

## Comment UCEM 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 de 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 plus paisible et centré, sentez-vous à l'aise de continuer à la pratiquer dans votre vie. 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. Il y a aujourd'hui certains désaccords quant à savoir si la Méditation Transcendantale est simplement une technique de méditation ou une véritable discipline spirituelle. Ses promoteurs présentent généralement la MT dans un cadre non-spirituel, et s'efforcent de la rendre accessible aux personnes de tous les âges, de toutes les cultures et origines religieuses. Mais en fait, elle a été développée par le fondateur du mouvement, le yogi Maharishi Mahesh, à partir des principes de l'antique tradition hindoue védique de l'Inde.

L'objectif avoué de la pratique de la Méditation Transcendantale est de pouvoir atteindre un état de conscience appelé *conscience transcendantale*, un état dans lequel quelqu'un, grâce à sa pratique répétée, sera 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 disait : « Illumination » signifie absence d'obscurité, absence de ténèbres. **Et « 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**), en fin de compte son but est de nous conduire au-delà de toute conscience basée sur la perception, et au-delà de tout ce qui concerne notre qualité de vie ici. Autrement dit, selon l'enseignement du *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 à leur objectif. Du point de vue du *cours*, la MT serait une technique ou une pratique pouvant offrir un soulagement des tensions et des anxiétés d'une vie illusoire vécue dans un corps. Le *cours* enseigne que seule la pratique du pardon conduit défaire la culpabilité au sujet de la séparation. Cette séparation est profondément enfouie dans l'esprit et elle est la véritable cause de toutes les tensions, stress et angoisses. (**Par ex. Leçon 41.1:2 ,3 et 194.2:1**).

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

Question 830