

Préface

Ces huit volumes sont le résultat d'une série de cinquante-huit ateliers que j'ai donnés sur l'ancien site de notre Fondation à Roscoe, dans l'état de New-York en 1998 et 1999. Chaque cours, enregistré sur bande, durait approximativement une heure et consistait en une analyse ligne par ligne du Livre d'exercices : leçons, introductions, révisions, résumés et épilogue. Les contraintes de temps ont nécessité, pour certains passages relativement mineurs, leur omission ou seulement de brefs commentaires. Pour ces huit volumes, cependant, j'ai inclus les passages omis pendant les cours originaux. J'ai aussi considérablement étoffé certaines explications, fournissant des références tirées d'autres parties appropriées d'*Un Cours en Miracles* : la Préface du Cours, les deux brochures : *Psychothérapie* et *Le Chant de la Prière*, les poésies : *Les Cadeaux de Dieu* et le poème en prose : *Les Cadeaux de Dieu** –pour donner des détails ou faire le parallèle avec de précédentes explications. On peut ainsi voir ces volumes comme de parfaits compagnons de route pour l'étudiant qui entreprend son voyage à travers le Livre d'exercices.

Mon but dans ce livre –comme dans les classes qui l'ont inspiré– est d'aider les étudiants d'*Un Cours en Miracles* à mieux comprendre la signification des leçons et leur place dans le programme d'études complet du Cours. Surtout, le but est d'aider les étudiants à voir l'importance d'appliquer les leçons quotidiennes à leurs vies de tous les jours. Sans une telle mise en pratique, le rayonnement des mots de Jésus dans *Un Cours en Miracles* est gaspillé et ils deviennent simplement un système d'enseignement intellectuel stérile.

[*Les poésies et le poème en prose ont été écrits par Helen Schucman, le scribe d'*Un Cours en Miracles*. Partout dans ce livre, je me référerai à elle comme "Helen" et son associé pour la transcription, William Thetford, comme "Bill". Pour une étude approfondie sur Helen, son écriture d'*Un Cours en miracle* et des documents s'y rapportant ainsi que sa relation avec Bill, veuillez vous référer à mon livre « Absence from Felicity : The Story of Helen Schucman and Her Scribing of A Course in Miracles

(Absence de Félicité : L'histoire d'Helen Schucman et son écriture d'Un Cours en Miracles)]

En effet, le but avoué du Livre d'exercices est d'aider les étudiants à appliquer l'enseignement théorique constituant l'ossature du Texte.

Un fondement théorique comme celui que le texte procure est un cadre nécessaire pour rendre les leçons de ce livre d'exercices signifiantes. Or c'est de faire les exercices qui rendra le but de ce cours possible. Un esprit inexercé ne peut rien accomplir. C'est le but de ce livre d'entraîner ton esprit à penser de la façon qui est présentée dans le texte. (W – in. 1).

Comme n'importe quel enseignant le sait, les étudiants apprennent par une pratique constante et par la répétition, dans la mesure où ils ne peuvent pas tout retenir du premier coup : c'est ainsi que nous avons tous appris à lire, à écrire et à compter. De la même façon, tous ceux qui ont appris à jouer d'un instrument de musique n'oublient pas l'entraînement quotidien et la répétition des gammes et des exercices. Il en va de même avec les principes du texte sur le pardon. Ceux-ci doivent être pratiqués matin et soir, et à intervalles réguliers si nécessaire. Jésus nous rappelle dans le texte que chaque rencontre est une sainte rencontre (T-8.III.4 :1), parce que chaque expérience, indépendamment de son ampleur, nous fournit une occasion de renverser la projection et nous permet d'examiner le contenu de notre esprit inconscient. Sans une telle connaissance nous ne pourrions jamais vraiment choisir de nouveau, ce qui est le but ultime du Cours. De plus, quand nous avons appris les règles de base à l'école primaire nous n'avons pas appris toutes les combinaisons possibles de mots et de chiffres, mais seulement les règles employées dans des exemples spécifiques, ce qui nous a permis de les généraliser pour tous les autres cas. Par conséquent notre nouvel Enseignant –Jésus ou le Saint-Esprit– nous enseigne comment pardonner certaines de nos relations spécifiques, ce qui nous aide ensuite à appliquer ce principe à toutes nos relations :

