

Chapitre 31 – La nature de l'esprit

31.1 Il n'y a qu'un Esprit, comme il n'y a qu'une Volonté. Cela te fait peur car tu crois que cette affirmation menace ton indépendance, quelque chose que tu vois comme un état d'être très précieux. Toutefois, cet énoncé confirme plus correctement ton état d'interdépendance et ton entièreté.

31.2 L'idée de partager un cœur, un battement de cœur, un amour, ce n'est pas aussi inacceptable pour toi que l'idée de partager un seul esprit. Tu sens que tes pensées t'appartiennent et qu'elles sont privées et sacro-saintes. Ces pensées hautement surveillées et considérées sont ce qu'*Un Cours en Miracles* nomme des pensées de corps. Plusieurs religions et philosophies font une distinction entre la pensée séparée – comme les pensées dictées par le corps – et les pensées d'un ordre plus élevé, ou la pensée spirituelle. Les pensées liées à ton soi personnel et aux « lois » du corps comme celles de survie, ne sont pas celles du vrai Soi. C'est la clarification qu'il est nécessaire de faire pour quelques-uns parmi vous pour pleinement abandonner la peur du système de pensée partagé de l'unité.

31.3 N'est-il pas stupide d'avoir peur de la vérité ? La peur de la vérité est semblable à la peur que l'impossible devienne possible. Comme la peur de la mort, c'est le produit d'une pensée sens dessus dessous.

31.4 Tu ne comprends pas que quelque chose puisse être inséparable et pourtant n'être pas pareil. Le miracle de changer l'eau en vin démontre, comme le font tous les miracles, la fausseté de ce concept. Tu dois le comprendre, et comprendre correctement tous les miracles, si tu veux être un travailleur en miracles. Ce qui est inséparable ne peut être différent, mais cela ne veut pas dire que ce doive être pareil. Inséparable ne signifie pas remplaçable. L'eau ne remplace pas le vin ni le vin l'eau, même si chacun provient de la même Source, ainsi ils ne sont pas différents même lorsqu'ils ne sont pas pareils.

31.5 Ta peur de la similitude est ta peur de l'unicité, et c'est une peur non

fondée quoique compréhensible, étant donné ta conception de ce qui est pareil et de ce qui est différent. Pourtant, comme vos formes le démontrent si bien, tandis que tous les corps sont pareils, ils sont également différents. La forme ne fait qu'imiter le contenu.

31.6 C'est en cela qu'est la difficulté quant à l'étude de l'esprit. L'esprit est ton être, ainsi tu ne peux pas l'étudier, pas plus que tu ne peux voir l'entièreté de ton corps sans assistance, ou retirer ton propre cerveau pour l'observer sous un microscope. Pourtant tu sais que ce corps est le tien, qu'il t'appartient et tu l'identifies comme ton soi. Ton corps se déplace et respire, ton cœur bat et le sang coule sans assistance de ton soi conscient. Tu sais que si tu devais actionner consciemment ces fonctions, tu mourrais certainement, car gérer les fonctionnements du corps serait plus que ce que peut gérer ton esprit conscient. Tu ne pourrais pas passer toutes les commandes requises advenant que ces commandes soient nécessaires. Heureusement, tu as un cerveau qui se charge de remplir ces fonctions, or ce cerveau est aussi toi. Fonctionne-t-il indépendamment de toi ? Est-il séparé ? Est-il pareil ?

31.7 C'est la même chose avec l'esprit. L'esprit *est* ton être. Ce n'est pas par hasard qu'il soit devenu synonyme de cerveau pour plusieurs d'entre vous, c'est un mot interchangeable pour transmettre la même idée. L'esprit mental est le centre de contrôle, celui qui se rappelle et emmagasine le savoir, celui qui est à la fois toi et au-delà de ta compréhension de toi. La forme mimique le contenu. La forme mimique la vérité, mais ne la remplace pas.

