ici et, découlant du but de l'ego concernant la fabrication du monde – l'accomplissement de son souhait – je verrai le péché reposant en vous ou dans quelque chose, dans quelque agent extérieur, plutôt qu'en moi. C'est la raison pour laquelle :

(1:4-5) La guérison du corps est impossible, et ceci est démontré par la nature brève du « remède ». Le corps doit cependant mourir, et ainsi sa guérison ne fait que retarder son retour à la poussière, d'où il est né et où il retournera.

C'est la raison pour laquelle les gens aiment que la vie dure de plus en plus longtemps. Et dans notre société, c'est maintenant une priorité. Autrefois, c'était vraiment quelque chose de parvenir à l'âge de quarante ou soixante ans. De nos jours, quatre-vingt ans n'est plus rien. Les gens veulent parvenir à cent ou cent dix ans, et même cent vingt ans. Les gens veulent vivre pour toujours. Quelle en est la raison ? Parce que nous voulons duper le Moissonneur. Nous voulons duper Dieu. Et tout ce que nous réussissons à faire, c'est rendre la mort réelle parce que nous essayons de tricher avec elle. Nous rendons la culpabilité réelle en essayant de nier qu'il y a de la culpabilité, parce que si je ne meurs pas, cela signifie que Dieu ne m'a pas trouvé et ainsi je reste dans ce corps. Pourquoi quelqu'un qui est sain veut-il rester dans ce corps ? Celui-ci n'est pas notre chez-nous. Comme le dit le Cours, celui-ci est un simulacre, une parodie de la merveilleuse création de Dieu : le *Christ* en tant qu'esprit, et non pas en tant

que corps (voir T-24.VII.1:11; 10:9). Le corps est le foyer de la culpabilité, non celui de l'amour. C'est ce que Jésus dit ici. « La nature brève du "remède" » fait référence à notre prétendue guérison de la maladie ; mais, au bout du compte, le corps meurt – en tant que preuve que le système de pensée de l'ego concernant le péché, la culpabilité et la peur, est vivant et juste, et, par-dessus tout, vrai.

Partie III - « La cause de la maladie » (S-3.I) (suite)

(2:1) La cause du corps [le corps est l'effet] est le non-pardon du Fils de Dieu.

Jésus ne parle même pas ici d'un corps malade, dans le sens de ce qu'on désigne habituellement par maladie. *Le corps lui-même est causé par le non-pardon du Fils de Dieu.* Qu'est-ce que le non-pardon ? La culpabilité et l'attaque. Je projette ma culpabilité et ainsi je ne donne pas mon pardon à toute chose vivante. Ceci est l'attaque. Et ceci est la cause du corps. Une fois de plus, *les idées ne quittent pas leur source.* Le corps est l'incarnation d'un système de pensée de péché, de culpabilité et de peur – l'expression de la pensée de séparation. Il n'a aucune existence en dehors de cette pensée. Le corps est une *ombre*, et puisque les ombres n'ont aucune substance, c'est une ombre de rien.

Cependant, les petits enfants peuvent changer les ombres en quelque chose de réel. Un petit enfant, la nuit dans son lit, peut entendre le vent faire du bruit dans les arbres, ou voir les ombres, causées par les branches de l'arbre, se balancer dans le vent. L'enfant projette toute sa peur et toute sa culpabilité sur les ombres et pense alors qu'il y a des voleurs qui rôdent, ou des tueurs, ou des extra-terrestres. Ceci est très, très réel pour l'enfant. Mais les ombres ne sont pas réelles. Elles ne sont rien, mais sur ce rien nous projetons quelque chose que nous pensons être réel et qui a une substance. Nous prenons la culpabilité qui est dans notre esprit et qui vient de la croyance que nous nous sommes séparés de Dieu, et nous la projetons dans un corps. Tout d'un coup, le corps devient donc l'incarnation de la pensée de séparation. C'est la forme donnée à la pensée de séparation. Et c'est une pensée de péché et de culpabilité. Je prends donc cette pensée de péché et de culpabilité qui est dans mon esprit et qui se manifeste dans l'ombre de mon corps et je m'en débarrasse rapidement en la projetant. C'est la raison pour laquelle, quand nous avons fait notre rêve collectif – que nous avons tous fait en tant qu'un seul Fils – nous l'avons fait de façon à ce qu'il y ait des parents. (Nous ne discuterons pas des autres espèces ou des prétendues formes de « vie », pas plus que des formes de « non-vie ». Nous nous en tiendrons à l'Homo sapiens.) Pourquoi avons-nous fabriqué notre rêve avec des parents ? C'était notre rêve, si bien que nous n'avions pas besoin de parents. Mais nous l'avons fait ainsi parce que nous avions besoin d'un corps afin de pouvoir y projeter notre culpabilité. Ainsi, mon corps et sa condition deviennent maintenant l'effet de *votre* culpabilité et de *votre* péché, et non du mien. C'est ce dont Jésus parle ici.

(2:2) Il [le corps] n'a pas quitté sa source [le non-pardon, la culpabilité dans l'esprit], et dans sa souffrance, dans son vieillissement et dans la marque de la mort qu'il a sur lui, ceci est clairement démontré.

Pourquoi pensez-vous que les gens veulent vivre longtemps ? Pourquoi pensez-vous que les gens veulent se débarrasser de la souffrance, en dehors de la raison évidente de ne pas vouloir

être dans la souffrance ? C'est pour montrer que mon corps continue de vivre ; et si mon corps continue de vivre encore et encore, et que je sois libéré de la souffrance, alors je peux montrer qu'il n'y a aucune culpabilité. Mais tout ce que j'ai fait, puisque *les idées ne quittent pas leur source*, c'est d'enfourer la culpabilité. J'ai mis un autre voile sur le rêve secret de façon à ce que je ne m'en approche jamais. Cela fait partie de la stratégie de l'ego de garder intacte la pensée de séparation et de se débarrasser de la culpabilité de façon à ce que quelqu'un d'autre en soit redevable et responsable, c'est-à-dire que quelqu'un d'autre soit puni pour mon péché. Ce qui est si intéressant quand on considère les relations dans le monde, c'est de voir que nous faisons tous la même chose les uns avec les autres, essayant désespérément de prétendre que nous ne faisons rien de cela. Nous essayons tous de nous voir comme les victimes innocentes du péché des autres gens.

Ainsi, je garde mon soi séparé, et je subis joyeusement l'abus et la persécution de façon à ce que je puisse pointer un doigt accusateur et dire : « Tu m'as fais ceci. » Je te fais ceci, tu me fais ceci, et voilà la relation particulière dont Jésus parle tant dans le texte. Ces types de relations ne sont pas très jolis, évidemment. Nous essayons de les habiller de jolis rubans et de papier cadeau, mais elles ne sont pas très jolies, parce qu'elles ont toutes trait au vol, au cannibalisme et qu'elles cherchent égoïstement à extraire de quelqu'un d'autre la vie dont nous croyons manquer. C'est ce que nous fîmes originellement avec Dieu, et c'est ce que nous faisons chaque fois que nous rencontrons un autre corps. Et une partie de notre rêve fait appel à des micro-organismes (des virus ou des bactéries) afin que nous puissions les blâmer d'envahir notre espace et de cannibaliser notre chair.

Rappelez-vous, ceci est un rêve, et Freud nous a aidés à comprendre que les rêves sont intentionnels. Ils ne font pas que se produire. Dans la première partie de *L'Interprétation du Rêve*, il donne un aperçu historique de la manière dont les gens ont considéré les rêves. Il nous montre que les rêves accomplissent un but. En élargissant tout ceci au niveau macrocosmique, nous pouvons voir que le rêve de l'univers physique – le cosmos tout entier – sert un but. *Un Cours en Miracles* nous aide à comprendre, comme aucune autre spiritualité ne l'a jamais faite, le but que le monde physique sert, et par conséquent le but que notre naissance individuelle et notre vie dans le monde physique servent. Ce n'est pas un but très joli. Il consiste à garder ce que nous avons volé, à en blâmer quelqu'un d'autre et à lui en faire porter la responsabilité, et au bout du compte, à le punir pour cela.

Un autre principe très important de l'ego, qui s'intègre dans tout ceci, est celui de l'un ou l'autre. C'est soit Dieu soit moi. Si Dieu vit, je ne vis pas, parce qu'en Dieu, je n'ai pas de vie indépendante. Si tout ce qui est est Dieu – Amour et Unité – alors comment pourrait-il y avoir un être individuel, particulier, unique, autonome, libre et indépendant ? Cela ne peut pas se faire. Toutefois, si je veux être cet être individuel, particulier, unique, autonome, libre et indépendant, l'Unité de Dieu doit être sacrifiée. *C'est l'un ou l'autre*. Voilà le principe fondamental et la trame sur lesquels le monde entier fut formé. Nos vies ont pour fondement *l'un ou l'autre*. Je veux survivre, et cela signifie que ça doit l'être à tes dépens. Si je dois garder ma séparation mais être sans péché, alors tu dois être *pécheur*. Ce que je te donne, je ne l'ai plus ; *tu l'as*. Cela est la nature du monde, et c'est ce dont Jésus parle ici.

À nouveau, « Il [le corps] n'a pas quitté sa source, et dans sa souffrance, dans son vieillissement et dans la marque de la mort qu'il a sur lui, ceci est clairement démontré. » Jésus nous dit de ne pas faire du corps quelque chose de merveilleux, de glorieux et de saint. Il ne l'est pas. Dieu n'a rien à voir avec lui. Le Saint-Esprit utilise le corps afin de servir un but saint, mais le corps lui-même n'est rien. Il fut fait pour être le foyer, dans la forme, du

mal, des ténèbres et du péché (W-pI.93.1:1), et c'est exactement ce qu'il dit ici. Le corps fut fait pour être la preuve ultime que la séparation d'avec Dieu s'est produite.

Cela est la raison pour laquelle personne n'aime réellement ce cours, en dépit de ce que les étudiants disent. Comment pourriez-vous aimer un cours qui vous dit que non seulement vous n'existez pas, mais que dans la faible et fragile existence que vous pensez avoir, vous êtes un meurtrier vicieux et cannibale ? Cela ne fait pas de vous une personne aimable. Comment donc pourriez-vous aimer un cours qui vous dit cela ? Et vous devez passer à travers cette partie du Cours pour parvenir à sa fin ultime, qui est de réaliser que, comme la Leçon 93 le dit : « La lumière, la joie et la paix demeurent en moi. » Vous ne pouvez pas parvenir à la lumière, à la paix et à la joie tant que vous n'êtes pas passés à travers le mal, les ténèbres et le péché. Ensuite, vous aimerez ce cours. En fait, à ce moment-là, vous n'aurez plus besoin du Cours.

(2:3) II [le corps] semble effrayé et fragile à ceux qui pensent que leur vie est liée à ses directives et dépendante de son instable et petite respiration.

En dépit de ce que tous les métaphysiciens dans le monde d'*Un Cours en Miracles* pensent, ce que vous croyez vraiment, c'est que nos vies sont très étroitement liées à ce corps. Voyez seulement ce qui se passerait si votre approvisionnement en oxygène était stoppé pendant une minute. Toutes vos idées spirituelles passeraient très vite par la fenêtre. Ainsi, ce que Jésus nous dit en réalité, comme dans plein d'autres endroits du Cours, c'est que nous ne devrions pas *prétendre* que nous ne sommes pas des corps : « Ne me dites pas que vous croyez vraiment ce que je vous dis. Le croire vraiment signifie que vous êtes au bout du voyage, au sommet de l'échelle. Mais pour le moment vous pensez que vous êtes un corps ; considérons donc que vous êtes un corps. N'essayez pas de nier ce que votre corps est. »

(2:4-6) La mort les regarde fixement tandis que chaque moment glisse irrévocablement entre les doigts de leurs mains, qui ne peuvent pas les retenir. Et ils sentent la peur alors que le corps change et tombe malade. Car ils sentent la lourde odeur de la mort sur leur cœur.

Ceci est une manière littéraire de dire ce que Freud et d'autres gens ont dit, à savoir que dès le moment de la naissance, nous nous préparons à mourir. Plus tard dans sa vie, Freud a commencé à parler de l'*instinct de mort*, parce qu'il reconnaissait qu'il manquait quelque chose à sa théorie.

Ainsi, ce que Jésus fait ici consiste à nous aider à reconnaître que le corps existe vraiment. Comme beaucoup d'entre vous le savent, *Le Chant de la Prière* fut écrit après que le Cours fût d'abord publié, et il avait pour intention d'être une correction pour les erreurs flagrantes que les étudiants faisaient déjà. La principale mauvaise compréhension que cet opuscule a eu, à l'origine, pour but de corriger, avait trait à ce que pouvait signifier la demande au Saint-Esprit – ce que la prière est véritablement. C'est le sujet du premier chapitre. Le second chapitre aborde le pardon et dévoile le plan de l'ego concernant *le pardon-qui-détruit*, pardon dont il est fait référence à travers le Cours, bien que ce terme ne soit jamais utilisé excepté dans cet opuscule. Il essaye de nous aider à prendre conscience de ce que le pardon est vraiment et ce qu'il n'est pas, et il fait la même chose ici dans le troisième chapitre sur la guérison.

Beaucoup d'étudiants, à cette époque, demandaient, et les étudiants d'aujourd'hui (lesquels, naturellement, peuvent être imaginés comme faisant vraiment partie de cette époque naissante du Cours) demandent encore au Saint-Esprit de les guérir. Jésus essaye d'expliquer : « Ne me demandez pas de guérir le corps. Comment puis-je guérir quelque chose qui n'existe pas ? Ne faites pas de moi quelqu'un d'aussi insane que vous. Demandez-moi de vous aider à guérir votre esprit, parce que c'est le problème. » Et n'essayez pas de nier le but pour lequel le corps fut fait. Il vint à partir d'une pensée de mort et il est par conséquent une pensée de mort : *les idées ne quittent pas leur source*. Les corps changent et ils s'affaiblissent, se détériorent et meurent parce qu'ils proviennent d'une pensée de culpabilité. Nous avons cru avoir tué Dieu et Il va nous punir. C'est cette pensée qui doit être défaire, pas le corps.

Partie IV - « La cause de la maladie » (S-3.I) (suite)

(3:1) Le corps peut bénéficier de la guérison en tant qu'effet du véritable pardon.

Ceci dit, Jésus ne parle pas ici du corps physique. En d'autres termes, les symptômes disparaîtront quand la culpabilité s'en ira ; mais il est en principe possible que la culpabilité s'en aille et que les symptômes physiques soient encore présents. Toutefois, ils ne sont plus une « maladie », parce que les symptômes servent maintenant un but différent, quel que puisse être ce but. Ne définissez pas la maladie par le symptôme. Ce sur quoi vous voulez vous concentrer, ce n'est pas l'amélioration de votre symptôme comme preuve que ce cours marche. Ce sur quoi vous voulez vous concentrer, c'est l'amélioration de votre culpabilité, qui ne peut se produire que quand vous reconnaissez que la culpabilité est votre choix et que vous comprenez pourquoi vous l'avez choisie, de façon à ce que vous puissiez alors faire un choix plus approprié – en défaveur de la culpabilité et en faveur de l'Expiation. Le corps est guéri quand vous ne projetez plus votre culpabilité sur lui.

(3:2-4) Seul cela peut donner le souvenir d'immortalité, lequel est le don de la sainteté et de l'amour. Le pardon doit être donné par un esprit qui comprend qu'il doit voir par-delà toutes les ombres portées sur la sainte face du Christ, parmi lesquelles la maladie devrait être perçue comme l'une d'entre elles. Rien que cela [ne vois pas dans la maladie autre chose qu'une ombre] : le signe d'un jugement fait par un frère sur un autre frère, et du Fils de Dieu sur lui-même.

Je place d'abord un jugement sur moi-même. Je me juge comme coupable à cause de ce que j'ai fait à Dieu. Je projette ensuite cette culpabilité à l'extérieur et je vous juge maintenant et je vous blâme à cause de la responsabilité que je ne peux pas accepter en moi-même, laquelle concerne la décision d'être séparé.

3:5) Car il a damné son corps en tant que sa prison, et il a oublié que c'est lui qui lui a donné ce rôle.

C'est une phrase très très importante. Le « lui qui lui a donné ce rôle » n'est pas le « je » que je pense être. C'est celui auquel on se réfère en tant que décideur. C'est la partie de mon esprit qui prend les décisions et qui, à propos de la séparation, a choisi de croire dans l'interprétation de l'ego plutôt que dans celle du Saint-Esprit ; et ensuite, ce qui s'en est suivi, c'est que toute

chose que l'ego nous a dite nous l'avons acceptée comme une parole d'évangile : non seulement je me suis séparé, mais j'ai péché ; non seulement j'ai péché, mais je devrais me sentir coupable ; non seulement je suis coupable, mais je devrais être puni pour mon péché. Et afin d'échapper au châtement, l'ego nous dit rapidement : « Quitte l'esprit, projette la culpabilité à l'extérieur, fait un monde et un corps ; garde ta séparation, oublie d'où elle est venue et donne la culpabilité à tous les autres. » Et ensuite, j'ai oublié que j'ai fait cela. C'est la raison pour laquelle nous parlons de ce voile d'oubli. Je crois maintenant que je suis pris dans ce corps comme dans une prison. J'y suis piégé. Et si je crois que je suis enfermé dans mon corps, je croirai que la délivrance et la liberté viendront quand je quitterai le corps. C'est la raison pour laquelle il y a aussi cette phrase très très importante dans le Chapitre 27 : « Il y a un risque de penser que la mort est la paix » (T-27.VII.10:2). Les gens pensent ainsi : « Quand je me libère de mon corps, lors de ma mort, alors je suis libre, je suis libéré. » Eh bien, détrompez-vous. Vous êtes dans la même prison de culpabilité dans laquelle vous étiez avant que vous ne « mouriez ». Ou bien, quelquefois cela prend une autre forme : « Oui, mon corps est une prison, mais je peux l'habiller joliment. Je peux y mettre des fleurs et peindre les barreaux et faire toutes sortes de jolies choses, et je peux transformer cette prison en quelque chose de merveilleux – de si merveilleux que je ne voudrai jamais la quitter. » Tout ceci n'est simplement qu'une tentative pour dissimuler la culpabilité dans mon esprit de façon à ce que je n'y revienne jamais pour la dévoiler.

Demander de l'aide à Jésus, c'est lui demander de regarder la culpabilité en vous, et non pas en quelqu'un d'autre où vous l'avez placée. Ramenez la culpabilité dans votre propre esprit ; reconnaissez finalement que vous avez un esprit ; comprenez le but que l'esprit divisé sert ; comprenez le but que la culpabilité sert ; comprenez le but que le monde sert. C'est seulement alors que vous serez capable de changer le but, de la culpabilité en sainteté, du péché en salut, de la haine en amour, de l'ego en Dieu, du monde en Ciel, du corps en esprit – que des termes différents pour décrire le même processus.

Et pour revenir à la troisième phrase : « Le pardon doit être donné par un esprit qui comprend qu'il doit voir par-delà toutes les ombres portées sur la sainte face du Christ, parmi lesquelles la maladie devrait être perçue comme l'une d'entre elles. » Ce pardon peut seulement se produire à travers ma compréhension du but que le non-pardon a servi dans ma vie, à la fois en gardant réelle la pensée de séparation, comme en la protégeant de tout défaire en la projetant sur d'autres.

Le monde est littéralement une ombre de la pensée de culpabilité se trouvant dans nos esprits. Nos corps individuels sont littéralement des ombres de la pensée de culpabilité se trouvant dans nos esprits. Ce n'est pas l'ombre qui a besoin d'être guérie. Ce n'est pas l'ombre qui doit être changée. Ce n'est certainement pas l'ombre qui doit être attaquée. C'est la culpabilité qui doit être examinée dans nos esprits. La seule valeur que le monde et notre vie dans un corps servent tient dans la valeur consistant à ramener notre attention à l'intérieur. Ainsi, à nouveau, nous reconnaissons que « le monde est l'image extérieure d'une condition intérieure. » J'ai besoin du monde parce que je ne sais pas qu'il y a une condition intérieure. J'ai besoin du monde comme le seul véhicule que j'ai – ce à quoi Freud faisait référence, en ce qui concerne le rêve nocturne, comme à « la voie royale ». Il disait que le rêve est « la voie royale pour comprendre les activités de l'esprit inconscient. » Jésus dirait la même chose. Le rêve qu'est le monde, ou le rêve qu'est le corps, est « la voie royale » pour comprendre les activités de l'esprit inconscient. Et quelles sont ces activités ? Ce sont les décisions continues de séparation et de culpabilité.

Ainsi, en en venant à comprendre comment je me suis séparé de vous, comment j'utilise ma maladie pour accomplir le gain secondaire consistant à vous rendre responsables à ma place, à vous manipuler afin de prendre soin de moi et de me prendre en pitié, et en même temps à me sentir coupable en comprenant tous les buts pour lesquels j'ai utilisé le corps, et particulièrement celui pour lequel j'ai utilisé la maladie, je peux alors reconnaître que toutes ces choses sont les projections d'un but intérieur : le besoin intérieur de me voir comme étant séparé. Cela est la maladie originelle, mais je veux en tenir tous les autres responsables.

Quand vous commencez donc à examiner la maladie soit en vous-même soit chez les autres, vous voulez la voir dans le contexte plus important du but de l'ego concernant les rêves de persécution. Nous avons fait le corps pour qu'il nous fasse défaut, tout comme les constructeurs construisent des voitures pour qu'elles tombent en panne afin qu'on les ramène afin qu'elles puissent être réparées. Si nous pouvions mettre un homme sur la lune, vous pensez que nous pourrions faire un véhicule qui n'ait pas besoin d'être réparé, mais nous ne le faisons pas. Ainsi, nous avons fait le corps pour qu'il nous lâche. Et il est évident que le corps lâche si vous ne le nourrissez pas, si vous ne lui donnez pas d'eau, si vous ne l'habiliez pas, si vous ne le divertissez pas, etc. Pourquoi avons-nous fait un corps de cette façon ? Il est un rêve. Vous pouvez faire un rêve de la manière que vous voulez – nous faisons ainsi chaque nuit. Nous avons fait notre rêve de cette façon parce que nous voulons que le corps soit l'instrument de persécution aux mains de quelqu'un d'autre ou de quelque chose d'autre – les pouvoirs et les forces mentionnés plus haut et qui sont au-delà de notre contrôle.

Vous devez comprendre votre vie dans un corps, et particulièrement la maladie de votre corps, dans le contexte de cette perspective métaphysique plus large qui nous aide à comprendre le but : le but que le monde sert, et le but que le corps sert, tout autant que tout ce qui se rapporte au corps. Pour le dire d'une autre façon, la maladie – que ce soit avec des symptômes physiques ou psychologiques – représente les relations particulières. J'ai une relation très particulière avec mon corps malade et avec ma psyché malade. Je les aime parce qu'ils me permettent d'obtenir ce que je veux. J'utilise ma relation particulière avec mon corps afin de servir mes relations particulières avec d'autres corps. J'utilise mon corps afin de rendre coupables d'autres corps de façon à ce que je leur fasse faire ce que je veux.

