

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

### Question :

Ma question porte sur le monde perçu comme une illusion. Est-il juste de dire que si nous trouvons de la « jouissance » ici, nous devons garder à l'esprit que ce n'est qu'une illusion, autrement 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 nous semblons désirer quelque chose, nous nous demandons quelle partie désire cela ? À ce moment-là, pouvons-nous justifier le désir, en gardant à l'esprit que cela n'a vraiment pas d'importance car il s'agit seulement d'illusions de toute façon, puis de se donner la permission de jouir de la vie ? Est-ce que *justifier* est le bon mot ? Sommes-nous sur la bonne voie avec ce raisonnement ?

### Réponse :

Votre raisonnement est partiellement correct. Tout ce que nous désirons dans le monde, sous n'importe quelle forme, fait partie de l'illusion, mais nous ne devrions pas rejeter trop vite la recherche ou la satisfaction de nos désirs. Bien qu'*Un Cours en miracles* ne demande pas de renoncer à jouir de la vie dans le rêve, il demande que nous reconnaissons quels sont les vrais motifs derrière la poursuite de ces expériences agréables. Le *cours* dit que nous cherchons à combler le vide laissé par notre soi-disant séparation de Dieu avec des substituts à Son Amour qui ne nous satisfont jamais pleinement. C'est à la racine de tout ce que nous recherchons dans le rêve. Le *cours* lève le voile sur nos motifs, avec l'espoir que nous apprenions à ne *pas* chercher en dehors de nous ce qui ne nous apportera jamais le vrai bonheur. Tant que nous commettrons l'erreur de croire que la cause de nos plaisirs et de nos « jouissances » est quelque chose ou quelqu'un en dehors de nous-mêmes, 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 pour accepter Son interprétation de chaque expérience ou de chaque relation 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, il n'importe pas que nous profitions d'un magnifique concert ou que nous soyons prisonniers du 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 que cela importe peu. 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 en 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 comme corps et au système de pensée de l'ego qui rend la séparation et le monde très réels. Les deux sortes d'émotions ; négatives (douloureuses) ou positives (jouissives) provoquées par nos expériences sont nos « preuves » que le monde est réel. Nous apprenons à reconnaître à quel point nous les recherchons désespérément.

La seule partie de notre esprit qui désire quoi que ce soit, aussi noble que cela puisse sembler être, 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 par nous-mêmes à penser sans dessus dessous, 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 tu es, de fait 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 coupables de rechercher le plaisir et la jouissance. Ce n'est guère différent de tout ce que nous faisons pour prendre soin de nous-mêmes dans l'illusion. Tant que nous croyons encore à notre identité de corps, nous trouverons de la « jouissance » dans le monde. Bien que l'ego utilise cela pour soutenir la croyance que la séparation est réelle, le Saint peut l'utiliser dans le cadre de sa salle de classe pour nous enseigner qu'il n'y a aucune satisfaction durable dans ce monde.

Notre seul vrai bonheur se trouve en Dieu. Nous pouvons également vivre ici des expériences tout à fait joyeuses, car elles reflètent un choix dans l'esprit de nous 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 fait dans l'esprit de nous identifier au Saint-Esprit. Cette joie vient du *contenu* dans l'esprit plutôt que quoi que ce soit qui serait relié à la *forme* en dehors de l'esprit.

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

Question 231