Le but de ce livre d'exercices est d'entraîner ton esprit d'une manière systématique à une perception différente de tous et de tout en ce monde. Les exercices sont planifiés de façon à t'aider à généraliser les leçons, afin que tu comprennes que chacune d'elles est également applicable à tous ceux et tout ce que tu vois. (W –in.4).

Dans le cas où nous l'aurions manqué la première fois, Jésus répète son propos deux paragraphes plus bas :

Les seules règles générales à observer d'un bout à l'autre sont donc : Premièrement, que les exercices soient faits d'une manière très concrète, comme il sera indiqué. Cela t'aidera à appliquer les idées en question à toute situation dans laquelle tu te trouves, ainsi qu'à tous ceux et à tout ce quelle englobe...Le but général des exercices est d'augmenter ton aptitude à étendre les idées que tu pratiques jusqu'à tout y inclure. (W –in.6:1-2; 7:1).

Nous retournerons à ce point essentiel quand nous commencerons notre voyage à travers le livre d'exercices.

Ces volumes peuvent être lus d'au moins trois manières : 1) directement, comme on le ferait avec le texte d'*Un cours en miracles*, 2) différentes leçons à différents moments, ou 3) une leçon à la fois, comme un compagnon suivant chaque leçon du livre d'exercices. Cependant, j'exhorterais les étudiants qui pratiquent le livre d'exercices pour la première fois, à lire les leçons comme elles se présentent, sans mon commentaire. Autrement dit, comme avec tous mes autres travaux sur *Un cours en miracles*, ces huit volumes sont censés donner à l'étudiant des commentaires additionnels au Livre d'exercices sans vouloir remplacer ce livre qui nous a été donné à l'origine.

Avant d'aller plus loin, j'aimerais faire quelques commentaires sur la nature et la structure de ce livre. Pour ceux qui vont le lire directement, soyez averti que je n'explique pas *tout tout le temps*. Si je l'avais fait, ces volumes seraient beaucoup trop encombrants et bien plus longs. Ainsi, les idées ou les principes de base sont souvent cités en supposant que le lecteur a déjà lu

les écrits s'y rapportant dans le livre qui les explique en détail. Par exemple, je mentionne fréquemment le principe de *l'un ou l'autre*, fondateur de l'ego, sans toujours expliquer son origine ontologique ou sa signification détaillée. Ci-dessous je discute de l'utilisation métaphorique de la langue dans un cours en miracles, où, par exemple, le terme *Dieu* est employé dans le sens de *Saint-Esprit*. Bien que cela soit souvent rappelé au lecteur, il se peut que cela ne soit pas toujours le cas.

À cause des caractéristiques cycliques du livre d'exercices, je répète de temps en temps des expressions et citations appropriées, tirées du texte, du manuel ou d'autres écrits. Là encore, je n'indique pas toujours au lecteur qu'il s'agit de répétitions. L'index du volume huit peut facilement être consulté pour voir où et combien de fois les passages du Cours, des brochures associées au cours (*Le chant de la prière* et *Psychothérapie*) et des poèmes intitulés « *Les cadeaux de Dieu* » ont été cités. Comme je l'ai mentionné ci-dessus, j'ai aussi utilisé la poésie d'Hélène (Helen) pour étoffer mes commentaires des leçons. Je ne l'ai pas fait seulement à cause de sa pertinence évidente, mais aussi pour présenter ces merveilleuses poésies aux lecteurs qui pourraient ne pas être conscients de leur existence. J'ai fait de même avec le poème en prose, : "*Les cadeaux de Dieu*". Ce chef-d'œuvre mineur se trouve à la fin du recueil de poésies d'Hélène et fournit une puissante vue d'ensemble condensée du système de pensée d'*Un cours en miracles*. J'espère que les lecteurs déjà habitués à ce style d'écrits sauront apprécier cet ajout et que cette autre source reflétant les enseignements du Cours réjouira ceux qui en feront la découverte pour la première fois. Pour une explication plus approfondie sur l'origine de ces écrits le lecteur intéressé peut consulter mon livre sur Hélène et les débuts du Cours – *Absence de félicité (Absence from Felicity)*– cité dans une précédente note en bas de page.