31.8 Le reste de ton monde imite tout autant la vérité. Tu vis au sein d'un monde, d'une planète, d'une Terre. Tu peux vivre sur différents continents, en différents pays, en diverses villes, mais tous autant que vous êtes, vous dépendez de l'unique Terre comme faisant partie de la similitude et de l'interdépendance que vous acceptez. Tu es conscient que cette Terre demeure dans un cosmos au-delà de ta compréhension, et que le cosmos également est quelque chose dont la Terre et tous ceux qui sont sur Terre font partie. Tu crois pleinement être inséparable de la Terre, du cosmos, de la gravité, des lois qui régissent l'univers, tout comme tu crois que ton cerveau et, faussement, ton esprit, est inséparable de ton corps.

31.9 Par conséquent, ta confusion est également la clé de ta compréhension. Tu n'as qu'à regarder la projection de la création pour comprendre la nature de la perfection et de ton propre Soi en tant que créateur et créé. Être une partie de la totalité qui est ton univers connu, a fait de toi et aucun autre, d'être moins conséquent. Partout dans le monde, des gens de bonne foi se battent pour sauver ne serait-ce qu'une vie. Chaque vie est irremplaçable et nul ne discute ce point, pourtant tu te permets de résister à l'idée totale de Dieu parce que tu crois que ce qui est un ne peut pas être également plusieurs.

31.10 Abandonne cette notion de perdre ton Soi en Dieu, et c'en sera fini pour toi pour tous les temps avec ta résistance à Dieu. Ce n'est qu'en Dieu que tu peux trouver ton Soi. Ceci est connu de toi et c'est la raison de la quête de l'homme pour trouver Dieu depuis la nuit des temps. L'homme peut penser qu'il est en quête de Dieu pour trouver ses réponses, se délivrer de la peur, pour avoir des récompenses ou pour une après-vie. Mais l'homme a toujours cherché Dieu en quête de son propre Soi. Ne pas se tourner vers Dieu pour trouver ton Soi serait comme chercher partout, *sauf* sur la Terre pour trouver l'humanité. Si tu ne cherches pas à l'endroit où ce que tu souhaites peut être trouvé, tu cherches en vain.

31.11 Le but de l'esprit est l'extension. Par conséquent, la perception sens dessus dessous qui t'amène à protéger tes pensées privées et à les voir comme le siège de ton Soi, exige exactement l'opposé de l'extension. C'est la seule vraie source de conflit. Et encore une fois, percevoir tes pensées comme ton soi est la réponse la plus proche de la vérité que, dans ta vision limitée que tu as de toi-même, tu as été capable d'appréhender. Il y a une partie de toi qui *connaît* que tu as des pensées plus élevées, et qui connaît que ces pensées plus élevées *sont* ton Soi. Au lieu de discerner entre des pensées supérieures et des pensées inférieures, tu as amplifié toutes tes pensées et tu leur as donné une identité que nous avons appelée l'ego. Si tu ne déloges pas ta croyance en l'ego comme étant ton soi, tu ne réaliseras jamais ta vraie Identité.

31.12 Pour quelques-uns, cette délogement de l'ego se produit suite à une

meilleure compréhension de l'esprit, pour d'autres c'est plutôt à la suite d'une meilleure compréhension du cœur ou de l'amour. La façon dont l'ego est délogé n'a pas d'importance. Ce qui compte, c'est où tu places ta dévotion.

31.13 La dévotion ne peut pas être divisée, elle doit être totale pour être. Par conséquent, pendant que tu crois que tu te dévoues aux pensées d'un esprit divisé, tu ne te dévoues à rien. C'est pourquoi tant de tentatives pour comprendre échouent. Tenter de d'arriver à comprendre avec un esprit divisé est impossible. Des objectifs d'apprentissage impossibles à atteindre mènent à la dépression. C'est pourquoi nous devons apprendre à nouveau avec un esprit et un cœur joints dans l'entière-té-du-cœur.

