

Je fais ce travail spirituel, et tout empire dans ma vie

Question :

J'ai commencé à travailler sérieusement sur moi-même spirituellement il y a environ vingt ans, et j'utilise le *cours* depuis les dix dernières années. J'étais certain que, puisque ma vie avait évolué, passant d'une extrême difficulté et à de grandes souffrances à une vie grandement améliorée, cela voulait dire que j'étais sur la bonne voie. Mais tout a pris fin lorsque tout à coup, j'ai perdu le meilleur emploi de ma vie en raison d'une réduction des effectifs, il y a six ans. Depuis, j'ai eu trois interminables périodes de chômage, entre deux emplois horribles qui ont également été supprimés. Ces six ans ont été une véritable « nuit noire de l'âme », et j'ai dû affronter certaines des choses les plus profondes et horribles sur moi-même, des choses dont je n'avais même jamais pris conscience qu'elles étaient là. Ma culpabilité semble énorme et mon ego particulièrement méchant. Malgré mes tentatives d'avoir une relation avec Jésus, je n'ai jamais senti que je recevais de l'aide de lui ou de quiconque. Je me rends bien compte que je ne devrais plus m'attendre à voir de manifestations extérieures de mes efforts spirituels, mais j'ai besoin de me soutenir financièrement. Je donnerais n'importe quoi pour comprendre ce qui s'est passé en moi pour que ma situation change si radicalement. Je crois que j'ai fait tout ce qui peut être fait, selon moi, pour m'aider moi-même, mais je me sens comme à la merci de quelque chose sur lequel je n'ai pas le contrôle.

Que faut-il faire pour mettre fin à des circonstances extrêmes causées par (ce que je devine) un investissement d'ego dans le martyr et la victimisation ? Il me semble que « je » n'ai pas choisi cela pour moi-même mais que je sois obligé de faire face aux conséquences. Est-ce vraiment assez de dire : « Ok, c'est juste mon ego en opération qui me cause tous ces ennuis » et simplement faire tout ce que je peux pour me sentir en paix ? Veuillez svp, me dire précisément, étape par étape, comment je devrais penser.

Y a-t-il quelque validité à l'idée que les sentiments d'être indigne et sans valeur soient envoyés dans l'univers comme une invitation pour recevoir de mauvais traitements, pour intensifier la culpabilité ? Sur quel concept, idée ou leçon du *cours* pourrais-je me centrer dès maintenant pour que cela fasse une différence dans ma vie ? Comment me convaincre moi-même que Jésus se soucie de moi, même quand je ne vois aucune raison de croire qu'il le fait ni même de croire en lui ?

Réponse :

Il n'y a pas de réponse vraiment satisfaisante sur ce plan-ci pour expliquer pourquoi chaque vie se déroule dans sa forme spécifique. En chercher les causes précises dans nos pensées, par ex. : l'« investissement de l'ego dans le martyr et la victimisation » ne servira qu'à renforcer la culpabilité comme vous en faites l'expérience. Le *cours* ne donne pas d'instructions pour changer les situations dans notre vie. Il nous offre plutôt une façon différente de percevoir ou d'interpréter les événements quels qu'ils soient, ce qui nous permettra d'être plus en paix progressivement, puis éventuellement de nous dés-identifier du *soi* séparé que nous pensons être. Comme Jésus le dit au début du texte : « *Comment peux-tu trouver la joie dans un lieu sans joie, sauf en te rendant compte que tu n'es pas là ?* » (T.6.II.6 :1)

Vous avez raison, ce n'est pas le *soi* que vous croyez être qui prend les décisions au sujet de ce qui se passe dans votre vie. Même s'il semble parfois y avoir une corrélation entre nos pensées conscientes et les circonstances extérieures, jamais la correspondance est cohérente ou prévisible. Estimer qu'il devrait y avoir une certaine congruence, comme vous l'avez pensé quand votre situation semblait s'améliorer à mesure que vous aviez intégré divers enseignements spirituels dans votre vie, pourrait être un coup monté par l'ego, comme vous l'avez ensuite découvert. Or nous ne sommes pas victimes de certains esprits puissants sur lesquels nous n'avons aucun contrôle. C'est simplement qu'en raison de notre propre peur d'assumer la responsabilité de notre ego, la partie de notre esprit qui décide et fait des choix est habituellement loin de notre conscience, sauf pour de très brefs instants (Leçon PI.136 :3,4,5). Nous ne comprenons pas tout ce qui est impliqué quand il s'agit de déterminer nos expériences concrètes de corps dans le monde, et ce n'est pas nécessaire non plus. Donc se juger et se sentir coupable pour ce que nous jugeons des conditions de vie difficiles est peu judicieux et contre-productif, et vous devriez cesser de le faire aujourd'hui même ! Penser que nos sentiments d'indignité et d'être sans valeur invite des mauvais traitements de l'univers fait partie d'autres enseignements spirituels, mais ce n'est pas dans le *cours*. Le *cours* dirait que nous croyons que la culpabilité appelle un châtiment (T.26.VII.3 :1,2) et que nous cherchons donc inconsciemment à souffrir afin d'expier notre nature pécheresse. Mais la souffrance est toujours simplement le résultat d'un choix pour la séparation dans l'esprit, et non la conséquence de quelque chose à l'extérieur. Autrement dit, un esprit identifié à la culpabilité interprétera un événement extérieur ou une situation comme étant là pour le punir.