Tout enfant connaît l'avantage secondaire de tomber malade : vous manquez l'école ; vous obtenez beaucoup d'attention ; quelquefois maman reste à la maison avec vous si d'habitude elle n'est pas là. En tant qu'adulte, si vous n'aimez pas votre travail dans l'entreprise, vous tombez malade. Si vous avez besoin d'un jour de congé, mais que vous ne vouliez pas en être de votre poche, vous tombez malade. Il y a d'énormes avantages à tomber malade. Si vous voulez que les gens vous prennent en pitié, tombez malade, faites-vous mal, faites ce que le monde appelle une action héroïque, et tous diront : « Mon pauvre ; vois comme tu as souffert ; tu as perdu un membre, mais considère la chose merveilleuse que tu as faite. » Nous faisons des héros à partir des martyrs. Nous faisons des héros à partir des victimes. Il y a là un énorme avantage secondaire.

Il existe une raison à ce qui arrive au corps. Rien n'arrive par hasard. Il est notre rêve. Nous avons fait le corps pour qu'il nous fasse défaut, pour être une victime aux mains de pouvoirs et de forces au-delà de notre contrôle. Que le corps soit positionné de cette façon, ce n'est pas un hasard. Vous devez passer de l'effet, qui est le corps malade, à la cause, qui est l'esprit malade, et vous comprendrez la cause en comprenant le but. Nous voulons garder la séparation que nous avons volée à Dieu, mais nous voulons nous débarrasser du péché et de la culpabilité, et une des manières les plus commodes de se débarrasser du péché et de la

culpabilité consiste à tomber malade : « Il y a ce virus qui m'a attaqué, et c'est pourquoi je suis malade. »

Maintenant, ceci ne veut pas dire qu'au niveau du monde vous niez qu'il y ait des virus et des bactéries. Il y en a sûrement, mais ils sont là dans un but. Ils font partie de la même Filialité malade dont nous faisons tous partie. Nous prenons tous le rôle des victimes parce que nous sommes tous secrètement des persécuteurs. Nous prenons tous le rôle des persécuteurs parce que nous sommes tous secrètement des victimes. Ça marche dans les deux sens. Nous sommes tous des persécuteurs, mais quelqu'un nous a fait ainsi, par conséquent nous sommes la victime de la persécution de quelqu'un d'autre, et ainsi de suite.

Question : Je veux partir aujourd'hui avec de nouvelles réalités et je sens que ça va arriver, mais je suis en train de réfléchir sur la manière de me décrisper vis-à-vis de l'échec que représente le corps – de façon à ne pas en faire tout un plat.

Réponse : Une des raisons, je pense, pour laquelle il est important d'être un peu sérieux – pourquoi il est important de parler du corps de cette façon – c'est que la plupart des gens n'aiment pas en parler de cette manière. Et je pense que Jésus ne prend pas de gants dans ce cours et nous dit les choses comme elles sont parce qu'il existe une très forte tendance dans le monde à ne pas comprendre l'ego. Et il veut vraiment que nous le comprenions, parce qu'autrement nous ne serons pas capables d'effectuer un choix significatif en sa défaveur. Maintenant, le corps n'est rien au bout du compte. Voilà la « décrispation » qu'on peut en avoir : le corps n'est vraiment rien. Mais nous en avons fait quelque chose d'horrible parce que nous avons fait de nous-mêmes quelque chose d'horrible, et que jusqu'à ce que nous regardions d'abord l'horreur concernant ce que nous avons pensé, nous ne pouvons pas comprendre que l'horreur que nous avons faite n'est rien. Le Cours dit que vous devez regarder la haine. Jésus le répète en plein d'endroits. Vous devez regarder la haine avant que vous ne puissiez regarder l'amour. Vous devez regarder la haine non pas parce que la haine est réelle, mais parce que vous l'avez rendue réelle ; et ensuite, vous avez rendu la haine si haineuse et si effrayante que vous ne voulez pas la regarder. Enfin, le monde et le corps deviennent une défense contre le fait de regarder.

Partie V - « Le processus de la maladie »

Tournons-nous maintenant vers la section intitulée « Le processus de la maladie » (P-2.IV) de l'opuscule *Psychothérapie*. Le contexte de cet opuscule est, bien entendu, la psychothérapie et sa pratique. Mais personne n'a besoin d'être un thérapeute professionnel pour en tirer profit, quand bien même cela a été écrit spécifiquement pour lui. C'est un merveilleux résumé des principes de guérison du Cours (que nous avons déjà vus et que nous verrons encore) qui est essentiellement que toute maladie est une forme de non-pardon et par conséquent, toute thérapie est véritablement une forme de pardon.

(1:1) Alors que toute thérapie est psychothérapie, ainsi toute maladie est maladie mentale.

Quand Jésus dit que « toute thérapie est psychothérapie », il veut dire que toute thérapie vient de l'esprit parce que la maladie vient de l'esprit – « toute maladie est maladie mentale. » Dit d'une autre manière, tous nos problèmes sont des ombres de notre culpabilité – comme nous l'avons précédemment vu quand nous avons parlé du passage du *Chant de la Prière* – et par conséquent, toute thérapie et toute guérison consistent à défaire la culpabilité, ce qui vient à travers le pardon. Dit encore autrement, toute maladie est une expression de la croyance que mes intérêts sont séparés des vôtres. Un corollaire de cette idée est le concept de *l'un ou l'autre* : je ne me soucie pas de vous ; je me soucie seulement de satisfaire mes besoins. C'est, bien évidemment, le cœur de toute relation particulière et c'est basé sur l'idée que nous avons des intérêts séparés. Un autre aspect de ce corollaire est l'idée que je peux échapper à ce que mon ego me dit être la source de ma souffrance en balançant ma culpabilité sur vous, vous rendant ainsi pécheur et moi sans péché. C'est *l'un ou l'autre* : vous avez le péché et je ne l'ai pas. Mes intérêts sont séparés des vôtres. Je ne me soucie pas du tout de vous ; je me soucie seulement de me débarrasser de mon péché.

Une autre manière de comprendre la maladie, c'est qu'elle perçoit des intérêts séparés, lesquels commencent avec la croyance originelle que mes intérêts furent séparés de ceux de Dieu. Je ne me soucie pas de Dieu et je ne me soucie pas du Christ. Je me soucie seulement de moi – mes intérêts passent en premier. Je veux *ma* vie, et si cela signifie que Dieu doit être sacrifié et que Son Fils doit être crucifié, eh bien, c'est comme ça que ça marche ; mais j'aurai *ma* vie. Si nous définissons la maladie comme la croyance en des intérêts séparés, nous pouvons alors définir la guérison comme la croyance en des intérêts partagés, à savoir que nous avons des buts partagés. Je ne peux pas être sans péché à moins que vous ne soyez aussi sans péché. Si je crois que je suis pécheur, je ferai alors de vous un pécheur, et si je crois que vous êtes pécheur, je renforce alors ma propre croyance dans la peccabilité. Mais si je veux vraiment me rappeler mon innocence en tant que Christ, en tant que vrai Fils de Dieu, alors cette innocence doit être perçue en chacun, parce que le Fils de Dieu est un.

À nouveau, cette première phrase signifie que toute maladie est culpabilité, laquelle provient de notre croyance en des intérêts séparés. Toute thérapie et toute guérison viennent de l'esprit, parce que c'est là où se trouve la croyance. La guérison corrige la croyance en des intérêts séparés en y substituant notre reconnaissance que nos intérêts sont partagés. Comme le texte le dit : nous nous en retournons chez nous « ensemble... ou pas du tout » (T-19.IV-D.12:8) et « Dans l'arche de la paix, on entre deux à deux... » (T-20.IV.6:5)

(1:2) Elle [la maladie] est un jugement sur le Fils de Dieu, et le jugement est une activité mentale.

Jésus parle de l'esprit qui, presque toujours, n'est pas ce dont parlent les psychologues. Même quand Freud parlait de la psyché, il avait toujours un modèle biologique à l'esprit. Il a commencé en tant que neurologue et chercheur, et il a écrit un mémoire sur l'*aphasie* avant de commencer son travail psychologique. Près de la fin de sa vie, il déclara que, dans un temps futur, toutes ses recherches, ses investigations, et tout ce qu'il a amené à la surface seraient compris électrochimiquement. Quand les psychologues parlent de l'esprit, ils n'en parlent pas de la manière dont en parle *Un Cours en Miracles*. Ils en parlent en tant qu'un aspect du cerveau. À nouveau, quand Jésus parle de « l'activité mentale », il veut littéralement dire « l'activité de l'esprit », lequel est totalement à l'extérieur du corps et du cerveau.

(1:3-5) Le jugement est une décision, répétée sans cesse, à l'encontre de la création et de son Créateur. C'est une décision de percevoir l'univers tel que tu aurais souhaité le créer. C'est décider que la vérité peut mentir, et ne peut être que mensonge.

Ce sont différentes manières de décrire ce qui se passa dans ce moment ontologique et originel quand la « minuscule et folle idée » apparut surgir dans l'esprit du Fils de Dieu, et que le Fils eut le choix entre écouter la vérité du Saint-Esprit ou écouter le mensonge de l'ego. L'interprétation du Saint-Esprit de la « minuscule et folle idée » consiste à dire que la séparation ne s'est jamais produite – qu'il n'y a pas de « minuscule et folle idée ». C'est ce à quoi fait référence *Un Cours en Miracles* en tant que principe de l'Expiation. Le mensonge de l'ego est que la « minuscule et folle idée » non seulement s'est produite mais qu'elle est réelle et pécheresse, qu'elle justifie notre culpabilité, laquelle nous fait ainsi mériter un châtiment. Nous avons choisi le mensonge de l'ego afin qu'il prenne la place de la vérité du Saint-Esprit.

Inhérent à tout ceci, on trouve le jugement, le jugement, et le jugement. D'abord, nous avons jugé à l'encontre de Dieu – nous avons jugé que Son Amour ne nous était pas suffisant. Nous sommes ensuite partis et avons fait notre propre monde intérieur, et plus tard un monde physique, là où nous avons cru que nous trouverions l'amour, le bonheur, la paix et la joie dans notre existence indépendante et individuelle. Nous avons ensuite jugé à notre rencontre parce que nous nous sommes sentis tellement coupables à propos de ce que nous avons fait – nous avons dit à Dieu de S'éloigner de nous, nous avons dit que Son Amour n'était pas ce que nous voulions et qu'Il ne nous suffisait pas ; et que si cela signifiait qu'Il fût annihilé, qu'il en fût ainsi ! Ensuite, bien entendu, nous prîmes le jugement que nous avons porté sur nous-mêmes, nous l'avons projeté à l'extérieur, et maintenant nous jugeons tous les autres. C'est ce dont parle Jésus ici. L'univers que nous percevons maintenant tel que nous l'avons créé – qui est véritablement tel que nous l'avons *malcréé* – est l'univers de la séparation, du jugement, de la culpabilité, du châtiment, de la souffrance, de la douleur et, de façon ultime, de la mort. C'est l'univers de l'esprit faux. Parce que c'est l'univers qui se trouve dans nos esprits, c'est l'univers qui surgit quand nous le projetons à l'extérieur. À nouveau, c'est un monde de souffrance, de péché, de séparation, de particularité et de mort.

(1:6-7) Que peut alors être la maladie si ce n'est une expression de chagrin et de culpabilité ? Et qui pourrait pleurer si ce n'est sur son innocence ?

Voilà une merveilleuse phrase que je cite très souvent. Toutes nos larmes, nos chagrins, notre tristesse, notre solitude et toutes nos blessures intérieures ont seulement une cause : notre croyance que nous avons gâché l'innocence du Fils de Dieu quand nous nous sommes séparés de Dieu, et que jamais nous ne pourrions la retrouver. Toutes nos larmes sont pour cette innocence. Et même si elle *pouvait* revenir, nous avons le sentiment que nous ne la méritons pas parce que nous avons d'abord décidé de la détruire. C'est ce que notre culpabilité nous dit. Jésus dit que toute maladie, quelle que soit la forme dans laquelle elle est exprimée et dans laquelle nous en faisons l'expérience, n'est rien de plus qu'une ombre : une « expression de chagrin et de culpabilité ». À nouveau, toute la solitude, toute la tristesse et toute l'anxiété que nous ressentons de temps en temps dans nos vies ont pour seule cause la décision de nous éloigner de l'Amour de Dieu, décision que nous avons prise un jour, et qui se renforce continuellement.

Très souvent, la manière dont nous en faisons ici l'expérience consiste à repousser l'Amour de Jésus ou du Saint-Esprit en Leur disant que Leur Amour n'est pas suffisant pour nous : je veux l'amour de cette personne particulière ; je veux le bien-être de cette substance

particulière ; je veux tout ce que le monde peut me donner qui ne soit pas de Toi. Tout ce que nous faisons quand nous repoussons Jésus consiste à renforcer la culpabilité originelle née lorsque nous avons repoussé Dieu et que nous Lui avons dit de S'éloigner de nous parce que Son Amour n'était pas suffisant. C'est ce que nous faisons encore et encore.

Souvenez-vous, il n'y a pas de monde à l'extérieur sauf comme une ombre ou comme une projection du monde intérieur. Dans le monde intérieur, il n'y a pas de temps et pas d'espace. Le monde du temps linéaire et de l'espace n'a pas émergé avant que la projection de l'erreur ne survienne. Dans l'esprit, tout est intemporel, pas dans le sens d'éternité, mais dans le sens où il n'existe pas de temps. La pensée de péché, de culpabilité et de peur, projetée à l'extérieur, a fait surgir la linéarité, du passé, du présent et du futur.

À nouveau, ce que vous voulez être capables de comprendre est que tout ce que vous ressentez dans votre vie présente, dans votre moment présent – les souvenirs douloureux du passé, ou les choses que vous anticipez dans le futur – n'est pas ce que vous pensez. Ce sont, tout simplement, comme je l'ai expliqué plus tôt, des manières de garder votre séparation, et d'en mettre le blâme ou d'en placer la responsabilité sur quelque chose ou quelqu'un à l'extérieur de vous.

(2:1) Une fois que le Fils de Dieu est perçu comme coupable...

Tout ceci se produit avant le temps et avant le monde. Ceci se produit dans l'esprit, et cela continue à se produire. C'est la raison pour laquelle il est si important de voir que le système de pensée de l'ego est au-delà du temps. Nous le projetons dans l'instant à l'extérieur dans le temps et nous y pensons en termes de séquence, mais il est toujours là et il cherchera toujours une expression.

(2:1-2) Une fois que le Fils de Dieu est perçu comme coupable, la maladie devient inévitable. Elle a été réclamée et elle sera reçue.

Il est impossible de ne pas avoir une forme de maladie une fois que la culpabilité est rendue réelle dans l'esprit. Aussi longtemps que nous croyons que nous sommes ici dans ce monde et que nous sommes un corps, aussi longtemps que nous croyons que nous sommes la personnalité que nous avons, aussi longtemps que nous croyons que ce soi est ce que nous sommes réellement, nous serons coupables. Ce soi n'a pu qu'émerger de la croyance antérieure que nous pourrions être séparés de Dieu, que nous avons réussi l'impossible, pour lequel nos sentiments de haine de soi et de dégoût de soi sont plus que justifiés. Afin d'échapper à ces sentiments de dégoût de soi, nous croyons alors que notre seul recours consiste à les projeter à l'extérieur et à trouver la faute chez tous les autres. C'est ce que Jésus veut dire par « Elle a été réclamée et elle sera reçue. »

(2:3) Et tous ceux qui réclament la maladie se sont maintenant condamnés à rechercher des remèdes qui ne peuvent pas aider parce que leur foi est dans la maladie et non dans le salut.

Ici, Jésus fait référence à la magie. Si vous regardez en bas du rectangle du monde sur votre schéma, vous verrez *solutions/magie*. Toute tentative de résoudre un problème au niveau du monde et du corps, le Cours appelle cela de la magie, parce qu'elle ne réussira pas. Toute chose qui tente de résoudre le problème au niveau de l'esprit, le Cours appelle cela un miracle. C'est la raison pour laquelle il existe une ligne sur le côté droit de votre schéma qui

part du monde jusqu'au décideur. Cette courbe représente le processus consistant à éloigner notre attention du monde – là où l'ego l'a mise de sorte que nous puissions en blâmer les autres – pour la ramener à l'esprit auquel nous avons cherché à la soustraire.

La magie est une tentative de résoudre un problème là où il n'existe pas : c'est-à-dire dans le corps et dans le monde ; alors que le miracle résout le problème là où il n'existe pas, puisqu'il est dans l'esprit. Nous recherchons continuellement des remèdes à notre souffrance à des niveaux qui n'apporteront jamais aucune aide, parce qu'ils sont conçus pour ne pas aider. Rappelez-vous, la stratégie fondamentale de l'ego consiste à nous empêcher de changer nos esprits au sujet de l'ego. Le système de pensée de l'ego est une stratégie soigneusement organisée et réfléchi ; il est absolument génial. La peur de l'ego est qu'à un moment donné nous nous réveillons vis-à-vis de ce que nous avons fait, et que nous reconnaissons notre choix erroné, puis que nous changions nos esprits. Et à l'instant où nous choisirons à l'encontre de l'ego et en faveur du Saint-Esprit, l'ego disparaîtra, parce que tout dans l'esprit faux et dans le monde n'a littéralement aucune signification, aucune substance – ce n'est pas réel. Cela a l'apparence de la réalité seulement dans la mesure où nous y croyons.

Dans le texte, Jésus parle de la foi, mais pas de la foi au sens usuel du mot. Il parle de la foi qui est mise dans l'ego ou le Saint-Esprit (T-17.VII). Mettre notre foi dans l'ego, c'est ce qu'il décrit comme une absence de foi, parce que nous mettons notre foi dans le rien. Mais une fois que nous faisons ainsi, nous investissons notre croyance dans l'ego et l'ego semble alors réel – si réel et monstrueux, en fait, que nous devons le projeter à l'extérieur et faire un monde que nous pensons être réel. Mais comme le roi Lear dit : « rien ne sortira de rien. » Le monde n'est rien parce qu'il est sorti de rien, mais nous croyons qu'il est tout – solide, réel et très douloureux parce que nous croyons en lui. Quand nous retirons notre croyance, nous retirons notre foi et l'ego se dégonfle comme un ballon qui a vu tout son air s'échapper. L'ego a peur de cette éventualité ; par conséquent, il conclut que la façon d'échapper au caractère inévitable du changement de nos esprits consiste à nous rendre sans esprit. C'est la raison pour laquelle il existe un monde.

C'est une autre façon de comprendre le but du monde. Le but du monde consiste à nous faire oublier qu'il y a un esprit. À nouveau, pour revenir à ce dont nous avons parlé précédemment, nous oublions que l'esprit est la cause et que le monde est seulement l'effet. En faisant de nous des sans esprit – ce qui signifie qu'un voile opaque est tombé sur nos esprits – nous n'avons aucun souvenir de l'esprit et nous resterons à jamais sans esprit parce que nous avons oublié la cause. Tout ce que nous savons est ceci : mon corps est malade et j'ai besoin d'aide ; ma psyché me blesse et j'ai besoin d'aide ; je me sens seul et isolé, et j'ai besoin d'un autre corps pour me soutenir de sorte que je me sente réconforté ; mon estomac se sent vide et il fait des bruits de gargouillis, si bien que je dois le remplir avec quelque chose venant de l'extérieur ; j'ai un mauvais mal de tête, si bien que j'ai besoin de prendre une pilule qui aidera à dilater mes artères de sorte que la douleur s'en aille ; et ainsi de suite. Mais aucun de ces remèdes ne marchera parce qu'ils ne défont pas la cause. Ils ne font que s'amuser avec l'ombre, mais la cause de l'ombre reste exactement ce qu'elle était.

C'est ce dont Jésus parle ici. Nous mettons notre foi dans la maladie parce que nous ne voulons pas être sauvés. Une partie de nous qui aime notre identité individuelle, aime être unique, aime être une personne, et ne veut pas être sauvé. Le salut signifie, dans le contexte d'*Un Cours en Miracles*, que nous sommes sauvés de notre croyance dans le système de pensée de l'ego – un système de pensée d'individualité, de séparation, de particularité, etc.

Ce que Jésus essaye de faire dans cet opuscule, tout comme il l'essaye dans le Cours, consiste à nous faire reconnaître exactement ce que nous faisons et pourquoi nous le faisons ; pourquoi nous insistons avec tant d'entêtement à avoir raison et pourquoi nous insistons que nous savons et que le Saint-Esprit ne sait pas, ou que ce que sait le Saint-Esprit est ce que nous Lui enseignons. Le monde a adoré le Jésus que nous avons fait à notre propre image. C'est le Jésus qui confirme notre système de pensée de séparation, de péché, de salut à travers la souffrance, la mort, les corps, etc. ; mais nous sommes terrifiés vis-à-vis de ce que le véritable Jésus enseigne parce que nous ne voulons pas être sauvés de la manière dont il veut que nous soyons sauvés. Nous voulons être sauvés de notre souffrance en ayant quelqu'un d'autre pour en payer le prix.

(2:4) Il ne peut rien y avoir qu'un changement d'esprit ne puisse pas effectuer, car toutes les choses extérieures ne sont que les ombres d'une décision qui a déjà été prise.

Les décisions sont seulement prises dans l'esprit et c'est la raison pour laquelle nous parlons d'un décideur. Par « toutes les choses extérieures », Jésus veut dire *toutes choses* ici : la totalité de l'univers physique tout autant que notre univers personnel. « Toutes les choses extérieures » sont seulement les ombres d'une décision qui a déjà été prise dans l'esprit – une décision d'être séparés et, une fois de plus, de garder notre séparation intacte en projetant la cause à l'extérieur et en en tenant tous les autres responsables.

(2:5-6) Si tu changes la décision, comment son ombre peut-elle être inchangée ? La maladie ne peut être que l'ombre de la culpabilité, grotesque et laide puisqu'elle imite la difformité.

La difformité dont Jésus parle est la pensée déformée qui dit que je suis un Fils de Dieu, indépendant de mon Créateur et de ma Source ; ce soi-ego – le foyer du mal, des ténèbres et du péché – est qui je suis. Voilà la difformité. Une fois que vous avez une pensée déformée, comment son ombre pourrait-elle être autrement que déformée ? Même quand votre corps semble fonctionner parfaitement, il est déformé. Il est déformé parce qu'il est une parodie grotesque et un travestissement de Qui nous sommes véritablement, parce que nos corps nous gardent séparés de tout autre corps. Nos corps changent, sans parler qu'ils faillissent et meurent, et c'est cela que nous proclamons être le Fils glorieux de Dieu. Comme si cela ne suffisait pas, quand nous considérons le corps dans le contexte de la Bible, ceci ne fait que s'aggraver parce que Dieu devient alors le Créateur de cette difformité. Ceci, bien entendu, rend Dieu tout autant déformé que nous le sommes.

