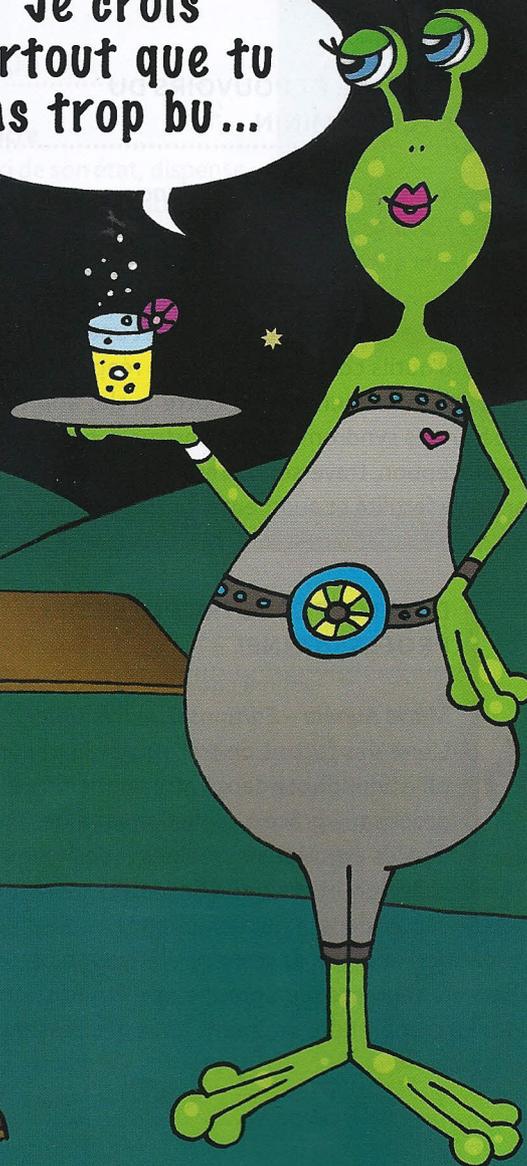
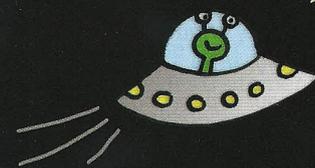


Nos croyances sont-elles indispensables pour vivre?

?

Et toi, tu y crois
à cette histoire
d'humains?

Je crois
surtout que tu
as trop bu...



cf. jessi

Croire nous aide-t-il à vivre ?

Diane Bellego

Transcendance. Vivre dans la réalité habituelle dite duelle, c'est à dire qui sépare, oppose le Yin et le Yang de la Vie Une, nous amène à **nous croire incomplets**. Cette croyance de fond à notre incomplétude est à **la fois ce qui nous met en quête de la complétude et l'obstacle ultime à la quête**. La quête nous fait chercher la Réponse dans une forme de transcendance extérieure. **La voie transcendante** renforce notre foi, nous trouvons du sens et la réalité y est plus expansive avec des effleurements de bénédiction **mais elle légitime l'ego**. Et c'est bien légitime ! Puisque grâce et par l'ego, nous sommes en quête. Là est le paradoxe. Il arrive **un moment où aucune approche transcendante, aucune croyance par principe limitée, ne peut soulager la souffrance de la séparation**. La voie de l'ego qui s'approprie le monde par les croyances et s'identifie à quelque chose, ne peut produire de changement radical. L'ego ne peut guérir la séparation dont il est l'auteur, ni sa terreur intrinsèque de n'être rien.

Marc Halévy

On ne peut pas vivre sans choisir et chaque choix est inféodé à une croyance. Je choisis de faire ceci ou cela parce que je crois que ceci ou cela est « mieux ». C'est évidemment sur ce « mieux » que porte toute la discussion philosophique : mieux que quoi ? mieux par rapport à quoi ? Comment juger de la qualité d'une croyance ? A sa fécondité positive. Ces deux mots méritent développement. **Fécondité** : le contraire de stérilité. Une croyance est féconde si elle permet d'élargir l'éventail des possibles face à soi, au monde, à la Vie, au Réel ; en un mot, si elle enrichit l'existence et y apporte plus de joie, plus de paix, plus de sérénité, plus de projets. **Positivité** : est positif ce qui va dans le sens de l'accomplissement de la Vie, ce qui va vers plus de Vie et vers mieux de Vie.