De plus, dans le Livre d'exercices, toutes les références bibliques n'ont pas été mentionnées. Le lecteur intéressé peut consulter mon *Index des citations bibliques d'Un cours en miracles (Scriptural Index for A Course In*

Miracles) pour avoir une liste complète de ces nombreuses citations et allusions.

Un mot maintenant à propos de l'utilisation de la langue dans *Un cours en miracles*. Comme je le commente avec beaucoup de détails dans *Few Choose To Listen*, Volume deux de *The Message of A Course In Miracles* (*Le message d'Un cours en miracles*, vol. 2 : *Peu choisissent d'écouter*) (NdT : voir particulièrement les Chapitres 2 et 3), le Cours est écrit dans un langage dualiste (ou métaphorique). C'est la signification de la déclaration de Jésus dans l'Introduction de la clarification des termes :

Ce cours reste dans le cadre de l'ego, où il en est besoin. Il ne s'occupe pas de ce qui est au-delà de toute erreur parce qu'il a été conçu uniquement pour orienter dans cette direction. Par conséquent, il utilise des mots, lesquels sont symboliques et ne peuvent exprimer ce qui se trouve au-delà des symboles... Le cours est simple. Il a une seule fonction et un seul but. En cela seulement il reste entièrement constant parce que cela seul peut être constant.(C-in.3:1-3,8-10)

En soulignant la symbolique et donc en soi la nature illusoire de mots, Jésus fait ces commentaires dans le manuel pour enseignants :

Dieu ne comprend pas les mots, car ils ont été faits par des esprits séparés pour les garder dans l'illusion de séparation. Les mots peuvent aider, en particulier pour le débutant, en aidant à la concentration et en facilitant l'exclusion, ou tout du moins le contrôle, des pensées non pertinentes. N'oublions pas, toutefois, que les mots ne sont que des symboles de symboles. Ils sont donc doublement éloignés de la réalité (M-21.1:7-10).

Donc, à cause de notre capacité limitée à comprendre –par notre identification au cerveau au lieu de l'esprit – l'amour abstrait ou non-spécifique de Jésus doit être exprimé dans une forme que nous pouvons comprendre et finalement accepter. Ainsi il dit dans le texte, concernant l'enseignement de l'Esprit Saint, comment faire l'expérience de l'unité de la vérité par le pardon :

Tout cela tient compte du temps et du lieu comme s'ils étaient distincts, car tant que tu pense qu'une partie de toi est séparée, le concept d'une Unité jointe en ne faisant qu'Un est insignifiant. Il est clair qu'un esprit si divisé ne pourrait jamais être l'Enseignant d'une unité qui unit toutes choses en Elle-même. Ainsi, Ce Qui est au-dedans de cet esprit, et unit toutes choses, doit être son Enseignant. Or Cela doit utiliser le langage que cet esprit peu comprendre, dans la condition où il pense être. Et Cela doit utiliser tout apprentissage pour transférer les illusions à la vérité, en prenant toutes les fausses idées de ce que tu es et en te conduisant au-delà d'elles, à la vérité qui *est* au-delà d'elles (T-25.I.7 :1-5)