(2:7) Si une difformité est perçue comme réelle, que pourrait être son ombre à moins d'être elle-même difforme ?

Tout ce que Jésus dit ici, dans un langage très fort, c'est que le monde et le corps sont l'effet de la cause, laquelle est notre décision d'esprit d'être séparés et de nous sentir ensuite coupables. Ce que nous appelons maladie n'est pas la seule forme de difformité. Le corps lui-même est une difformité. Le monde est une difformité. Quoi que ce soit qui semble exister dans ce monde, quoi que ce soit qui change, croît, décline, se détériore et meurt est une difformité, parce que c'est une ombre de la pensée originelle déformée qui dit que j'existe à l'extérieur du Ciel et que j'ai une identité individuelle qui me garde séparé et qui me différencie de Lui, et qui me garde éventuellement séparé de tous les autres. Comment ceci pourrait-il être de l'amour ? Comment ceci pourrait-il être réel ? Ce but d'identité consiste à prouver que l'amour est le mensonge et que la réalité est l'illusion ; ou, en d'autres termes,

que l'illusion est la réalité et que l'amour particulier est la vérité. L'amour particulier est toujours une affaire de séparation, d'intérêts séparés et de marchandage. Il est toujours exclusif, ce qui veut dire qu'il n'inclut pas la totalité de la Filialité.

Vous pouvez voir que Jésus transforme l'idée et la compréhension de la maladie à partir du point de vue limité du monde et du corps pour arriver à l'esprit. Il dit que quoi que ce soit qui arrive ici n'est qu'une ombre. Par conséquent, ce que vous devez faire consiste à revenir à la *source* de l'ombre. C'est ce qui doit être changé et défait.

Partie VI - « Le processus de la maladie » (suite)

(3:1) La descente en enfer [qui est véritablement ce à quoi en arrive le monde] s'ensuit pas à pas au travers d'une course inévitable, une fois qu'a été prise la décision que la culpabilité est réelle.

C'est ce à quoi fait référence Jésus dans *Un Cours en Miracles* quand il parle de la folle course dans l'insanité (T-18.I.7). Il y fait aussi référence comme étant l'échelle que la séparation t'a fait descendre (T-28.III.1:2). Ceci est illustré sur le schéma avec Dieu se trouvant en haut – le Dieu que nous croyons avoir quitté. Ensuite, il y a la partie décideur de l'esprit qui fait le mauvais choix et qui cherche à oblitérer le Saint-Esprit. Ainsi donc notre soi n'est plus un Soi ou même un soi décideur ; il est maintenant un soi ego, petit et minuscule, prétendant dans sa grandiosité être quelque chose d'important. De là, nous descendons finalement dans le niveau du monde. C'est ce dont Jésus parle dans ce passage.

Ceci est inévitable une fois que nous rendons réelle la culpabilité, parce que la culpabilité demande le châtement et que nous avons alors peur du châtement. Ceci demande que nous quittions l'esprit afin de fuir la colère de Dieu, ce qui se traduit par l'invention d'un monde. Ceci n'est pas quelque chose qui s'est produit une seule fois dans le temps. Ceci se produit encore et encore, à tout instant. Il y a cette merveilleuse section intitulée « La petite entrave », dans le texte, qui dit : « À chaque jour et à chaque minute de chaque jour, et à chaque instant contenu dans chaque minute, tu ne fais que revivre cet unique instant où le temps de la terreur prit la place de l'amour. » (T-26.V.13:1) Nous rejouons ce moment-là quand nous disons au Saint-Esprit de s'en aller et que nous écoutons l'ego à la place. Nous faisons ceci encore et encore en dehors du temps, mais nous faisons l'expérience de ses effets dans le temps. Le problème est à l'extérieur du temps, ce qui veut dire que la guérison doit être à l'extérieur du temps. C'est ce qu'est l'instant saint. C'est cet instant en dehors du temps et de l'espace quand nous choisissons le Saint-Esprit à la place de l'ego.

(3:2) La maladie, la mort et la misère sévissent maintenant sur terre en vagues implacables, quelquefois ensemble et quelquefois en une effroyable succession.

C'est le portrait que fait Jésus du monde. Ce n'est pas le seul endroit dans le texte où il en parle de cette manière. Il essaye de nous aider à prendre conscience que celui-ci n'est pas un lieu plaisant et que, par conséquent, nous ne devrions pas en faire un lieu plaisant. Voici ce qu'est le monde : un lieu de « maladie, de mort et de misère ». Comme il le dit dans le livre d'exercices, c'est un désert « où des créatures affamées et assoiffées viennent mourir. » (W-

pII.13.5:1) Et ce n'est pas, non plus, la seule fois qu'il utilise l'image d'un désert. Il n'y a aucune vie ici. Il n'y a aucune vie dans le désert de l'ego. Il nous dit qu'il n'y a aucune vie à l'extérieur du Ciel (T-23.II.19:1). Ceci n'a pas pour but de nous persécuter ou de nous faire sentir coupables, mais de susciter en nous une motivation à vouloir quitter ce trou d'enfer, ce désert. Jésus nous encourage à ne pas vouloir rester dans un lieu, il faut le répéter, « où des créatures affamées et assoiffées viennent mourir » – un lieu où « la maladie, la mort et la misère » règnent sur terre. Voilà donc la mauvaise nouvelle à propos de ce que nous croyons être si réel et si merveilleux, selon le point de vue du monde. La bonne nouvelle, c'est que toutes ces choses, aussi réelles qu'elles semblent l'être, ne sont que des illusions.

Le problème avec ce passage, comme avec d'autres passages similaires, est que si j'accepte ce qu'il dit – que la maladie, la mort et la misère sont des illusions – je dois aussi accepter le fait que ce corps est aussi une illusion. Une fois de plus, ceci est la raison pour laquelle personne n'aime vraiment ce cours. Jésus ne parle pas seulement de renoncer à tous vos griefs, à vos non-pardons, à vos petites haines et à votre particularité. En vérité, il dit de renoncer à tout cela, mais il dit aussi que renoncer à tout cela c'est le marchepied pour renoncer, au bout du compte, à tout ce soi. Son but ne consiste pas à ce qu'on vive plus heureux dans le rêve, dans lequel toute maladie et toute mort seraient éradiquées et où les gens vivraient indéfiniment et où chacun serait heureux. Son but est de nous réveiller du rêve, et le rêve des corps n'est que l'ombre du rêve de culpabilité qui est dans l'esprit.

Nous devons être motivés. Si Jésus est notre enseignant, il partage alors le défi qu'a n'importe quel enseignant, et qui consiste à motiver ses élèves. Ils doivent vouloir apprendre les cours que leurs enseignants enseignent. Eh bien, la seule manière qu'a Jésus de nous faire véritablement apprendre ce cours consiste à ce que nous prenions conscience à quel point nous sommes malheureux là où nous sommes. Si nous croyons que tout est merveilleux, nous étudierons le Cours pendant six mois et nous penserons que nous avons compris et que nous pouvons joyeusement nous promener au coucher du soleil. Nous ne serons pas motivés pour étudier véritablement et mettre en pratique à la fois le texte et le livre d'exercices, tous les jours, pour le restant de nos vies. Nous devons être motivés, en prenant conscience que notre vie ne marche pas.

C'est pourquoi tous ces passages sont ici. Si vous pensez que ce monde marche ou peut marcher, ou qu'*Un Cours en Miracles* est venu dans ce monde pour faire du monde un meilleur endroit – pour apporter la paix, la prospérité et le bonheur dans le monde – vous ne serez pas motivés pour l'apprendre. Le but de ce cours est de nous aider à quitter le monde volontairement, tout comme l'ego a dû nous convaincre dès le début d'abandonner l'esprit. Il fit ceci en nous disant un mensonge que nous avons cru : que l'esprit était un endroit dangereux. En concoctant sa petite histoire de péché, de culpabilité et de peur, il nous a fourni une motivation pour abandonner l'esprit, parce que nous avons cru que si nous restions là, un Dieu déchaîné, maniaque et insane chercherait à se venger de nous, nous causant un grand malheur, et nous détruisant au bout du compte.

L'ego fut un très bon enseignant, insane cependant, mais un très bon enseignant. Il a su qu'il devait nous motiver pour abandonner l'esprit et faire un monde afin de nous enseigner que l'esprit nous rendrait très malheureux. Jésus fit la même chose, excepté que sa leçon est saine. Il doit maintenant nous motiver afin de défaire la motivation de l'ego. Il doit nous enseigner que de rester dans le corps et dans le monde nous tuera et nous rendra très malheureux, et qu'à revenir à l'esprit, cela nous apportera une joie réelle. Le problème est que nous croyons encore dans l'ego et que, par conséquent, nous sommes encore motivés pour fuir nos esprits et

vivre dans le monde. L'ego dit : « Très bien, maintenant que nous sommes ici, faisons du monde un meilleur endroit. » Le but de ce cours ne consiste pas à faire du monde un meilleur endroit. Contrairement à la Bible, *Un Cours en Miracles* ne cherche pas à faire une « nouvelle Jérusalem » ici sur terre, ou de fusionner le Ciel et la terre, ou d'amener le Ciel à la terre. Vous ne pouvez pas intégrer deux royaumes mutuellement exclusifs.

Jésus doit nous motiver pour regarder à nouveau ce monde et le corps, et tout ce qui est matériel. Cela est le but du texte, du livre d'exercices, du manuel, des deux opuscules et des poèmes d'Hélène. Mais nous sommes si tentés de dire que Jésus ne veut pas vraiment dire que le monde est faux, et qu'il veut dire à la place que la manière dont nous percevons le monde est faux. Mais il *ne* veut pas dire cela. *Jésus veut dire que le monde est faux parce qu'il fut fait comme une défense contre ce qui est juste, ce qui a trait au principe de l'Expiation dans nos esprits.* Vous devez comprendre cela ; autrement, votre travail avec ce cours sera sévèrement limité. Vous pourriez mettre un bandage très serré tout autour de façon à ce qu'il dise seulement ce que vous voulez qu'il vous dise, comme sur la manière de vivre mieux dans ce monde et de vous sentir mieux dans ce corps. Jésus nous dit que nous ne pouvons pas nous sentir mieux dans un corps parce qu'il n'y a pas de corps, mais laissez-moi vous aider à vous sentir mieux dans l'esprit en vous enseignant que l'ego vous a menti. L'esprit n'est pas un endroit dangereux. Il n'existe pas de Dieu coléreux et malveillant, déterminé à vous détruire. Il n'existe pas de personne pécheresse, coupable, méchante, qui se prénomme vous dans votre esprit. Toute la chose est inventée. L'esprit est la seule chose qui peut vous sauver, parce que l'esprit est la seule chose qui pourrait vous condamner.

Mais Jésus doit nous motiver ; il doit nous faire vouloir apprendre son cours. C'est la raison pour laquelle des passages comme celui-ci sont ici – de façon à ce que nous ne soyons pas tentés de l'amener dans le monde et de faire du monde un meilleur endroit.

(3:4-5) Qui pourrait avoir foi en elles [la maladie, la mort et la misère] une fois que l'on a pris conscience de cela ? Et qui pourrait avoir foi en elles jusqu'à ce qu'il en ait pris conscience ?

Jésus essaye de nous faire prendre conscience que la maladie, la mort et la misère sont des illusions. Il en parle en de nombreux endroits, comme dans l'Introduction du Chapitre 13 dans le texte, là où il dit que ce monde est « le système délirant de ceux que la culpabilité a rendus fous. » (T-13.in.2:2) Il continue ensuite par décrire ce à quoi ressemble véritablement ce monde : ce n'est pas un lieu plaisant et « si cela était le monde réel, Dieu *serait* cruel. » (T-13.in.3:1) Il veut que nous comprenions ce que le corps est. C'est seulement ensuite que nous reconnaitrons que le corps est neutre, et seulement ensuite que nous prendrons conscience que le corps pourrait servir un but différent : comme une salle de classe afin de nous conduire par-delà le corps, plutôt que comme une prison qui nous pousse à croupir et à en rendre tous les autres responsables.

(3:6-7) La guérison est une thérapie ou une correction, et nous avons déjà dit et nous le dirons encore, que toute thérapie est une psychothérapie. Guérir les malades consiste à leur faire prendre conscience de ceci.

La raison pour laquelle la phrase « toute thérapie est une psychothérapie » est si importante, c'est qu'elle fait référence à l'idée que toute guérison vient de l'esprit et qu'elle ne peut pas venir d'ailleurs. Jésus nous aide simplement à comprendre la différence entre la magie et un miracle. La respiration et le manger sont des choses magiques, voulant dire par-là que nous

mourrons si nous ne mangeons pas, ne buvons pas ou ne respirons pas. Jésus ne dit pas que vous devriez arrêter de manger ou de respirer, ou que vous ne devriez pas utiliser la magie parce que c'est mal ou mauvais. Il essaye simplement de nous aider à comprendre quel but notre manger et notre respiration servent.

(4:1) Le terme de « remède » a perdu tout crédit aux yeux des thérapeutes les plus « respectables » du monde, et de façon justifiée.

L'opuscule *Psychothérapie* fut écrit dans les années 70, et ceci fait référence au débat qui se déroulait en ce temps-là parmi les psychothérapeutes – débat suscité par l'œuvre d'après-guerre de Carl Rogers – pour savoir s'il existait ou non une guérison en psychothérapie. Jésus dit quelque chose de totalement différent de ce que les psychothérapeutes voulaient dire à propos de leur travail. Il dit qu'il n'existe aucune guérison ici parce que le *remède* n'a rien à voir avec le corps ou avec l'interaction des corps. Le remède, ou la guérison, ne peut se produire que dans l'esprit.

(4:2) Car aucun d'entre eux ne peut guérir, et aucun d'entre eux ne comprend la guérison.

Voilà ce que valent tous les thérapeutes du monde ! C'est la raison pour laquelle il existe un opuscule pour les psychothérapeutes, parce qu'ils ne comprennent pas ce que sont la psychothérapie et la guérison. À propos, ceci ne veut pas dire que, si vous êtes en thérapie, ou que vous pensiez commencer une thérapie, vous devriez arrêter ou ne pas y aller. À nouveau, il n'y a rien de mauvais avec la magie ; et surtout, si vous êtes en thérapie ou que vous commenciez une thérapie, n'apportez pas cet opuscule avec vous. Cela ne sera d'aucune aide, et pourrait aussi être une expression d'attaque se faisant passer pour de la résistance.

(4:3-7) Au pire, ils ne font que rendre réel le corps dans leur propre esprit, et ayant fait cela, ils cherchent un procédé magique par lequel guérir les maladies dont leur esprit le dote. Comment un tel processus pourrait-il guérir ? Il est ridicule du début à la fin. Or ayant commencé, il doit par conséquent finir. [Il commence d'une façon ridicule parce qu'il voit le problème là où il n'est pas, et par conséquent il doit finir d'une façon ridicule.] C'est comme si Dieu était le diable et qu'Il ne puisse se trouver que dans le mal.

La guérison est de Dieu et elle est dans l'esprit, lequel n'a rien à voir avec le corps. Ce n'est pas que le corps soit mauvais, mais le corps ne fonctionne pas. Par « corps », Jésus entend aussi la psyché. Précédemment j'ai dit que lorsque Freud parlait de la psyché, il voulait dire le corps ; ceci est tout autant vrai pour Jung. Ils ne comprenaient pas l'*esprit* de la manière dont le Cours en parle. Ils voyaient l'esprit comme un auxiliaire à, ou une expression de, l'activité propre au cerveau. Ils ne parlaient pas de l'esprit.

(4:8-10) Comment l'amour pourrait-il s'y trouver ? Et comment la maladie pourrait-elle guérir ? Ces questions ne sont-elles pas toutes les deux une seule et même question ?

Comment pourrait-il y avoir de l'amour dans le corps ? Comment pourrait-il y avoir de l'amour quand vous regardez au mauvais endroit pour le trouver ? L'amour est trouvé dans le principe d'Expiation du Saint-Esprit se trouvant dans l'esprit juste, là où la mémoire de l'Amour de Dieu se trouve. Notre choix de l'esprit juste représente la plus grande menace pour l'ego. Comme l'explique *Un Cours en Miracles*, l'ego n'a absolument aucune idée de l'amour, de Dieu, du Saint-Esprit ou de l'Expiation. Le seul concept qu'il comprend c'est ce

qu'il considère comme une menace perçue à l'encontre de sa propre existence. L'ego sait, comme je l'ai expliqué précédemment, que si nous lui retirons notre croyance, il disparaîtra. Puisque l'esprit divisé est gouverné par le principe de *l'un ou l'autre*, retirer notre croyance dans l'ego signifie mettre notre foi et notre croyance dans le Saint-Esprit. Ceci veut dire qu'une partie de nous veut se rappeler l'Amour de Dieu au lieu d'essayer continuellement de l'attaquer. Nier cet Amour et ériger la culpabilité et l'amour particulier à sa place est la maladie. C'est ce qui suscitera une expérience de maladie dans ce monde, quelle qu'en soit la forme des symptômes.

Choisir le Saint-Esprit naît de l'idée qu'« il doit y avoir une meilleure façon. » Ma manière de vivre dans ce monde ne marche pas pour moi. Ma manière de faire ce cours ne marche pas pour moi parce que j'essaye toujours d'amener Jésus ou le Saint-Esprit dans le monde plutôt que de les utiliser comme le moyen de quitter le monde. Quitter le monde ne veut toutefois pas dire mourir physiquement ; cela veut dire retirer graduellement ma perception du monde comme étant réel et à l'extérieur de moi pour la ramener à la vraie perception, ou vision, du Saint-Esprit qui voit le monde comme l'« image extérieure d'une condition intérieure. » C'est à la condition intérieure que je désire revenir, parce que c'est le problème. Et je veux corriger le problème à sa source : la partie de mon esprit qui prend les décisions et qui a choisi l'ego à la place du Saint-Esprit.

Partie VII - « Le processus de la maladie » (P-2.IV, suite)

(6:1) Toute maladie peut être définie comme la conséquence d'une perception d'un soi faible, vulnérable, mauvais et menacé, et ainsi dans le besoin d'une défense permanente.

À nouveau, ceci élargit notre compréhension de la maladie. Les étudiants d'*Un Cours en Miracles* aiment pointer un doigt accusateur sur d'autres étudiants du Cours qui tombent malades, disant : « Vous ne faites pas le Cours correctement ; ne savez-vous pas que “La maladie est une défense contre la vérité” (W-pI.136) ! » – et ainsi de suite. Jésus ne parle pas seulement d'un symptôme, mais il dit que la maladie concerne *toute* expérience dans le corps. Quand vous avez faim, c'est une maladie. Quand vos poumons sont vides et que vous devez respirer de l'oxygène, c'est une maladie. Tout ce qui va mal avec le corps, que ce soit un manque d'oxygène, un manque de nourriture ou ce que nous appelons une maladie, est une maladie. Et la maladie exige une solution magique. La solitude est une maladie, et vouloir avoir à vos côtés une autre personne, c'est une solution magique. Tout ici est une maladie, et il n'y a aucune hiérarchie d'illusions – contrairement à la première loi du chaos de l'ego. Soyez donc aimables et doux envers vos amis et vous-même.

« Toute maladie peut être définie comme la conséquence » signifie que la maladie est l'effet et que la cause est la perception d'un moi comme étant « faible, vulnérable, mauvais et menacé ». Ceci est la perception du péché, de la culpabilité et de la peur – nous croyons que nous sommes « la demeure du mal, des ténèbres et du péché » (W-pI.93.1:1), et cela est la cause de notre sentiment d'être si vulnérables et nus à côté d'un Dieu coléreux Qui est sur le point de fondre sur nous et de nous détruire. Ce soi vulnérable a besoin d'une défense, laquelle est le monde, et le monde devient ensuite une défense contre notre culpabilité et notre perception de nous-même comme étant « faible, vulnérable, mauvais et menacé ». Cette

perception de notre soi est à son tour une défense contre le glorieux Soi que Dieu a créé, et dont le principe de l'Expiation est un rappel.

Tout le système de pensée de l'ego est résumé dans cette seule phrase – et comprendre ce système de pensée, c'est défaire l'ego. Implicite à la perspective de l'esprit faux se trouve la correction basée sur l'esprit juste, parce que lorsque nous regarderons ce que l'ego fait, il disparaîtra. Cela est la raison pour laquelle vous devez lire chaque phrase très attentivement.

(6:2) Cependant si tel était réellement le soi, la défense serait impossible.

Ce qui est évidemment le cas. Le monde ne marche pas. Regardez comme l'ego est intelligent et comme nous sommes insanes de le croire. L'ego nous convainc que notre soi dans l'esprit est faible, vulnérable, mauvais et menacé, et qu'il a besoin de la protection du monde et du corps. De là, nous faisons un corps, mais lui aussi est faible et vulnérable. Si quelqu'un regarde votre corps d'une drôle de façon, vous êtes anéanti. Ceci montre comme est faible et fragile votre perception de vous-même. Et si en traversant la rue vous êtes heurté par une voiture, vous êtes anéanti d'une autre façon. Comme nous l'avons vu encore et encore, le corps est né pour mourir. Dès l'instant de la naissance, les cellules commencent à mourir et en définitive nous mourons tous. Par conséquent comment faire ce travail de défense ?

Il existe un merveilleux passage au tout début du texte où Jésus explique l'insanité de l'ego et pourquoi sa défense ne marche pas (T-4.V.4). Jésus nous demande de confronter l'ego à une question qui se ramène fondamentalement à celle-ci : « Qu'est-ce qu'il donne ? Tu m'as dit de faire un corps parce que j'avais besoin d'aide et de protection, et maintenant c'est mon corps qui a besoin d'aide et de protection. Et qu'importe le genre d'aide qu'il obtient, au bout du compte il va devoir quand même mourir. Quel genre d'aide est-ce donc ? » Jésus dit que l'ego répond en oblitérant la question – il fait tomber sur notre esprit un voile qui oblitère toute mémoire de tout ce dont il s'agit. Nous n'avons plus conscience que la défense de l'ego – le corps – ne marche pas parce que nous n'avons plus conscience de ce contre quoi il était au tout début une défense, laquelle est devenue une souffrance dans nos esprits. Nous oublions que naître dans un corps est une défense et maintenant nous pensons qu'il est une réalité – nous pensons qu'il est un don de Dieu.

