

Différences entre la vraie et la fausse empathie

Question :

J'ai deux questions, une concernant la différence entre l'empathie vraie et la fausse empathie, et l'autre concernant « ne rien faire ». Je pense que je comprends comment *Un Cours en Miracles* définit la différence entre les deux empathies, mais ce que je ne comprends pas, c'est comment pouvez-vous être affectueux, rempli de compassion et bienveillant envers votre frère sans tomber dans le piège de l'ego ? La deuxième question est celle-ci : Si quelqu'un tombe malade, perd son emploi, ou perd un être cher, si j'ai bien compris, Jésus nous dit de « ne rien faire » ? C'est difficile pour moi, car si je dis ou fais quoi que ce soit, je me joins à l'ego. Comment voir cela autrement ?

Réponse :

La vraie empathie provient de *l'esprit juste* en vous, ce qui signifie que vous avez rejoint Jésus ou le Saint-Esprit dans votre esprit. En cet instant saint, vous êtes au-delà de votre ego. Par conséquent tout ce que vous faites vient de l'amour. Vous ne pouvez pas tomber dans le piège de l'ego lorsque vous faites un avec l'amour de Jésus dans l'instant saint, parce que cette jonction est une décision *contre* l'ego et les deux états s'excluent mutuellement. Bien entendu, la plupart du temps nous revenons en arrière et nous sautons directement dans le piège de l'ego qui est de rendre l'erreur réelle.

Lorsque Jésus nous dit que nous n'avons pas besoin de faire quoi que ce soit, il signifie que nous ne devons pas faire quoi que ce soit de notre propre chef. Il ne prône pas la passivité. Il nous enseigne que si nous ne demandons pas son aide ou l'aide du Saint-Esprit, nous allons presque certainement retomber dans le piège de l'ego. Dans notre esprit insane, notre perception sera alors que l'autre personne est vraiment une pauvre victime malheureuse, et que la meilleure chose à faire est de lui tendre la main pour résoudre le problème et pour faire en sorte qu'elle se sente mieux. Dans cette perception nous avons totalement perdu de vue la vérité sur notre frère, ainsi que sur nous-mêmes. Nous sommes tombés dans le piège de l'ego de rendre notre frère sans esprit.

Voir quelqu'un sans esprit signifie que nous le voyons, ou que nous nous voyons comme des esprits qui ont choisi de refuser notre véritable Identité en tant que Christ, puis nous projetons sur l'autre la responsabilité pour avoir pris cette décision. La fausse perception voit toujours en termes de victimes et de bourreaux, elle ne voit pas un esprit avec le pouvoir de choisir. Or l'esprit a toujours le choix de renverser les décisions erronées et d'accepter à nouveau la conscience de l'amour qui a été repoussé. Si je vous perçois de cette façon, je ne peux pas réellement vous aider, même si je corrige la situation extérieure et même si je fais tout ce qu'il faut pour que vous vous sentiez mieux. En fait je vous ai attaqué, vous et moi-même, parce que le message que je vous donne est que j'ai quelque chose que vous n'avez pas, et que vous êtes démunis. Je vous ai vu comme si nous étions séparés, et j'ai eu de l'empathie pour votre faiblesse, confirmant ainsi la vue de l'ego, et non celle de Jésus.

La correction de cette perception erronée viendra grâce à l'aide que nous allons demander, de pouvoir voir à travers les yeux de Jésus ou partager la perception vraie du Saint-Esprit. Nous apportons notre perception de la victimisation à Jésus ou au Saint-Esprit, et puisque si je vous vois comme une victime, c'est moi qui ai besoin de guérison. Ma perception doit être corrigée avant que je puisse vous être utile. Nous ne parlons pas ici de ce que voient nos yeux physiques. Objectivement, il peut être vrai que vous ayez perdu votre emploi ou un être cher, mais si je conclus que vous êtes une victime, je fais simplement une interprétation, et c'est là où je fais erreur. Une fois que je vous ai perçu comme une victime, j'implique qu'il y a un bourreau et que vous n'êtes pas responsable de la condition dans laquelle vous vous trouvez. C'est le piège de l'ego dans lequel je suis tombé. Une fois que je réalise que je vous vois comme une victime, je dois arrêter cela immédiatement, puis demander de l'aide pour examiner la situation et voir les choses autrement, demander de l'aide afin de compatir avec la force du Christ en vous, plutôt qu'avec la faiblesse de l'ego. Si je passe de l'esprit erroné à l'esprit juste, je serai automatiquement guidé à faire ce qui est le plus aimant dans les circonstances. Ce pourrait être de faire quelque chose ou de ne rien faire, de dire quelque chose ou de ne rien dire.

Tout ce qui est le plus utile arrivera automatiquement, sans délibération et sans investissement quant au résultat. (Voir aussi la question 90)

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

Question 114