Patricia Schwarz

Nous formons nos croyances tout au long de nos vies en fonction de nos valeurs et des expériences vécues. Certaines nous aident à avancer (« je vais réussir mon examen d'anatomie parce que j'ai une bonne mémoire ») et d'autres, on eut une utilité à un moment donné de notre vie, mais ont besoin d'être actualisées afin de répondre à de nouveaux besoins. Par exemple, « j'ai 20 ans alors j'ai toute la vie devant moi. Tout est possible. » Qu'arrivera-t-il quand cette personne aura 30 ans ? 40 ans ? 50 ans ? Si cette croyance n'est pas actualisée, comment abordera-t-elle le changement ?



Dr Ferdinand Wulliemier

Sans aucun doute car croire crée ou maintient un espoir, voire une espérance, autrement dit un espoir durable, ce qu'on appelle la *foi* dans la littérature religieuse et spirituelle. Il y a donc lieu de faire la distinction entre une croyance d'ordre sentimental, intellectuel ou philosophique d'une part, et d'autre part celle qui est basée ou illuminée par une expérience personnelle qui lui confère une plus-value. Dans le premier cas, la réalité des faits, toujours plus têtue que l'entêtement des hommes, pourra amener un démenti cinglant à ce premier type de « croyance-illusion » et déboussoler la personne, provoquer un sentiment de trahison, ce qui la précipitera dans une crise plus ou moins grave, aboutissant soit à un état dépressif, soit à des projections plus ou moins délirantes si elle refuse de comprendre. Dans le deuxième cas, la « croyance-foi », basée sur une expérience vécue à partir du cœur et non plus de l'intellect, n'aura pas à subir de démenti et permettra de garder son équilibre et son cap même lorsque des vents contraires, considérés comme des épreuves, viendront secouer le voyageur en quête de l'objet de sa « croyance-foi ». En effet, pourvue de cette confiance abolue et intériorisée et non plus relative et chancelante, une telle personne sera immunisée contre un sentiment de trahison ou d'effondrement en provenance de l'extérieur puisque la foi authentique est associée à une patience illimitée, à la capacité d'accepter ce qui se présente dans la vie et de pardonner.

Françoise Krebs

Croire est indispensable. Même si nous disons « je ne crois pas... » cela signifie que nous croyons autre chose. Croire permet de faire confiance, de se faire confiance, mais il est primordial d'apprendre à différencier entre croire aveuglément et faire confiance dans la conscience que tout est mouvement. Croire en suivant le flux de la vie, en acceptant les changements, en se respectant et en recréant son équilibre intérieur.

Rose et Gilles Gandy

Il faut croire ! L'être humain est particulièrement sensible aux croyances et il fédère son identité autour de cela. C'est un moteur interne puissant qui peut lui donner soit une valeur et une raison d'exister, soit à l'inverse, une image dépréciée de lui-même. Mais il faut bien remarquer que, le plus souvent, les croyances cachent des peurs et ne servent qu'à masquer notre difficulté à exister tout simplement ! Le mieux n'est-il pas d'aller voir ce que cache nos croyances ?

Qu'est-ce qu'une croyance?



Diane Bellego

Une croyance se présente comme une structure mentale qui limite la réalité absolue et permet à l'égo de s'approprier le monde en lui donnant un sens (compréhension et direction). La croyance s'origine lors d'une expérience intense, difficile ou non, dans lequel l'égo dans son besoin de croître en rapportant tout à lui-même, porte un avis et juge (négatif ou positif) cette expérience. Ce jugement contracte, limite la représentation du monde et de la vie. Cette représentation limitée de la réalité s'inscrit dans le champ de conscience de l'être et va peu à peu magnétiser par la loi d'attraction des situations, des relations, qui la reflète, qui semble la justifier. Cette contraction limitée de la réalité devient alors une croyance.