Ainsi Dieu et l'Esprit Saint (et Jésus) sont présentés comme s'ils étaient des personnes, des membres de l'espèce homo sapiens. Ils ont un genre (masculin ou féminin NDT) et parlent, agissent, pensent, planifient, ont des réactions et des sentiments et ont même un organisme— des voix, des bras, des mains et des conduits lacrymaux. Alors, comment un Dieu non-dualiste peut-il être ou faire chacune de ces choses ? La leçon 169 dit " Dieu est" et rien de plus ne peut être dit qui soit vraiment significatif. C'est essentiel, cependant, pour l'étudiant d'*Un cours en des miracles* de comprendre que toutes ces références pour Dieu, le Christ, l'Esprit Saint, ne sont pas à prendre au sens littéral. Au niveau du symbole ou de la métaphore, cela nous atteint simplement *dans la condition dans laquelle nous pensons être*. De nombreux passages du livre d'exercices sont écrits à ce niveau et je soulignerai généralement le semblant d'inconséquence entre la forme et le contenu, le mot et la signification, en faisant référence parfois aux passages que je viens de citer. Quand l'utilisation de symboles sera correctement comprise, ce qui paraît incohérent deviendra tout à fait clair. C'est pourquoi Jésus nous met en garde dans le texte de ne pas confondre le symbole avec la source (T-19. IV-C.11:2).

De plus, il y a des contradictions notables dans l'utilisation de mots. Par exemple, comme mentionné ci-dessus, le mot *Dieu* est employé quand c'est évident que le sujet approprié c'est *l'Esprit Saint*. Un exemple se présente dans la Leçon 193, "Toutes choses sont des leçons que Dieu voudrait que j'apprenne". La leçon elle-même nous dit clairement que "Dieu ne connaît rien d'apprendre" tandis que partout dans tous les trois livres l'Esprit Saint est mentionné comme notre Enseignant. Dans la leçon 29 on nous dit que "Dieu est dans tout ce que je vois," pourtant cette leçon et la suivante

précisent que c'est le *but* de Dieu qui est signifié et nous savons de notre étude d'*Un cours en miracles* que c'est la fonction de l'Esprit Saint de garder le but de pardon dans nos esprits. D'autres exemples abondent et je ciblerai la plupart d'entre eux quand ils me viendront à l'esprit.

Il est aussi important de noter les références aux termes traditionnels chrétiens, comme *l'Expiation*, *le Second Avènement* et *le Jugement Dernier*, pour ne pas mentionner des leçons comme "Je suis la lumière du monde". Cela suit les mêmes lignes de raisonnement que ce dont je viens juste de discuter - l'utilisation par Jésus de notre langue occidentale et dualiste dans la *forme*, avec laquelle il nous apprend un *contenu* différent. Donc, il est extrêmement important de comprendre dans le cours que la plupart du temps Jésus emploie la langue des symboles avec laquelle nous tous avons grandi. Dans le judaïsme et dans le christianisme, on voit Dieu comme ayant des plans et faisant des choses pour nous, comme l'envoi de diverses sortes d'aides : des phénomènes naturels, des anges, Son Fils, ayant même tué ce dernier en notre nom. Une partie significative de son plan inclut des gens particuliers avec des particularités dans des plans particuliers. Ces anthropomorphismes si évidents, quand les symboles sont pris au sens littéral, sont des drapeaux rouges indiquant la voix de la particularité et non la Voix de la vérité. Jésus ne parle pas directement de la particularité dans le livre d'exercices, mais il décrit sa dynamique. Dans une phrase importante du texte, il dit que nous ne pouvons même pas penser à Dieu sans un corps, ou sans une forme quelconque que nous pensons reconnaître (T-18. VIII.1:7). C'est sa manière d'expliquer que parce que nous croyons que nous sommes des corps qui sont séparés, il doit nous parler d'un Dieu Qui semble aussi être séparé - pas parce qu'Il l'est en vérité, mais qu'Il *semble* l'être. De nouveau, cela ne signifie pas littéralement que Dieu a mis le remède ou l'Esprit Saint dans notre esprit, ou qu'Il a même un plan. Quand nous nous sommes endormis et avons commencé ce rêve insensé, nous avons emporté avec nous dans le rêve un souvenir - l'Esprit Saint - d'où nous sommes venus. *Nous* l'avons fait - pas Dieu. L'Esprit Saint est le souvenir et la Présence d'Amour, et le rappel de qui nous sommes comme Ses enfants. Nous retournerons à cela ci-dessous.

