

## **Le calibrage esprit-cerveau de David Hawkins est-il valable ?**

### **Question :**

David Hawkins a écrit tout un ouvrage sur le calibrage au sujet des impulsions du corps selon que la source vient de l'esprit ou du mental (cerveau). Jésus mentionne que l'ego et l'esprit ne sont pas conscients l'un de l'autre et que le corps n'est rien. Jusqu'à quel point sont alors valables les niveaux de calibrage de l'esprit ? Je trouve le travail d'Hawkins très instructif. Il semble aligner l'ego, l'esprit et le Soi de la même façon que Jésus explique la vérité dans *Un Cours en Miracles*.

### **Réponse :**

Nous ne commentons pas le travail des autres enseignants, mais nous pouvons répondre à votre question sur la relation entre le corps, le mental et l'esprit. Le *cours* enseigne que l'esprit n'est pas contenu dans le cerveau/corps, que l'esprit est réel, mais que le corps ne l'est pas **(T.6.IV.5)**. Comme vous dites, le corps n'est rien. Or tant et aussi longtemps que la croyance en la réalité du corps est maintenue, le corps est utilisé soit par l'ego, soit par le Saint-Esprit : « *L'ego utilise le corps pour l'attaque, le plaisir et la fierté. Le Saint-Esprit voit le corps seulement comme un moyen de communication.* » **(T.6.V.A.5 :3)**

Dans le *cours*, on nous enseigne que nous avons un seul problème. C'est que nous sommes identifiés à l'ego et donc à un corps, et que la correction vient d'apprendre à nous identifier à l'esprit. Cela n'implique pas de passer par plusieurs ou différents niveaux, mais de choisir entre le système de pensée de l'ego basé sur la croyance en la séparation et le système de pensée du Saint-Esprit basé sur la vérité que la séparation de Dieu est impossible. Le choix que nous faisons est communiqué à d'autres esprits en passant par notre corps, renforçant la croyance à l'ego ou au Saint-Esprit. C'est ce que signifie Jésus lorsqu'il dit que nous sommes toujours en train d'enseigner. Il n'y a pas divers niveaux ou degrés dans l'enseignement ou dans la communication. C'est l'ego ou le Saint-Esprit qui est choisi et communiqué sous une certaine forme. Les deux pensées ne peuvent pas être maintenues dans l'esprit en même temps, d'où la phrase : « *L'ego et l'esprit ne savent rien l'un de l'autre* » **(T.4.VI.4 :1)**. C'est en reconnaissant les pensées, jugements, réactions et sentiments qui surviennent lors de nos interactions et activités que nous nous enseignons à nous-mêmes (ainsi qu'aux autres), le choix fait dans l'esprit, un choix dont nous ne sommes pas conscients. L'esprit communique donc avec lui-même par l'intermédiaire du corps, ce qui est le seul but utile du corps.

Lorsque le corps est mis au service du Saint-Esprit (par le choix fait dans l'esprit), il n'est pas gouverné par des besoins qui découlent de l'identification à l'ego. Nous devons nous rappeler toutefois que le *cours* enseigne que l'action se produit seulement dans l'esprit et que c'est là où se produit l'apprentissage : « ... *Seul l'esprit peut créer... toute correction est au niveau de la pensée.* » (T.2.V.1 :7). Par conséquent, pratiquer le *cours* consiste à porter toute notre attention sur nos pensées et jugements plutôt que sur les impulsions du corps. Lorsque l'esprit choisit de croire à la séparation, ce choix est défendu par des jugements et des blâmes. Les conséquences inévitables de ce choix (misère et profonde souffrance) peuvent être utilisées comme preuves supplémentaires que la séparation (corps) est réelle, ou comme une occasion de voir ces effets pour ce qu'ils sont, les effets d'un choix, puis d'avoir ensuite la possibilité de faire un autre choix. De même, connaître la paix profonde et la tranquillité d'esprit résultant d'avoir choisi le Saint-Esprit renforce notre identité à Son système de pensée, ce qui guérit l'esprit de la pensée de séparation. Le corps est alors délivré de la soumission aux impulsions de l'ego, même si le corps n'est pas nécessairement ce que nous considérons un corps « en santé ». Le contenu de l'esprit n'est pas affecté par la condition physique du corps, et lorsque la guérison de l'esprit devient notre seul but, le corps sert le but du Saint-Esprit, peu importe la forme que cela prend : « ...*Il [le corps] devient une belle leçon de communion, qui a de la valeur jusqu'à ce que la communion soit.* » (T.8.VII.3 :4).

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

Question 699

