

## Comment le *cours* voit-il la Méditation Transcendantale ?

### Question :

*Un Cours en miracles* et la Méditation Transcendantale (MT) sont-ils compatibles en tant que disciplines spirituelles ? Je voudrais savoir ce que vous en pensez. J'étudie présentement le *cours* et j'apprécie la concentration dans mes moments de méditation. Je parle spécifiquement de la MT et non de la méditation en général.

### Réponse :

Si vous trouvez que la Méditation Transcendantale (MT) est utile comme technique pour vous aider à vous détendre, à être calme et centré, sentez-vous à l'aise de continuer à la pratiquer. Mais si vous souhaitez l'utiliser comme discipline spirituelle et l'intégrer à la pratique du *cours*, vous risquez d'introduire de la confusion et des conflits potentiels. Aujourd'hui il existe certains désaccords sur la Méditation Transcendantale, à savoir si elle est simplement une technique de méditation ou si c'est une discipline spirituelle. Ses promoteurs présentent généralement la MT dans un cadre non-spirituel, et ils s'efforcent de la rendre accessible aux gens de tout âge, culture et origine religieuse. En fait, elle fut développée par le fondateur du mouvement, le yogi Maharishi Mahesh, à partir des principes de l'antique tradition hindoue védique de l'Inde.

Le but avoué de la pratique de Méditation Transcendantale est de pouvoir atteindre un état de conscience appelé *conscience transcendantale*, un état dans lequel, grâce à sa pratique répétée, le disciple est conduit vers ce que le Maharishi appelle l'illumination. Or l'illumination comme elle est définie dans les milieux de la MT, ne serait pas considérée comme un état spirituel du point de vue du *cours*. Par exemple, dans une interview en 1998, Maharishi définit l'illumination comme une absence d'obscurité, l'absence des ténèbres. **« Et l'« absence de ténèbres » veut dire aucune erreur, aucune faiblesse, aucune lacune - du succès partout, et partout la satisfaction du désir - c'est cela l'illumination.** Celui qui vit cela, vit en parfaite harmonie avec la loi naturelle. » (le bold a été ajouté).

Bien que le *cours* fournisse un entraînement de l'esprit conduisant à des niveaux élevés de conscience (par ex. **C.1.7 :4,5,6**), son but est différent et vise à nous conduire au-delà de toute conscience basée sur la perception et de tout ce qui concerne notre qualité de vie ici. Autrement dit, selon ce qu'enseigne le *cours*, l'illumination implique un processus de s'éveiller progressivement du rêve, et non pas simplement de faire mieux dans le rêve, ou d'améliorer le rêve. Les deux sentiers, dans la mesure où il existe une direction spirituelle implicite dans la MT, sont donc très différents quant au but. Du point de vue du *cours*, la MT serait une technique ou une pratique pouvant offrir un soulagement des tensions et des anxiétés de la vie illusoire vécue dans le corps. Le *cours* enseigne que seule la pratique du pardon conduit à défaire la culpabilité liée à la séparation. Cette séparation est profondément enfouie dans l'esprit et elle est la cause véritable de toute tension, stress et angoisse (**Leçon 41 :1 : 2,3 et 194.2 :1**).

Source : <http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm>

Question 830