Comme nous commençons ce voyage à travers le livre d'exercices, quelques commentaires complémentaires peuvent être utiles. Un étudiant doit être ou bien lourdement dans le déni ou bien fortement avancé pour ne pas reconnaître ce concept, si la résistance aux leçons n'est pas expérimentée quelque part au long du cheminement. Le but avéré du livre d'exercices, reflétant celui d'*Un cours en miracles* lui-même, est de défaire le système de pensée de culpabilité de l'ego - le fondement de nos multiples existences comme des soi séparés et individualisés. On ne lâche pas prise facilement ou avec légèreté d'un tel fondement. Faire ainsi signifierait la fin de l'existence comme nous la connaissons. Et donc nos soi – gouvernés par l'ego - résistent à n'importe quelle incursion dans le bastion de défense de l'ego. Ainsi nous parlons du processus d'étudier et de vivre le Cours comme un voyage accompagné par l'Esprit Saint comme Enseignant. C'est un voyage dans le pays lointain de la résistance - la crainte, la culpabilité et la projection - avec la lumière du pardon comme guide et la lumière du Ciel comme but. C'est aussi pourquoi nous parlons de la structure d'*Un cours en miracles* comme symphonique, dans laquelle certains thèmes fondamentaux sont répétés, diversifiés, mis de côté et répétés, avant que la coda exaltante de la rédemption n'annonce la fin du voyage.

Une des nombreuses formes de résistance, en plus de celles évidentes comme l'oubli du titre de la leçon ou la leçon elle-même, est d'employer les titres ou les déclarations comme des affirmations. Ce n'est pas leur but et leur usage impropre reflète le processus de l'ego d'apporter la lumière à l'obscurité ; cela non seulement recouvre l'obscurité, *mais la lumière aussi*. Plutôt les déclarations en question sont employées comme des symboles de la lumière, auxquels nous apportons l'obscurité de la culpabilité et du jugement de notre ego qui sont doucement révélés et mis de côté.

Remerciements.

J'aimerais remercier tous les gens qui ont rendu ce livre possible. Je commence par les étudiants des premières classes – les employés de la fondation comme les étudiants occasionnels et à long terme – à notre centre de Roscoe. Leur vif intérêt pour *Un cours en miracles* d'un point de vue théorique et pratique, a été l'inspiration et le stimulus pour ces séries de

cours. Ensuite je suis reconnaissant envers tous les gens qui ont bénévolement été volontaires pour faire la transcription des enregistrements et ceux qui en ont éditée une première version afin d'éliminer le verbalisme évident, qui était acceptable pour le discours informel, mais très encombrant pour la lecture. Rosemarie LoSasso, la Directrice de publications de la Fondation à pris la suite. En plus de faire l'enregistrement des bandes sonores originales et la préparation de ces bandes pour la publication, Rosemarie a été en grande partie responsable de la tâche énorme de mettre les transcriptions dans une forme beaucoup plus lisible, ce qu'elle a exécutée comme à son habitude de façon inlassable et fidèle. C'est à partir de ses écrits que j'ai pu relire et réviser le manuscrit en entier jusqu'à ce qu'il n'ait atteint sa forme finale. Son aide, comme toujours, m'a été d'une valeur inestimable. Je suis aussi reconnaissant envers de nombreux employés de la Fondation qui ont travaillé avec assiduité à la préparation du manuscrit et des livres dans leur version finale : Jennye Cook, Jackie Futterman, Emmy Massengill, Loral Reeves, Elizabeth Schmit, et Virginia Tucker.

Finalement, comme avec tous mes enseignements, c'est avec une gratitude profonde et aimante que je remercie ma femme Gloria, qui a toujours été à mes côtés, m'inspirant et m'encourageant dans mon travail, et qui vraiment a rendue tout cela possible.