Françoise Krebs

Notre monde est fait de croyances; nous ne pouvons vivre sans. Lorsque nous en lâchons une immédiatement elle est remplacée par une autre... Faites le test! Certaines sont porteuses, d'autres perturbatrices. Elles évoluent avec nous, au fil de notre vie: elles font partie de notre cheminement. Enfant nous voyons nos parents comme les plus forts; cette croyance est utile pour grandir, puis elle se transforme, se déplace vers d'autres êtres ou nous la conscientisons pour la modifier.



Dr Ferdinand Wulliemier

Une croyance est ce que nous tenons pour vrai et qui génère en nous une conviction intime durable. Si l'on adopte une définition aussi large, il me paraît utile de faire une première distinction entre une croyance basée sur des *opinions*, elles-mêmes construites à l'aide de raisonnements intellectuels et/ou produites par des réactions émotionnelles, et une croyance qui repose sur une *expérience personnelle* et un vécu ressenti plus profondément. On peut en outre distinguer les divers types de croyances selon une hiérarchie allant du subjectif au plus objectif: une croyance basée sur une *idéologie* comme on peut le voir en politique ou sur une adhésion à une *mode* lors de débats artistiques, sera considérée comme plus subjective qu'une *croyance scientifique* basée sur une certaine dose de savoir, par exemple concernant l'origine du cosmos, alors qu'une *démonstration philosophique rigoureuse* se situera entre les deux.

Jean-Marc Mantel

Le reflet de la vérité dans l'objet. L'objet semble alors véridique. Il est confondu avec la lumière qu'il reflète.



Patricia Schwarz

Une croyance est une généralisation que nous faisons à propos des expériences que nous vivons et avons vécues. C'est ce que nous prenons pour vrai. Dès lors, nos croyances forment notre réalité et influencent nos comportements.

**Rose et Gilles Gandy**

Littéralement, « croire » signifie « donner son cœur, son esprit ». Cela signifie que l'individu adhère à quelque chose (une idée, une personne) avec la totalité de son être (le cœur). Mais nous allons distinguer deux utilisations courantes :

- d'une part, la croyance rationnelle qui se fonde sur l'analyse. Il s'agit de tout ce que nous tenons pour vrai par rapport à notre vie courante. « Je ne crois pas que je puisse courir plus vite que... ». Attention : ce n'est pas parce que cette croyance est rationnelle qu'elle est vraie. L'histoire est pleine de croyances vraies un jour qui se trouvent démenties le lendemain par une découverte.
- d'autre part, la croyance irrationnelle qui se fonde sur une perception intime. C'est le domaine de la mystique, de la foi, etc. C'est ainsi qu'un athlète peut pulvériser un record lorsqu'il se trouve dans cet état interne adapté.

Marc Halévy

Classiquement, on oppose « croire » et « savoir » puisque « savoir » relèverait de l'objectivité et de la certitude alors que « croire » relèverait de la subjectivité et de l'hypothèse. Mais cette approche classique ne tient pas car tout ce que l'on dit savoir, on croit le savoir parce que l'on croit à l'objectivité et à la certitude du chemin parcouru pour l'atteindre. En fait, on ne sait rien puisque tout, en l'homme et de l'homme, est subjectif et hypothétique. On peut seulement tenter de graduer les niveaux d'incertitude entre croyances : ceci semble moins incertain que cela. Mais cette gradation de l'incertitude n'implique nulle gradation d'importance. Je suis presque certain que cette pomme sur ma table existe réellement, mais cette quasi certitude est insignifiante par rapport à la croyance, certes bien moins certaine, que je pourrais avoir en l'existence d'un Dieu. Qu'est-ce qu'une croyance ? C'est quelque chose que je crois savoir et qui fonde une part de ma logique intérieure et de mes choix existentiels. Et la seule certitude que je pourrai investir dans cette croyance que je me forge, viendra des effets positifs qu'elle aura sur ma joie de vivre. Cette attitude est dite conséquentialiste.

Enfin en quoi ou qui faut-il croire ?