C'est la raison pour laquelle nous avons besoin d'un cours qui expose l'ego pour ce qu'il est. Jésus lève le voile et dit : « Laissez-moi vous aider à regarder ce que vous avez dissimulé. Vous désirerez vous éloigner de la puanteur et des formes grotesques que vous voyez dans votre esprit, mais je resterai là avec vous et je vous aiderai à regarder. Puis, vous prendrez conscience que tout cela était littéralement un fantasme, une hallucination, une illusion, et ensuite cela disparaîtra. Mais vous ne le saurez pas jusqu'à ce que vous regardiez dans votre esprit ». Jésus nous aide à comprendre que si nous voulons voir ce qui est dans l'esprit, nous devons regarder le monde tel qu'il est réellement. Il n'est pas un lieu de vie ; il est un lieu de mort. C'est la raison pour laquelle Jésus dit, dans le livre d'exercices : « Le monde a été fait comme une attaque contre Dieu... [il] était censé être un lieu où Dieu ne pouvait pas entrer... » (W-pII.3.2:1,4)

(6:3) Par conséquent, les défenses recherchées doivent être magiques.

Elles sont magiques parce qu'elles ne résolvent rien. Dans notre monde de tous les jours, la magie est associée à l'illusion – nous croyons voir des choses qui ne se sont pas produites. Eh bien, le monde ne s'est pas produit, et la maladie est seulement une des défenses ou une des

formes de magie que l'ego utilise afin de nous protéger de la véritable maladie, laquelle se trouve dans nos esprits. C'est tout l'objet de la Leçon 136 : « La maladie est une défense contre la vérité. » (W-pI.136), dans laquelle Jésus décrit la maladie comme une défense que l'ego utilise afin de nous empêcher de nous réveiller à la vérité qui dit que notre réalité est esprit. Jésus décrit de façon spécifique la stratégie défensive de l'ego, montrant que ce n'est pas quelque chose qui arrive seulement. Nous ne sommes pas les victimes innocentes de forces ou d'agents pathogènes qui échappent à notre contrôle. C'est notre rêve et selon le point de vue de l'ego il sert un puissant but, à savoir satisfaire le souhait de garder notre séparation, mais d'en blâmer quelqu'un d'autre.

(6:4-5) Elles [les défenses] doivent vaincre toutes les limites perçues dans le soi, fabriquant en même temps un nouveau concept du soi dans lequel l'ancien ne puisse pas revenir. En un mot, l'erreur est acceptée comme réelle et traitée par les illusions.

Cette idée d'essayer de construire un concept du soi différent a été importante dans notre monde depuis la deuxième guerre mondiale. Il existe une branche de la théorie psychologique appelée « la théorie du soi », comptant Rogers, Allport et Maslow parmi les théoriciens les plus connus. Cette théorie consiste à élaborer un nouveau concept du soi qui soit plus fort, moins vulnérable et qui se sente mieux – sans avoir à s'occuper du concept sous-jacent de l'ego concernant le fait que nous sommes « faibles, vulnérables, mauvais et menacés ». Plutôt que de regarder à l'intérieur de ce concept du soi, nous mettons juste un autre voile ou nous le recouvrons en faisant un meilleur soi – un corps physique et psychologique meilleur dans le monde. Nous ne réalisons pas que nous élaborons des ombres, apparemment des soi aimants et remplis de lumière, qui sont plus importants, meilleurs et plus beaux, mais qui n'en sont pas moins des ombres que nous utilisons pour recouvrir les ténèbres à propos de notre affreuse croyance envers nous-mêmes.

(6:6) La vérité étant amenée aux illusions, la réalité devient maintenant une menace et elle est perçue comme un mal.

Voilà ce que fait l'ego. Le vrai Dieu est maintenant perçu comme une menace, et ceux qui croient en Lui sont vus comme des hérétiques diaboliques, des païens et des incroyants parce qu'ils ne souscrivent pas au système de pensée de l'ego qui rend réel le monde, le corps, l'individu, le Dieu de l'ego et l'ego lui-même. À nouveau, c'est la raison pour laquelle personne n'aime ce cours. La plupart des étudiants du Cours ne l'appellent pas diabolique, mais ils fuient ce qu'il dit comme s'il était le diable, tout en pensant qu'ils mettent en pratique le Cours quand en fait ils ne font que le masquer. Ils pensent qu'il existe pour faire, ici, un soi plus enclin à pardonner, plus aimant, plus en paix et plus bienveillant. Mon ego me dit que si je fais le Cours « correctement », je ne tomberai jamais malade, parce que ce que je veux ici est un soi meilleur et en meilleure santé. Cette erreur est exactement ce à quoi fait référence Jésus.

(6:7) L'amour devient craint parce que la réalité est amour.

La raison pour laquelle l'amour est craint, c'est que l'amour réel et vrai est une unité totale et une inclusivité totale, mais pas au niveau de la forme. Ceci ne dit pas que vous devriez faire l'amour avec le monde entier mais, qu'au niveau de l'esprit, votre amour pour quelqu'un ne devrait pas exclure n'importe qui d'autre. Il ne choisit pas de prendre parti ; il ne dit pas *l'un ou l'autre*. Votre amour est un amour qui embrasse la totalité de la Filialité en tant qu'une parce que la Filialité est une. L'ego voudrait que nous croyions qu'elle est fragmentée et que,

par conséquent, nous devons guérir tous les fragments séparés. Vous devez seulement guérir le fragment que vous croyez être. Quand votre esprit sera totalement guéri, vous saurez que la Filialité est une.

(6:8) Ainsi le cercle est-il fermé contre les « incursions » du salut.

Quand vous amenez la vérité du Cours et Jésus, l'enseignant de la vérité, dans l'illusion du monde, vous avez construit une barrière contre le véritable salut, qui se trouve dans l'esprit.

(7:1) La maladie est par conséquent une erreur et a besoin d'une correction.

Dans le Cours, l'« erreur » et la « correction » s'appliquent seulement à l'esprit. Vous voulez corriger le choix erroné en faveur de l'ego, la croyance erronée que vous pourriez faire ceci de votre propre chef. Cette idée est discutée plus loin dans le paragraphe 5, que je n'ai pas inclus dans mon commentaire ici.

(7:2) Et comme nous l'avons déjà souligné, la correction ne peut pas être apportée en établissant d'abord la « justesse » de l'erreur et en l'ignorant ensuite.

Dans l'opuscule *Le Chant de la Prière*, Jésus fait référence au « pardon qui détruit », et en fait à la « prière qui détruit » et à la « guérison qui détruit », qui sont toutes des expressions de cette même idée. Ce sont des manières de rendre réel le problème et de chercher ensuite à le résoudre soit en disant que cette personne a péché contre moi et les autres mais que je lui pardonne de toute façon, soit en priant Jésus de m'aider à résoudre mon problème avec vous dans le monde, soit en guérissant un corps que je déclare être malade.

(7:3-4) Si la maladie est réelle, elle ne peut pas en vérité être ignorée, car voir par-delà la réalité est folie. Cependant cela est le but de la magie : rendre les illusions vraies à travers de fausses perceptions.

C'est ce que la magie fait. Mon corps malade est une solution magique à ma culpabilité ; mais ensuite mes symptômes exigent leur propre solution magique, que ce soit par quelque chose de médical ou par quelque chose que nous pensons spirituel, telle que la prière ou ce cours. Celui-ci n'est pas un cours pour soulager la maladie ou les symptômes ; c'est un cours pour enlever la *cause* de la maladie ou des symptômes. C'est un cours pour changer votre esprit et non pas votre comportement, tel que c'est exprimé dans cette très importante phrase du texte : « Ce cours porte sur la cause et non sur l'effet. » (T-21.VII.7:8)

(7:5-6) Celle-ci [la magie] ne peut pas guérir, car elle s'oppose à la vérité. Peut-être qu'une illusion de santé a pu être utilisée comme substitut pendant un petit moment, mais elle ne peut durer longtemps.

Nous faisons tous ceci. Nous avons une illusion de santé physique après avoir eu une période de maladie, ou une illusion de santé émotionnelle après une période de tourmente émotionnelle ou de détresse. Mais elle ne dure pas. Rappelez-vous, le corps fut manifestement fait pour s'effondrer ; il ne peut pas fonctionner parfaitement parce *que les idées ne quittent pas leur source*. Seul l'esprit fonctionne parfaitement. Le corps provient d'une pensée de séparation qui est déjà une maladie, une difformité qui ne marche pas. Faites attention à la tentation consistant à rendre le corps réel en essayant qu'il aille mieux physiquement ou psychologiquement. N'utilisez le corps que comme une salle de classe dans laquelle vous le

voyez comme l'écran sur lequel vous projetez vos propres « péchés secrets et haines cachées » (T-31.VIII.9:2). Vous pouvez alors vous rappeler ce que vous avez projeté à l'extérieur et le ramener à l'intérieur, vous autorisant à prendre conscience que la pensée de séparation fut votre décision. Maintenant vous pouvez vous le pardonner en faisant un autre choix.

(7:7-8) La peur ne peut être longtemps dissimulée par les illusions, car elle fait partie d'elles. Elle s'enfuira et prendra une autre forme, étant la source de toutes les illusions.

Freud fut le premier à parler de la « substitution du symptôme ». C'est l'idée que vous ne pouvez pas défaire le symptôme sans défaire la cause, parce que si vous le faites, la cause – notre culpabilité inconsciente – continuera automatiquement à projeter à l'extérieur et à fabriquer de nouveaux symptômes. Ici, Jésus nous dit aussi que si vous apportez un remède au corps malade ou à la psyché sans défaire votre croyance dans la réalité de la culpabilité – cette culpabilité est bonne parce que la séparation est bonne – la culpabilité continuera alors à générer davantage de problèmes. La culpabilité est comme une pompe dans l'esprit qui pompe constamment la crasse de sa propre laideur. Elle continuera à projeter à l'extérieur et à faire de plus en plus d'ombres jusqu'à ce que nous nettoyions l'esprit en faisant un autre choix. Jusqu'à ce moment-là, la culpabilité, ou la peur (Jésus utilise souvent comme synonymes les mots péché, culpabilité et peur), s'échappera toujours et prendra une autre forme.

À nouveau, le point de cette discussion consiste à rendre très clair que le corps n'est pas le problème ni la solution. Une fois que nous disons qu'il doit y avoir une autre façon ou un autre enseignant, le seul but du corps consiste à être un véhicule nous rendant capables de revenir dans nos esprits, là où doit être fait le travail. Il ne peut pas être fait au niveau du corps.

Partie VIII - La guérison dans le changement de perception

Souvent dans une discussion sur la maladie et la guérison, des questions venaient à propos de l'utilisation de médicaments et d'autres formes de guérison disponibles dans le monde. J'aimerais aborder ceci en faisant référence à la seconde sous-section de la section « Comment la guérison s'accomplit-elle ? » et intitulée « Le changement de perception », qu'on trouve dans le manuel pour enseignants, au début du paragraphe 2.

(M-5.II.2:1-2) L'acceptation de la maladie comme une décision de l'esprit, dans un but pour lequel il voudrait utiliser le corps, est la base de la guérison. Il en va ainsi de toutes les formes de guérison.

Comme nous l'avons dit de façon répétée, la maladie n'a rien à voir avec le corps ; elle a à voir avec une décision dans l'esprit en faveur de la culpabilité plutôt que de l'Expiation. Une fois que cette décision est prise, la maladie est inévitable, quelle que soit la forme qu'elle prend. La guérison ramène ensuite le symptôme du corps – que ce soit au niveau émotionnel

ou physique – à l'esprit, là où la culpabilité se trouve et là où la guérison ou le remède est. Vous ramenez le problème à la réponse, laquelle se trouve toujours dans l'esprit.

(2:2-6) Il en va ainsi de toutes les formes de guérison. Un patient décide qu'il en est ainsi, et il se rétablit. S'il décide de ne pas se rétablir, il ne sera pas guéri. Qui est le médecin ? Uniquement l'esprit du patient lui-même.

Le médecin n'est pas une personne extérieure, et le prétendu agent guérisseur n'est pas ce qui guérit. Le médecin est l'esprit, comme Jésus le dit dans ce passage. C'est l'esprit qui s'est lui-même rendu malade lorsqu'il s'est détourné du Saint-Esprit et qu'il s'est tourné vers l'ego ; par conséquent, c'est seulement l'esprit qui peut se corriger. C'est là tout le propos qui est de demander de l'aide à Jésus – ça signifie revenir dans notre esprit et choisir un enseignant différent, ce qui veut dire choisir à l'encontre de l'ego. Fondamentalement, nous sommes les seuls qui peuvent apporter la guérison en choisissant maintenant à l'encontre de l'ego et en faveur du Saint-Esprit. Voilà la guérison ; voilà le guérisseur.

(2:7-13) Le résultat est ce qu'il décide. Il semble que des agents particuliers lui procurent des soins, mais ils ne font que donner forme à son propre choix. Il les choisit afin d'apporter une forme tangible à ses désirs. Et c'est cela qu'ils font, et rien d'autre. En fait, il n'en est pas du tout besoin. Le patient pourrait simplement se lever sans leur aide et dire : « Cela ne m'est pas utile. » Il n'y a pas une forme de maladie qui ne serait guérie sur-le-champ.

Les « agents particuliers » font référence à ce que vous prenez ou faites pour soulager un problème, quoi que ce soit d'extérieur : une aspirine, ou un autre type de médicament, la médecine alternative, la médecine homéopathique, la médecine chinoise, un régime particulier, des exercices particuliers, un oreiller spécial pour votre dos ou votre cou pour la nuit. Peu importe ce que c'est ; ils sont tous classés sous la catégorie des « agents particuliers ». Jésus nous dit que lorsque nous nous sentons malade et que nous prenons une pilule ou que nous faisons appel à une procédure, ou que nous faisons autre chose pour soulager la douleur émotionnelle ou physique, nous nous sentons mieux seulement parce que notre esprit a pris la décision de laisser s'en aller le symptôme.

Nous faisons le choix d'une recherche de compromis parce que la peur du pouvoir de notre esprit est encore trop grande, puisqu'on s'appuie sur la voix de l'ego qui nous dit que si nous retournons à notre esprit et venons au contact de son pouvoir, nous choisirons à nouveau le péché, et Dieu choisira une fois de plus de nous détruire. Nous choisissons de laisser s'en aller la douleur, mais plutôt que de voir le pouvoir de notre esprit comme l'agent qui laisse s'en aller la douleur, nous disons que c'est la pilule, le docteur, la procédure, le régime, etc. Nous avons tous une longue liste de choses qui nous aident. Aucune d'entre elles n'est meilleure ou pire que n'importe quelle autre. La chose regrettable avec les gens qui utilisent des approches alternatives, c'est qu'ils pensent qu'ils sont mieux que les gens qui pratiquent la médecine traditionnelle. L'une marchera pour certaines personnes, et l'autre marchera pour d'autres personnes. Cela ne veut pas dire que vous ne devriez pas utiliser des méthodes alternatives si c'est ce qui marche pour vous, ni que cela veut dire que vous ne devriez pas suivre la médecine traditionnelle si cela marche pour vous. Mais de penser que votre choix est meilleur que n'importe quel autre et que *vous* êtes meilleur parce qu'à vos yeux vous faites quelque chose qui est saint, pur et naturel, plutôt que de faire les choses horribles que les autres font, ça c'est l'arrogance de l'ego. Pourquoi ? Parce vous excluez et séparez ; et par-dessus tout vous tombez sous le coup de la première loi du chaos : vous dites qu'il y a une hiérarchie

d'illusions, et qu'une magie est meilleure qu'une autre. Si Jésus croyait dans le péché, ça serait le péché. C'est pourquoi il insiste tant pour que nous ne rendions pas l'erreur réelle.

Vous devriez continuer avec ce qui marche pour vous ; mais ne pensez pas que c'est mieux que la magie de toute autre personne ou que cette forme de magie est meilleure que n'importe quelle autre forme de magie. Si cela marche pour vous, il serait stupide de ne pas l'utiliser. Souvenez-vous, tout de même, que vous pourriez être guéri seulement en changeant votre esprit, en ayant une pensée bienveillante envers quelqu'un. Cela pourrait vous guérir. Mais l'implication ultime d'une telle guérison est qu'elle vous ramènera de l'extérieur de votre monde et de votre corps jusque dans votre esprit. Nous abritons tous une peur terrible à propos de cela, parce que, comme nous en avons discuté précédemment, la plus grande menace faite à l'ego consiste à vouloir exercer le pouvoir de notre esprit et choisir à son encontre. Voilà la peur. Ce qui nous a rendus insanes fut de croire l'histoire de l'ego concernant le péché, la culpabilité et la peur ; et puis, nous sommes devenus davantage insanes quand nous avons inventé un monde, et que nous nous sommes ensuite défendus contre tout cela en oubliant ce que nous avons fait. Il existe une raison pour laquelle nous avons fait le monde et pour laquelle nous continuons à vivre ici.

N'oubliez jamais que tout se produit dans notre esprit, et ça se produit par notre propre choix. Nous avons tous acheté le chant de l'ego et avons dansé dessus dès le début. Nous ne l'avons jamais mis en question parce que l'ego ne nous a jamais donné une chance de le faire – à peine avons-nous choisi l'ego qu'il a oblitéré toute mémoire de notre esprit ; l'esprit avait simplement disparu. Dans ce même instant, le monde fut fait et le corps fut né, gouverné par un cerveau n'ayant absolument aucune connaissance de l'esprit. Nous avons un ensemble élaboré d'appareils sensoriels pour une seule raison : nos organes sensoriels furent spécifiquement fait pour regarder à l'extérieur, pour goûter, pour humer et pour sentir ce qui est à l'extérieur. Et notre propre corps est aussi à l'extérieur. Le cerveau interprète donc toutes les données sensorielles et additionne deux et deux pour faire quatre trois quarts. Il interprète ce qu'il voit comme la réalité et nous dit que c'est la réalité. Et puisqu'il n'y a personne d'autre à qui nous pouvons demander si ce n'est à d'autres personnes insanes, nous croyons dans le mensonge. Et nous y croyons parce que nous sommes terrifiés à l'idée que, si nous retournions dans nos esprits, nous perdriions ce soi, que nous voulions. Comme Jésus le dit dans le Chapitre 13, notre peur est que nous sautions dans les bras de notre Père et que ce monde disparaisse :

Tu te rends compte qu'en enlevant le noir nuage qui l'obscurcit [la séparation], ton amour pour ton Père te pousserait à répondre à Son Appel et à bondir jusqu'au Ciel... Tu penses avoir fait un monde que Dieu voudrait détruire ; et qu'en L'aimant, ce que tu fais, tu jetterais ce monde, *ce que tu faisais*. (T-13.III.2:6; 4:3)

Et afin de préserver cette identité, ce soi séparé et individualisé, nous devons choisir continuellement de rester en dehors de nos esprits.

Cette peur est la raison pour laquelle nous choisissons une approche de compromis – l'utilisation d'« agents particuliers ». Nous n'avons pas véritablement besoin de quoi que ce soit pour défaire la douleur dans notre corps, parce qu'il n'y a aucune douleur dans le corps. Comment quelque chose qui n'existe pas peut-il avoir de la douleur ? La douleur est la culpabilité qui est dans nos esprits et que nous projetons ou déplaçons sur le corps. Nous sentons alors la douleur dans notre corps et nous essayons de faire quelque chose avec le corps. Peu importe ce que vous faites. Si quelque chose soulage la douleur et vous aide à vous

sentir mieux, bien sûr faites-le. Mais ne pensez pas que c'est ce qu'est la guérison. Vous avez seulement choisi ces agents ou cette forme de magie afin d'apporter une forme tangible à vos désirs, à votre choix de guérir. En aucune manière ceci ne veut dire que vous ne devriez pas choisir la magie. Une erreur importante que les étudiants d'*Un Cours en Miracles* font consiste à penser que : « Je suis dans la souffrance, mais tout cela est dans mon esprit et je ne vais pas prendre quoi que ce soit. » Cela implique que prendre de la magie c'est mal. Jésus aborde cette idée dans le Chapitre 2 :

Tous les moyens matériels que tu acceptes comme remèdes contre les maladies du corps sont des réaffirmations de principes magiques. C'est le premier pas dans la croyance que le corps fait sa propre maladie. C'est un deuxième faux pas que de tenter de le guérir par des agents non créateurs. Toutefois, il ne s'ensuit pas qu'il est mal d'utiliser ces agents à des fins correctives. (T-2.IV.4:1-4)

Ceci est un passage très important. Jésus ne dit pas que nous ne devrions pas prendre une aspirine, aller chez le docteur, se faire faire de la chirurgie ou quoi que ce soit d'autre qui nous ferait nous sentir mieux. Il explique :

Parfois la maladie a une prise suffisamment forte sur l'esprit pour rendre une personne temporairement inaccessible à l'Expiation. Dans ce cas il peut être sage d'utiliser une approche de l'esprit et du corps qui représente un compromis, en donnant croyance temporairement à l'action guérissante de quelque chose d'extérieur. Ceci parce que la dernière chose qui puisse aider ceux qui ne sont pas dans l'esprit juste, ou les malades, est une augmentation de la peur. Ils sont déjà dans un état affaibli par la peur. S'ils étaient prématurément exposés à un miracle, ils pourraient être saisis de panique. C'est ce qui risque d'arriver lorsqu'une perception sens dessus dessous a induit la croyance que les miracles sont effrayants. (T-2.IV.4:5-10)

C'est la même idée que nous avons débattue : la stratégie de l'ego consiste à nous convaincre que si nous restons dans nos esprits, nous serons frappés par la mort. Par conséquent, nous pouvons être sauvés seulement en fuyant la colère de Dieu à travers la fabrication d'un monde et en choisissant de naître dans un corps. Puisque nous croyons tous, sans l'ombre d'un doute, que nous sommes un corps et que nous prenons soin de nos corps et que nous nous soucions de ce que d'autres corps pensent de nos corps, Jésus nous dit de ne pas prétendre que nous croyons différemment de cela.

En disant « parfois la maladie a une prise suffisamment forte », Jésus se montre un peu prévenant parce la maladie a presque toujours une *prise suffisamment forte*, autrement nous ne l'aurions pas choisie. Il y a cette petite voix qui nous tourmente et qui dit toujours : « Ne revenez pas dans votre esprit parce que si vous le faites, vous pécherez à nouveau. » Et c'est ainsi que nous nous rendons totalement inaptes, impuissants, sans force et sans esprit dans l'espoir magique que ça nous protégera de pécher à nouveau. Naturellement, le *coup de grâce* du système de l'ego est qu'il prend ce péché par lequel nous sommes si terrifiés, le projette à l'extérieur, et qu'ensuite nous le voyons chez n'importe qui d'autre. Ainsi, maintenant, nous avons une double protection : je suis totalement impuissant et sans esprit de sorte qu'il n'y a aucun moyen que je puisse pécher. Comment Dieu pourrait-Il m'accuser de cela quand je suis aussi impuissant ? Et en plus, l'autre personne – le « pécheur » – est celle qui a le pouvoir, mais pas moi. Cette personne est celle qui m'a blessé.

