

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 derniers 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 toute autre personne. Je me rends bien compte que je ne devrais plus m'attendre à voir de manifestation extérieure de mes efforts spirituels, et j'ai réellement besoin de me soutenir financièrement. Je donnerais n'importe quoi pour comprendre ce qui s'est passé à l'intérieur de 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 être) un investissement d'ego dans la victimisation/martyr ? Il me semble que « je » n'ait pas choisi ces situations 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 à l'oeuvre qui me cause des ennuis » et alors tout 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 (afin d'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, ou même de croire en lui ?

Réponse :

Il n'y a pas de réponse vraiment satisfaisante à ce niveau-ci pour expliquer pourquoi chacune de nos vies se déroule dans la forme spécifique qu'elle le fait. En chercher les causes précises dans nos pensées, comme par exemple : l'« investissement de l'ego dans la victimisation/martyr » ne sert qu'une chose ; renforcer la culpabilité comme vous en faites l'expérience. Le *cours* ne donne aucune instruction 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, et éventuellement de nous dés-identifier au *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, peut être un beau 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 que, 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 comprendrons probablement pas tout ce qui est impliqué quand il s'agit de déterminer nos expériences concrètes en tant que corps dans le monde, et ce n'est pas nécessaire non plus. Donc nous juger et vivre une tonne de culpabilité 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 !

L'idée 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 châtement (T.26.VII.3 :1,2) et donc nous cherchons à souffrir afin d'expié 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, alors qu'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 aider de penser à notre culpabilité comme dictant l'interprétation de ce qui semble se produire dans le monde, plutôt que dictant ce que seront les événements au niveau d'un individu.

Ceci dit, les circonstances extérieures peuvent également être utilisées par le Saint-Esprit, si vous vous permettez de voir, non les événements extérieurs eux-mêmes, mais vos réactions face à ce qui se passe. Vous les verriez comme une expression de votre identification avec l'ego dans votre esprit, ce qui est la seule et unique chose sur laquelle vous avez un choix réel. Ce qui est le plus difficile dans ce processus-là, et qui représente un réel défi pour la plupart d'entre nous, est qu'il est possible que la situation extérieure ne pas change pas, et nous désirons 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 la voir énorme et très sérieuse s'il veut maintenir son existence dans votre esprit. L'ego ne peut simplement pas tolérer que vous la voyiez comme négligeable ou stupide. Et 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, que vous avez déjà, présent dans votre esprit, tout ce dont vous avez besoin pour être heureux (vous le bloquez simplement dans votre conscience), Jésus est toujours là, disponible et prêt à aider, il suffit de lui demander. Les étapes précises que vous demandez 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 d'avoir choisi l'ego comme enseignant. C'est l'ego qui vous aide à interpréter ce qui semble se produire, et l'unique but de l'enseignement de l'ego est de renforcer la culpabilité enfouie dans votre esprit, et il le fait 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 exister un autre choix d'enseignant disponible dans votre esprit, et Jésus attend simplement votre invitation. Son objectif 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) Ensuite, lorsque vous reviendrez 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 d'avoir confiance en Jésus pour qu'il vous aide, mais d'avoir confiance en votre propre pouvoir de choisir de bien observer la culpabilité que vous avez rendue réelle dans votre esprit, et ensuite de demander son aide pour aller au-delà, vers l'amour qui est toujours présent.

Vous trouverez peut-être utile de lire dans le texte : « *La réelle alternative* » (T.31.IV) afin de penser 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 recherchons.

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

Question 1065