Jean-Marc Mantel

En voyant que les objets de croyance ne sont que des reflets de notre propre esprit, l'esprit lui-même, qui est conscience pure, se libère des reflets qu'il contient, et réalise sa nature propre. Il n'est donc nul besoin de croire en quelque chose ou quelqu'un. C'est en voyant le caractère limité et conditionné de la croyance, que l'objet de croyance est remis en cause dans sa validité, ainsi que celui qui croit, qui est aussi objet dans la conscience globale. Sujet qui croit, objet de croyance, et la croyance elle-même, sont trois aspects de la conscience, qui ne peut être restreinte à un seul d'entre eux, tout comme la mer ne peut se restreindre à la vague qui la prolonge.

Rose et Gilles Gandy

Le but est de croire en soi, mais c'est un long chemin. Auparavant, nous avons besoin de croire en l'autre, et de nous en méfier. Pourquoi ? Parce que au début de notre vie, nous fonctionnons en projection externe (la recherche intérieure commence avec l'âge) : ce que nous admirons chez l'autre est une qualité qui sommeille en nous, mais en laquelle nous ne croyons pas ; ce qui nous repousse - ou que nous voulons modifier - chez l'autre est un défaut ou une limitation qui sommeille en nous et que nous ne voyons pas. Il suffit d'observer cela au quotidien pour apprendre à faire le tri entre nos croyances positives et nos croyances limitantes. Ensuite, on peut discuter de « qu'est-ce que le soi ? » Entre le « soi » et le « Soi », il y a de quoi « croire », pour finalement, avoir moins besoin de « croire ».

Dr Ferdinand Wulliemier

On ne peut obliger personne à croire « que » ou « à » ou « en » quelque chose ou quelqu'un. On peut tout au plus suggérer, voire donner un conseil ; par exemple celui de ne croire que ce qui est intimement lié à une expérience personnelle vécue au plus profond de soi-même, c'est à dire dans son coeur. C'est ainsi qu'une foi authentique et durable peut se construire. Pour cela il est préalablement nécessaire de prendre durablement le risque de s'ouvrir en toutes circonstances, autrement dit d'accepter une dose importante et progressive de souffrance.

Marc Halévy

Qui suis-je pour décréter en quoi ou qui il faut croire ? Je crois seulement pouvoir proposer qu'il est fécond de croire d'abord en soi, en ses vrais talents, en son propre destin profond : rien de beau et de solide ne peut être construit sur de la boue. Ensuite, il est bon de croire à ce qui donne sens et valeur à la Vie et à l'Esprit car leurs contraires, la mort et le hasard, ne sont jamais ni féconds, ni positifs. Derrière les idées de sens et de valeur, se cache une idée de sacralisation c'est-à-dire d'élan contre toute profanation, contre toute profanisation. Nous vivons dans un monde de modernité où tout a été désacralisé par la réduction rationaliste des Lumières. Il faut revenir à la profession de foi romantique et rendre au monde ses enchantements. Il faut poétiser le Réel. Tout ce qui existe n'est pas une collection de choses marchandisables, destinées à être utilisées et exploitées ; tout ce qui existe est message, parole ou symbole de la Vie et de l'Esprit cosmiques qui s'y manifestent.



Rose et Gilles Gandy

Les personnes qui disent ne croire en rien croient juste à autre chose. Souvent, il ne s'agit que d'une position mentale d'opposition aux dogmes existants qui cache souvent un petit enfant blessé et rebelle. Cela dit, au-delà des aspects rationnels, le Tout est aussi du vide. Peut-être est-il sain de ne croire en rien? Qui peut avoir une certitude sur l'univers? Mais ne croire en rien est très inconfortable pour notre cerveau gauche rationnel, qui a absolument besoin de se rassurer... Toujours ces peurs à observer!



Jean-Marc Mantel

Pour croire en un rien, il faut encore qu'il y ait quelque chose qui transcende le rien. Le rien ne peut être cela qui objective le rien. Le rien est objet. Il est asservi au sujet. En cherchant le sujet, l'objet disparaît. Le sujet véritable ne peut être objet de lui-même. Être est ainsi, toujours sujet, jamais objet, et finalement ni sujet, ni objet. L'indivis ne peut être divisé.



