

Qu'en est-il des implications du processus de visualisation ?

Question :

À l'âge de quinze ans, j'ai commencé à faire une liste de « tout ce que je désirais » parce que ma mère m'a confié qu'elle avait lu un article inusité énonçant que si vous faisiez une liste et que vous la lisiez à quelques reprises, vous alliez réussir à obtenir ce que vous désirez. Je l'ai essayé et cela a fonctionné pour presque tout ce que j'ai mis sur papier. Au cours des trente années suivantes, je développai, en plus du secret de ma mère, d'autres « moyens » d'obtenir ce que je voulais. Maintenant que j'étudie *UCEM* depuis 18 mois, j'ai beaucoup plus de clarté sur le pouvoir de l'esprit de créer et de mal créer. Or près avoir étudié et appris à utiliser le pouvoir de mon esprit pour attirer des « choses » depuis de nombreuses années, sans savoir toute la vérité à ce sujet, je me pose désormais certaines questions. Est-ce que l'ego se sent menacé lorsque nous apprenons des techniques de visualisations ou des manières de « créer » tout ce que nous désirons grâce à une variété de pratiques ? Ou bien, est-ce que, aussi longtemps que nous créons des choses pour nous identifier encore plus au monde extérieur, l'ego est satisfait. Et pouvez-vous me dire où, à quel endroit dans notre tête, visualisons-nous ou prenons-nous des photos ? Est-ce que c'est strictement une fonction du cerveau, ou bien l'esprit est-il impliqué ?

Réponse :

Dans une déclaration très claire du processus auquel vous vous référez, le *cours* dit dans le livre d'exercices à la leçon 325 : « *Toutes les choses que je pense voir reflètent des idées. Voici l'idée-clé du salut : ce que je vois reflète un processus dans mon esprit, lequel commence par mon idée de ce que je veux. De là, l'esprit invente une image de la chose que l'esprit désire, juge valable, et donc cherche à trouver. Ces images sont ensuite projetées à l'extérieur, regardées, estimées réelles et surveillées comme siennes.* » **(Leçon 325.1 :1,2,3)** Commencer à reconnaître le pouvoir de choisir et de contrôler nos projections peut s'avérer menaçant pour l'ego, parce que cela lui donne à penser que le monde ne fonctionne pas selon ses « lois » ; des lois que nous avons généralement crues. Donc, même si nous ne sommes pas simplement son effet ou sa victime, l'ego est toujours très habile à donner sa propre interprétation *spéciale* quant à nos expériences. Or tant que nous croirons que c'est notre *soi* individuel (identifié comme le « je » qui vit dans le temps et dans l'espace) qui maîtrise ces techniques, l'ego n'a pas grand chose à craindre.

Notre croyance est que nous sommes en train de faire « des images dans notre tête » et que notre cerveau est impliqué. Mais cela fait simplement partie de la stratégie de l'ego qui désire nous garder sans esprit et ignorants de notre réalité d'être des esprits, et non des corps. À cause de la programmation de l'ego que nous avons tous acceptée volontiers, nous nous laissons facilement trompés quant au lieu où se trouvent de tels pouvoirs et comment y accéder, ne réalisant jamais que nos esprits sont littéralement en train de mal créer tout un monde, et non pas juste des parties spécifiques d'un monde que nous croyons pouvoir maîtriser pour répondre à nos besoins personnels. Pour arriver à le comprendre, la métaphore du *cours* qui parle du rêveur est utile. Dans nos rêves la nuit, il n'est pas difficile de reconnaître, lorsque nous nous réveillons au matin, que ce n'est pas la figure du rêve qui a eu un effet sur les événements du rêve. C'est notre esprit en train de rêver qui érige tout un monde dans le rêve (**T.18. II.5**) et non seulement certains aspects de ce monde onirique. C'est de la même façon que, dans nos rêves éveillés, l'esprit séparé du Fils dont nous faisons tous partie, produit le monde illusoire au complet.

Comme vous mentionnez, tant que notre but, grâce à ces techniques, est de répondre à nos besoins perçus, et qu'on reste par cela identifiés au *soi* et au monde, nous demeurons accrochés au système de pensée de l'ego. Il n'y a que par une évaluation honnête au fil du temps, à savoir si le pouvoir de notre esprit de créer certaines formes pour répondre à nos besoins nous rend vraiment heureux, que nous allons reconnaître que ce n'est pas le cas. La prémisse derrière l'utilisation de ces techniques, est la croyance que nous avons des besoins, ce qui signifie que quelque chose manque ou est absent en nous, ce qui réaffirme et soutient inconsciemment la pensée de séparation et la culpabilité qui l'accompagne (**T.1.VI.1,2**). Le but de Jésus, lorsqu'il nous amène à reconnaître le pouvoir de notre esprit de faire tout un monde, n'est pas de nous faire savoir que nous pouvons faire un meilleur monde. Ce qu'il veut plutôt, c'est que nous acceptions d'assumer la responsabilité de nos expériences et que nous cessions de nous percevoir comme des victimes d'un monde à l'extérieur de nous. Ensuite, nous serons plus enclins à nous tourner vers une autre partie de notre esprit pour la maîtrise du processus : le Saint-Esprit qui nous aide à réapprendre ce que nous voulons vraiment. Avec le choix d'un Guide différent dans l'illusion, un Guide qui nous enseigne que notre seul besoin est de pardonner, nous commencerons à entreprendre en douceur les étapes vers le réveil de notre vraie réalité d'esprit, dans lequel il n'y a aucun besoin.

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

