

## Ayant été abusé par une secte, j'ai peur de suivre le *cours*

### Question :

Je suis nouveau dans l'étude du *cours* et je suis confus. En effet, comment pardonner, comment travailler comme massothérapeute si le corps est une illusion, et comment puis-je pratiquer un autre système de croyances en même temps que j'étudie le *cours*. J'ai été intensément abusé par des gens qui croyaient que leur système était le seul moyen de salut, et je devais aller contre ma nature profonde pour en faire partie. Je crains de me tromper à nouveau. Y a-t-il des choses qui peuvent nous aider à discerner la voie, même si nous ne savons pas où nous allons ?

### Réponse :

Puisqu'*Un Cours en Miracles* est un système de pensée qui renverse totalement le système de pensée de l'ego, il sera important d'être patient et d'appliquer avec douceur ses enseignements dans notre vie. Ce renversement implique de laisser le Saint-Esprit transformer les jugements que nous faisons sur tout et sur tout le monde. Il est évident que c'est un processus qui prend du temps, non pas parce que le temps est réel, mais parce que nous *croyons* qu'il l'est, et que nous croyons que tout ce qui se passe dans ce monde illusoire est réel. Le premier changement de perception de l'ego pour celle du Saint-Esprit est de voir notre vie comme une salle de classe où nous apprenons nos leçons de pardon. C'est ce qui jette les bases pour les étapes subséquentes dans l'inversion de notre façon de penser. Ce processus requiert de ne pas sauter les étapes, mais de faire un pas derrière l'autre. Se rappeler à quel point nous sommes investis dans l'identification à un corps nous aide à définir un rythme régulier et tout en douceur si nous voulons parvenir à regarder les choses autrement. Tout en apprenant à appliquer les principes du *cours* dans notre vie, nous continuons à vivre et à travailler comme d'habitude. Nous ne devons pas nier que nous vivons dans un corps, ni nous forcer à croire que nos besoins perçus, nos expériences et nos relations sont des illusions, puisque nous croyons encore que c'est bien réel. Le Saint-Esprit a besoin d'utiliser ces choses dans Sa classe pour nous enseigner le pardon. Nous ne sommes ni forcés ni sous pression de devoir faire quelque chose que nous ne voulons pas faire : «...*La Volonté de Dieu ne peut pas être forcée, étant une expérience de volonté totale* » (T.8.III.2 :3). En fait, nous sommes à l'abri de la coercition dans le *cours* puisqu'il nous informe que nous n'apprendrons pas les choses que nous ne voulons pas apprendre. La pratique et l'apprentissage seront donc proportionnels à notre désir, et le désir est tout ce qui est requis pour pratiquer le *cours*.

Ni la perfection ni la compréhension complète n'est requise. La pratique commence par le désir de regarder tous les blâmes et les reproches envers les autres comme une projection de la culpabilité de l'esprit qui se sent coupable d'avoir choisi de croire que la séparation est réelle. C'est ainsi que chaque relation, tout ce qui se passe dans notre vie, est utile pour la pratique du pardon. Tout ce qui n'est pas la paix parfaite, de l'irritation la plus légère jusqu'à la fureur la plus intense (**voir leçon PI.21.2**), reflète notre décision dans l'esprit d'écouter la fabulation de l'ego que nous sommes séparés, plutôt que la vérité du Saint-Esprit que nous sommes un comme Fils de Dieu. Le pardon signifie que nous reconnaissons que cette décision est la véritable source de la souffrance et des conflits dans notre vie et dans le monde. Le problème est dans l'esprit, il n'est pas chez les autres, dans le monde ou dans notre propre corps. Donc la solution est dans l'esprit. Le but du *cours* est de nous entraîner graduellement à regarder ce qui se passe dans notre vie selon cette perspective (voir Introduction des leçons) afin d'apprendre petit à petit qu'il n'y a rien en dehors de l'esprit qui peut avoir d'effets sur lui.

Le *cours* n'est pas le seul chemin spirituel qui existe pour nous ramener chez nous en Dieu. Comme il est noté dans le manuel, le *cours* ne représente qu'une forme parmi plusieurs milliers d'autres formes (**voir M.1 :3,4**). À la fin, chaque esprit choisira d'accepter la vérité de l'unité les uns avec les autres et de notre unité en Dieu. C'est le contenu au cœur de l'enseignement d'UCEM. À mesure que vous deviendrez plus familier avec ses principes fondamentaux, vous trouverez qu'ils sont différents des enseignements des autres voies spirituelles. Dans de nombreux cas, les enseignements sont nettement contraires à la plupart des disciplines théologiques et spirituelles. Essayer de suivre un autre système de croyance en même temps que vous suivez le *cours*, pourrait donner comme résultats d'introduire des conflits dans votre pratique et d'entraver vos progrès. Et puisque l'ego nous présente déjà un vaste éventail de distractions et d'obstacles, un autre conflit serait un fardeau inutile. Si vous résonnez à l'enseignement du *cours* et que vous choisissiez de le prendre comme voie spirituelle, vous allez vous rendre compte qu'il nécessite seulement que vous procédiez en douceur et avec patience, une étape à la fois, à un rythme défini uniquement par votre propre désir. Cela pourrait vouloir dire de combiner le *cours* avec d'autres systèmes pendant un certain temps, et le Saint-Esprit ne vous les enlèvera jamais. Si nous sommes disposés à remettre en question notre interprétation des choses et à demander de l'aide, le Saint-Esprit se servira de tout ce qui arrive comme des outils d'apprentissage, et « *répondra pleinement à [la] moindre invitation.* » (**T.5.VII.6 :6**)

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)  
Question 1002