Est-il possible de ne croire en rien?



Marc Halévy

Oui. En philosophie, cela s'appelle le nihilisme du latin *nihil* qui signifie «rien, néant (qui est la contraction de non-étant)». Mais le nihilisme, ainsi que Nietzsche l'a si fortement démontré, n'est ni fécond, ni positif: il est une impasse délétère. C'est pourtant la «religion» de notre modernité finissante où le relativisme - qui est la paresse de l'intelligence - réduit l'existence au *panem et circenses*, c'est-à-dire à la consommation immédiate de biens et de spectacles. Il est intéressant de constater que le Danemark qui est le pays où les gens se disent les plus heureux, n'ayant besoin de rien et n'aspirant à rien d'autre, est aussi le pays où le taux de suicide, d'alcoolisme et d'assuétude aux drogues et aux antidépresseurs, est parmi les plus élevés du monde. Preuve, s'il en était besoin, que la satiété matérielle et sécuritaire ne sont gages de rien.



Dr Ferdinand Wulliemier

Non car le fait de croire en rien est en lui-même une croyance puisqu'alors je crois que rien n'est digne de croyance. On peut même en déduire que l'homme est construit pour croire en quelque chose: même l'athée par exemple, en affirmant que Dieu n'existe pas, le combat, donc reconnaît implicitement qu'il existe. L'agnostique est plus crédible car moins contradictoire lorsqu'il affirme ne pas être en mesure de juger ou de comprendre: il dit simplement qu'il ne sait pas.

Rose et Gilles Gandy

Le mieux serait d'être conscient de nos croyances, mais cela demande aussi du temps. Au départ, les croyances sont comme des béquilles: elles nous servent à marcher droit. Puis, lorsque nous les voyons, nous pouvons passer à l'étape d'apprendre à marcher sans. Mais souvent, nous préférons les remplacer par des béquilles plus sophistiquées! La croyance est nécessaire car elle nous permet de nous construire. Puis, nous devons apprendre à nous en séparer. C'est exactement le jeu de la construction de l'ego, puis de sa dissolution. Et tout cela n'est qu'une affaire de conscience!

**Jean-Marc Mantel**

Une croyance est un objet dans la conscience. La conscience la contient, sans en être dépendante, tout comme le ciel, qui ne dépend ni du vent, ni des nuages qui sont en lui.

Sommes-nous conscients de nos croyances?

**Françoise Krebs**

Certaines croyances sont inconscientes ou parfois même, nous pensons ne pas y adhérer. Lutter contre une croyance est une façon de la maintenir en soi tout en imaginant l'avoir éliminée. Oser observer ses convictions c'est s'autoriser à se questionner sur ses propres points de vue, ses jugements hâtifs, automatiques; c'est se demander consciemment s'il est temps d'opter pour un autre regard tout d'abord envers soi puis envers les autres.