31.14 L'ego est cette partie de toi-même qui s'accroche à l'idée de séparation, par conséquent qui ne peut pas saisir la vérité fondamentale de ton existence : que donner et recevoir sont un en vérité. Autrement dit, tout ce que cela signifie, c'est que pour *être* ton Soi, tu dois *partager* ton Soi. Ce que tu retiens, tu le perds. C'est le principe de donner et recevoir qui, étant finalement et totalement compris, te libérera pour que être d'un cœur entier.

31.15 Tout ce que tu voudrais garder privé et non partagé est, en essence, qui tu penses être. Je dis qui tu penses être, parce qu'il est important de distinguer entre qui tu *penses* être et qui tu es vraiment. D'un côté, tu penses être ton passé, ta honte, ta culpabilité et d'un autre côté, tu penses être ton futur, ta gloire, ton potentiel. Tu ne veux partager ni tes pensées les plus négatives sur toi-même, ni tes pensées plus positives. Celles-là sont tes grands secrets, des secrets qui occupent ton esprit jour après jour avec des pensées qui te *gardent* loin de ton Soi.

31.16 Et c'est ainsi que tu ne partages qu'une petite partie de toi-même, la portion que ton ego a jugé sûre, acceptable, présentable. La portion que ton ego a jugé qu'elle ne prendra aucun risque. C'est l'ego qui demande : Es-tu certain que si tu partages ce sentiment, tu seras encore aimé ? Es-tu certain que si tu révèles ce secret, tu seras encore en sécurité ? Es-tu certain que si tu essaies quelque chose de nouveau, tu seras encore accepté ? C'est l'ego qui

loue avec l'honnêteté comme s'il s'agissait d'un jeu ; l'ego à qui tu laisses décider de ta vérité. Car ce que tu vis est ce que tu crois être la vérité sur toi-même. Pendant que tu continues à vivre de façon malhonnête, ta notion de ce qu'est vraiment ton identité ne peut s'améliorer.

31.17 Mes chers frères et sœurs, ce que vous êtes réellement ne peut être amélioré. Mais parce que vous êtes dans un état sans mémoire, vous devez réapprendre qui vous êtes. Vous pouvez seulement réapprendre qui vous êtes en étant qui vous êtes. Vous pouvez seulement être qui vous êtes en partageant qui vous êtes.

31.18 La vérité est ton identité. L'honnêteté est exempte de tromperie. Toi qui t'inquiètes déjà au sujet de l'honnêteté et du partage comme étant une sorte de besoin de te confesser, pense un instant pourquoi tu t'inquiètes. L'idée de confesser est une idée de partager. Au lieu de penser à qui tu es comme étant lié au péché ayant besoin de pardon, penses-y simplement comme un besoin de partager. Ceci semblerait antithétique avec ce que j'ai déjà dit – que ce que tu retiens tu le perds et ce que tu partages tu le gagnes. Tu penses à confesser comme d'une façon de laisser partir, de te débarrasser de ce que tu ne veux pas. Certains parmi vous croient que ceci peut être fait, et d'autres n'y croient pas. Ceux qui y croient croient au péché, que celui-ci peut être remplacé par le pardon. Ceux qui n'y croient pas ne croient pas que le péché puisse être pardonné et ne cherchent pas le pardon, croyant que le pardon est quelque chose qu'ils ne méritent pas. Peu croient réellement en expier ou défaire. Peu croient réellement qu'il n'y a pas de péché. Peu de gens croient réellement qu'ils ne sont pas la somme de leurs comportements. Comment alors la confession est-elle bonne pour l'âme ?

31.19 Tu ne peux être honnête tant que tu ne connais pas la vérité sur toi-même. Si tu retrouvais la mémoire de ton Soi, il n'y aurait plus de notions telles que la confession est bonne pour l'âme. Mais pour que revienne la mémoire de ton Soi, tu as besoin d'un moyen d'apprendre qui tu es. Tout ce qui est arrivé dans ta vie à jamais est arrivé comme outils d'apprentissage pour t'aider à ramener la mémoire de qui tu es. Ces choses à propos desquelles tu te sens honteux et coupable sont simplement des résidus de

leçons non apprises. Tant que tu t'y accroches en les gardant cachées, aucun apprentissage ne se produit.

