

Que signifie, *la mémoire de Dieu vient dans un esprit calme* ?

Question :

Dans la phrase « *La mémoire de Dieu vient dans un esprit calme* », de quel « esprit » s'agit-il ? Si c'est « l'esprit du cerveau » que nous utilisons sans cesse dans notre rêve quotidien, est-ce que cela veut dire qu'il est utile de trouver et d'utiliser des moyens pour essayer de calmer le mental/cerveau, par la méditation par exemple ? Si l'expression fait plutôt référence à l'Esprit Un, comment est-il possible de « tranquilliser » cet Esprit ?

Réponse :

L'esprit dont il est question ici est l'esprit juste, et non le cerveau et le mental. Cet esprit juste *est* calme. C'est seulement lorsque l'esprit choisit de s'identifier à la pensée de séparation que la conscience de la mémoire de Dieu est bloquée, et que le calme est remplacé par l'ego qui hurle. Le *cours* nous dit que les hurlements de l'ego visent à nous garder ancrés dans son système de pensée. Nous ignorons par cette stratégie que nous avons un esprit, et pire encore, que cet esprit *est* tranquille. La méditation peut s'avérer utile pour rester concentrés sur notre but et il y a plusieurs exercices méditatifs dans le livre d'exercices qui nous aident à y parvenir. Cependant, ni la méditation en soi ni la tranquillisation du cerveau n'est le moyen utilisé par le *cours* pour guérir l'esprit de la pensée de séparation. Il nous est plutôt demandé de *regarder* les pensées, les croyances et les sentiments qui traversent notre conscience, qui partent de l'esprit vers le cerveau, et non d'essayer de les taire : « *Notre tâche consiste seulement à continuer, aussi vite que possible, le processus nécessaire de regarder directement toutes les interférences, et de les voir exactement comme elles sont.* » (T.15.IX.2 :1)

Les croyances que nous maintenons à notre sujet d'être distinct, pécheur et coupable, ainsi que nos pensées d'attaque qui projettent notre culpabilité sur les autres, sont les deux causes qui empêchent de prendre conscience de l'Amour de Dieu. Elles ont été délibérément choisies comme moyens de défenses lors de notre décision d'être séparés et doivent être reconnues comme étant la cause de tous les effets dévastateurs dont nous faisons l'expérience dans le cauchemar de l'ego. Rechercher de la manière indiquée nous amène à questionner la valeur que nous accordons à chacune de nos croyances : « *Apprendre ce cours requiert le désir de remettre en question chacune des valeurs que tu as. Pas une ne devra être gardée cachée et obscure, sinon elle compromet ton apprentissage. Aucune croyance n'est neutre. Chacune a le pouvoir de dicter chaque décision que tu prends.* » (T.24.in.2 :1,2,3,4)

Nous allons parvenir à apprendre que nos croyances n'ont aucune valeur, et c'est dès lors nous serons libres d'y renoncer pour qu'elles puissent être remplacées par les pensées du Saint-Esprit qui apportent la guérison à nos esprits. Cet esprit guéri est l'esprit tranquille dans lequel la mémoire de Dieu retourne à la conscience.

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

Question 351