**Patricia Schwarz**

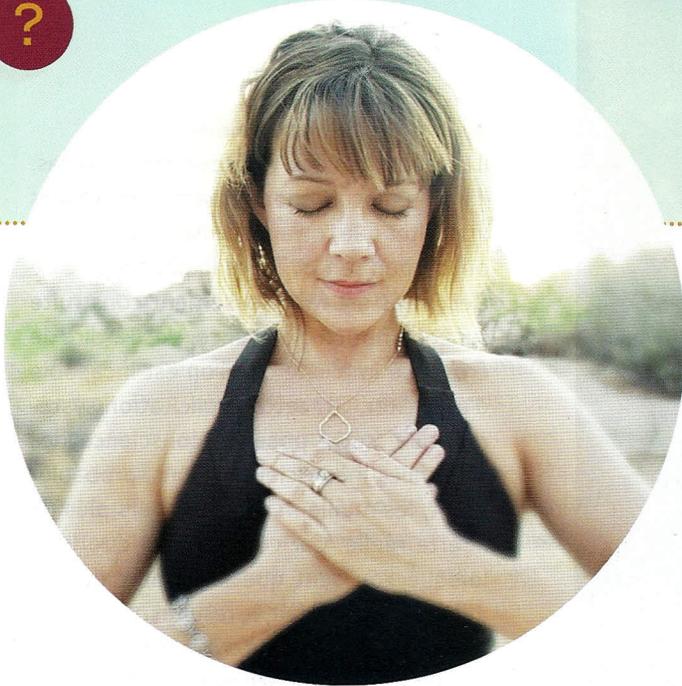
Nous sommes conscients d'une partie de nos croyances, celles que nous arrivons à formuler facilement en disant « je crois en » ou « je crois que ». Il y a aussi toutes une série de croyances que nous formulons inconsciemment et que l'on peut découvrir en se posant trois questions simples à propos d'un comportement ou de quelque chose que l'on se dit. Les trois questions sont: Que se passerait-il si je ne... pas? Quand ai-je décidé de cela? Cette affirmation est-elle vraie et utile à l'instant présent? En y répondant, nous nous rendons vite compte qu'elle a peut-être été construite à un moment de vie où elle avait son utilité, mais qu'aujourd'hui, elle est devenue un frein à notre évolution. Si c'est le cas, la prochaine question à se poser: « Quelle serait une affirmation aidante pour m'aider à avancer aujourd'hui? » et de la tester dans son quotidien. Une nouvelle croyance peut ainsi émerger instantanément d'une prise de conscience. Ou, parfois, il faut un peu de temps... et c'est OK aussi.

Marc Halévy

Il le vaudrait mieux, mais ce n'est pas le cas. Il y a, en chacun, énormément de croyances implicites que l'on appelle des « évidences » ou le « bon sens ». Toute la philosophie de Descartes est fallacieusement construite sur cette notion d'évidence, c'est-à-dire de croyance implicite que l'on est incapable d'explicitier. Or, cette explicitation systématique, cette prise de conscience des croyances inconscientes, sont, probablement, les meilleurs chemins vers plus de liberté réelle. Car comment se dire libre lorsque l'on sent que la plupart de nos « choix » sont, en fait, le résultat mécanique d'un jeu inconscient de croyances cachées ? Les croyances implicites sont de trois ordres : celles relevant de notre paradigme civilisationnel, celles héritées de notre éducation, et celles émergeant de notre expérience personnelle. Il ne s'agit pas de les combattre, mais de les expliciter.

Diane Bellego

« Connais toi toi-même et tu connaîtras l'Univers et les dieux ». Dans notre chemin d'éternité, de reconnaissance de soi puis du Soi, nous ne pouvons faire l'économie de contempler nos croyances et leurs conséquences, de transformer les plus criantes. Nous apprivoisons peu à peu ce qui nous sépare de la complétude. Mais à chaque fois que nous voulons nous **saisir de ce qui nous sépare de la complétude**, nous nous inscrivons sur **la croyance de fond en notre incomplétude**. Sinon pourquoi nous saisir ce qui nous sépare de la complétude puisque nous sommes complet même lorsque nous l'oublions... Sinon comment échapper à la complétude au cœur de l'incomplétude, à la perfection au cœur de l'imperfection... Même en être conscient dans une réflexion comme en écrivant, en lisant ces mots n'est pas en être conscient dans la pure Spontanéité de l'instant. Spontanéité, cher au Tantra originel, qui au moment de saisir, de s'approprier, se relâche et s'offre à l'espace, à **l'absolu où fusionnent incomplétude et complétude, objet et sujet, Féminin et Masculin**. « Je ne crois pas que je crois, mais je crois que je ne crois pas... » Quel jeu de Lego, quel jeu de l'ego.



Françoise Krebs

Croire en soi, en ses qualités, ses forces est la base de la confiance en soi, tout en reconnaissant et accueillant ses fragilités. Souvent, nous avons de la difficulté à reconnaître ce que nous avons utilisé **en nous** pour nos réussites; nous nous appuyons sur l'extérieur. Se reconnaître sincèrement DEPUIS l'intérieur de soi amène à être en lien avec son énergie intérieure, à se nourrir de ses acquis afin de développer ses potentiels.