31.20 Qui tu es est amour, et toutes choses portées à l'amour sont vues sous une nouvelle lumière, une lumière qui retient ce qui est appris pour t'aider à te remémorer qui tu es, et par le biais de cette mémoire, transformer le reste, te laissant avec rien de quoi avoir honte, rien à garder caché, te laissant simplement avec rien d'autre que la vérité de qui tu es. Par conséquent, ce que tu donnes en partageant, tu le gagnes *en vérité*. Aucun autre type de gain n'est possible.

31.21 La même chose est vraie de tes potentiels qui, lorsqu'ils sont portés à l'amour, se réalisent et deviennent simplement la vérité qui a toujours existé sur qui tu es.

31.22 Partager n'est donc pas sur qui tu penses être, mais sur qui tu es vraiment et pourtant c'est le moyen d'apprendre la différence tant que l'apprentissage est encore nécessaire.

31.23 Partager est le moyen par lequel la relation sainte que tu as avec tout ce qui existe est révélée *en vérité*. Cette vérité se trouve en tout ce qui existe, comme elle se trouve en toi. Alors que tu apprends que ce que tu es est amour, aucune tromperie n'est possible, et tu peux seulement être qui tu es *en vérité*.

31.24 Ce que tu gagnes *en vérité* n'est jamais perdu ni oublié à nouveau, parce que cela ramène la mémoire dans ton esprit. Ce que ton esprit se rappelle ne peut pas ne *pas* être partagé.

31.25 Les pensées de ton ego ne peuvent jamais partager la vérité avec toi ni avec qui que ce soit. L'ego a inventé l'idée de « dire » la vérité et il l'utilise comme un opposé à dire une non-vérité ou un mensonge. C'est ainsi que sont nées les idées de pouvoir garder secrète la vérité, l'une des idées les plus ridicules du système de pensée de l'ego.

31.26 Ton passé n'a rien à voir avec la vérité de qui tu es, sauf dans la mesure où il t'a aidé ou ne t'a pas aidé à te rappeler qui tu es. Ce que tu as appris *en vérité* demeure dans ton esprit comme une partie de toi. Ce de quoi tu n'as pas encore appris attend que tu l'apprennes – autrement dit attend le transfert de tes feelings et de ton expérience à la vérité, et donc à ton esprit. Seule la vérité réside dans ton esprit, car il n'y a que la vérité qui peut accéder au saint autel que tu partages avec moi.

31.27 Cet autel n'est pas une chose, mais une consécration à l'unique vérité, l'entière vérité. Être d'un même esprit, c'est être d'une unique vérité, et comment pourrais-tu être de quelque chose de moins ? Seul l'ego est sorti d'un mensonge, le mensonge de la séparation qui a créé l'illusion des esprits séparés et des degrés divers de vérité.

31.28 Quand tu regardes vers Dieu pour trouver ton Soi, sans savoir ce que tu recherches au juste, tu regardes aussi vers tes frères et sœurs, et vers tout le reste qui vit avec toi. Mais quand tu regardes, sans savoir ce que tu recherches, ce que tu trouves varie. Puisqu'il n'y a qu'une vérité, trouver une variété de réponses ne signifie rien. Si tu changes simplement ce que tu cherches, ce que tu vois et ce que tu apprends changeront aussi.

31.29 Si tu peux chercher ton Soi en tes frères et sœurs, cependant, eux aussi devraient pouvoir chercher leur Soi en toi. Si tu leur reflètes constamment ce que tu penses que tes frères et sœurs veulent voir, ils ne peuvent rien apprendre de toi. Si la vérité de qui tu penses être change de jour en jour, tu reflètes alors l'exacte variété de réponses qu'ils s'attendent à trouver et qu'ils ont trouvée ailleurs.