Ainsi, faire un monde, faire l'expérience de nous-mêmes en tant que corps, et faire l'expérience de la douleur, de la gêne et de la souffrance dans le corps, tout cela fait partie de la stratégie de l'ego pour nous garder à l'extérieur de nos esprits – littéralement et figurativement – parce que nous sommes tous insanes. Cela serait terrifiant pour nous de savoir – pas seulement intellectuellement – mais de *vraiment* savoir que nous sommes à l'origine de tout ceci. Cependant, savoir ceci nous guérirait, parce que nous comprendrions *la raison pour laquelle* nous l'avons fait ; nous prendrions conscience à quel point cela était stupide, et nous effectuerions ensuite l'autre choix.

Il n'y a rien de mal avec l'approche de compromis. En tant qu'étudiant sérieux d'*Un Cours en Miracles*, si vous tombez malade ou que quelque chose n'aille pas bien, utilisez n'importe quelle forme de magie qui vous aide, mais soyez quand même conscient que c'est de la magie. N'essayez pas de forcer la spiritualité ou la vérité métaphysique sur vous-même quand vous êtes encore ancré dans le monde et le corps. Cela est tout simplement stupide. Ce n'est pas spirituel et cela finit par faire de vous une personne absolument affreuse à vos yeux et aux yeux de n'importe qui autour de vous. Cela est la raison pour laquelle je plaisante souvent au sujet des étudiants du *Cours en Miracles* – ils peuvent être terribles concernant ce propos. Ils ont des moments difficiles avec ceci parce qu'alors qu'ils peuvent comprendre intellectuellement une vérité métaphysique, ils ne vivent certainement pas comme s'ils la croyaient. Cela est la raison pour laquelle l'image d'une échelle, que Jésus nous donne dans *Le Chant de la Prière*, est tellement utile (voir S-1.II, III). L'idée de la prière ou du pardon en tant qu'échelle signifie que c'est un processus, et c'est seulement tout en haut de l'échelle que vous comprenez que toute cette chose a été inventée. Vous savez, non seulement de manière intellectuelle, mais de façon expérientielle, que votre soi est à l'extérieur du rêve. C'est ce qui vous permet de passer ici à travers vos jours, mois et années sans être affecté par le monde.

C'est la manière dont Jésus était ici. Personne ne sait *véritablement* comment il était ici, mais à quoi que ce soit qu'il ressembla, et quelles qu'aient pu être ses expériences, nous pouvons être sûrs qu'il savait qu'il n'était *pas* ici. C'est ce que signifie être dans le monde réel, mais cela ne se produit pas avant que vous atteigniez le haut de l'échelle. Tant que vous n'avez pas atteint cet endroit, vous êtes toujours liés ici, et vous déambulez toujours dans la salle de bain chaque matin et vous voyez quelque chose dans le miroir que vous pensez être votre soi. Certains jours, vous pourrez aimer ce que vous voyez, mais la plupart du temps – et particulièrement quand vous vieillirez – vous ne l'aimerez pas. Dans tous les cas, vous pensez que ce que vous voyez est vous. Mais ne prétendez pas que vous n'êtes pas un corps ; et si vous êtes malade, faites ce qu'il faut pour vivre votre journée et vivre le reste de votre vie. En tant que bon étudiant du Cours, vous pourriez au moins prendre conscience, dans votre pratique, que ceci est seulement une approche de compromis, jusqu'à ce que vous sachiez véritablement que tout est inventé.

Il est tout aussi vrai, comme je l'ai dit dans d'autres cours, que, lorsque vous êtes près du sommet de l'échelle, vous n'avez plus besoin du livre. Le but du livre consiste justement à vous amener en haut de l'échelle. Quand vous êtes proche du sommet, vous n'avez plus besoin d'entendre à quel point le corps est laid et horrible et à quel point les relations particulières sont vicieuses et meurtrières parce que vous savez, à ce moment-là, que tout cela est un rêve. Vous n'avez pas besoin d'être motivé pour quitter le monde et le rêve parce que vous les avez déjà quittés. Cela est le but de ce cours – d'instiller en nous la motivation de nous réveiller à l'égard du rêve.

Le Cours est une forme de magie, tout comme le sont les pilules. Les gens forment la même relation particulière avec *Un Cours en Miracles* qu'ils le font avec l'alcool, la nourriture, les gens ou avec toute autre chose. Ils pensent qu'ils ne peuvent pas passer la journée sans leur leçon quotidienne tirée du livre d'exercices, de sorte qu'ils ont à faire une leçon chaque jour pour le restant de leur vie – ou quelque chose comme cela. Le Cours a pour intention, évidemment, d'être très utile, mais il n'a pas pour intention d'être une béquille. Il a pour intention d'être un outil de discipline de l'esprit. Il n'y a rien dans ce livre qui ne soit plus saint que n'importe quoi d'autre, mais les gens forment des relations très particulières non seulement avec *Un Cours en Miracles* en tant que système de pensée, mais avec *leur* livre.

Quand vous avez conscience de cela en vous, n'en faites pas un plat ; dites seulement : « Pas de quoi s'étonner ! Bien évidemment que je vais former une relation particulière avec lui. » Ne soyez pas bernés par votre ego et ne pensez pas que ça va être différent. J'aime rappeler aux gens que l'ego est un système de pensée à 100% qui ne rétrécit pas, tout comme le Saint-Esprit représente un système de pensée à 100% qui ne rétrécit pas non plus. L'ego est ce qu'il est ; il ne rétrécit pas. Il est la haine, le meurtre, la souffrance, la culpabilité et la douleur, tout comme le système de pensée du Saint-Esprit représente le pardon, l'amour et la paix. Ce qui change, c'est la quantité de temps que vous y passez et la quantité de foi que vous placez dans l'ego ou dans le Saint-Esprit. L'ego lui-même ne change pas. Ainsi, le fait de faire des progrès dans ce cours n'exclut pas d'avoir, de temps en temps, des attaques massives de la part de l'ego. La différence serait que vous les reconnaissiez pour ce qu'elles sont quand elles se présentent à vous ; que vous ne soyez pas accablés par elles et que vous n'essayiez pas d'en accabler les autres. À nouveau, l'ego ne rétrécit pas. Ce qui rétrécit ou change est la quantité de temps, d'énergie et de pensée que vous investissez dans le système de pensée de l'ego.

Nous pouvons voir le but du Cours comme étant là pour nous aider à reconnaître à quel point nous nous sentons mieux à ne pas passer de temps avec l'ego, et à quel point nous nous sentirons mieux à passer du temps avec le Saint-Esprit. C'est ce qui nous motivera. Mais c'est aussi cela qui rend le processus de ce Cours long et difficile, parce que nous ne sommes pas si convaincus que nous nous sentirons mieux sans nos ego. La culpabilité, la séduction, la manipulation et les relations particulières sont de très vieux amis et des alliés fiables ; ils nous ont fait passer dans nos vies par des moments très effrayants, et ils nous ont même rendus heureux de temps en temps. Mais ils n'apportent pas la paix de Dieu, le bonheur ne dure pas, et l'amour n'est pas véritablement de l'amour. Mais apprendre et accepter cela prend beaucoup de temps. En tant qu'adultes, si nous traversons une période très effrayante, nous ferons l'expérience de ce qu'on appelle la régression, en revenant à un stade antérieur. En fait, vous voyez quelquefois des adultes sucer leur pouce – ils sont devenus très effrayés et anxieux, et c'est pourquoi ils retournent à la sécurité que leur offrait le geste consistant à sucer leur pouce quand ils étaient enfants. Quand nous sommes extrêmement perturbés, nous revenons à un schéma antérieur qui nous a permis de passer à travers des situations difficiles, quand bien même, intellectuellement, nous savons que cela ne marche plus. C'est la manière dont ça marche pour les espèces.

Maintenant, quand nous devenons effrayés, nous revenons à ce qui nous a aidés dans le passé, à savoir l'ego. Ceci est puissamment exprimé à la fin du Chapitre 19 où Jésus décrit à quel point nous devenons effrayés tandis que nous nous tenons devant le quatrième et dernier obstacle, lorsque le voile est sur le point d'être levé (T-19.IV-D.6). C'est la fin de l'ego, ce qui signifie la fin de ce soi que nous pensons être. Et au lieu de regarder au travers du voile, nos yeux regardent vers le bas, se souvenant de nos promesses à nos amis. Et qui sont nos amis ? La culpabilité, le péché, la peur et la mort. Et ensuite nous n'avons d'autre désir que de

sauter à nouveau dans leurs bras, non pas parce qu'ils sont attirants par eux-mêmes, mais à cause de ce qu'ils nous offrent, à savoir la certitude que ce soi individuel survivra. Ainsi nous pensons : je n'ai aucun égard pour l'état misérable dans lequel je suis aussi longtemps que je suis celui qui est misérable. Aussi douloureux que soit ma maladie, mon vieil âge, mon état mental et toute la souffrance que je peux peut-être sentir, c'est ma douleur ; et je ne veux pas que quelqu'un, y compris Jésus, me l'enlève. Il doit donc attendre. Et la manière dont il attend consiste à nous présenter continuellement les deux choix. Il nous dit : « Considérez ce que vous offre l'ego et considérez ce que je suis en train de vous offrir » ; et ensuite il attend patiemment. Heureusement qu'il n'attend pas dans le temps, si bien qu'il n'y a aucun danger qu'il perde patience.

Il est important de comprendre à quel point ce cours est véritablement effrayant et il est important que le guérisseur comprenne « la peur de la délivrance », dont Jésus parle dans la section intitulée « La fonction du faiseur de miracles » :

Avant que les faiseurs de miracles soient prêts à entreprendre leur fonction dans ce monde, il est essentiel qu'ils comprennent pleinement la peur de la délivrance. Autrement ils pourraient entretenir sans le savoir la croyance que la délivrance est un emprisonnement, croyance déjà largement répandue. (T-2.V.1:1-2)

Notre peur est d'être libérés de notre culpabilité, de notre peur et du système de pensée de l'ego. Si nous ne comprenons pas ceci, nous deviendrons impatients et critiques à l'égard de nous-mêmes et des autres. Il est très important de comprendre notre peur de la délivrance vis-à-vis de la prison de l'ego parce que l'ego nous enseigne que la délivrance est un emprisonnement et que l'emprisonnement par l'ego est véritablement la liberté. À la fin du Chapitre 7 (T-7.X) et au commencement du Chapitre 8 (T-8.II), Jésus parle de la confusion entre la douleur et la joie et de la différence entre l'emprisonnement et la liberté. Nous ne connaissons pas les différences, et c'est pourquoi nous avons besoin d'un enseignant qui nous les montre, avec douceur et patience, avec bienveillance et amour, de sorte que nous puissions faire nous-mêmes le choix. Jésus nous demande d'être seulement doux, attentionné et aimant les uns envers les autres comme il l'est avec nous, et de ne pas être impatients quand les gens sont effrayés. Quand les gens font des choses stupides ou méchantes, ce n'est pas parce qu'ils sont stupides ou méchants, mais parce qu'ils sont apeurés. Cela est le jugement et la vision du Saint-Esprit. Il ne voit pas le péché. Il voit des expressions d'amour ou des appels à l'amour, et les appels à l'amour naissent de la peur. Vous pouvez dire comment vous vous sentez en considérant comment vous êtes avec les autres. Êtes-vous impatients et portés sur le jugement ? S'il en est ainsi, cela vous montre votre impatience et votre jugement envers vous-même, puisque le monde est « l'image extérieure d'une condition intérieure » (T-21.1:5). La manière dont nous nous sentons avec les autres montre la manière dont nous nous sentons avec nous-même.

Nous n'acceptons pas ce que ce cours dit, nous n'acceptons pas la véritable source de la guérison, et nous ne pardonnons pas et ne laissons pas s'en aller nos griefs parce que nous sommes terrifiés. Nous sommes terrifiés par les conséquences qu'il y aurait si nous lâchions le système de pensée de l'ego, ce qui signifie que nous reviendrions dans nos esprits. C'est la raison pour laquelle nous avons fait le monde et les autres gens. Nous avons besoin d'eux pour que nous puissions projeter notre haine de nous-mêmes et notre culpabilité sur eux, ce qui est la raison pour laquelle nous détestons tout le monde. Vous devez comprendre que c'est le but que le monde et plus particulièrement nos corps servent, ce pour quoi ils ont été faits. Cela vous donnera une meilleure appréciation de votre propre peur. Et si vous vous levez le matin

et regardiez dans le miroir et que vous ne voyiez littéralement personne, pas seulement visuellement, mais si vous sachiez *véritablement* qu'il n'y eût personne ? Cela serait terrifiant, et personne n'aimerait cela. Jésus demande :

Et si tu reconnaissais que ce monde est une hallucination ? Et si tu comprenais réellement que c'est toi qui l'as inventé ? Si tu te rendais compte que ceux qui semblent y marcher, pour pécher et mourir, attaquer, tuer et se détruire eux-mêmes, sont entièrement irréels ? (T-20.VIII.7:3-5)

Si vous n'êtes pas attentionnés, et si vous n'y allez pas très lentement et doucement, vous pourriez devenir psychotiques, parce que la terreur serait trop écrasante. C'est la raison pour laquelle vous avez besoin d'un enseignant qui vous accompagne très lentement. Jésus est plus doux avec nous que nous ne le sommes envers nous-mêmes. Vous devez avoir une appréciation juste de votre propre peur de la délivrance vis-à-vis de l'emprisonnement de l'ego.

Partie IX - Ce qu'est véritablement la guérison

Parlons maintenant de ce qu'est véritablement la guérison. Comme cela l'est avec toute autre chose dans le Cours, que ce soit la guérison, le pardon, le miracle, le salut ou l'Expiation, une fois que vous comprenez le problème, la solution est alors très simple. Vous regardez simplement le problème là où il est, et non pas là où vous pensez qu'il est. Il existe une phrase très importante dans le Chapitre 27 où Jésus donne une seule phrase-solution à la question de savoir comment aller par-delà toutes les souffrances et toutes les peines du monde. Il existe d'autres endroits où il fait une déclaration similaire, mais là il dit : « Tout ce dont il est besoin, c'est que tu regardes le problème tel qu'il est, et non de la façon dont tu l'as monté. » (T-27.VII.2:2) Qu'est-ce qui pourrait être plus simple ? C'est la raison pour laquelle Jésus dit que c'est un cours simple et pas compliqué. À nouveau, la solution à toute souffrance, à toute douleur et à toute maladie consiste simplement à « regarder le problème tel qu'il est, et non de la façon dont tu l'as monté. »

Ceci peut être clairement vu sur le schéma. Nous avons fait en sorte que le problème soit dans le monde. Nous avons pris le problème de la culpabilité qui vint de notre décision en faveur de la culpabilité dans nos esprits, nous l'avons projetée et nous avons abdiqué toute responsabilité concernant la décision. Nous avons abdiqué notre pouvoir de décision et nous sommes devenus impuissants face à des forces au-delà de notre contrôle. Ainsi, nous ne voyons plus le problème « tel qu'il est » (notre décision d'être malades d'abord dans nos esprits et ensuite dans nos corps), mais à la place nous l'avons vu tel que nous l'avons établi, ce qui consiste à voir le problème dans le monde et le corps. Et ensuite, nous disons : « ce n'est pas de ma faute ». Ce ne fut pas mon choix de venir ici ; ce ne fut pas ma décision de naître ; ce fut un accident. Je n'ai pas pu choisir mes cheveux, mes yeux ou la couleur de ma peau, ou mon matériel génétique qui a déterminé mes aptitudes et mon intelligence. Je n'ai pas pu choisir mon environnement, le genre de relation que mes parents avaient, leur santé, leur situation financière. Je n'aurai pas pu faire grand chose si j'étais né en Afghanistan et que toute ma famille eût disparu dans une explosion ; je n'aurais pas pu faire grand chose si j'étais né en tant que Juif dans l'Allemagne nazie. Ce n'est pas de ma faute.

Nous avons établi le problème de façon à ce que nous soyons impuissants et qu'ensuite nous voyions les autres et les forces comme la cause de notre souffrance. Jésus dit que tout ce que nous avons à faire pour aller au-delà de ça, c'est de voir le problème tel qu'il est et non pas tel que nous l'avons établi. C'est ce qu'est la guérison. Il enseigne que le pardon « est calme, et tranquillement ne fait rien... Il regarde simplement, attend et ne juge pas » (W-pII.1.4:1,3). De plus, dans le livre d'exercices, il dit : « Il regarde simplement la dévastation et rappelle à l'esprit que ce qu'il voit est faux. » (W-pII.13.1:3) Ces passages disent fondamentalement la même chose : « Regardez simplement avec moi le problème et laissez-moi vous aider à regarder à travers mes yeux ; ensuite, vous comprendrez, comme je le comprends, que votre problème n'est pas à l'extérieur, parce qu'il n'y a rien à l'extérieur. Vous avez mis le problème à l'extérieur de sorte que vous croyiez qu'il est à l'extérieur. En regardant à travers mes yeux, vous reconnaîtrez que le monde est 'une image extérieure d'une condition intérieure'. » (T-21.in.1:5)

En laissant Jésus vous aider à regarder le monde à travers ses yeux plutôt qu'à travers les vôtres, vous commencerez à comprendre à nouveau que ce que vous voyez à l'extérieur *est* une projection et vous commencerez à comprendre *la raison pour laquelle* vous l'avez projeté. Les raisons ont à voir avec ce dont nous avons parlé plus tôt, à savoir la stratégie de l'ego à nous rendre sans esprit. Vous regardez votre décision de vous débarrasser de Dieu et d'usurper Sa place sur le trône ; vous regardez votre décision de détruire le Ciel et de crucifier le Fils de Dieu, le tuant ainsi psychologiquement (si ce n'est des fois physiquement), et en en faisant porter la responsabilité sur tous les autres. Vous regardez toute cette dévastation et vous vous souvenez que ce n'est pas vrai ; c'est tout inventé ; c'est un mauvais rêve. Vous regardez ce qui est dans votre système de pensée que vous avez projeté à l'extérieur, vous le ramenez à l'intérieur et le regardez avec calme, avec patience et sans jugement. Il s'agit de regarder le problème « tel qu'il est et non pas de la manière dont vous l'avez établi. » C'est tout ce que vous avez à faire. Il n'y a rien de plus simple.

Les principes du Cours sont très simples et très basiques, mais nous ne les suivons pas parce que nous ne voulons pas laisser s'en aller le problème. C'est ce que vous devez véritablement apprécier et comprendre à propos de vous-même et de tous les autres. C'est la raison pour laquelle les gens font des choses scandaleuses – et les choses les plus scandaleuses sont habituellement faites par des gens qui sont religieux. Les étudiants d'*Un Cours en Miracles* ne font pas exception à ceci. Nous utilisons la religion et la spiritualité comme une défense contre la haine se trouvant dans nos esprits, notre haine à notre encontre pour ce que nous croyons avoir fait. Nous essayons de nous en débarrasser en la projetant sur les infidèles, les païens, les hérétiques, les incroyants, etc. Quand ceci est fait dans un contexte religieux, cela semble avoir la bénédiction de Dieu, ce qui rend Dieu aussi insane que tous les autres. Qu'il soit le Dieu des juifs, des chrétiens, des bouddhistes, des hindous, des musulmans, d'*Un Cours en Miracles* ou de la Science chrétienne, cela n'a pas d'importance. Ils sont tous insanes parce qu'ils sont vus comme des moyens de justifier le système de pensée de l'ego de leurs disciples, et sont utilisés pour excuser le jugement et quelquefois même le meurtre.

Vous devez apprécier, avec humilité et bienveillance envers vous-même, à quel point vous avez peur de ce cours, ce qui veut dire que vous avez peur de la guérison – pas celle du corps, mais celle de l'esprit. Tout ce que vous avez à faire pour voir le problème « tel qu'il est » consiste à le prendre à partir de l'extérieur, là où vous l'avez placé, pour le ramener à l'intérieur là où vous pouvez le regarder avec l'amour de Jésus à côté de vous. Comme il le dit à la fin du Chapitre 23 : « Qui, avec l'Amour de Dieu le soutenant, pourrait trouver le

choix entre les miracles et le meurtre difficile à faire ? » (T-23.IV.9:8) Ceci veut dire que vous ne pouvez pas faire ce choix sans que son amour vous guide (ou l'amour de n'importe quel autre symbole que vous choisissiez ; cela n'a pas besoin d'être Jésus). Mais vous devez vraiment voir que le choix est entre les miracles (le principe de l'Expiation) et le meurtre. Vous devez voir que vous essayez de tuer tous les autres et d'en faire des criminels de façon à ce qu'ils soient punis pour le cercueil sur lequel vous vous tenez. C'est ce que vous devez voir. La culpabilité à propos de cela est énorme.

Pour avoir un aperçu de l'énormité de notre culpabilité, considérez seulement que l'univers physique tout entier repose littéralement sur la projection de l'erreur consistant à croire que nous nous sommes séparés de Dieu. C'est cette culpabilité qui nous a littéralement conduits à devenir insanes et hors de nos esprits. L'univers physique tout entier est simplement un mauvais rêve. Aussi compliqué qu'est le cosmos – apparaissant comme étant infini, s'étendant sur des milliards et des milliards d'années, contenant galaxies après galaxies, connues ou inconnues, certaines dans d'autres dimensions du temps – tout ceci n'est qu'un même rêve. Il vient tout entier d'une seule source : la culpabilité. Cela vous fait comprendre à quel point votre croyance en la culpabilité est puissante. Presque toute religion ou spiritualité qui a commencé à un niveau très élevé d'après l'inspiration donnée par son fondateur a très mal fini. Les gens deviennent terrifiés face à la vérité non-duelle selon laquelle la réalité est non-matérielle, non-temporelle, et est tout ce qu'il y a. Elle n'a pas de divisions. Elle est parfaite unité.

Il n'a pas existé de mouvement religieux ou spirituel qui n'ait fait l'expérience de cela. L'hindouisme a commencé avec les Védas et les Upanisads – des enseignements de très haut niveau – et il a fini comme l'Église Catholique Romaine : des statues, des rituels, des haines et plein d'autres choses étrangères à son inspiration originelle. La chrétienté a commencé avec Jésus. Vous ne pouvez pas avoir mieux que cela ; mais regardez comment cela a fini ! Et ne soyez pas surpris si une chose semblable arrive à *Un Cours en Miracles*. Cela n'invalide pas l'inspiration qui a été à l'origine d'un mouvement, pas plus que ça n'invaliderait le Cours, mais cela dit simplement que les gens deviennent effrayés, et comme le Cours le dit lui-même : « ... les gens qui ont peur peuvent être méchants. » (T-3.I.4:2) Ils peuvent être très méchants. Mais sous la méchanceté se cache la peur : qui serais-je sans ma colère ? Qui serais-je sans ma haine ? Qui serais-je sans mon jugement ? Qui serais-je sans moi ? Voilà la véritable peur.

