

Chapitre 23 - Liberté du corps

23.1 La connaissance et l'amour sont inséparables. Une fois cela réalisé, il est évident que l'amour est la seule vraie sagesse, la seule compréhension et la seule véritable connaissance. L'amour est le grand enseignant, et tes relations amoureuses le moyen d'apprendre l'amour.

23.2 Les leçons apprises de l'amour feront beaucoup pour apaiser les peurs qui restent de perdre ton individualité, perte qui selon ce que tu crois devra accompagner la perte de ton soi séparé. Car comme chacun de vous l'a appris quand il a aimé quelqu'un, plus vous aimez et désirez posséder l'être aimé, plus vous réalisez que ce bien-aimé ne peut être possédé. Bien que dans une relation amoureuse la plus grande connaissance soit recherchée et, avec des partenaires consentants, obtenue ; un partenaire unique dans une telle relation transcende encore la connaissance complète. La relation devient le connu. Bien qu'il soit dans ta nature de toujours vouloir plus, c'est aussi dans la nature de la vie d'exister en relation et de se faire connaître par la relation. C'est ainsi que la connaissance se manifeste. Connaître par la relation n'est pas une situation de type « second meilleur choix », c'est ce qu'est la vie. C'est ce qu'est l'amour.

23.3 Par conséquent, alors que ton partenaire amoureux transcende la connaissance totale, cela aussi est ce « qui est. » C'est ce qui est censé être. L'amour inviolé. Chacun de vous est l'amour inviolé. Or au niveau relationnel, vous êtes sans doute capables de lire dans les pensées de l'autre, de saisir le moindre changement d'humeur et de finir ses phrases. Tu sais que l'autre mettrait sa vie de côté pour toi, qu'il irait au-devant de tous tes besoins et partagerait tes peurs et de tes joies.

23.4 L'amour sans partenaire partage également une connaissance par la relation. L'être aimé peut être à l'autre bout du pays, séparé par la distance, par des choix antérieurs ou des blessures du passé, et pourtant une relation se poursuit.

23.5 Dans les deux cas, avec ou sans partenaire de relation amoureuse, celui que tu parviens à connaître, celui qui ne transcende pas la connaissance totale est ton Soi.

23.6 La même chose est vraie de ta relation avec Dieu. Comme dans toute relation amoureuse, le désir de connaître Dieu peut être absolument dévorant. Pourtant, bien que Dieu transcende la connaissance, ta relation avec Dieu est la manière de connaître à la fois Dieu et ton Soi.

23.7 Permits-moi de te rappeler une aide à l'apprentissage clé dont nous avons discuté il y a quelque temps : *tu ne voudrais pas être différent de ce que tu es*. Peu importe à quel point croît ton amour pour l'autre, cet amour ne fera pas en sorte que tu veuilles *être* l'autre personne. Cet amour est ce qui cause ton désir d'avoir une *relation* avec l'autre. Ce qui devrait t'apprendre quelque chose sur la nature de l'amour.

23.8 Quand tu es en amour de façon obsessionnelle tu peux vouloir que l'autre personne soit *toi*, mais le contraire est rarement vrai. Voilà la cause, ce qui t'a poussé à transformer Dieu à ta propre image et d'essayer de faire la même chose aux autres. Cela vient de se voir soi-même comme une image plutôt qu'un être existant en relation. Ce qui vient de l'ego plutôt que du vrai Soi.

23.9 Ce que tu désires par-dessus tout est la *réunion*. Or la réunion également est une relation puisque l'union est une relation. Imagine une foule de gens dans une petite pièce. Ce n'est pas une relation. Lorsque tu es tenté de penser à la relation comme ayant quelque chose à voir avec la proximité physique, pense à cet exemple. Maintenant imagine des communautés unies dans la foi. Partout dans le monde, les gens sont unis par des croyances, pas seulement leurs croyances religieuses. L'idéologie, la politique et les professions unissent les gens. Les « partis » et les « associations » se forment pour favoriser l'idée d'unité grâce au partage de croyances communes. Ils ne sont pas nécessaires car on voit bien qu'ils ne se forment en réalité qu'après le fait. La croyance favorise la forme et la forme est alors censée encourager la croyance.

23.10 Ceci est aussi vrai pour le corps. Pense à la façon dont le mot *corps* est utilisé et ce sera clair. Le *corps* politique. Un *corpus* de connaissances. La croyance a favorisé la forme et la forme était censée encourager la croyance. La croyance et la forme ont donc une relation symbiotique. Comprendre cette relation *amoureuse* peut t'aider à expérimenter la liberté du corps, lequel est une extension, dans la forme, de ta croyance au « je » personnel.

23.11 La croyance favorise l'union. L'union ne favorise pas la croyance parce que dans l'unité la croyance n'est plus nécessaire. La croyance a favorisé l'union des atomes et des cellules sous la forme nécessaire pour répondre à ta croyance au soi séparé. La croyance d'une autre sorte peut favoriser la création d'un autre type de forme.