31.30 Tu ne penses pas que tu cherches qui tu es en autrui, mais tu penses à la place que tu cherches quelque chose ou quelqu'un d'autre que toi-même. À certains moments de ta vie, tu énonces très clairement cette recherche que tu fais, et elle est toujours spécifique. Tu cherches un ami, un conjoint, un mentor. Tu crois que tu es en train de chercher quelque chose d'autre que toi-même pour te compléter, parce que tu *cherches* à te compléter toi-même. Tu recherches l'entière. Et tu es même correct de la chercher en provenance

de tes frères et sœurs – mais simplement pas dans la façon dont tu le perçois.

31.31 Lorsque tu trouves la vérité d'un frère ou d'une sœur, tu trouves la vérité sur ton Soi, car la vérité ne change pas. Et si qui tu es réellement *est* la vérité, comment peux-tu être différent ? Par conséquent il peut être dit que la vérité et l'esprit sont un en vérité. La vérité est ce qui est. Ce qui n'est pas la vérité est illusion. Est-ce que cela ne fait pas parfaitement du sens ?

31.32 C'est dans ce sens parfait de la parfaite santé d'esprit de la vérité que se trouve le salut. Le salut est simplement ton retour à ton Soi.

31.33 Si ta sœur et ton frère cherchent la vérité, ou le salut, de toi, et que tu cherches la vérité ou le salut d'eux, qu'est-ce qui se produit réellement ? Comment ceci peut-il fonctionner ? Ce n'est qu'un autre aspect de donner et recevoir en tant qu'un en vérité. Donner et recevoir prennent place tous les deux place, et les deux en même temps, comme c'est le cas de chercher et trouver, une fois que tu es conscient de ce que tu cherches au juste.

31.34 Cet aspect de donner et recevoir en tant qu'un est appelé relation. Elle te permet de faire l'expérience de qui tu es, et donc de connaître ou de te rappeler, qui tu es. C'est dans le fait de reconnaître la vérité sur ton frère et ta sœur que tu reconnais la vérité sur ton Soi. Ce n'est que dans la relation que cela se produit, car c'est seulement en relation que tu fais l'expérience de quoi que ce soit.

31.35 Tu n'existes pas en dehors de la relation, tout comme ton esprit n'existe pas en dehors de l'unicité. Ton expérience ici n'est qu'une extension de l'esprit dans un royaume où l'expérience peut se produire. Ton ego en a fait quelque chose de différent de ce que c'est. Au lieu d'une extension de l'esprit, ton expérience est devenue une projection de l'ego. Ceci peut changer.

31.36 Alors que tu interagis avec tes frères et sœurs, tu cherches à parvenir à les connaître. Tu le fais pour trouver ce que vous avez en commun et à partir de là, partager des expériences. Tu cherches aussi à connaître tes frères et

sœurs pour parvenir à savoir à quoi tu peux t'attendre d'eux. Une fois que tu as déterminé le mode habituel de comportement d'un frère ou d'une sœur, ce qui dévie de ce mode habituel te préoccupe. Tu peux déterminer que quelqu'un est en « humeur de » et voir que les effets de cette humeur sont soit bons soit mauvais pour toi, pour eux ou pour les deux. Puisque tu vis dans un monde d'extrême incertitude, l'une de tes exigences les plus élevées envers ceux avec qui tu es en relation est qu'ils aient un mode de conduite qui te permette de savoir à quoi t'attendre. Par conséquent, quand tes relations passent de simples connaissances, à des relations de nature plus profonde, tu détermines rapidement la nature de ces relations et tu as un investissement en ce qu'elles restent les mêmes. Puisque c'est le plus souvent vrai pour eux aussi, tu deviens toi aussi enfermé dans les mêmes attentes.

31.37 Une relation où cela ne s'applique pas est la relation de l'enseignant-étudiant. Une autre relation qui s'attend au changement et à la croissance est celle du parent-enfant. Ces deux types de relations ont englobé tes idées sur notre Père et sur moi alors que tu as réalisé que tu es ici pour apprendre. Maintenant, avec un clair objectif d'apprentissage à l'esprit, ces relations idéalisées doivent être élargies pour qu'elles soient vues en *tous* plutôt qu'en quelques-uns ; et qu'ainsi elles soient vues clairement pour ce qu'elles sont vraiment.