Ce qui nous définit, c'est la haine envers soi-même, parce que celle-là est notre origine. L'ego est né de la haine envers Dieu, et ensuite de la haine envers soi dont nous avons fait l'expérience par-dessus ce que nous croyons avoir fait à Dieu. En suivant les lois de l'esprit divisé, quoi que nous croyions à propos de nous-mêmes, sera tellement affreux et horrible que nous le refoulerons, et quoi que nous refoulions, nous le projeterons. Puisque nous avons tous fait ceci comme un seul Fils quand nous fîmes le collectif en tant que collectif, nous fîmes le cosmos ; ensuite le Fils se fragmenta en milliards de milliards de morceaux, chaque petit fragment contenant l'entièreté : l'entièreté de l'insanité de l'ego aussi bien que l'entièreté de la santé du Saint-Esprit qui corrige et défait l'ego. Chacun d'entre nous porte cela dans son entièreté, la totalité du système de l'ego et la totalité du système du Saint-Esprit. Nous sommes tous nés de la même peur, aussi pourquoi le fait que chacun haïsse tous les autres devrait-il être une surprise ?

Il y a toujours un constant jugement et une constante critique – si ce n'est le besoin de tuer et de blesser – parce que c'est ce qu'est le monde. Il a commencé par un meurtre ; n'oubliez pas

cela. Il a commencé par le meurtre de Dieu, et puisque *les idées ne quittent pas leur source*, toute autre chose est simplement le fragment en filigrane de cette pensée originelle. C'est la maladie. La maladie n'a rien à voir avec des symptômes extérieurs. La maladie est la pensée que « Je fis ceci, et pas seulement cela, et je le referai. » En fait, non seulement vous le referez, mais vous *êtes* en train de le refaire. À chaque moment que nous prenons une respiration ; à chaque moment que nous pensons être ici ; à chaque moment que nous nous complaisons dans la particularité, nous tuons Dieu à nouveau. C'est ce que Jésus veut dire dans le Chapitre 16 quand il dit : « Si tu percevais la relation particulière comme un triomphe sur Dieu, en voudrais-tu ? » (T-16.V.10:1) Et l'horrible vérité c'est que quand bien même il nous dit qu'elle est un « triomphe sur Dieu », nous la voulons encore. Combien d'étudiants d'*Un Cours en Miracles* ont lu cette phrase encore et encore, et se complaisent encore dans leur particularité ?

Il est important de comprendre et de garder à l'esprit que tout ce que nous faisons ici est une ombre microcosmique de ce que nous croyons avoir tous fait au commencement. C'est la culpabilité que nous portons avec nous. Si vous ne comprenez pas ceci, la culpabilité restera enfouie, et si elle reste enfouie, elle continuera de faire surface au travers de la projection. C'est ce qui s'est produit à travers l'histoire de l'univers. Cela s'est certainement produit à travers l'histoire de ce que nous connaissons comme l'Homo sapiens. C'est la raison pour laquelle chacun tue toujours tous les autres. Les individus le font, les gouvernements le font, les races le font et les religions le font, parce que personne ne s'arrête pour regarder à l'intérieur. C'est la raison pour laquelle ce cours est un document spirituel tellement important et imposant. Plus que n'importe quel autre enseignement que je connais, il décrit l'ego – et ce n'est pas un joli tableau. Mais le monde fut fait afin de cacher la laideur du tableau.

Vous connaissez probablement tous la section du texte intitulée « Les deux tableaux » (T-17.IV), où Jésus parle du besoin de regarder le tableau de l'ego, qui est le tableau de la mort, et vous ne devez pas vous laisser prendre à son cadre élaboré que l'ego place tout autour. Dans ce contexte-là, le cadre est la relation particulière. Ne choisissez pas le tableau par son brillant qui ressemble à des bijoux incrustés dans le cadre. Le but du cadre consiste à vous empêcher de regarder le tableau. C'est une section très importante, une des plus importantes du livre, parce qu'elle parle de la racine du problème du monde, et de tous les problèmes religieux qui s'y trouvent. Les gens sont tellement absorbés par le brillant du cadre de la relation particulière – particulièrement quand Dieu peut y être mêlé – qu'ils ne voient pas la laideur et l'aspect meurtrier du tableau. La plupart des religions et des spiritualités soit ignorent l'ego soit l'enrobent, soit le cachent, en disant : « Laissez-le seulement s'en aller ; remettez-le au Saint-Esprit. Il n'est véritablement rien. Choisissez seulement l'amour. » Eh bien, si c'était aussi facile, ce monde n'existerait pas, et il n'y aurait aucun besoin d'un cours qui passe tellement de temps à parler de la haine, du meurtre et de la culpabilité à la place de l'amour et de la paix. Nous avons besoin de quelque chose qui nous prenne à travers les immondices.

Comme je l'ai mentionné plus tôt, c'est ce que fit Freud pour nous tous. Il apporta une contribution très importante, en dépit de l'absurdité d'une part importante de ce qu'il avait dit. Plus que quiconque, il se montra ferme dans son insistance à ce que les gens regardent leur ego. Une des principales critiques de Jung à l'égard de Freud était de penser que tout ce que Freud voulait regarder avait trait à la laideur et à la saleté. Malheureusement, Freud avait raison et Jung avait tort, parce que Jung avait utilisé ses nobles idées spirituelles, ou ses idées pseudo-spirituelles, comme une manière de cacher subtilement ce qui était à l'intérieur. Et Freud continua à dire qu'il est essentiel de regarder à l'intérieur ; et ce qui est là n'est pas joli.

Jésus dans *Un Cours en Miracles* dit la même chose : *regardez le tableau* ; c'est même en italique dans la section intitulée « Les deux tableaux ». *Regardez le tableau*. « Le pardon regarde » (W-pII.1.4:3). « Le miracle... regarde la dévastation » (W-pII.13.1:3). « Regardez le problème tel qu'il est, et non pas de la manière dont vous l'avez établi » (T-27.VII.2:2). C'est ce qu'est la guérison ; la guérison regarde.

Partie X - La guérison implique de regarder

Dans les deux premiers paragraphes sur « La "dynamique" de l'ego », Jésus explique la même idée, à savoir que la guérison implique de regarder. Nous examinerons seulement le second paragraphe.

(T-11.V.2:1) Qu'est-ce que la guérison, si ce n'est l'enlèvement de tout ce qui fait obstacle à la connaissance ?

Rien au sujet de l'imposition des mains ; rien au sujet de la récitation de prières ; rien au sujet de mantras, rien sur le fait de vous tenir sur la tête ou de réciter des leçons d'*Un Cours en Miracles*. La guérison est « l'enlèvement de tout ce qui fait obstacle à la connaissance. » Comment ?

(2:2-3, 8-9) Et comment peut-on dissiper les illusions, si ce n'est en les regardant en face, sans les protéger ? N'aie pas peur, donc, car ce que tu regarderas, c'est la source de la peur, et tu commences à apprendre que la peur n'est pas réelle... N'aie pas peur, donc, de regarder la peur, car elle ne peut être vue. Par définition, la clarté défait la confusion ; et de regarder les ténèbres à la lumière doit les dissiper.

C'est ce qu'est la guérison. Elle n'est pas différente de ce qu'est le miracle, de ce qu'est le salut ou de ce que sont le pardon et l'Expiation. La culpabilité, s'accrochant aux griefs, et la maladie constituent toutes deux le même problème. Regarder est la manière d'enlever tout ce qui se tient dans la voie de la connaissance et tout ce qui nous empêche de nous souvenir de l'Amour de notre Créateur et de qui nous sommes en tant que vrai Fils de Dieu : « Et comment peut-on dissiper les illusions, si ce n'est en les regardant en face, sans les protéger ? » (T-11.V.2:2) Le monde est la protection.

Ces idées sont présentes à travers ces sources-ci : les deux opuscules et les trois livres du Cours lui-même. Ne protégez pas dans votre esprit l'illusion qui insiste pour dire qu'il n'y a pas d'esprit, et qu'il y a seulement un corps et un monde ; qu'il y a là des gens ; qu'il y a là des maladies et des relations. C'est exactement ce que l'ego veut que vous fassiez. Regarder l'illusion dans votre esprit sans la protéger à travers votre relation particulière est une autre façon de dire la même chose. Jésus nous dit de ne pas avoir peur parce que nous *avons* peur. Il connaît ses interlocuteurs. Nous sommes terrifiés. C'est la raison pour laquelle il nous appelle « petits enfants ». Nous sommes terrifiés par l'obscurité ; nous sommes terrifiés, croyons-nous, par les monstres qui se cachent dans le placard, à l'extérieur de la fenêtre de la chambre et sous le lit. Nous ressemblons à des petits enfants terrifiés. Mais il nous dit qu'il n'y a rien à craindre et de le laisser nous aider à regarder. Jésus nous dit cela parce que, lorsque vous regarderez la source de la peur, laquelle est la croyance que vous avez attaqué Dieu et que

Dieu vous attaquera en retour, vous prendrez conscience qu'il n'y a rien à craindre, parce qu'il n'y a pas eu d'attaque. Il nous dit de ne pas avoir peur de regarder la peur, parce que vous ne pouvez pas voir la peur – elle n'est pas là. Il n'y a pas de monstres qui se cachent sous votre lit ou dans votre placard. C'est seulement votre peur qui les met là.

Nous ne sommes pas différents du petit garçon ou de la petite fille qui a ces peurs et ces cauchemars. C'est ce qu'est la maladie. La maladie consiste à croire qu'est là quelque chose qui n'est pas là. La guérison regarde et prend conscience qu'il n'y a rien là. Mais vous devez regarder les ténèbres et les amener à la lumière, autrement vous ne les dissiperez pas. C'est la raison pour laquelle c'est un cours à propos des ténèbres. Jésus nous le dit dès le début, dans l'Introduction : « *Le cours ne vise pas à enseigner la signification de l'amour, car cela est au-delà de ce qui peut s'enseigner. Toutefois, il vise à enlever les blocages qui empêchent de prendre conscience de la présence de l'amour, qui est ton héritage naturel.* » (T-in.1:6-7) C'est ce dont celui-ci parle. Il parle de blocages et d'obstacles. Il expose le système de pensée de l'ego. C'est ce qu'est la guérison, et la maladie lutte contre cela. La maladie exclut Jésus ou le Saint-Esprit de façon à ce que vous ne laissiez pas entrer Leur sagesse, Leur vision et Leur amour. Et vous ne laissez pas entrer cela, non pas parce que vous êtes une mauvaise personne mais parce que vous êtes terrifiés.

À nouveau, la peur élémentaire est : qui serais-je sans *moi* ? Et nous nous définissons par toutes sortes de choses – habituellement en nous prenant pour des victimes, par nos abus et nos histoires terribles. Chacun a des histoires terribles. Il n'existe aucune hiérarchie d'histoires terribles – et il n'existe non plus aucun moyen d'y mettre un terme. Nous les avons tous, et nous les avons tous tout le temps. Elles diffèrent dans la forme, mais le contenu est le même. Le contenu est toujours une version de : ce n'est pas moi qui l'aie fait ; ce n'est pas de ma faute. Ce n'est pas de ma faute si je n'ai pas été aimé. Ce n'est pas de ma faute si j'ai été rejeté. Ce n'est pas de ma faute si je n'ai pas eu ce que chaque autre enfant a eu. Ce n'est pas de ma faute si je n'ai pas eu d'amis. Ce n'est pas de ma faute si je suis né méchant. Et ainsi de suite. Voilà le mantra : *ce n'est pas de ma faute.*

C'est la raison pour laquelle l'ego a écrit la maladie dans son rêve, et la raison pour laquelle, lorsqu'il a finalisé la distribution des personnages pour son histoire, la grande majorité des rôles furent attribués aux microorganismes, aux virus et aux bactéries – bien plus nombreux que les animaux et les êtres humains. Pourquoi ? Parce qu'ils sont les « héros ». Ils sont ceux qui prouvent par-delà l'ombre d'un doute que ce n'est pas de ma faute. Nous avons besoin des microorganismes. Nous avons besoin des agents pathogènes. Tout fera l'affaire aussi longtemps que ce ne sera pas la culpabilité. Rappelez-vous cette phrase importante du Chapitre 27 : « Tu étais sûr d'une seule chose : De toutes les nombreuses causes que tu percevais comme t'apportant douleur et souffrance, ta culpabilité ne faisait pas partie. » (T-27.VII.7:4) La maladie consiste à croire que « ce n'est pas de ma faute ».

Reportons-nous maintenant au début du Chapitre 10 :

(T-10.in.1:1-2) Rien au-delà de toi ne peut te rendre apeuré ou aimant, parce que rien n'est au-delà de toi. Le temps et l'éternité sont tous deux dans ton esprit, et ils seront en conflit jusqu'à ce que tu perçoives le temps uniquement comme un moyen de regagner l'éternité.

Le temps est dans nos esprits faux parce que c'est là où le péché, la culpabilité et la peur lui ont donné naissance. L'éternité est dans nos esprits justes à travers le principe de l'Expiation qui dit que rien n'est arrivé et que la séparation ne s'est jamais produite.

Vous croirez que Dieu et votre ego sont en guerre l'un avec l'autre. C'est ce que Jésus veut dire par le temps et l'éternité. Le temps représente l'ego, et l'éternité représente le Saint-Esprit et Dieu. Et ils seront en conflit dans *votre* esprit (bien évidemment, pas dans l'Esprit de Dieu, Qui ne connaît même rien à propos du temps) jusqu'à ce que vous voyiez le temps comme n'existant pas en lui-même, comme n'étant pas réel, comme n'ayant aucun impact sur vous, mais seulement comme un mécanisme d'apprentissage et une salle de classe dans laquelle vous pouvez apprendre les leçons qui vous libéreront entièrement du temps. Souvenez-vous que, puisque *les idées ne quittent pas leur source*, le temps est en relation avec le péché, la culpabilité et la peur se trouvant dans nos esprits. Sans le péché, la culpabilité et la peur, il n'y aurait pas de temps. Projetés à l'extérieur, nos péchés deviennent le passé, la culpabilité devient le présent, et le futur devient la peur d'une riposte de la part de Dieu. J'ai péché dans le passé, je suis coupable dans le présent, et j'ai peur du châtement prochain dans le futur.

Jusqu'à ce que je reconnaisse que vous et moi n'avons pas d'intérêts séparés, je continuerai de croire dans la séparation, ce qui veut dire que je continuerai de croire dans le péché, la culpabilité et la peur, ce qui signifie, à son tour, que je continuerai de croire que je suis une victime du monde du temps. Tandis que je commence à défaire cela et à apprendre que vous et moi ne sommes pas séparés – nous partageons la même insanité, le même besoin, et le même but de nous réveiller de cette insanité – je suis alors en train de défaire la croyance dans la séparation. Sans la séparation, il n'y a pas de péché, pas de culpabilité, pas de peur, et pas de temps.

Nous voyons ainsi nos expériences dans le monde du temps simplement comme un instrument d'apprentissage que Jésus utilise pour nous enseigner que le problème ne se trouve pas à l'extérieur, mais qu'il est à l'intérieur ; et que le problème qui se trouve dans l'esprit est celui que nous choisissons. De plus, nous pouvons commencer à comprendre que, tout comme nous pouvons le choisir facilement, nous pouvons maintenant choisir à son encontre.

(1:3-4) Tu ne peux pas faire cela aussi longtemps que tu crois que des facteurs extérieurs à toi sont la cause de quoi que ce soit qui t'arrive. Tu dois apprendre que le temps est uniquement à ta disposition, et que rien au monde ne peut t'enlever cette responsabilité.

Ce n'est pas le seul endroit où Jésus dit ceci. Nous devons apprendre que quoi que ce soit qui nous arrive, ce n'est *pas* causé par des facteurs extérieurs à nous. C'est très difficile, parce que nos cerveaux sont programmés par l'esprit pour croire l'exact opposé – que tout ce qui nous arrive est causé par des facteurs extérieurs à nous-mêmes. C'est la raison pour laquelle nous sommes nés.

N'oubliez pas l'idée du *but*. Il existe un but derrière le fait d'être né. Nous sommes nés pour que nous apprenions que nous ne sommes pas responsables. Ainsi, je garde mon identité séparée et quelqu'un ou quelque chose d'autre est puni pour cela. *Je ne suis pas responsable*. Rien dans ce monde ne peut m'enlever la responsabilité de la manière dont j'utilise le temps. C'est mon choix. Est-ce que j'utilise le temps comme un moyen de me garder dans le monde de haine de l'ego, ou est-ce que j'utilise le temps comme un instrument pour m'aider à me souvenir ce qu'est l'amour, en regardant la haine et en allant ensuite par-delà elle ? Ce cours

enseigne que vous ne pouvez pas parvenir à la lumière jusqu'à ce que vous passiez à travers les ténèbres. Jésus nous demande, à plusieurs endroits, de prendre sa main, et il traversera ensuite les nuages de la culpabilité avec nous. De manière spécifique, dans la Leçon 70 du livre d'exercices, il dit : « Si cela t'aide, pense que je te tiens par la main et que je te conduis. Et je t'assure que cela ne sera pas un vain fantasme. » (W-pI.70.9:3-4) Les nuages sont les nuages de la culpabilité – des nuages d'orage, des nuages à l'allure féroce, des nuages terrifiants – mais ils ne sont rien. Nous ne pouvons pas les traverser par nous-mêmes, mais nous pouvons les traverser avec une main aimante, bienveillante et douce, tenant la nôtre. Nous devons être désireux de les traverser, ce qui signifie qu'il doit y avoir au moins une partie de nous qui est désireuse de dire : « Rien ici ne marche, et je veux quelque chose qui m'apportera véritablement le bonheur et la paix. » Mais nous devons être motivés par le désir de quitter ce rêve. Une fois que cette motivation s'est faite jour, nous commençons alors le long voyage ; et c'est un voyage à travers les ténèbres, lesquelles deviennent de plus en plus transparentes. C'est ce que Jésus veut dire quand il parle des rêves heureux.

Partie XI - Comprendre d'où vient la maladie

Voyons un important passage tiré de « La définition de la guérison » de l'opuscule *Psychothérapie*. C'est un autre de ces endroits remarquables dans le texte où Jésus résume tout en une ou deux phrases. Dans cette section, il a parlé de la maladie, et il termine en disant que toute maladie est une forme de non-pardon et que, par conséquent, comprendre seulement d'où vient la maladie – ce que le symptôme signifie fondamentalement – ne va vous mener à rien. La raison en est que ce qui guérit un non-pardon se rapporte seulement à une chose, à savoir le pardon. Ensuite il dit :

(P-2.VI.6:1-3) Cette prise de conscience est le but ultime de la psychothérapie. Comment est-il atteint ? Le thérapeute voit dans le patient tout ce qu'il n'a pas pardonné en lui-même, et il lui est ainsi donné une autre opportunité de le voir, de le reconsidérer et de le pardonner.

Voilà ce qu'est la guérison. Ce qui est incroyable à propos de ce passage, c'est qu'il ne dit absolument rien à propos du patient. Il ne dit rien, absolument rien, à propos du processus de la psychothérapie. Très simplement, la manière dont le but de la psychothérapie est atteint et la manière dont la guérison se produit se fait à travers le pardon que le thérapeute fait à lui-même. Voilà comment vous guérissez. Voilà comment le rêve de maladie prend fin. « Le thérapeute voit dans le patient tout ce qu'il n'a pas pardonné en lui-même ». Ceci est un paradigme que Jésus nous demande de suivre tout le temps. Je me trouve dans une situation ou dans une relation dans laquelle je suis en colère, perturbé, coupable, déprimé, apeuré ou quelque chose d'autre. Et, naturellement, je pense que c'est à cause de la situation ou de la relation – circonstances sur lesquelles je n'ai pas de contrôle. Enfin, Jésus nous dit ensuite : « Il doit y avoir une autre manière de regarder ceci, parce que j'ai regardé ce genre de chose toute ma vie, j'ai dû me débrouiller avec cela et y faire face toute ma vie, et cela ne m'a pas rendu heureux. Cela a pu me rendre riche, heureux sur le plan matériel et a pu me donner de la promotion, et toutes sortes d'autres choses matérielles, mais cela ne m'a pas véritablement rendu heureux. S'il te plaît, aide-moi. »

Jésus ne nous aide pas en agitant une baguette magique pour nous débarrasser du problème. Il nous aide en nous offrant ses lunettes de façon à ce que nous puissions voir la situation telle qu'il la voit. Il nous aide à prendre conscience que ce que nous percevons est « une image extérieure d'une condition intérieure » (T-21.in.1:5). Ainsi, le conflit n'est pas entre moi et cette autre personne, entre moi et mon patron, ou entre moi et mon corps. Le conflit est entre moi et un Dieu non-existant – le Dieu de l'ego. Sur le schéma, dans le rectangle de l'esprit faux, vous voyez le terme *champ de bataille*. Je sens un conflit intérieur entre moi-même et ce Dieu insane inventé de toutes pièces, et je le déplace sur mon corps, soit en me rendant malade soit en me rendant malade à cause des autres qui me rendent malade. En d'autres termes, je reporte la croyance en mon propre péché concernant ce que je crois avoir fait à Dieu et je la projette à l'extérieur et la vois en vous. Je ne suis pas une victime de ce que j'ai fait ; je suis une victime de ce que Dieu s'apprête à me faire. Et ce Dieu punisseur émerge maintenant en tant que vous, qui que vous soyez. Dans notre jeunesse, naturellement, cette personne est nos parents ; et ensuite elle devient n'importe quelle figure d'autorité, ceux qui ont du pouvoir sur nous, ceux qui ont quelque chose que nous voulons et dont nous avons besoin : l'amour, l'attention, la bienveillance, la compréhension de quelqu'un, l'appréciation par cette personne de notre intelligence, de notre travail – quel qu'il soit. Cette personne est simplement une figure ou un symbole du Dieu punisseur qui va nous punir à cause de notre péché.

Quoi que je voie dans la situation qui me rend malheureux, c'est une projection de ce que je crois à mon sujet, et c'est ce que Jésus veut dire en disant : « Le thérapeute voit dans le patient tout ce qu'il n'a pas pardonné en lui-même. » La valeur de mon patient, de mon ami, de mon épouse, de mes enfants, de mes parents ou de n'importe qui d'autre est qu'ils m'offrent l'opportunité de voir à l'extérieur ce que j'ai vu avec tant de terreur à l'intérieur. Ils deviennent l'écran sur lequel je projette ce que j'ai désespérément essayé de garder refoulé dans mon propre esprit. L'ego me dit que si je regarde à l'intérieur, mes yeux éclaireront le péché et Dieu me frappera de cécité (T-21.IV.2:3). Ainsi, je ne regarde pas à l'intérieur parce que la culpabilité est tellement terrifiante. Plutôt que de regarder à l'intérieur, je regarde à l'extérieur et je vois la culpabilité en vous. Je suis si pervers dans mon insanité qu'une des manières qui me permet de démontrer à quel point vous êtes coupables consiste à me rendre malade à cause de vous. Je souffrirai avec joie seulement pour que je puisse dire à nouveau : regarde-moi, frère ; par ta main je suis tombé malade. Regarde-moi, frère ; par ta main je meurs. Regarde-moi, frère ; par ta main je perds mon travail. Regarde-moi, frère ; par ta main j'ai perdu ma famille. Regarde-moi, frère ; par ta main j'ai perdu ma santé. Et ainsi de suite.