Patricia Schwarz

Selon moi, croire en soi équivaut à savoir en quoi l'on croit. En effet, croire nous permet de formuler le sens et le contexte de notre vie, nous aide à aller de l'avant, nous permet de nous affirmer et de prendre position. Il est donc intéressant de conscientiser ce en quoi l'on croit, de comprendre et de mettre à profit nos croyances aidantes et d'actualiser, au fur et à mesure qu'elles font surface, nos croyances limitantes. Avec le temps, j'ai appris à reconnaître que lorsque j'ai des réactions fortes où je sens une certaine rigidité en moi concernant certains sujets, il y a une croyance limitante qui se cache et que je ferai bien d'aller creuser dans cette direction. Les croyances aidantes, elles, amènent la fluidité dans la vie et permettent de vivre en harmonie. (Enfin, c'est ce que je crois aujourd'hui!)

Gilles et Rose Gandy

C'est la seule solution! Le monde n'existe qu'à travers nos perceptions, nos filtres, et nos croyances. Si je crois que je suis dans l'abondance, l'abondance se matérialise. Si j'ai peur du manque, le manque se matérialise. Le monde n'est qu'un miroir de nous, et s'en remettre aux autres nous maintient dans un état infantile. C'est d'ailleurs pour cela que la plupart des personnes se détournent des politiciens et des religions... L'être humain a grandi en conscience, et il doit assumer sa responsabilité de « créateur » de sa réalité. Comment le faire sans croire en soi?

Croire en soi, est-ce une alternative?

Diane Bellego

Immanence / transcendance. La transcendance cherche et appelle à l'extérieur. L'immanence écoute à l'intérieur. À moins d'être touché radicalement par la grâce, la transcendance précède l'immanence et prépare son chemin. N'opposons pas ces étapes compréhensibles. **Croire en soi reste une croyance** qui cherche, qui attend, **dans l'économie d'écouter au prix de toucher la peur de ne rien entendre.** Il arrive un temps où l'immanence étreint jusqu'au cœur ce que le monde croit légitime mais qui voile la reconnaissance spontanée du Soi. L'immanence consume alors l'ego dans l'incandescence de la totale impuissance et de l'abdication. Elle ne reconforte pas, **l'immanence pulvérise les croyances de l'ego, puis du petit soi qui a donné pourtant sens et direction.** Les voiles de l'illusion de la séparation, de l'incomplétude se déchirent. Les croyances de l'ego puis du petit soi pulvérisées, l'immanence invite au service du Soi. **« Que ta Volonté soit faite et non la mienne. »**

Marc Halévy

Comme déjà exprimé, croire en soi est un point de départ indispensable à la condition que cette croyance soit lucide et modeste. Mais elle ne peut être une fin en soi. Croire en soi, très bien, mais pour quoi faire? Si l'on en reste là, on sombre dans le narcissisme, dans le nombrilisme. Il suffit d'observer ces jeunes qui se pavanent, se bichonnent, se pomponnent, pour qui le « look » et ce qu'ils croient être leur puissance de séduction sont devenus la raison de vivre, pour comprendre ce que le narcissisme induit comme violence, comme bêtise et comme surenchères. Croire en soi, oui, mais au service de croyances plus larges, plus élevées, plus riches. Il est une autre forme de narcissisme que la modernité a mise en avant: celui, collectif, qui se nomme « humanisme » c'est-à-dire anthropocentrisme: en faisant de l'homme le centre, le sommet ou le but de l'univers, en faisant de l'homme la mesure de toutes choses, l'humanisme engendre un cercle vicieux, stérile et destructeur. L'homme devient alors la seule mesure de sa propre démesure.

+ d'infos

Diane Bellego

Françoise Krebs

Patricia Schwarz

Rose et Gilles Gandy

Marc Halévy

Jean-Marc Mantel

Dr Ferdinand Wulliemier

www.tantradianebellego.com

www.mon-papillon.ch

www.patriciaschwarz.ch

www.gillesgandy.com

www.noetique.eu

<http://jmmantel.net>

www.psychologie-therapies-spiritualite.ch