

Peut-on jouir de la vie sans se sentir coupable ?

Question :

Ma question porte sur le monde perçu comme étant une illusion. Est-il juste de dire que si nous trouvons du « plaisir » ici, nous devons garder à l'esprit que ce n'est qu'une illusion, sinon nous pourrions nous y attacher de façon négative ? Est-ce que cela va avec ce que disent les écritures ; *nous sommes dans ce monde, mais non de ce monde* ? Cela sème la confusion en moi car lorsque je désire quelque chose, je me demande quelle est la partie de moi qui le désire ? À ce moment-là, puis-je justifier le désir, en gardant à l'esprit que cela n'a vraiment pas d'importance puisque ce ne sont que des illusions de toute façon, ou bien puis-je me permettre de jouir de la vie ? Est-ce que *justifier* est le bon mot ? Suis-je sur la bonne voie avec ce raisonnement ?

Réponse :

Votre raisonnement est partiellement correct. Tout ce que nous désirons dans le monde, peu importe sa forme, fait partie de l'illusion. Toutefois, nous ne devrions pas rejeter trop vite la recherche ou la satisfaction de nos désirs. *Un Cours en miracles* ne demande pas de renoncer à jouir de la vie dans le rêve, mais il demande que nous reconnaissions quels sont les vrais motifs derrière la poursuite de ces expériences agréables. Le *cours* dit que nous cherchons à combler le vide résultant de la séparation de Dieu, grâce à des substituts à Son Amour qui ne nous satisfont jamais pleinement. C'est la raison derrière tout ce que nous recherchons dans le rêve. Le *cours* lève le voile sur nos motifs, avec l'espoir de nous apprendre à ne *pas* chercher en dehors de nous ce qui ne nous apportera jamais le bonheur durable. Tant que nous commettrons l'erreur de croire que la cause de nos plaisirs vient de quelque chose ou de quelqu'un en dehors de nous, nous chercherons en vain, conformément aux dispositions de la maxime de l'ego : « *Cherche mais ne trouve pas.* » (M.13.5 :8)

Le *cours* enseigne que la seule « jouissance » possible dans le rêve est un état de paix d'esprit, et que cet état de paix n'est atteint que par le choix de se joindre au Saint-Esprit dans l'esprit et d'accepter Son interprétation de chacune des expériences et relations que nous avons. Cela ne veut pas dire que nous ne puissions pas jouir d'expériences agréables dans le monde.

Le fait est que si notre esprit est en paix, peu importe que nous profitons d'un magnifique concert ou que nous soyons coincés dans le trafic qui n'avance pas, notre paix restera intacte.

Ce n'est pas la même chose que d'assouvir nos désirs dans le plaisir en se disant que tout est illusion et donc faisons n'importe quoi ! Si dans notre voie spirituelle, nous avons réellement la croyance que tout est illusion, nous n'aurions pas besoin du *cours* pour nous aider à voir à quel point nous croyons que le monde est solide et réel, et nous ne serions pas en quête des plaisirs de ce monde. Mais entretemps, toutes les choses que nous cherchons dans le monde sont des rappels importants : à savoir à quel point nous sommes attachés à notre identité de corps et au système de pensée de l'ego qui rend la séparation et le monde très réels.

Les émotions négatives (douloureuses) ou positives (agréables) provoquées par nos expériences sont nos « preuves » que le monde est réel, et nous apprenons à reconnaître à quel point nous les recherchons désespérément. La seule partie de notre esprit qui désire quelque chose, aussi noble soit-il, c'est l'ego : *« Les appétits sont des mécanismes d'«obtention » représentant le besoin qu'a l'ego d'être confirmé. Cela est aussi vrai des appétits du corps que des prétendus « besoins supérieurs de l'ego. » Les appétits du corps n'ont pas une origine physique. L'ego considère le corps comme sa demeure et tente de se satisfaire par le corps. Mais l'idée que cela est possible est une décision de l'esprit, lequel est devenu complètement confus sur ce qui est réellement possible. » (T.4.II.7 :5,6,7,8,9).*

Le *cours* est un processus d'entraînement de l'esprit parce que nous sommes devenus à ce point confus, ayant appris à penser à l'envers, que nous ne savons vraiment plus ce qui nous rend heureux : *« Tu ne reconnais pas plus ce qui est douloureux que tu ne connais ce qui est joyeux, et en fait tu es très enclin à confondre les deux. La fonction principale du Saint-Esprit est de t'enseigner à les distinguer. Ce qui est joyeux pour toi est douloureux pour l'ego, et aussi longtemps que tu auras un doute sur ce que tu es, tu confondras joie et douleur. » (T.7.X.3 :4,5,6)* Cela ne veut pas dire qu'il faut se sentir coupable de rechercher le plaisir et la jouissance. Ce n'est guère différent de tout ce qui est fait pour prendre soin de nous dans l'illusion. Tant que nous croyons encore à notre identité de corps, nous trouverons du plaisir dans le monde. Bien que l'ego utilise cela pour soutenir la croyance que la séparation est réelle, le Saint-Esprit peut l'utiliser dans le cadre de Sa salle de classe pour nous enseigner qu'il n'y a aucune satisfaction durable en ce monde.

Notre seul vrai bonheur se trouve en Dieu. Nous pouvons également vivre ici des expériences tout à fait joyeuses, quand elles reflètent un choix dans l'esprit de s'identifier au Saint-Esprit.

À mesure que nous continuons à mettre en pratique ce qu'enseigne le *cours*, nous arrivons éventuellement à vivre des expériences vraiment joyeuses qui reflètent le choix de l'esprit de s'identifier au Saint-Esprit. Cette joie vient du *contenu* dans l'esprit plutôt que de quelque chose qui serait relié à la *forme* en dehors de l'esprit.

Source : www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm

Question 231