Ainsi, je ne sais pas ce qui est à l'intérieur, si bien que je n'arrête pas de le projeter à l'extérieur jusqu'à ce qu'un jour je dise : « S'il te plaît, aidez-moi. Il y a une autre manière de regarder. » Et ceci est la réponse de Jésus, et ce pour quoi personne ne l'aime. Ce n'est pas la réponse que nous voulons. Je me donne ainsi une autre opportunité de regarder ce que je n'ai pas pardonné en moi-même et de le soumettre à une réévaluation. À l'instant où nous choisissons l'ego, nos esprits se ferment comme une trappe en acier. Une lourde porte est tombée, et nous avons fait à l'ego le vœu que nous ne regarderons jamais à nouveau notre décision d'être un pécheur, ce qui signifie que nous n'avons jamais eu l'opportunité depuis lors de la regarder et de dire que peut-être ce fut le mauvais choix et que peut-être ce que nous avons choisi n'est véritablement rien. Nous n'avons jamais eu l'opportunité de le réévaluer parce que l'ego a refermé le livre. Terminé ! Et maintenant il nous est donné une nouvelle chance de le regarder.

(P-2.VI.6:4) Quand ceci se produit, il [le thérapeute] voit ses péchés disparaître dans un passé qui n'est plus ici.

C'est l'essentiel, et c'est ce que Jésus veut dire quand il parle d'un rire doux. Nous nous accrochons désespérément à quelque chose qui non seulement n'est pas ici, mais qui non plus ne s'est jamais produit. Au début du Chapitre 28, il dit :

Ce monde est terminé depuis longtemps. Les pensées qui l'ont fait ne sont plus dans l'esprit qui les a pensées et les a aimées un court moment. (T-28.I.1:6-7)

Ce monde entier fut construit comme une défense contre quelque chose qui n'existe pas. Seulement, c'est stupide ! Vous ne pouviez pas demander quelque chose de plus stupide. Nous avons littéralement construit la totalité de ce système massif et défensif pour nous protéger contre un ennemi qui n'existe pas. C'est la raison pour laquelle les gouvernements font des choses stupides – construisant des systèmes d'armes contre des ennemis qui n'existent pas. Ce cours tout entier consiste à exposer l'insanité et la stupidité de ceci. Cela ne nous rend pas pécheurs, mais cela nous rend certainement très stupides. Nous défendrons cette défense contre quoi que ce soit. Nous ne laisserons personne nous enlever ce monde ou ce corps, pas même Jésus. Nous tuerons à la place. Nous détruirons plutôt son message. Mais ce à quoi nous nous accrochons n'est rien. Là il n'y a rien. Voilà ce qu'il dit : « Quand ceci se produit, il voit ses péchés disparaître dans un passé qui n'est plus ici. »

Au début du paragraphe, Jésus dit :

Tout ce qu'il [le miracle] fait, c'est défaire. Ainsi il annule ce qui interfère avec ce qui a été fait. Il n'ajoute pas, mais simplement enlève. (T-28.I.1:2-4)

Le miracle enlève le système de pensée de l'ego. Pour citer à nouveau la phrase du livre d'exercices : « Il [le miracle] regarde simplement la dévastation et rappelle à l'esprit que ce qu'il voit est faux » (W-pII.13.1:3). C'est faux parce que ce n'est pas là.

Et ce qu'il enlève a disparu depuis longtemps, mais est gardé en mémoire et paraît avoir des effets immédiats. Ce monde est terminé depuis longtemps. Les pensées qui l'ont fait ne sont plus dans l'esprit qui les a pensées et les a aimées un court moment. (T-28.I.1:5-7)

Voilà ce que vaut ce grand et merveilleux cosmos – ce monde que nous pensons être si glorieux. Il n'est pas ici. Les pensées qui ont fait le monde, les pensées de culpabilité ne sont plus là. Elles ne sont plus là parce qu'elles n'ont jamais été là. Nous avons seulement pensé qu'elles étaient là ; et ensuite, nous avons construit cette défense massive contre une pensée qui n'a jamais existé. Est-ce intelligent ? Pas du tout ! *Homo sapiens* est un oxymoron, puisque cela signifie « homme sage ».

Passez au paragraphe 2.

Tous les effets de la culpabilité ne sont plus ici. [Les « effets de la culpabilité » concernent tout dans le monde.] Car la culpabilité est terminée. Avec elle ont passé ses conséquences, laissées sans une cause. (T-28.I.2:1-3)

Ceci est la raison pour laquelle le monde a pris fin il y a bien longtemps. Il n'y a pas de monde ! C'est comme si nous regardions une après-image. Quelquefois nous éteignons la

télévision et il y a encore un peu de courant, de sorte qu'il y a une après-image qui apparaît jusqu'à ce qu'elle se dissipe. Ce monde tout entier est une après-image. Il n'y a plus de courant dans le système. L'appareil a été éteint, mais nous pensons encore que nous voyons quelque chose, et nous réagissons à ce que nous pensons voir.

Pourquoi t'y accrocherais-tu en mémoire si tu ne désirais pas ses effets ? (T-28.I.2:4)

Cela est une phrase très importante. Pourquoi devriez-vous vous accrocher à la cause – la culpabilité – à moins que vous ne vouliez les effets – le monde ? Pourquoi voulez-vous le monde ? Parce que le monde prouve que la culpabilité est réelle ; la culpabilité prouve que la séparation est réelle ; la séparation prouve que je suis réel. Je veux que le monde soit là afin que je puisse conserver mon identité et en tenir tous les autres responsables. J'ai besoin d'un monde pour cela. « La haine est concrète. » (W-pI.161.7:1) Il doit exister quelqu'un que je puisse haïr, il me faut donc l'inventer. Nous appelons psychotiques des gens qui hallucinent et qui inventent des gens qui n'existent pas. Le film *Un Homme d'Exception* parle d'un homme qui invente un monde qui n'existe pas, et auquel il réagit ensuite comme s'il existait. Nous faisons tous cela. C'est la raison pour laquelle Jésus dit que le monde entier est une hallucination (T-20.VIII.7:3). Nous hallucinons tous ; mais nous agissons comme si le monde était réel. Nous pensons vraiment que nous voyons quelque chose sur l'écran en face de nous. Cela est la maladie ; cela est une pathologie. Cela n'a pas d'importance si vous avez un symptôme physique ou pas ; le fait que vous croyiez qu'il existe un monde, un corps et la culpabilité, cela est la maladie ; cela est une pathologie, ce qui veut dire que c'est ce qui doit être guéri.

Pour revenir maintenant au passage de l'opuscule *Psychothérapie*, la manière dont vous guérissez consiste à reconnaître que ce que vous percevez à l'extérieur chez une autre personne, dans une relation, dans une situation ou circonstance, dans votre propre corps, est une projection de ce que vous n'avez pas pardonné en vous-même. À nouveau :

(P-2.VI.6:4-5) Quand ceci se produit, il voit ses péchés disparaître dans un passé qui n'est plus ici. Jusqu'à ce qu'il fasse ceci, la pensée du mal ne peut que l'obséder ici et maintenant.

Je ne vois pas le mal en moi. Je le vois tout autour de moi. Chaque chose et chaque personne est un agent pathogène, parce qu'ils pourraient tous me rendre très malade.

(P-2.VI.6:6) Le patient est l'écran pour la projection de ses péchés, lui permettant de les laisser s'en aller.

Ceci ne parle pas seulement de psychothérapie. Le même principe s'applique évidemment à *tout* ce que nous faisons ; à toute personne avec qui nous sommes, à toute personne avec qui nous sommes à l'intérieur de nos esprits, que la personne soit décédée ou que ce soit quelqu'un à propos duquel nous fantasmons. Quoi que nous pensions, cela nous sert d'écran pour projeter dessus nos péchés. Quand nous posons la bonne question au bon enseignant, le monde devient – pour utiliser une phrase de Freud – « la voie royale » qui nous conduit à l'intérieur de façon à ce que nous puissions regarder, au bout du compte, ce qui est dans nos esprits. Sans ces opportunités, sans tous ces gens dans nos vies, nous n'aurions pas la chance de faire ceci, parce que nos esprits s'étaient hermétiquement fermés dans cet instant où l'ego a

rendu réelle la culpabilité. Cela nous a motivés pour laisser derrière nous la culpabilité, jurant de ne jamais revenir. Ce monde est donc le témoin de cette promesse.

C'est ce que Jésus veut dire dans le texte quand il dit : « Ne jure pas de mourir, ô saint Fils de Dieu ! Tu passes un marché que tu ne peux pas tenir. » (T-29.VI.2:1-2) Nous avons fait la promesse que nous mourrons, parce que c'est ce que font les corps, et ensuite nous tenons quelque chose ou quelqu'un d'autre responsable de cette mort. Mais nous ne pouvons pas le faire parce que tout est inventé. Nous pouvons penser que l'ego a raison, et nous pouvons penser que nous pouvons faire un monde qui prouve que l'ego a raison, mais cela ne le rend pas réel.

Partie XII - Deux questions

Avant de continuer notre discussion à propos de la section « Comment la guérison était-elle accomplie ? », qu'on trouve dans le manuel, permettez-moi d'aborder deux questions qui sont fréquemment soulevées.

1) Comment parvenez-vous à l'expérience à partir de la partie intellectuelle de l'apprentissage ? Ma réponse est qu'il n'existe pas de véritable formule, parce que ce n'est pas quelque chose laissé à votre initiative. Le texte est écrit à un niveau très intellectuel et il demande beaucoup de lecture rigoureuse, davantage que le livre d'exercices et que le manuel. Le processus même qui consiste à se débattre avec la compréhension de ce que les mots disent fait partie de l'expérience consistant à l'apprendre. Cela fait partie de la pédagogie du Cours. Les gens se plaignent que le texte soit trop difficile à comprendre, mais il *n'est pas* véritablement difficile à comprendre. Beaucoup de passages que j'ai lus sont très clairs et très directs. La raison pour laquelle la signification n'est pas aussi immédiatement apparente, ce n'est pas à cause de la difficulté du langage ; ce sont notre peur et notre résistance qui rendent la signification insaisissable ou obscure. C'est comme si notre ego ne voulait pas comprendre ce qui est écrit. Par conséquent, un message est envoyé à notre cerveau pour ne pas comprendre ce que nous lisons, et ainsi nous ne comprenons pas. Le processus d'apprentissage consistant à maîtriser intellectuellement la substance n'est pas véritablement un processus intellectuel, mais plutôt un processus consistant à *lâcher notre résistance*, et cela se produit. Il est préférable que cela se produise sans que nous tentions de faire en sorte que cela se produise.

Dans un sens, le programme d'entraînement du livre d'exercices, qui s'étale sur une année, est une manière de commencer le processus d'intégration de ce que nous comprenons avec nos cerveaux avec ce que nous comprenons de l'intérieur. Le programme d'entraînement du livre d'exercices a pour but de nous concentrer sur l'application, dans notre vie quotidienne, des principes de la leçon, lesquels sont basés sur le texte. Il nous est demandé de penser à Dieu toutes les heures, toutes les demi-heures, ou six fois par heure, et de penser ou d'utiliser la leçon durant la journée chaque fois que vous êtes tentés de vous vexer. Il y a donc une intégration de ce qui semble être la compréhension intellectuelle de la théorie à l'application pratique. En réalité, cela n'est pas aussi tranché. Apprendre avec difficulté ce que le texte dit véhicule en soi le processus inhérent consistant à *devenir* ce que le texte dit. À nouveau, les mots ne sont pas difficiles. Ce sont notre peur et notre résistance qui nous empêchent de

véritablement comprendre ce que nous lisons. Ce sont l'étude et la pratique que nous en faisons sur une période de plusieurs années qui est le reflet de notre désir d'apprendre et de *devenir* ce qu'il dit.

2) Si vous marchez sur mon orteil et que je vous pardonne, est-ce que cela signifie que je n'aurai pas mal ? Je pourrais vous raconter de nombreuses expériences que j'ai eues en grandissant dans la ville de New York, prenant le métro, lequel est souvent bondé, rendant presque impossible le fait de ne pas se faire bousculer ou de ne pas se faire marcher sur les pieds. Les habitants de New York ont la réputation, d'une certaine manière méritée, de ne pas être véritablement soucieux des autres, bien que ce ne soit pas toujours le cas. Mais si quelqu'un marche sur votre pied et qu'il se tourne rapidement vers vous pour s'excuser, je vous garantis que vous sentirez moins la douleur que s'il vous avait non seulement marché sur le pied, mais qu'il vous eût aussi poussé pour passer précipitamment la porte de sortie.

Quand vous venez à votre esprit juste et que vous pardonnez vraiment, l'expérience dans cet instant saint consiste à ne pas se sentir visé par ce qui apparaît être une attaque, quand bien même cela aurait pu être une intention d'attaque de la part de l'autre personne. À ce moment-là, vous êtes un « guérisseur guéri » -- jusqu'à ce que vous soyez effrayé et que vous reveniez à votre esprit pour devenir un « guérisseur non guéri ». Dans le contexte de la psychothérapie, un guérisseur non guéri serait quelqu'un qui exercerait la profession de guérisseur et ne verrait pas le but comme étant sa propre guérison. Ainsi, les guérisseurs non guéris sont ceux qui essaient d'être utiles aux autres mais qui ne se voient pas eux-mêmes comme faisant partie du processus.

Laissez-moi développer davantage l'idée de ne pas se sentir visé par une attaque. Ce que signifie pardonner consiste en ce que vous n'opérez pas la relation que l'ego aimerait que vous fassiez – entre l'attaque de l'autre personne, qu'elle soit verbale ou physique, et vous-même. Hélène a eu un grand nombre d'expériences que j'ai rapportées dans mon livre, *Absence from Felicity*. Une expérience classique, qui est arrivée avant que le Cours ne commence, s'est produite quand elle vivait dans l'appartement d'un ensemble de la ville de New York. La chambre dans l'appartement au-dessus du sien donnait directement sur sa chambre à coucher. La femme dans cet appartement avait une habitude très ennuyeuse du point de vue d'Hélène. Autour de minuit, elle se mettait à marcher dans sa chambre avec des talons aiguille sur un plancher de bois. Cependant, Hélène allait se coucher à une heure raisonnable parce qu'elle devait se réveiller tôt pour se rendre au Centre Médical, et elle ne pouvait que fulminer et ruminer dans son esprit, véritablement furieuse envers cette femme pour être aussi insensible, et penser à toutes sortes de choses qu'elle pourrait lui faire. À un moment, au milieu même de sa rage intérieure, elle se dit que le problème vient véritablement du fait qu'il y a une ficelle qui relie ses hauts talons à ma tête, de sorte que je pense qu'elle marche d'un pas lourd sur *ma* tête. Si tel est le cas, tout ce que j'ai à faire consiste à couper la ficelle. Étant une personne autant visuelle qu'auditive, Hélène prit des ciseaux dans son esprit, coupa la ficelle, et s'endormit tout de suite.

Les histoires ne sont pas toujours aussi simples et aussi tranchées, et elles n'ont pas une fin aussi heureuse que celle-là, mais le principe est très clair. Le problème provenait de l'*interprétation* qu'elle faisait ; et ce qui l'énervait véritablement ici, n'était pas tant le bruit des talons sur le plancher, mais l'idée que cette femme était aussi insensible, irréfléchie et sans gêne. Voilà ce qu'était le problème. C'est la même chose dans l'exemple que j'ai donné à propos du métro bondé. Si quelqu'un marche sur votre pied mais s'excuse rapidement, cela ne fait pas aussi mal que si la personne se montrait inflexible et vous en fût responsable. Dans

un sens, c'est ce qu'est le pardon – vous rétablissez le lien causal approprié. La raison qui fait que je suis perturbée, que je m'agite et que je me retourne dans mon sommeil, ne vient pas de ce que la femme fait ou de ce que cette personne a fait, ou a dit, ou d'autre chose. C'est que je fais un lien, un faux lien causal, entre cette personne et moi. Cela est une interprétation, pas un fait. Le Cours insiste pour dire que *la perception est une interprétation*, pas un fait (voir T-21.V.1; W-pII.304.1:3; M-17.4:1-7). L'interprétation consiste à dire qu'elle me fait ceci. Si je change ma perception, je ne vois plus alors la cause de ma détresse comme étant ses hauts talons ou quelque chose à l'extérieur de moi, mais plutôt ma propre interprétation de ce qu'elle est en train de faire. Il n'y aura alors pas de problème.

Ceci est un bon paradigme de ce à quoi ressemble le processus. Vous ne niez pas ce que l'autre personne fait. Si un docteur dit : « Je suis désolé mais cette grosseur à votre sein est un cancer », vous ne cherchez pas à inventer les choses pour dire que tout est illusion et que votre poitrine a disparu depuis longtemps (T-28.I.1:6). Ça c'est stupide. Mais vous pouvez regarder ceci différemment. Vous n'avez pas à le prendre comme une attaque personnelle, que cela vienne du médecin, de quelque chose que vous ayez mangé, d'une pilule que vous n'auriez pas dû prendre, de votre corps, de Dieu, ou de toute autre chose. Dans un sens, c'est seulement un autre événement dans le monde. Le choix est donc de savoir si je regarde à travers les yeux de mon ego, qui sont les yeux du blâme, de la haine et de la peur, ou si je regarde à travers les yeux du Saint-Esprit, Qui m'aidera à voir ceci comme une autre opportunité d'apprendre que je ne suis pas un corps, sans nier le fait qu'il y a un problème dont il me faut m'occuper sur le plan médical. C'est comme cela que vous marchez à travers la vie. Vous n'essayez pas de changer le monde extérieur. Vous *changez* votre esprit à propos du monde extérieur. Le début du Chapitre 21 dit : « ... ne cherche pas à changer le monde, mais choisis de changer ton esprit au sujet du monde. » (T-21.in.1:7) Cette idée, à nouveau, c'est que vous ne vous sentirez pas visé par ce que les autres font ou disent. L'ego aimerait toujours que vous vous sentiez visé.

Pour revenir à ce dont nous parlions plus tôt, le but du rêve du monde consiste à ce que nous fassions l'expérience, l'une après l'autre, de nous sentir justifiés à blâmer les autres, à savoir que quelqu'un me fit cela ; et par conséquent, ma réaction immédiate serait de dire : pourquoi m'as-tu fait ceci ? – comme c'est vilain, irréflecti, peu aimant, sans gêne, méchant, cruel, épouvantable, etc. À la place, vous réalisez que ça, c'est la réaction de l'ego, parce que c'est la raison pour laquelle le monde fut fait – de façon à ce que nous puissions toujours blâmer quelqu'un ou quelque chose d'autre. Rappelez-vous ce principe très important, *la perception est une interprétation, pas un fait*. Mes yeux physiques voient les faits perceptifs ou objectifs dans le monde, mais mon cerveau interprète ces prétendus faits, et l'interprétation du cerveau est un reflet direct de la décision de l'esprit. Si je veux trouver des gens à blâmer, je les trouverai sans aucun problème. Mais je pourrais tout aussi facilement voir l'attaque, comme le Cours dit, comme une expression de peur, laquelle est un appel à l'amour qui a été nié et que je ne me sens pas mériter, ou que d'autres ne se sentent pas mériter. Ainsi, l'attention n'est jamais sur ce qui est à l'extérieur, mais elle est toujours sur ce qui est à l'intérieur. La plupart du temps, je n'ai aucun pouvoir sur le monde ou sur les autres personnes dans le monde. La seule chose sur laquelle j'ai un pouvoir c'est mon propre esprit. J'interpréterai le monde soit à travers les yeux de mon ego, lequel monde sera toujours interprété en termes de vainqueurs et de perdants, de victimes et de persécuteurs, soit je l'interpréterai à travers les yeux de Jésus, lequel nous verra tous partager les mêmes intérêts, le même besoin et le même but.

Partie XIII - Le changement dans la perception

Revenons maintenant à ce que j'ai lu précédemment dans le manuel des enseignants, section 5, intitulée « Comment la guérison s'accomplit-elle ? » La deuxième sous-section s'intitule « Le changement dans la perception », et nous commençons avec le paragraphe 3.

(M-5.II.3:1-2) Quelle est la seule chose requise pour ce changement de perception ? Simplement ceci : la re-connaissance du fait que la maladie est de l'esprit et qu'elle n'a rien à voir avec le corps.

Nous parlons spécifiquement de la maladie, mais cela concerne toute forme de trouble, de maladie ou de perturbation. Comme la Leçon 5 le dit : « Je ne suis jamais contrarié pour la raison à laquelle je pense. » Vous pourriez y coller n'importe quel mot à la place : je ne suis jamais découragé, en colère, heureux, ravi, excité, déçu ou malade, pour la raison à laquelle je pense. Cette leçon particulière ne rentre pas dans une explication détaillée de ce qui nous contrarie mais, évidemment, il y a plein d'autres endroits dans le livre d'exercices, dans le texte et dans le manuel qui le font. À nouveau, nous parlons spécifiquement de la maladie, mais ceci peut être facilement généralisé à tout ce qui nous contrarie.

(M-5.II.3:3-4) Qu'est-ce que cette re-connaissance coûte ? Elle coûte le monde entier que tu vois, car plus jamais le monde ne paraîtra gouverner l'esprit.

Cela nous coûte littéralement le monde entier, parce que tout à la fin le monde entier disparaîtra en même temps que vous, mais nous ne sommes pas encore tout à la fin. Ainsi, tandis que nous montons encore le long de l'échelle, ce qui change a trait à la manière dont nous voyons le monde. Nous voyons le monde comme nous gouvernant : nous sommes les victimes, les effets, de causes au-delà de notre contrôle. Regarder le monde à travers les yeux du Saint-Esprit, ou prendre la main de Jésus et marcher à travers les nuages de culpabilité ne signifie pas que nous ne voyons plus le monde à travers nos yeux ; cela signifie plutôt que notre *interprétation* change. Nous ne sommes plus les victimes de quelque chose qui nous est fait. Voilà le changement. À nouveau, le coût est « le monde entier que tu vois, car plus jamais le monde ne paraîtra gouverner l'esprit. »

(M-5.II.3:5) Car avec cette re-connaissance, la responsabilité est placée là où elle doit être : non pas sur le monde mais sur celui qui regarde le monde et le voit tel qu'il n'est pas.

