

## Se créer des maladies ne nous rend-il pas coupables ?

### Question :

J'ai un énorme problème avec l'enseignement qui dit que nous créons nos propres maladies. Si un jour je devais mourir d'une maladie en phase terminale, sachant que c'est moi qui ai créé cette maladie, je me sentirais tellement COUPABLE. Sachant que j'ai tout tenté pour m'en défaire en pardonnant les patterns qui la créent et en voyant le système de pensée de l'ego en opération, puis constater que la maladie est toujours là me mettrait dans une situation impossible. Cela ouvre la porte à toutes sortes de haines en moi, par exemple : « J'aurais dû penser autrement. » Une seconde question : une fois que les douleurs sont là, si je les traite avec amour, miséricorde et sollicitude, cela ne les rend-il pas réelles pour moi ? Svp, j'ai besoin d'aide ici !

### Réponse :

Votre confusion et votre peur sont fréquentes chez les étudiants d'*Un Cours en Miracles*, car nous lisons le *cours* dans la perspective du *soi* que nous pensons être - un corps vulnérable, avec sa personnalité et ses antécédents personnels, un corps qui fait des choix affectant sa qualité de vie ici, dans ce monde de temps et d'espace. (T.27.VIII).

Or si on lit le *cours* de cette façon, les mots peuvent être transformés en outils que l'ego utilise pour renforcer la culpabilité au lieu de la défaire. Ce faisant, nous ne comprendrons pas ce que veut dire le *cours* par maladie, pourquoi il n'y a pas de hiérarchie d'illusions (y compris les maladies physiques), quelle est la véritable cause de la souffrance, où la souffrance et la douleur sont-elles effectivement expérimentées, et qui au juste est responsable de choisir ce qui semble se produire dans le corps, y compris les maladies.

Identifiés à notre corps, nous arrivons au *cours* avec une grande variété d'intentions pour ce qui est d'améliorer notre vie ici. Nous voulons par exemple maintenir ou améliorer notre santé pour éviter la maladie dans le futur, résoudre nos problèmes financiers, guérir nos relations avec la famille, nos amis et nos partenaires amoureux, en somme, être plus heureux dans le monde. Certaines de ces choses peuvent en fait survenir dans notre vie quand nous commençons à pratiquer le *cours*, peu importe le niveau de compréhension de son message de pardon.

Mais Jésus et son *cours* ne sont pas concernés par le monde, notre vie et notre corps, ou par la relation de notre corps avec d'autres corps. Jésus est seulement soucieux de nos esprits, des pensées qu'ils contiennent, et quel enseignant nous invitons pour observer ces pensées. De sa perspective, la maladie, ainsi que la mort, n'est rien de plus qu'une pensée de séparation et de culpabilité dans l'esprit qui n'a rien à voir avec le corps. **(M.5.II.3)**. Avec l'ego comme enseignant, nous allons tenter de cacher la culpabilité pour ne pas la voir en nous-mêmes, nous allons la déguiser et la projeter sur un monde inventé, soit sous forme de maladie dans notre propre corps, soit sous forme de conflit avec d'autres corps, et dans les deux cas, cela semblera la cause de la souffrance et des douleurs. Mais la douleur et la souffrance, comme la pensée de culpabilité, continuent à demeurer dans l'esprit qui s'identifie continuellement à l'ego, ce qui, répétons-le, est la seule maladie. **(T.28.II.11 :7)**.

De la perspective de l'ego, le problème physique concret et le degré de gravité n'a pas vraiment d'importance, ce pourrait même être juste la *peur* de devenir malade, en autant que l'accent restera mis, non sur l'esprit où la seule vraie guérison peut survenir, mais en dehors de l'esprit sur le corps et le monde, où aucun changement signifiant ne peut se faire. Tant que nous continuerons à nous identifier à un corps et à prendre ses besoins au sérieux, nous tomberons malades. Ce n'est pas qu'il y ait quoi que ce soit de mal ou de péché avec le corps, mais juste parce que nous avons encore besoin d'une défense contre la pensée de culpabilité et de séparation dans l'esprit, sinon nous saurions que nous ne sommes pas un corps, mais un esprit.

Lorsque, graduellement, nous commençons à nous identifier à l'esprit, et à prendre le Saint-Esprit ou Jésus comme enseignant - un processus qui, pour la plupart d'entre nous, sera progressif - nous deviendrons de moins en moins préoccupés par ce qui se passe spécifiquement dans le corps. Nous deviendrons de plus en plus axés sur comment utiliser tout ce qui semble se produire comme moyen d'entrer en contact avec l'idée sous-jacente dans l'esprit, avec ce qui se trouve derrière la projection. Se sentir coupable pour ce qui semble se produire dans le corps signifie simplement que nous nous sommes éloignés une fois de plus du Saint-Esprit et nous cherchons encore l'ego pour nous guider. **(T.13.X.6)**. Ce n'est peut-être pas très judicieux, mais c'est encore susceptible de se produire, et il n'y a certainement pas de quoi se culpabiliser. Bien sûr, il serait plus utile de remarquer les problèmes que vous avez en ce moment même avec le corps, et reconnaître que c'est votre salle de classe.

Il serait plus utile de regarder la culpabilité enfouie en ce moment même en vous, que de vous soucier de l'état imaginé de votre corps à un certain moment dans le futur, à la fin de votre vie. Car plus vous pratiquerez les principes du *cours* dans le présent, moins vous aurez peur de ce qui pourrait se produire dans votre corps.

Et si votre but devient, non pas d'avoir un corps sain, mais un esprit guéri, vous pourrez vous reposer dans l'assurance que tout va bien, peu importe ce qui semble se produire dans votre corps. Cette paix d'esprit peut sembler loin encore, quelque part dans un avenir lointain, mais les étapes pour que cela devienne une réalité sont disponibles en ce moment même pour nous tous.

Quant à votre deuxième question, la question n'est pas de savoir s'il faut se rapporter à la douleur et à la souffrance avec miséricorde, amour et sollicitude, mais plutôt si nous pouvons *nous* percevoir avec miséricorde, amour et sollicitude, nous qui avons bêtement choisi la douleur et la souffrance. Veuillez comprendre que dès que vous faites l'expérience de la douleur, vous avez déjà rendu cette douleur réelle. Donc, décider à ce moment-là que vous allez éviter de la regarder et de la traiter de peur de la rendre réelle, est simplement une forme de déni qui ne sert à rien. Et n'oubliez pas, nos souffrances et nos douleurs n'ont rien à voir avec ce qui se passe dans notre corps, mais tout à voir avec l'enseignant de la séparation, de la culpabilité et de la peur, celui que nous avons choisi dans notre esprit. Jésus ne voudrait jamais nous juger ou nous condamner pour avoir fait le mauvais choix, donc pourquoi nous juger et nous condamner nous-mêmes ? C'est seulement l'ego qui nous condamne pour avoir choisi l'ego, parce que rien ne remplit mieux son but : réussir à nous convaincre qu'il doit être pris au sérieux. L'enseignement de Jésus est beaucoup plus doux et nous ferions donc preuve de sagesse à demander son aide pour apprendre à être plus doux envers nous-mêmes.

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

Question 1045