



Un cours en miracles en France

Association de la loi 1901

« Introduction au processus d'Un cours en miracles »

Rencontre sur Un cours en miracles en avril 2012 à Sarlat

Cette discussion débutait une série de conférences sur *Un cours en miracles*, une introduction à son système de pensée, à l'ego, et à la réponse à l'ego offerte par le Cours, notamment le « pardon authentique ». Vous trouverez l'ensemble de cette série de conférences sur la page 'Enregistrements 1' sur le site (Série 2 : Les principes d'Un cours en miracles), en commençant avec 'Le Big Bang, le Bouddha et Freud'.

Au seuil d'un grand voyage, il faut un peu de préparation...

Puisque nous commençons une phase de véritable apprentissage de ce chemin unique du Cours, Bernard voulait d'abord préparer notre '**écoute**'. En effet, le Cours offre une approche très particulière pour saisir le retournement énorme de notre façon de percevoir la vie ici. Il bouleversera éventuellement notre façon de comprendre l'existence, en dehors de l'espace-temps et de la perception de « l'œuf cassé » pour regagner une vision d'ensemble, vue de l'extérieur de ce monde.

Le Cours utilise des concepts, mais le véritable apprentissage passe par **l'expérience**. Puisqu'une partie de nous résiste encore à cette expérience (le choix de l'Amour), Bernard nous prévient qu'il va devoir répéter les principes de base du Cours très souvent. Ce n'est pas pour nous rebattre les oreilles ! C'est parce que nous allons continuer justement à ne pas faire ce choix tellement simple pour l'Amour. Donc il faut comprendre pourquoi nous ne faisons pas ce choix et en entendre souvent les raisons. Puisque nous les oublions aussitôt sortis de la salle... poof !

Nous sommes en train de développer une nouvelle structure de pensée, une structure que nous allons appliquer par la suite à tous les problèmes et toutes les situations de la vie. Nous apprenons à les voir différemment, à travers un **autre prisme**, celui qui nous rappelle la vérité de l'œuf non-cassé (l'Unité) en dessous des apparences de la vie quotidienne (la dualité). Il y a une logique derrière notre expérience de vie, que nous arriverons à comprendre selon ce nouveau schéma de pensée.

Notre objectif est l'Amour. Le problème c'est que certains obstacles se sont glissés entre Lui et notre vision de Lui. Ce n'est pas que l'Amour soit absent. C'est que nous ne Le voyons plus. Le Cours nous donne maintenant les moyens de trouver et **d'enlever ces obstacles** que nous avons interposés entre l'Amour et nous, comment regagner la partie de notre esprit qui les a mis en place, et comment changer notre choix.

Le travail du Cours procède par petites étapes et non pas par de grands pas en avant. Certaines spiritualités peuvent proposer de faire du progrès très vite en pratiquant certains exercices pour gagner un état de révélation rapidement. Mais ces expériences sont rarement bien

intégrées dans l'ensemble de la psyché, d'où le phénomène de toucher les étoiles, et puis d'être déçus quand nous n'arrivons pas y rester. Le Cours propose que nous pratiquions nos exercices dans les situations les plus banales de la vie, ainsi intégrant au fond de la psyché ces micro-instants de révélation, ces **micro-ajustements** de notre esprit, au fur et à mesure de notre progrès.

Ce travail risque de heurter nos convictions et croyances les plus profondes. Comme la science nous l'apprend aujourd'hui, nos sens et nos perceptions nous trompent ! Nous n'avons pas raison – les scientifiques nous le disent – par rapport à notre perception de la vie. Le Cours partage cette idée, et la pousse à ses limites, à la limite de notre compréhension de la réalité et de nous-mêmes. Nous devons nous accrocher pour rester dans le **toboggan** pendant la durée du manège !

Bernard nous a parlé une fois de plus du langage symbolique Chrétien du Cours. Nous risquons d'être gênés par ce langage très biblique. Mais il nous rappelle que, même si le Cours utilise un **vocabulaire** partagé avec la Bible, le sens donné à ces mots est complètement différent. Il nous met en garde, sachant que nous risquons d'avoir une 'écoute' formée par l'église Catholique.

Maintenant, le voyage peut commencer !

Nous avons d'abord reparlé de l'origine du problème de la séparation dans une décision de vouloir connaître 'autre chose' en dehors de l'Unité parfaite de l'Amour. Nous définissons maintenant les différentes **étapes** de cette séparation et les différentes parties de l'esprit.

L'« esprit séparé » apparaît avec ce choix de nous scinder, or la réalité reste l'Unité du Ciel. Ce qui fait la liaison entre l'Esprit Uni et l'esprit séparé est le « **Saint-Esprit** » qui est simplement le souvenir de l'Unité qui reste avec nous. Le « Fils de Dieu » emporte ce souvenir avec lui dans son rêve de séparation. Nous gardons tous au fond de nous un souvenir, un rappel de notre Réalité et de notre Source. Le Cours appelle ceci le Saint-Esprit.

La décision de séparation a eu pour conséquence une expérience de malaise extrêmement puissant que le Cours appelle la « **culpabilité** », le sentiment d'avoir fait mal, d'avoir « péché ».

Bernard a passé du temps à essayer de nous expliquer le paradoxe par lequel l'impossible (la cassure de l'Unité céleste) peut sembler s'être produite dans nos esprits. La vérité que **rien ne s'est passé** en réalité est le principe de l'« Expiation » dont le Cours parle souvent. Aucun 'péché' de séparation ou de crime n'a été commis, donc il n'y a pas de culpabilité et rien à expier. Cette signification donnée au mot est l'opposé du sens donné par l'Eglise.

En pratiquant ces micro-ajustements de notre perception que sont les '**miracles**', nous basculons dans l'esprit juste qui est capable d'apprécier (par expérience) ce principe que « rien ne s'est passé ». Nous ressentons la vérité de l'Amour uni, toujours vivant et réel.

C'est par nos perceptions de souffrance (et, de l'autre côté, de plaisir) que nous affirmons la 'réalité' de ce monde et ainsi de la séparation. En mettant ces perceptions **en question**, nous ouvrons notre compréhension à une autre possibilité, celle que tout est notre choix.

Le processus du Cours nous fait regarder notre façon d'expérimenter les choses les plus basiques dans la vie, comme la gêne avec la **cafetière** quand elle ne marche pas ou la roue de

secours dégonflée quand nous avons une crevaillon, et de mettre en question nos perceptions de gêne et de colère. Qu'est-ce qui est vraiment à l'origine de nos réactions de frustration et de colère ? Ceci démontre le principe de la **projection**, par lequel nous attribuons la responsabilité de notre gêne à un objet, une situation ou une autre personne.

Ces expériences de gênes, de projections, sont la façon par laquelle nous nous donnons une identité séparée en dehors de la réalité de l'Unité de l'Amour. L'Amour est une constante autour de nous, mais nous Lui **tourmons le dos** à chaque fois que nous insistons sur le fait qu'Il n'est plus là à cause de x, y ou z. Nous persistons à souffrir à cause de la cafetière ou de la voiture, ou plus difficile encore, à cause de notre partenaire ou d'un parent ou d'un ami. Or la seule cause de notre souffrance est la façon dont nous nous détournons systématiquement du souvenir de l'Amour qui est pourtant toujours présent dans notre esprit.

Nous avons brièvement abordé les **relations particulières**, un sujet important du Cours que nous allons étudier plus en détail pendant les deux séances à venir. Il y a deux sortes de relations particulières, celles de la haine et celles de l'amour, à juxtaposer à notre vrai but, ce que le Cours appelle les « relations saintes. »