

## J'ai du mal à pardonner à mon partenaire

### Question :

Actuellement je vis beaucoup d'inquiétude au sujet de problèmes récurrents avec un partenaire romantique. Il semble que les mêmes cycles continuent à se répéter d'eux-mêmes. Récemment, je suis tombé sur le livre *Un Cours en Miracles* et j'ai commencé à l'intégrer dans ma vie. J'ai essayé de me pardonner, et de lui pardonner, mais il semble que le *pattern* se répète. Et même si je vis davantage en paix et que j'ai moins de soucis, je ne sais toujours pas comment mettre fin à ce cycle, ni où trouver la réponse quant à ce que je devrais faire.

### Réponse :

D'habitude, avoir l'intention de pardonner ne suffit pas, à moins d'avoir une compréhension juste de ce que nous voulons pardonner. Lorsque nous sommes nouveaux dans le *cours* - en général au moins les trente ou quarante premières années de notre étude et de notre pratique - nous pensons pour la plupart, que le pardon, c'est tenter de pardonner à d'autres ce qu'ils ont fait et nous pardonner de s'être fait prendre dans les pièges qu'ils nous ont tendus. Et ce n'est peut-être pas un si mauvais endroit pour débiter, puisque nous devons commencer quelque part. Mais ce n'est sûrement pas ce que Jésus avait imaginé pour le pardon dans son *cours*, puisqu'il ne donne la définition suivante : « *Le pardon reconnaît que ce que tu pensais que ton frère t'avait fait ne s'est pas produit.* » (**Leçon PII.1.1 :1**). Le fait est que ce qui doit être pardonné n'a rien à voir avec les autres. Ils ne servent que d'écran sur lequel nous voyons notre propre péché et sur qui nous allons projeter notre culpabilité. Mais notre ego leur a donné un but : qu'ils soient responsables de ce que nous ressentons, afin que nous ne comptions pas sur la source réelle de notre inquiétude et conflit - notre propre choix stupide pour l'ego et les investissements qui l'accompagnent dans des intérêts séparés, des attaques, de la colère et de la culpabilité.

Nous pensons tous que nos partenaires, nos amis et nos ennemis font des choses qui nous bouleversent et qu'ils nous volent notre bonheur et notre paix. Mais il s'agit simplement de comment nous avons monté les choses pour ne pas voir que c'est nous qui avons déjà choisi d'être bouleversés et de rejeter notre bonheur et notre paix, tandis que l'autre est simplement le bouc émissaire commode pour ce que nous ressentons, *indépendamment de ce qu'ils semblent avoir fait !*

Cela ne veut pas dire que les autres ne disent pas, et ne font pas des choses malveillantes ou cruelles. Mais je ne peux réagir personnellement à ce que quelqu'un d'autre a fait que si j'ai déjà rendu le péché et la culpabilité réels dans mon propre esprit, croyant que je suis une personne séparée qui peut être attaquée et blessée. Est-il vraiment possible d'accepter que cela est vrai et reconnaître que le blâme et la colère ne sont jamais justifiés ? Oui, mais pas si je tente de le réaliser seul par moi-même, car ce sera une fausse interprétation. Ce sera un processus dans lequel je me rappelle, après avoir été bouleversé, que je suis désire reconnaître que j'ai fait une interprétation de la situation et *que je me suis trompé* ! Et donc, je veux être capable de remettre ma perception erronée à Jésus ou au Saint-Esprit pour leur permettre de la nettoyer de tous mes jugements et de mon égoïsme. Et ce processus n'a rien à voir avec l'autre personne, ce que je devrais lui dire ou faire.

Ceci dit, pour la plupart, nous ne laisserons pas les choses telles quelles dans nos relations sans tenter de les corriger, car nous pensons qu'elles ont besoin d'être corrigées. Même si ce n'est pas mal de le faire, ce sera une tentative de notre ego de prendre le contrôle de la situation pour usurper, diminuer ou minimiser le rôle de Jésus dans le processus de guérison, lequel se produit uniquement dans notre propre esprit et non dans la relation entre notre corps et celui de l'autre. Dès que nous déplaçons la culpabilité dans notre propre esprit sur le problème avec notre partenaire, nous sommes devenus sans esprit. Et nous pourrions trouver une solution temporaire qui semblera résoudre le conflit, mais nous n'aurons rien fait quant à l'origine du conflit - notre propre sentiment de culpabilité et notre propre nature soi-disant pécheresse. Comme vous dites, il semblera alors que les cycles de conflit se répètent sans cesse, sans comprendre pourquoi.

Mais, peu à peu, à mesure que nous sommes disposés à reconnaître notre propre responsabilité complète pour ce que nous ressentons et pour nos manières de réagir, nous commençons à lâcher prise de notre investissement dans notre culpabilité. Et nous ne serons plus aussi bouleversés quand la même question semblera revenir en cycle, mais nous lui souhaiterons la bienvenue comme étant une autre possibilité pratiquer le pardon et guérir les douleurs dans notre propre esprit qui viennent seulement de notre choix de nous voir comme séparés et seuls. Jésus le souligne vers la fin du texte, et notez qu'il ne fait aucune mention de l'autre personne dans ce processus.

*« Les épreuves ne sont que des leçons que tu as manqué d'apprendre et qui te sont présentées à nouveau, de sorte que là où tu avais fait un mauvais choix auparavant, tu peux maintenant en faire un meilleur, échappant ainsi de toute la douleur que t'avait apportée ce que tu as choisi auparavant. Dans chaque difficulté, chaque détresse et chaque perplexité, le Christ t'appelle et dit doucement : « Mon frère, choisis à nouveau. » Il ne voudrait pas laisser une seule source de douleur non guérie, ni aucune image pour voiler la vérité. Il voudrait enlever toute la misère de toi, que Dieu a créé comme un autel à la joie. Il ne voudrait pas te laisser inconsolé, seul dans des rêves d'enfer, mais il voudrait délivrer ton esprit de tout ce qui te cache Sa face. Sa Sainteté est tienne, parce qu'Il est le seul pouvoir qui est réel pour toi. Sa force est tienne, parce qu'il est le Soi que Dieu a créé comme Son seul Fils. » (T.31.VIII.3)*

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

Question 1019