23.12 Si la forme est une extension de la croyance tu peux voir pourquoi ce que tu crois est crucial quant à comment tu vis avec une forme. Nous parlons ici de façons de penser similaires à celles que tu nommes induction et déduction. Par le passé, les exercices ont le plus souvent débuté avec un changement de croyances quant à la forme. Ici nous avons pris une approche contraire, nous avons commencé par des exercices pour changer tes croyances sur ton identité et conclure par des exercices qui changent tes croyances sur la forme. Ceci est cohérent avec l'attention première portée sur apprendre à partir du cœur. L'esprit mental va du petit au grand, le cœur du grand au petit. Seule l'entièreté-du-cœur voit la connexion de tous.

23.13 Je répète : *Un autre type de croyances peut favoriser la création d'un autre type de forme.* Une croyance avec l'entièreté-du-cœur dans la vérité au sujet de ton Soi est ce dont tu as besoin pour que cela se produise. C'est cela qui est nécessaire maintenant. Cela changera le monde.

23.14 *Un autre type de croyances* est à la base de tous les miracles. C'est tout ce qui te concerne en tant que travailleur en miracles. Que tu changes tes croyances est le miracle que nous voulons obtenir, le résultat que nous recherchons par ce Cours.

23.15 De toute évidence, ta propre croyance en qui tu es, et en ce que tu es, est à la base de tout ton fondement, un fondement érigé précédemment sur la peur. Clairement, la croyance à un corps a été facilement traduite en la croyance à la validité de la peur. Quand tu seras libéré de cette fausse perception, de cette croyance erronée, ton corps sera libéré. Il ne sera plus un objet à être utilisé mais un moyen de servir.

23.16 Libérer ta perception de ta croyance presque immuable dans la forme permettra que se fassent tous les changements de forme requis par le miracle. La forme n'est pas une constante mais un résultat. Bien que tu sois convaincu que la croyance est le résultat de la forme, ce n'est pas le cas. La forme est le résultat de la croyance. Par conséquent, non seulement la croyance est capable de changer la forme, mais elle est également nécessaire pour le faire.

23.17 L'histoire t'a démontré que ce tu crois possible devient possible. La science a prouvé le lien existant entre le chercheur et ses propres découvertes. Tu trouves pourtant encore difficile de croire que ce qui est possible dépend de ce que tu peux imaginer comme étant possible. Tu dois cesser de voir la difficulté et commencer à voir avec quelle facilité ce que tu peux imaginer devient la réalité.

23.18 Tu n'as pas d'aptitudes qui ne te servent pas, parce que toutes tes capacités ont été créées pour te servir. La capacité d'imaginer est l'une de ces capacités, donnée à tous librement et également. L'imagination est liée à la vraie vision car elle applique les capacités combinées de l'esprit et du cœur. Elle est semblable à la perception, et elle peut ouvrir la voie qui te mène à changer la perception que tu as de toi-même et du monde qui t'entoure.

23.19 Au-delà de l'imagination il y a l'étincelle qui te permet de concevoir ce qui n'a jamais été conçu auparavant. Cette étincelle est l'inspiration, l'infusion de l'esprit. Si on prend le processus de création à rebours, il conduit à cette conclusion : L'esprit précède l'inspiration, l'inspiration précède l'imagination, l'imagination précède la croyance, et la croyance

précède la forme.

23.20 L'esprit est ton lien le plus direct avec l'unique Source. L'esprit est directement de la Source alors que la forme est un sous-produit de l'esprit. La forme est, une fois retirée, éloignée de la Source. Travaillant encore une fois à rebours, la forme que tu as créée reste toutefois une étape nécessaire pour ce retour à la Source. L'étape nécessaire est celle d'aller au-delà de la forme – de reconnaître et de comprendre la forme pour ce qu'elle est – et ensuite de poursuivre en travaillant à rebours afin de changer tes croyances, de permettre à l'imagination de te servir et de laisser l'esprit t'imprégner.

23.21 Alors tu peux encore aller de l'avant, amener la forme au-delà de tous les paramètres établis et devenir un travailleur en miracles.

23.22 Le corps inclut la croyance et la retient. Le corps est le composé de tes croyances, la totalité. Il continuera à retenir les vieilles croyances aussi bien que les nouvelles, jusqu'à ce que les anciennes croyances soient purgées. L'épuration de vieilles croyances libère l'espace pour le nouveau. Elle permet à ta forme de refléter ce que tu es et qui tu es maintenant en des termes qui coïncident avec le « toi » que tu as toujours été.

