



“Un Cours En Miracles” Leçon n°1

Rien de ce que je vois dans cette pièce [dans cette rue, de cette fenêtre, dans ce lieu] ne signifie quoi que ce soit.

1. Maintenant regarde lentement autour de toi et exerce-toi à appliquer cette idée très concrètement à tout ce que tu vois :

²Cette table ne signifie rien.

³Cette chaise ne signifie rien.

⁴Cette main ne signifie rien.

⁵Ce pied ne signifie rien.

⁶Ce stylo ne signifie rien.

2. Puis regarde plus loin que les environs immédiats, et applique l'idée sur un champ plus large :

²Cette porte ne signifie rien.

³Ce corps ne signifie rien.

⁴Cette lampe ne signifie rien.

⁵Ce panneau ne signifie rien.

⁶Cette ombre ne signifie rien.

3. Remarque que ces énoncés n'ont pas été placés dans un certain ordre, et qu'ils ne tiennent compte d'aucune différence entre les sortes de choses auxquelles ils sont appliqués. ²C'est le but de l'exercice. ³L'énoncé devrait simplement être appliqué à n'importe quelle chose que tu vois. ⁴Quand tu répètes l'idée du jour, utilise-la sans la moindre discrimination. ⁵Ne tente pas de l'appliquer à tout ce que tu vois, car ces exercices ne devraient pas devenir ritualistes. ⁶Seulement, assure-toi que rien de ce que tu vois n'est exclu expressément. ⁷Une chose est comme une autre quand il s'agit d'appliquer l'idée.

4. Chacune des trois premières leçons ne devrait pas être faite plus de deux fois par jour, de préférence matin et soir. ²Elle ne devrait pas non plus être tentée durant plus d'une minute environ, sauf si cela t'oblige à te presser. ³Il est essentiel de les faire à ton aise et sans hâte.

Commentaire par Sandrine Lameck - Atteindre l'Éveil par l'Amour

Avec cette première leçon, Jésus nous invite à faire la différence entre perception et vision.

Qu'est ce que cela signifie? Eh bien, que le sens de la vue que nous possédons et qui se rapporte à nos yeux, ne peut pas en réalité "Voir". Il ne peut que "percevoir". Effectivement, pour comprendre cela, il faut tout d'abord comprendre que le verbe "Voir" se rapporte à la Réalité, la vision est en fait un synonyme de "Connaissance". Voir et Connaître est ce qui Est quand on ne voit plus le monde, car la Réalité, c'est ce qui est hors du temps, hors du monde, c'est là que se trouve le Saint-Esprit. Nos yeux ne peuvent donc pas "Voir", car ils font partie du corps, et le corps fait partie du monde et est soumis au lois du temps. Nos yeux ne font que "percevoir".

Et ils perçoivent quoi ? Un monde faux, car illusoire, qui est le résultat, la manifestation de la projection de notre croyance en la pensée de séparation. Mais la séparation n'est pas Réelle, elle ne peut pas l'être, voilà pourquoi d'ailleurs nous voyons tous les mêmes choses devant nos yeux, car nous sommes Un en esprit, c'est une projection collective qui est perçue. Tout ce que nous percevons est le résultat de ce que nous croyons. Le résultat des idées qui se trouvent dans notre esprit endormi.

Voici une petite vidéo qui explique pas mal cela d'une manière plus scientifique. ([cliquez-ici](#))

Jésus nous invite donc dans cette leçon à comprendre que ce qui n'est pas vrai (pas vraiment vrai) n'a donc aucune signification aux yeux de la Réalité. Voilà le sens du titre de cette leçon. Et ce que nous cherchons à faire en suivant le curriculum (programme d'étude) du Cours est bien de nous souvenir de cette Réalité oubliée mais non perdue. Elle est toujours là, et le sera toujours car la Réalité est constante. Le changement est du monde, non du Ciel. Et si nous n'en faisons pas l'expérience, ce n'est pas parce qu'elle a été perdue, mais bien parce que nous l'avons oubliée. Et nous pensons à la place que le faux monde que nous avons créé (ensemble) est, lui, réel, la seule réalité.

Il nous explique ensuite que l'ordre des énoncés de l'exercice n'a aucune importance, car tout ce qui est faux est faux. Aucune chose fautive ne peut avoir plus de valeur ou d'importance qu'une autre. C'est comme multiplier un nombre par zéro, peu importe sa valeur de départ, que ce soit 10 ou 100 mille, le résultat sera toujours zéro ! Voilà pourquoi que vous regardiez une bougie ou une partie de votre corps revient au même, vous regardez quelque chose de faux, qui ne signifie rien. Voilà le sens de la phrase L-1.3.4

Et pour finir cette première leçon, comprenez que la recommandation L-1.3.5 est essentielle pour que le travail de l'esprit que vous entreprenez, ne soit pas récupéré par l'ego qui pourrait aisément retourner la situation. Faire de ce travail un rituel en ferait un travail mental dans le monde et non plus un travail visant à défaire l'idée du monde.

[La leçon en Audio. Cliquez-Ici](#)

