

## Comment nos pensées mutuelles interagissent-elles ?

### Question :

J'ai du mal à comprendre. Si j'interagis avec les autres qui traversent le même processus d'apprentissage que moi, et si les pensées créent une réalité, comment sommes-nous capables de coexister sans que les pensées n'interfèrent les unes avec les autres ? Savoir et comprendre que la réalité est une manifestation de la pensée, n'a-t-il pas un effet sur les autres ? Et si je pense à une autre personne ? Comment ma réalité peut-elle faire que nos deux réalités se rencontrent ? Si la situation a été décidée au préalable par tous ceux qui sont impliqués dans un script, alors je me sens comme dans une grande illusion, et ce n'est pas très sain pour moi. Il serait bien d'avoir une validation que je ne suis pas une simple marionnette tirée par les cordes de quelqu'un d'autre. Je me donne à 100 % pour réapprendre que le monde (et ce courriel d'ailleurs) n'est rien de plus qu'une pensée. J'ai saisi le concept que nous sommes tous la même énergie, mais je ne le comprends pas lorsque cela se rapporte à l'individualité.

### Réponse :

Non, vous n'êtes pas une « marionnette tirée par les cordes de quelqu'un d'autre » ; et la théorie du temps d'*Un Cours en Miracles* n'entraîne pas la prédestination. En fait, l'un des principaux objectifs de l'enseignement de Jésus est de nous faire prendre conscience que nous avons toujours le choix. C'est notre décision de choisir l'ego ou l'Esprit Saint comme enseignant qui déterminera quelle expérience sera la nôtre à chaque instant. Mais il ne serait pas tout à fait exact de dire que par conséquent nous « créons notre réalité. »

Si je choisis l'ego comme enseignant, mes pensées émanent du système de pensée de séparation, et tout ce qui se passe en dehors de moi est interprété par moi (esprit-décideur) en conséquence. Le système de pensée de l'ego est une sorte de matrice sur laquelle est « créée » l'*expérience intérieure* de ce qui se passe en dehors de moi. Par exemple, lorsque j'interagis avec vous, ce sont les besoins de mon ego qui vont déterminer comment je vais faire l'expérience de vous. Je ne crée pas votre réalité, je « crée » ma perception de ce que vous êtes, et cette perception est basée sur mon choix préalable d'écouter la voix de l'ego plutôt que celle de Jésus ou de l'Esprit Saint. La perception que j'ai de vous pourrait être très éloignée de la réalité objective, car les besoins de mon ego pourraient entraîner une perception déformée ; ce qui est souvent le cas.

Il est pratiquement impossible pour nous de pouvoir faire le saut ; c'est-à-dire de faire l'expérience de nous-mêmes en tant qu'individus physiques et psychologiques, à faire une expérience de nous-mêmes en tant qu'esprit qui n'est pas lié par le temps et l'espace. Même la compréhension intellectuelle de *l'esprit* n'est pas facile pour nous, comme vous voyez. Une des raisons de cette difficulté est que nous sommes beaucoup plus investis dans le système de pensée de l'ego que nous en avons conscience. Et puisque l'essentiel de la stratégie de l'ego est de nous garder sans esprit, essayer de percevoir un domaine au-delà du corps et du concret (vers un état abstrait) nous semble tout à fait anormal, frustrant et même pratiquement impossible. Nous luttons sans cesse avec nous-mêmes pour tout percevoir en tant qu'esprit, alors que dans le même temps, nous confirmons sans cesse la décision de nier notre identité d'esprit.

Par conséquent, ce qui pourrait contribuer à alléger la pression et la confusion que vous rencontrez, serait d'aborder cette question d'un angle différent ; déplacer votre attention vers *l'objectif*, ou de quelle façon vous utilisez le monde, vos relations, votre corps, plutôt que d'essayer de faire le lien entre chacun et avec le monde comme étant de la pensée. Il est vrai qu'il n'y a que l'esprit, et qu'il n'y a que des pensées dans l'esprit. Mais vous en faites l'expérience plus naturellement si vous vous concentrez d'abord à devenir à l'aise à reconnaître quel est *l'objectif* dans votre esprit qui va motiver votre manière de vous lier au monde et d'interagir avec lui. C'est en pratiquant cela que vous serez finalement capable de voir au-delà des apparences de l'individualité vers l'esprit qui prend les décisions, c'est-à-dire qui est « en charge ». Et vous verriez qu'il n'y a personne sous le contrôle de quelqu'un d'autre, à moins que ce genre d'expérience ne soit volontairement recherché ; mais alors ce choix pourrait être modifié à tout instant.

Par exemple, tant et aussi longtemps que nous sommes identifiés au système de pensée de séparation de l'ego, c'est un fait que nous allons nous rapporter à chacun dans le contexte de la particularité, ce qui signifie que nous jugerons que certaines personnes ne sont pas dignes de notre amour, pardon et compassion – y compris nous-mêmes parfois. La particularité et l'exclusion vont main dans la main. Nous pouvons donc apprendre à reconnaître de quelle façon nous utilisons les gens pour nous garder dans l'état particulier que nous désirons - pour obtenir ce que nous voulons. En outre, les racines de la particularité sont cachées sous la compulsion de l'esprit de vouloir juger et ne voir que des différences. Nous pouvons donc apprendre à reconnaître cette dimension dans nos relations.

À mesure que nous continuons ce processus de recherche et d'observation, nous allons graduellement porter notre attention au-delà la forme, vers ce qui se passe au niveau de l'esprit (contenu). Et nous pourrions éventuellement nous relier à nous-mêmes et à tout le monde principalement sur ce niveau-là, tout en fonctionnant normalement dans nos activités quotidiennes (forme). Lorsque nous réalisons à quel point nous attachons d'importance aux différences, et quand nous cherchons à corriger cette habitude (en changeant d'enseignant dans notre esprit), notre perception change. Nous voyons que nous partageons tous les mêmes intérêts – puisque nous sommes tous dans la culpabilité intense et l'angoisse, croyant nous être séparés égoïstement de notre Source et que tous, nous nous languissons de retourner chez nous au Ciel. Au fur et à mesure que cette perception devient une chose courante, notre investissement dans l'individualité commence à faiblir, sans même que nous ayons eu à travailler là-dessus directement.

Voir toute chose comme étant de l'esprit serait donc une transition plus naturelle, et certainement plus douce que d'essayer de faire pression sur soi pour aller totalement au-delà du corps et des formes. C'est pourquoi Jésus nous rappelle souvent que nous sommes impliqués dans un processus de défaire ce que nous avons fait par erreur. Nous commençons là où nous sommes, c'est-à-dire avec ce qui nous est le plus familier. Vers la fin du texte, Jésus nous dit : « *Le salut ne demande pas que vous regardiez l'esprit et que vous ne perceviez pas le corps. Il demande simplement que ce ne soit pas votre choix* » (**T.31.VI.3:1**). Par conséquent, vouloir changer l'objectif de l'ego pour celui du Saint-Esprit pour tout ce qui concerne le corps et le monde adoucira la transition et facilitera les choses vers la vraie perception et la vision que nous partageons avec Jésus.

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 1251