

Un cours en miracles en France

Association de la loi 1901

La place du corps dans *Un cours en miracles*

Un cours en miracles *nous présente quelques idées radicales par rapport à la nature de la réalité, des concepts profondément troublants. Sa vision du monde et de nos corps comme choses irréelles en est un exemple.* Avec une certaine honnêteté, nous pouvons tous admettre notre inquiétude et confusion face à cette philosophie. Dans cet article, je réponds à quelqu'un qui a partagé avec moi ses appréhensions par rapport aux principes dérangeants du Cours. Cet article explore donc quelques-uns de ces principes, pour retrouver leur sens, et une façon plus aimante et douce de les comprendre.

* * * * *

Effectivement, *Un cours en miracles* présente une image de la création de ce monde qui n'est pas en accord avec notre expérience personnelle, ni en accord avec la plupart des philosophies spirituelles pratiquées couramment. Il y a d'autres spiritualités, et il faut se laisser attirer vers celle qui nous correspond le mieux. Il ne faut pas se forcer à croire quelque chose. Par contre, toute vraie philosophie spirituelle nous poussera dans nos retranchements, pour confronter nos croyances les plus fermes. Parce que si la Vérité est une évidence autour de nous, nous avons monté multiples différentes barrières à sa re-connaissance. Ces barrières sont nos idées, nos pensées et nos croyances. L'une de ces croyances qui font obstacle, selon *Un cours en miracles*, est notre image de ce monde.

Selon le Cours, si l'Amour est vrai, ce monde n'est pas réel. Car ce monde n'est pas un endroit d'amour et l'Amour n'aurait jamais créé un tel monde de mort et de souffrance. Le Cours n'est pas la seule philosophie spirituelle à considérer que ce monde n'est pas réel, ni un monde créé par Dieu. Les spiritualités orientales, en général, enseignent aussi que ce monde est une pure illusion, une fabrication de la pensée de notre esprit. Les évangiles découverts en Egypte à Nag Hammadi (Evangile de la Vérité, de Thomas etc) nous donnent une image du Christianisme naissant qui nous fait croire que Jésus n'enseignait pas que ce monde était le travail de Dieu, ce qui était aussi le point de vue des Cathares et des Bogomils.

Mais où est-ce que nous nous trouvons dans ce schéma de la non-réalité de ce monde, avec nos personnalités et nos corps ? vous demandez-vous. Ca ne suffit pas de se dire, « Ce monde n'est pas réel – je ne peux pas le savoir intellectuellement, mais je pourrais le ressentir un jour par l'expérience. »

D'abord, nous devons savoir si quelque chose en nous résonne avec cette philosophie en général, car elle va nous demander un effort de l'esprit exceptionnel. Ce livre doit nous toucher, nous inspirer, nous faire penser qu'il y a, à l'intérieur un message de vérité d'une grande beauté et d'un grand espoir. Sinon, il n'y a pas de raison de continuer.

Deuxièmement, il faut savoir que c'est un processus de longue haleine. Ca va nous prendre beaucoup de temps pour comprendre d'abord intellectuellement comment ça pourrait être

possible que ce monde ne soit pas réel ni la création de Dieu. L'effort vaut la peine, parce que cette prise de conscience annonce la vraie libération de toute souffrance de ce monde. Si ce monde n'est pas réel, alors toute la souffrance qui se passe ici n'a pas une véritable réalité, mais une fausse condition d'expérience basée sur une fausse conscience.

Troisièmement, le chemin pour reconnaître la fausseté de ce monde ne passe pas par un refus de croire en la réalité des choses ici. Nous ne confrontons pas notre croyance en la réalité de ce monde directement, mais *indirectement*. Il ne faut pas se forcer ou se pousser à essayer de croire quelque chose qui fait partie intégrante de notre conception de la réalité et de notre réalité personnelle. On risque de se faire mal (dépression et tristesse), de se faire peur, ou pire, de prétendre à un niveau de spiritualité qu'on n'a pas réellement atteint.

Ce cours nous apprend que la manière par laquelle nous donnons de la réalité à ce monde est par toutes nos pensées de jugements, de différences et de particularité. Au lieu d'attaquer directement notre conviction de la réalité de ce monde et de ces corps, nous mettons doucement en question toutes ces pensées de différences, de particularité et de jugements. Ceci va faire évoluer notre esprit lentement et progressivement vers une vraie ouverture, une vraie disponibilité. Au fur et à mesure que nous pratiquons cette mise en question (le pardon authentique), nous ouvrons une porte, nous faisons tomber, une brique à la fois, le mur que nous avons érigé pour protéger notre conscience de la vérité.

Nos corps font partie de notre conception de nous, une partie très importante. Le Cours nous dit clairement que douter de la réalité du corps, tant qu'on pense être un corps, est une forme particulièrement indigne de déni. Donc, nous ne confrontons pas directement notre croyance à être ces corps, même s'il y a une multitude de leçons qui nous demandent de commencer à suggérer à notre conscience que peut-être nous ne sommes pas ces corps mais esprit.

Nous commençons à regarder l'importance que nous donnons au corps comme un moyen pour être heureux, pour se valoriser, pour se sentir différent, important, et unique. Et nous commençons à nous suggérer que la vraie source de bonheur n'est peut-être pas dans le corps ; que la vraie source de valeur ne se trouve peut-être pas dans un plus beau corps ; que peut-être nous n'avons pas besoin de nous sentir différent, important et unique pour nous sentir profondément bien. Nous commençons à nous détacher, non pas du corps, mais du *but* que nous avons donné au corps pour être bien.

