

## 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 voulais » 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 30 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 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 voulons 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 est-ce que l'esprit est 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* à nos expériences.

Or tant que nous allons croire que c'est notre *soi* individuel (identifié comme je) qui vit dans le temps et dans l'espace et qui maîtrise ces techniques, l'ego n'a pas grand chose à craindre. Notre croyance est que nous faisons « des images dans notre tête » et que d'une certaine façon notre cerveau est impliqué, mais cela fait simplement partie de la stratégie et l'illusion de l'ego pour continuer à nous garder sans esprit, ignorants de notre réalité qui est vraiment l'esprit, et non le corps. Or 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 comprendre cela, 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 éveillons le matin, que ce n'est pas la figure dans le rêve qui a eu un effet sur les événements du rêve. C'est notre esprit en train de rêver qui érige totalement le 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 par cela restés identifiés au *soi* et au monde, nous demeurons accrochés au mode de pensée de l'ego. Il n'y a que par une évaluation honnête au fil du temps, à savoir si la capacité de notre esprit de créer certaines formes pour répondre à nos besoins est vraiment ce qui nous rend heureux, que nous en viendrons à 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 la pensée de séparation inconsciemment, 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 un monde n'est pas une manière de nous faire savoir que nous pouvons faire un monde meilleur.

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, afin de nous éveiller à notre vraie réalité d'esprit, dans lequel il n'y a aucun besoin.

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

Question 611