Mais un esprit guéri *non* identifié à la culpabilité ne verra rien de punitif dans les mêmes circonstances extérieures. Ces différentes façons de voir le même événement sont clairement mises en contraste lors de la discussion de Jésus sur la crucifixion (**T.6.I**). Cela va donc nous aider de penser que c'est notre culpabilité qui *dicte l'interprétation* de ce qui semble se produire dans le monde, plutôt que dictant les événements au niveau d'un individu.

Ceci dit, tout ce qui se passe peut être utilisé par le Saint-Esprit, si vous vous permettez de voir, non les événements extérieurs en soi, mais *vos réactions* face à ce qui se passe. Vous verriez cela comme une expression de votre identification à l'ego dans votre esprit, ce qui est la seule et unique chose sur laquelle vous avez un choix réel. Le plus difficile dans ce processus, et qui représente un réel défi pour la plupart d'entre nous, est qu'il est possible que la situation extérieure ne change pas, et nous désirons tous voir quelque changement « positif » dans notre vie, comme preuve que nous sommes en train de guérir notre esprit. Or le but du *cours* est de nous conduire à une expérience de paix toujours plus profonde (**T.8.I.1 :1,2 ;T.13.II.7 :1**), peu importe ce qui semble se produire pour le corps.

En ce qui concerne votre énorme culpabilité, vous avez cette perception parce que vous cherchez la culpabilité avec l'ego, et l'ego doit voir la culpabilité comme quelque chose de grave, énorme et sérieux s'il veut maintenir son existence dans votre esprit. L'ego ne peut tout simplement pas tolérer que vous la voyiez comme négligeable ou stupide. C'est précisément en cela que Jésus peut vous aider. Si vous cherchez Jésus pour vous aider à remettre votre vie extérieure sur les rails, vous serez cruellement déçu à long terme. Mais si vous le cherchez pour vous rappeler que la culpabilité n'est pas réelle, pour vous rappeler que vous avez déjà, présent dans votre esprit, tout ce dont vous avez besoin pour être heureux (vous le bloquez et vous l'empêchez simplement d'entrer dans votre conscience), Jésus est toujours prêt et disponible à aider, il suffit de demander. Les étapes précises à suivre seraient donc les suivantes :

- 1) D'abord, vous devez reconnaître que, chaque fois que quelque chose dans votre situation de vie semble vous déranger ou vous bouleverser, le vrai problème vient de ce que l'ego a été choisi comme enseignant. L'ego est en train de vous aider dans l'interprétation ce qui semble se produire, et l'unique but de l'enseignement de l'ego est de renforcer la culpabilité enfouie dans votre esprit. Il fait cela en voyant la situation comme une punition pour cette culpabilité.

- 2) La prochaine étape est de reconnaître que si l'ego est un choix, il doit y avoir un autre enseignant disponible dans votre esprit, et Jésus attend simplement votre invitation. Son but ne sera pas de changer la situation extérieure, mais d'aider à regarder avec vous la culpabilité que vous avez rendue réelle dans votre esprit, puis de constater à quel point elle est insignifiante. Quand vous êtes disposé à vous joindre à lui, c'est ce qu'il vous aide à voir (ou plutôt à ne pas voir) !
- 3) Lorsque vous reviendrez ensuite à la situation extérieure, vous ne la regarderez plus à travers le prisme de la culpabilité, et vous n'aurez plus besoin de la considérer comme punitive. Et ce que vous aurez demandé, ce n'est pas la confiance en Jésus pour qu'il vous aide, mais la confiance en votre propre pouvoir de choisir d'observer de près la culpabilité que vous avez rendue réelle dans votre esprit, et ensuite de demander son aide pour aller au-delà, vers l'amour toujours présent.

Vous trouverez peut-être utile de lire dans le texte : « *La réelle alternative* » (T.31.IV) afin de pouvoir réfléchir calmement aux questions auxquelles vous êtes confronté. En langage clair et direct, Jésus aborde combien il est futile de chercher des réponses dans le monde, et il nous rappelle aussi où se trouve vraiment le bonheur que nous cherchons.

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

Question 1065