Donc, nous pouvons continuer à penser que le corps est important, qu'il faut le soigner etc. Mais en même temps nous commencer à nous poser la question, pourquoi est-ce que je pense que le corps est important pour mon expérience de la paix profonde ? Est-ce qu'il est impossible d'avoir une expérience d'une paix profonde si mon corps ne fonctionne pas bien, ou s'il n'est pas très beau ? Est-ce que mon corps peut exclure et bannir l'amour de Dieu de mon esprit ? Serait-il impossible de connaître l'amour profond que Jésus éprouve à mon égard si je suis malade ou souffrant physiquement ?

Voici la manière dont le Cours inclut le corps dans notre recherche pour la vérité et la paix intérieure. Il n'exclut pas du tout le corps, au contraire. Mais il ne lui donne pas un rôle déterminant dans notre expérience et notre connaissance de l'Amour.

Le Cours nous enseigne une façon de réfléchir qui nous emmène dans un esprit aimant à notre regard. Cet amour n'est pas focalisé spécialement sur notre corps, qui est juste un détail dans notre expérience dans ce monde. Le corps n'est pas une si grande affaire dans la philosophie

du Cours, il faut le savoir. Le corps est très utile, oui, mais il n'est pas critique à l'accomplissement de notre recherche. Nous pouvons toujours atteindre notre but de reconnaître la vérité de l'amour même sans un corps qui fonctionne très bien. Le corps est utile, d'abord comme un outil d'apprentissage pour chacun pour reconnaître ses erreurs de pensées (l'un de nos 'écrans de projection'), et après comme un moyen de communication et de partage avec les autres. Mais son utilité s'arrête là. Sinon, on commence à lui donner un rôle prépondérant dans notre expérience de l'amour, et, selon le Cours, ceci est impossible. L'amour se reconnaît dans l'esprit, et non pas dans, ni par, le corps.

Il y a d'autres chemins spirituels qui utilisent le corps comme un moyen de découvrir le divin. C'est un choix entièrement personnel de décider quel chemin correspond mieux à sa recherche. Tout chemin authentique nous mènera éventuellement vers l'esprit où se trouve l'Amour que nous cherchons.

Donc, le Cours utilise le corps de la même façon qu'il utilise tous les différents éléments dans nos vies, pour le même but : de voir les pensées que nous avons posées sur ces aspects de nos vies (pensées de jugements, de différence, d'importance), pour voir au-delà de l'erreur dans ces pensées. Faire ce chemin du Cours, c'est chercher l'erreur dans nos pensées, et faire ceci avec le plus d'amour dont nous sommes capables. Le souvenir de Dieu est là dans l'esprit de chacun, mais il a été recouvert par une série d'erreurs de pensées. Nous retrouvons ces erreurs, nous enlevons l'importance que nous avons donnée à ces pensées, et ainsi nous ouvrons nos esprits ; nous les préparons pour recevoir plus de douceur et de beauté, et éventuellement, la Vérité.

Pour revenir à quelques unes de vos questions précises, nous commençons par accepter que nous avons un corps ici, et ceci n'est pas mauvais ! Non, pas du tout. Le corps, ainsi que ce monde, a été fabriqué comme une déclaration d'indépendance de l'Amour et du Ciel, c'est vrai. Mais une fois ici, nos corps deviennent des choses entièrement neutres. Ils peuvent jouer un rôle dans les pensées de notre ego, ou un rôle dans notre effort pour regagner le souvenir de l'amour. Le corps se prête très bien aux deux jeux – c'est à nous de décider lequel il va jouer. Et il faut commencer par être bien dans son corps, oui. Ceci veut dire, commencer par enlever notre jugement du corps, n'est-ce pas ? Nous voulons savoir que notre corps est très bien, tel qu'il est. La condition de notre corps n'est pas un reflet de la réalité de notre esprit. La condition du corps peut refléter une série de pensées que nous avons eues, oui. Mais la beauté de notre esprit pur reste absolument intacte, peu importe ce que nous avons pu faire subir à nos corps. Si nous arrivons à défaire ces jugements, et le rôle que nous avons donné à nos corps pour porter le prix de notre 'culpabilité', alors le corps peut se transformer et refléter notre nouvel état d'esprit.

Je voudrais aussi vous rassurer : nous avons tous peur de ce chemin ! Ce chemin fait peur ! C'est vrai. Mais il nous fait peur uniquement parce que nous le comprenons toujours mal. Il ne nous veut pas de mal. Il veut juste nous aider à enlever les choses qui nous ont fait mal, c'est tout. Les croyances, les expectatives et les pensées que nous avons placées sur nos corps et sur ce monde nous ont fait mal ; car elles ont obscurci entièrement la présence bienveillante et étincelante de l'Amour. Nous devons faire confiance qu'il ne va pas nous laisser là, dans la peur, mais nous guider bien au-delà vers la paix et la sécurité parfaite. En même temps que nous ressentons cette peur (que nous ressentons tous !), nous pouvons aussi entrapercevoir un calme profond, le début d'un sentiment d'espoir, comme distinguer l'océan quand on approche de la côte en voiture. L'horizon serein est là, et il peut se faire ressentir même dans nos moments d'angoisse.