Voir le monde « tel qu'il n'est pas » peut être compris à deux niveaux. Le niveau immédiat dont on a parlé ici est celui consistant à ne plus voir le monde comme me gouvernant, comme étant la cause de ma détresse et de mon malheur. Quand j'arrive près du sommet de l'échelle, je réalise soudainement que je vois le monde tel qu'il n'est pas, ceci voulant dire que je vois un monde qui existe, alors que le monde n'existe pas du tout – il est seulement un rêve. Mais jusqu'à ce que j'arrive au moment où je suis capable de réaliser que tout est littéralement un rêve, et que la personne que j'appelle moi-même est simplement un personnage dans ce rêve, j'ai ce qu'*Un Cours en Miracles* appelle des rêves heureux, alors que je fais encore l'expérience du monde comme étant réel, mais je n'en fais plus l'expérience comme m'attaquant. Quand Hélène effectua le changement et qu'elle coupa la ficelle entre les hauts

talons de la femme et sa tête (voir l'extrait), les hauts talons se faisaient encore entendre lourdement sur le plancher, et Hélène était toujours allongée sur le lit avec sa tête reposant sur l'oreiller. La différence fut qu'elle ne vit plus le lien de la manière dont elle le voyait auparavant. Voilà le changement. Ce n'est pas que le monde change extérieurement ; ce qui change est votre interprétation du monde : vous ne le voyez plus comme ayant un effet sur vous.

(M-5.II.3:6-7) Il regarde ce qu'il choisit de voir. Ni plus ni moins.

Ceci est fondamentalement l'idée que *la projection fait la perception*. Je regarde à l'intérieur et je choisis l'ego ou le Saint-Esprit. L'enseignant que je choisis déterminera la manière dont je percevrai le monde : soit comme un endroit de péché, de culpabilité, de peur, de haine et de souffrance ; soit comme une salle de classe dans laquelle chacun, sans exception, doit apprendre la même leçon. Ce qui nous unit tous, c'est d'avoir le même intérêt et le même but à la place d'intérêts et de buts séparés.

(M-5.II.3:8-9) Le monde ne lui fait rien. Il le pensait seulement.

Au niveau du corps, le monde nous fait certainement des choses. Jésus ne suggère pas que nous tombions dans le déni, là où nous pouvons imaginer que le monde n'a pas d'effet sur nos corps. Bien sûr qu'il en a. Il nous dit au Chapitre 2 que nier notre expérience physique dans ce monde est une « forme de déni particulièrement indigne. » (T-2.IV.3:11) Il ne nous dit pas que nous devons nier le monde ; il dit simplement que nous ne devrions pas nier notre *interprétation* du monde. « Le monde ne lui fait rien. Il le pensait seulement. »

(M-5.II.3:10-11) Lui non plus ne fait rien au monde, parce qu'il faisait erreur sur ce qu'il est. Là est la délivrance à la fois de la culpabilité et de la maladie, car elles ne font qu'un.

Ce n'est pas seulement le monde qui ne me fait rien, mais je n'ai rien fait au monde, parce que ma croyance que les gens attaquent et me rendent victime est une projection de ma pensée secrète que je suis celui qui a fait des autres des victimes. J'ai commencé avec Dieu, et ensuite j'ai fait un monde de manière à ce que je puisse en faire une victime. Mais quand je marche à travers ces nuages avec Jésus, je réalise que ce que je perçois à l'extérieur me renvoie ce que j'ai véritablement fait à l'intérieur, et ce que j'ai fait à l'intérieur n'a pas plus d'effet. Voilà la bonne nouvelle. Non seulement mon attaque sur vous est injustifiée, quoi que vous ayez pu faire, mais mon attaque sur moi est également injustifiée, quoi que j'ai pu faire. Voilà comment la culpabilité est défaite. La culpabilité et la maladie ne font qu'un.

(M-5.II.3:12) Or pour accepter cette délivrance, il faut d'abord que l'insignifiance du corps soit une idée acceptable.

Bingo ! Voilà le problème. Vous ne faites que surfer sur ces merveilleux mots : oui, je peux faire ceci, je peux faire cela ; et soudainement, houp là, je ne pense pas que je puisse faire cela. Et voilà notre peur de la délivrance. Ne niez pas votre attachement à votre corps, à vous-même, à votre personnalité ou à votre histoire, parce que si vous le niez, vous n'aurez aucun moyen de le guérir et de le lâcher ; mais soyez conscients de la grande difficulté que ceci est. Dans l'importante section intitulée « La dernière question laissée sans réponse » (T-21.VII), il y a quatre questions. Il est relativement facile de répondre aux trois premières. Elles ont un sens ici, parce que ces trois questions ont fondamentalement à voir avec l'idée de ne plus voir

le monde comme faisant de nous une victime. La quatrième question, la plus dérangeante, est : « *est-ce que je veux voir ce que j'ai nié parce que c'est la vérité ?* » (T-21.VII.5:14). C'est celle à laquelle nous ne voulons pas répondre, parce que c'est celle qui change notre esprit. Les trois premières changent notre perception du monde. C'est suffisamment difficile, mais nous gérons cela après un moment. La dernière, qui est la même que celle dont parle Jésus ici, consiste à ce que je doive regarder ce que j'ai choisi de nier parce que c'est la vérité. Si je la regarde à nouveau *parce que c'est la vérité*, l'illusion qui est mon soi, et qui est la raison pour laquelle mon corps est in-signifiant, disparaîtra.

C'est la raison pour laquelle Jésus dit que le problème posé avec cette question est que vous ne comprenez pas. Cependant, répondre à cette question par un « oui » veut dire « pas non » (T-21.VII.12:4). Par cela il veut dire que répondre par « Oui, je veux voir ce que j'ai nié parce que c'est la vérité », signifie que vous voulez revenir à votre esprit juste et y rester. Afin de dire cela et de le dire vraiment, vous devez regarder le système de pensée de l'ego, lequel est le « non », et dire que vous ne le voulez plus. Voilà le problème. Le système de pensée de l'ego que nous avons embrassé – en fait, nous l'avons fait – est le soi. Nous voulons être séparés, être des identités individuelles, spéciales et uniques. Ce soi est n'importe lequel d'entre nous. Et c'est ce que nous devons regarder, et nous devons dire que nous n'en voulons plus. C'est la raison pour laquelle la dernière question n'ayant pas reçu de réponse demeure sans réponse, parce qu'elle signifie qu'il faut regarder l'ego et dire que nous ne le voulons plus.

Ce que vous voulez faire avec vous-même, ce qui est le commencement du processus de guérison, c'est être honnête et réaliser que vous n'êtes pas sûr que vous voulez faire ceci. « Oui, je pense que c'est bon pour moi de lâcher les griefs ; et je ne veux pas véritablement m'accrocher au passé et tenir les autres responsables des choses que je fais. » Cela est parfait et très bien, et très important. Cela vous mènera à travers les quatre premières étapes dans le développement de la confiance dont parlent les premières pages du manuel (M-4.I-IV) ; mais cela ne vous mènera pas à travers les étapes cinq et six, parce que la sixième étape consiste à lâcher votre sentiment du soi, et la sixième consiste à parvenir au monde réel.

Il y a de nombreux endroits dans le Cours où Jésus dit la même chose – que tout ce que vous avez besoin de faire consiste à être seulement conscients de façon à ce que vous ne niiez pas votre peur ou votre identification avec l'ego et votre corps, et que vous n'essayiez pas de l'enjoliver. Vous dites simplement : « Oui, voilà où je suis et je ne suis pas encore prêt. Jusqu'à ce que je sois prêt à monter les derniers barreaux de l'échelle, je peux monter de nombreux barreaux intermédiaires – comme apprendre véritablement à lâcher mes griefs. Je peux apprendre à demander de l'aide à Jésus chaque fois que je constate que je deviens en colère, ennuyé, apeuré ou coupable, et prendre conscience que ce sont ces choses-là que je choisis. Je peux apprendre à ne pas blâmer les autres et à me montrer patient, bienveillant et doux avec moi-même tandis que je vais à travers ceci. »

Partie XIV - Conclusion

(M-5.II.4:1-5) Avec cette idée, la douleur disparaît à jamais. Mais avec cette idée, toute confusion à propos de la création disparaît aussi. Cela ne s'ensuit-il pas nécessairement ? Place cause et effet dans leur véritable séquence dans un seul cas, et l'apprentissage se généralise et transforme le monde. Il n'y a ni limite ni fin à la valeur de transfert d'une seule idée vraie.

Cette notion de « valeur de transfert » est une idée-clé dans *Un Cours en Miracles*. Ce cours contient un curriculum, et les enseignants veulent toujours que leurs étudiants généralisent ce qu'ils apprennent. L'introduction au livre d'exercices affirme ceci très clairement (W-in.4-7). La façon dont je commence à « placer cause et effet dans leur véritable séquence » consiste à reconnaître ma relation particulière avec une autre personne. Je commence par voir que l'autre personne n'est pas la cause de ma détresse ni la cause de mon salut. En fait, l'autre personne n'a absolument rien à voir avec le fait que je sois perturbé ou que je me sente heureux. Si je suis heureux, c'est parce que j'ai choisi le Saint-Esprit en tant qu'Enseignant ; si je suis perturbé, malade, déçu ou coupable, c'est parce que j'ai choisi l'ego. C'est très simple. Je reviens à mon esprit. Il existe une phrase dans le texte qui dit : « Le miracle est la première étape pour redonner à la cause la fonction de causation, et non d'effet. » (T-28.II.9:3) La cause est l'esprit. Je commence à comprendre, tout comme Hélène le fit, que l'autre personne n'est pas la cause de ma détresse (l'effet). C'est l'interprétation, par mon esprit, de l'événement, de la personne ou de la relation, qui est la cause.

Ce que toutefois nous faisons tous à la place, c'est apporter dans notre passé ce à quoi fait référence le texte comme étant les « ombres du passé » (T-17.III) – afin de justifier notre réaction : les gens marchent toujours sur ma tête ; ils sont toujours injustes, méchants et insensibles envers moi. Ma mère n'a jamais pensé à moi ; mon père n'était jamais à la maison, et il ne s'est jamais occupé de moi. Personne ne s'est soucié de moi – je me faisais toujours mal et j'étais dans la souffrance, et personne ne s'en est soucié. Je porte tout cela en moi – depuis quarante, cinquante, soixante, soixante-dix, quatre-vingt ans – et ensuite, soudainement une femme se met à marcher avec ses hauts talons sur un plancher en bois au-dessus de ma chambre à coucher et j'en viens normalement à me mettre en colère. Et derrière elle se tiennent un millier de plus, et derrière chacune d'elles il y en a un millier de plus, comme le dit le texte (T-27.V.10:4). Je les vois, et je vois le monde comme la cause de mon malheur.

La guérison se produit quand nous inversons cela et que nous redonnons à la cause sa fonction de causation. Nous revenons au problème qui se trouve dans l'esprit, et c'est ce que fait le miracle – il ramène la cause dans sa fonction de causation. Le but d'*Un Cours en Miracles* est que nous fassions cela. La manière dont nous pouvons mettre ceci en pratique consiste à réaliser que chaque fois que, par exemple, nous attendons quelque chose, nous lui donnons un pouvoir qu'il n'a pas. Nous nous débarrassons toujours de notre pouvoir. Pourquoi ? Parce que l'ego nous dit que nous avons eu jadis ce pouvoir, et que nous avons regardé ce que nous en avons fait : le Ciel s'est assombri, Dieu est détruit, l'amour a été vaincu, et tout ça à cause de ce que nous avons fait. Cela montre à quel point nous sommes puissants ! La culpabilité à propos de ceci est tellement accablante que nous ferons tout pour ne jamais recommencer. C'est ainsi que nous nous sommes débarrassés de notre pouvoir. C'est la raison pour laquelle nous sommes nés en tant qu'enfants sans défense. Nous aurions pu naître comme des adultes

pleinement formés – c'est notre rêve. Mais rien n'est aussi impuissant qu'un petit enfant ; et même lorsqu'un enfant grandit et commence à trouver un pouvoir propre à ce monde, il est encore à la merci d'un monde plus grand que lui. C'est une autre façon de comprendre pourquoi le monde fut fait : de manière à ce que nous puissions nous débarrasser de notre pouvoir. Pour nous, le pouvoir de l'esprit est le pouvoir du péché. Ainsi, si je vous donne du pouvoir sur moi, vous êtes alors le pécheur, et Dieu vous frappera de mort, mais pas moi. Voilà la maladie. C'est une bien belle pensée malade, parce que ce qui la sous-tend, c'est l'accusation : « Regarde ce que j'ai fait ; j'ai détruit Dieu ! Qu'est-ce que cela fait de moi ? Cela me fait Dieu. » Cela parle de schizophrénie paranoïaque ! C'est pourquoi Jésus dit que nous sommes tous insanes.

Ainsi, la guérison et le pardon sont sur le point de ramener le pouvoir – pas le pouvoir de pécher ou de détruire, mais le pouvoir d'aimer, et d'apprendre que quoi que nous ayons pensé avoir fait n'a pas eu d'effet. C'est la manière dont nous guérissons les uns les autres. Quand je suis dans mon esprit juste, je suis totalement en paix et je ne suis pas en colère ou en train de blâmer quelqu'un. Ensuite, à partir de cet instant saint, je vous démontre que, sans tenir compte de ce qui se passe dans votre corps ou dans votre vie, vous pouvez faire le même choix que j'ai fait. Je suis en train de dire que le pouvoir de l'esprit de quiconque est amour, et non péché et haine. Voilà ce qu'est la guérison. C'est pourquoi ce merveilleux passage que j'ai lu dans l'opuscule *Psychothérapie* (P-2.VI.6:3) ne dit rien à propos du patient, du diagnostic du patient, du protocole du traitement et certainement rien à propos d'organisations tournées vers la santé. Tout ce qu'il dit, c'est que le thérapeute guérit son propre esprit en ramenant le problème à l'intérieur, là où le Saint-Esprit devient le thérapeute. C'est la manière dont la guérison se produit. À cet instant-là, le thérapeute renvoie au patient le même choix que le patient peut faire, sans tenir compte de ce qui peut se dire dans la salle des consultations, des brillantes intuitions que le thérapeute peut avoir, ou des problèmes que le patient apporte. Tout cela est totalement sans rapport avec le véritable processus de guérison, qui consiste à ce que le thérapeute regarde le patient à travers des yeux qui ne jugent pas, parce qu'il ne s'est plus jugé. En fait, l'opuscule dit aussi que la guérison se produit quand le thérapeute oublie de juger (P-3.II.6:1).

La seule manière dont je peux éviter de vous juger consiste à éviter de me juger. Toutefois, je ne sais pas qu'il y a quelque chose à juger et à changer en moi, parce que je ne connais pas le jugement. Ainsi, je dois toutefois surveiller attentivement mes réactions envers vous, à cause de qui vous êtes dans ma vie. Mes réactions me montreront que j'étais totalement inconscient de ce que j'ai projeté à partir de mon esprit. Une fois que mon attention est ramenée de l'extérieur vers l'intérieur et que je regarde ce dont je m'accuse – toute ma haine et le dégoût de moi – et que je le regarde avec l'amour de Jésus à mes côtés, cela disparaîtra lorsque je le ferai vraiment. À ce moment-là, il n'y a en moi aucun jugement envers moi, parce que je reconnais que rien ne s'est produit. Je réalise que ma grandiosité et mes illusions paranoïaques de grandeur n'ont eu aucun effet sur quoi que ce soit ; l'Amour de Dieu n'a pas été compromis ; l'Unité du Ciel n'a pas été brisée en milliard de fragments. Rien ne s'est produit ! Dans cet instant-là, ma culpabilité et mon jugement ont disparu, ce qui signifie qu'il est impossible pour moi de vous juger. Voilà le moment où se produit la guérison, parce que je suis en train de vous démontrer que vous pouvez maintenant faire le même choix que j'ai fait. Très simple. Ceci s'applique toujours, que vous parliez de psychothérapie, d'une chambre d'hôpital, du cabinet d'un médecin, du cabinet d'un avocat, d'une famille ou d'une affaire. Peu importe où vous êtes, car le processus est toujours le même.

(M-5.II.4:6) Le résultat final de cette leçon est le souvenir de Dieu.

La leçon est que l'esprit a fait le monde, et que nous comprenons maintenant pourquoi l'esprit l'a fait. Notre plus grande peur est que nous nous souvenions de Dieu, parce qu'il n'y aura alors aucun moi, pas d'individualité, pas de particularité, pas de singularité – rien excepté l'Amour de Dieu.

(M-5.II.4:7) Qu'est-ce que la culpabilité et la maladie, la douleur, le désastre et toute la souffrance signifient maintenant ? N'ayant pas de but, ils ont disparu.

Le mot important ici est *but*. C'est incroyable le nombre de fois qu'il apparaît dans le Cours (plus de 600 fois). Le but de la maladie, de la douleur, du désastre et de la souffrance consiste à prouver que la séparation est réelle, mais que quelqu'un d'autre l'a faite, pas moi. Une fois que je réalise qu'il n'y a pas de culpabilité à expier, il n'y a alors pas de culpabilité dont je doive me débarrasser en vous attaquant. S'il n'y a pas du tout de culpabilité, alors la maladie, la douleur, le désastre et la souffrance disparaîtront, parce que leur but aura disparu. Je n'ai plus à maintenir dans ma mémoire une pensée qui a déjà été défaite et guérie à l'instant où elle a semblé surgir. Je n'ai plus peur du souvenir de Dieu. Nous tous en tant que seul Fils collectif, nous avons choisi à l'encontre de celui-ci quand nous avons fait de l'ego, à la place du Saint-Esprit, notre enseignant, et c'est cela que nous pouvons maintenant corriger. Quand en définitive nous choisissons cela, notre esprit est guéri, ce qui signifie que le Fils de Dieu ne fait à nouveau qu'un. C'est ce que Jésus veut dire dans *Un Cours en Miracles* quand il dit que nous étions avec lui quand il a ressuscité (C-6.5:5). Ceci n'a rien à voir avec la résurrection physique, laquelle est véritablement stupide du point de vue du Cours. Comment un corps pourrait-il ressusciter s'il n'a jamais été tué ? Et il n'a jamais été tué parce qu'il n'a jamais vécu. Dans *Un Cours en Miracles*, la résurrection est le réveil du rêve de mort (M-28.1-2). Jésus dit que lorsqu'il s'est réveillé, nous étions avec lui parce que nous ne faisons tous qu'un, et dans cette unité, il n'y a pas de Jésus, pas de Ken – il n'y a personne. Il y a seulement le Fils de Dieu qui n'a pas de nom, parce que son Nom est un N en lettre capitale, comme les Leçons 183 et 184 le disent (« J'invoque le Nom de Dieu et le mien » ; « Le Nom de Dieu est mon héritage »).

(M-5.II.4:9-11) Et avec eux disparaissent aussi tous les effets qu'ils semblaient causer. Cause et effet ne font que reproduire la création. Vus dans leur juste perspective, sans distorsion ni peur, ils rétablissent le Ciel.

La Cause originelle est Dieu. Il est la Première Cause, il n'y a pas de seconde, et le Christ, Son Fils, est Son Effet. Voilà la Cause originelle et l'Effet originel. L'ego nous dit que nous nous sommes séparés de Dieu, et que l'effet a vraiment quitté sa cause, parce que les idées quittent vraiment leur source. Une fois que nous avons séparé la cause de l'effet, nous continuons de les séparer ; l'esprit est maintenant la cause et le monde est l'effet. Mais une fois que nous remettons en relation la cause et l'effet, nous réalisons que *les idées ne quittent pas leur source*. Le monde retourne alors à sa source, laquelle est la culpabilité dans notre esprit. Nous sommes maintenant de retour dans nos esprits pour regarder à nouveau la culpabilité, laquelle disparaît. Maintenant, tout ce qui est exigé c'est que nous regardions à l'intérieur – c'est ce qui fait de quelqu'un un guérisseur, et c'est la manière dont le rêve de maladie est guéri et défait. Je fais ceci en regardant d'abord à l'extérieur à travers les yeux de mon nouvel enseignant, qui m'enseigne que ce que je vois à l'extérieur est une projection de ce que j'ai rendu réel à l'intérieur. Ensuite, je regarde à l'intérieur et je commence à rire – avec le « doux rire » dont parle Jésus. Je ris de la stupidité d'avoir un jour pensé que je pouvais être Dieu, que je désirais même être Dieu, et que dans le but pour moi d'exister et de

continuer à exister, j'ai dû continuellement tuer Dieu, et ensuite tuer tous les autres dans ce feuilleton dramatique, presque sans fin, de tromperie, de meurtre, de douleur et de mort. Le rêve tout entier prend fin à l'instant où l'un de nous reconnaît ce qui se passe.

En conclusion, tournons-nous vers les deux beaux paragraphes qui se trouvent près de la fin du Chapitre 2 de l'opuscule *Psychothérapie*. Jésus parle de manière spécifique de l'exercice du thérapeute, mais nous pouvons facilement appliquer ce qu'il dit à toute situation dans laquelle nous sommes avec une autre personne. Souvenez-vous que les relations ne se produisent pas dans le corps ; elles se produisent dans l'esprit, de façon à ce que vous puissiez imaginer cette scène à propos peut-être d'un parent décédé à qui vous n'avez pas pardonné, ou à propos d'une personne publique avec laquelle vous avez une relation particulière mais que vous n'avez jamais rencontrée. Cela n'a pas d'importance, parce que de toute façon tout est « pensée ». Toutefois, quelle que soit la nature de votre relation, elle n'est rien de plus qu'une projection de votre relation avec Dieu, laquelle se trouve dans votre esprit. Voilà le conflit originel ; la relation particulière originelle ; et plutôt que de regarder à l'intérieur, nous la projetons à l'extérieur.

Pense à ce que signifie véritablement l'union de deux frères. Et oublie alors le monde et tous ses petits triomphes et ses rêves de mort. Ceux qui se ressemblent ne font qu'un, et il maintenant n'y a plus rien du monde de la culpabilité dont on puisse se souvenir. La pièce devient un temple, et la rue, le lieu d'un défilé d'étoiles qui viennent emporter avec légèreté tous les rêves de maladie. La guérison est accomplie, car ce qui est parfait n'a pas besoin de guérison, et que reste-t-il qui doit être pardonné là où il n'y a plus de péché ?

Sois reconnaissant, toi thérapeute, que tu puisses voir de telles choses, si tu comprends seulement ton véritable rôle. Mais si tu échoues en ceci, tu as nié que Dieu t'a créé, et ainsi tu ne sauras pas que tu es Son Fils. Qui est ton frère maintenant ? Quel saint peut venir te chercher pour te ramener chez toi avec lui ? Tu as perdu ton chemin. Et maintenant peux-tu t'attendre à voir en lui une réponse que tu as refusé de lui donner ? Guéris et sois guéri. Il n'y a pas d'autres choix de routes qui puissent conduire à la paix. Ô, accueille ton patient, car il est venu à toi de la part de Dieu. Sa sainteté n'est-elle pas suffisante pour réveiller le souvenir que tu as de Lui ? (P-2.VII.8-9)