23.23 Il n'y a pas de voie rapide qui mène à cette épuration puisque c'est le plus individuel des accomplissements. Comme tu as appris de tes croyances, tu dois désapprendre tes croyances. Alors que tu commences le processus de désapprendre, tu pourrais te sentir testé. Tu n'es pas testé mais des occasions de désapprendre te sont fournies. Apprendre qu'une vieille croyance retenue précédemment n'est plus valide est la seule façon de vraiment purger cette croyance.

23.24 Ces opportunités d'apprentissage demandent une période en laquelle tu t'engages dans la vie. Plusieurs parmi vous ont sans doute commencé à faire l'expérience de quelques occasions de désapprendre, même pendant qu'ils étudient ce cours, ce qui peut les avoir conduits à se tourner vers l'intérieur et tenter de se désengager de la vie. Une période d'engagement dans la vie ne peut toutefois pas être évitée, et tes tentatives de l'éviter vont

seulement causer une amplification des sentiments générés par les expériences de dualité. Tant que tu retiens des croyances conflictuelles en toi, tu seras en conflit et affecté par la polarité. Désapprendre te permet de purger les vieilles croyances afin qu'un seul ensemble de croyances soit en opération à l'intérieur de toi. C'est la seule voie de certitude que tu recherches, et la seule qui mène à la véritable conviction. La véritable conviction ne peut s'atteindre sans cette expérience de désapprentissage et d'épuration.

23.25 Toutes les occasions de désapprendre sont des opportunités qui te préparent aux miracles. Il n'y a pas de trucs qui permettent d'identifier les occasions de désapprendre. À partir d'aujourd'hui, je t'assure, toutes les expériences y contribueront jusqu'à ce que désapprendre ne soit plus nécessaire. Si tu veux bien te rappeler que le seul exercice pour ton esprit est de consacrer toutes tes pensées à l'union, tu garderas ton esprit engagé et moins résistant au désapprentissage. Lorsque tu sens de la résistance – et bien entendu ton esprit résistera à désapprendre ce qu'il s'est efforcé d'apprendre – retourne à te consacrer à l'union. Reconnaît la résistance de ton esprit comme le signe que tu es en train de désapprendre. Reconnaît la résistance mais ne t'y engage pas.

23.26 Que se passera-t-il si tu regardes chaque situation comme un défi à tes croyances ? Si tu ne te rappelles pas que tu es en train de désapprendre, un processus qui te mène à la conviction que tu as si longtemps cherchée, tu te sentiras effectivement testé et tu tenteras de prendre le contrôle de la situation d'apprentissage. Ne pas prendre le contrôle est toutefois la clé pour désapprendre. Ce que tu appelles *être en contrôle* est simplement une autre manière de dire *agir à partir de vieilles croyances*. Tant que tu essaieras de rester en contrôle, les vieilles croyances ne seront pas purgées.

23.27 Tenter d'exercer un contrôle sur des situations d'apprentissage est un reflet de la croyance que tu n'as rien à apprendre. Une attitude d'ouverture est nécessaire autant pour le désapprentissage que pour le nouvel apprentissage. Le contrôle est contraire à l'ouverture. La maîtrise vient par le processus d'à la fois désapprendre et d'apprendre à nouveau. Ce n'est qu'une autre façon d'énoncer ce qui était affirmé dans *Un Cours en*

Miracles : Remets ta démission en tant que ton propre enseignant. Le désir de contrôler est le désir de rester ton propre enseignant et/ou de choisir tes enseignants et tes situations d'apprentissage. Ni l'un ni l'autre ne peut se produire si tu choisis sincèrement de changer tes croyances et d'aller vers le nouveau ou la vérité.

23.28 Vu d'une autre façon, ce processus a beaucoup en commun avec le pardon. L'action qui y est associée l'élève à un niveau similaire à celui de l'Expiation. C'est un processus de défaire qui s'accompagne de nouveaux moyens de faire. Dans le processus de désapprentissage, à la fois le pardon et l'Expiation se produisent. Tu reconnais que tes fausses croyances sont le résultat d'un apprentissage erroné. À mesure que désapprendre est remplacé par apprendre à nouveau, les jugements s'estompent alors que ton innocence est établie. Un enfant peut-il être trouvé coupable quand l'enfant n'a pas encore appris ce qui est nécessaire pour l'action juste ?

23.29 Tu pourrais demander comment vas-tu apprendre ce que tu n'as pas réussi à apprendre précédemment ? Quelles sont les leçons ? Quel est le curriculum ? Comment sauras-tu que tu as atteint l'objectif d'apprentissage ? Et comment peux-tu devenir le maître de ce qu'un autre t'enseigne, de leçons qu'un autre sélectionne ? La vie doit devenir ton enseignant, et toi son fidèle élève. Voici un curriculum fait sur mesure pour toi, un curriculum que toi seul peut maîtriser. Seules tes propres expériences de vie t'ont conduit à l'apprentissage que tu as accumulé qui a été traduit en croyances. Seules tes propres expériences de vie renverseront le processus.