

## La confusion des niveaux comme source de maladie

### Question :

J'ai une question sur la confusion des niveaux. Si je me rappelle bien, toutes les maladies sont causées par le fait que nous confondons les niveaux. J'aurais tendance à penser que s'identifier aux choses du deuxième niveau est ce qui cause les maladies. Voudriez-vous expliquer la différence ? Peut-être que votre réponse pourrait m'éclairer sur certaines subtilités au sujet de la confusion des niveaux. Si je me sens menacé, par exemple, je pourrais utiliser correctement le déni et me dire que « *rien dans ce monde ne peut me blesser* ». Par contre, je ne devrais pas me dire « *rien dans ce monde ne peut me blesser car je ne suis pas un corps* », le déni du corps n'étant pas du tout approprié. Est-ce que c'est exact ?

### Réponse :

Lorsque nous parlons du deuxième niveau, nous ne parlons pas d'un niveau de réalité, nous nous référons au niveau sur lequel nous parle *Un Cours en miracles*. Parfois Jésus fait des déclarations de niveau I comme par exemple « *La douleur est impossible.* » (**Leçon 284.1 :2**) Or puisque cette déclaration ne change strictement rien pour la plupart d'entre nous, nous continuons à faire l'expérience de la douleur comme si elle était réelle, et Jésus doit donc nous parler de la douleur comme si elle était réelle, même s'il sait qu'elle ne l'est pas. C'est ce qui nous amène au niveau II du discours d'*Un Cours en miracles*.

Par conséquent, le deuxième niveau des discussions vise à nous aider à en savoir plus sur la manière (juste ou erronée) d'interpréter la douleur. Pour donner un exemple, le niveau I (métaphysique/esprit) affirme que toute perception est une illusion. Le niveau II (corps et monde physique) met en contraste la perception juste et la perception fausse. Le niveau de confusion quant à la maladie fait référence aux « niveaux » corps/esprit. Nous avons tendance à penser que, d'une certaine manière la maladie prend son origine dans le corps et non d'une décision prise dans l'esprit. Le fondement d'une telle pensée est « *la croyance qu'il y a une capacité créative dans la matière que l'esprit ne peut pas contrôler.* » (**T.2.IV.2 :8**) La correction pour cette distorsion est de comprendre que le corps n'est rien de plus qu'une projection de l'esprit, qu'il n'est jamais rien d'autre qu'une idée dans l'esprit.

Un corps malade est une idée qui n'a jamais quitté l'esprit que l'a pensée et un corps sain est une idée qui n'a jamais quitté l'esprit non plus. C'est une confusion de niveaux de penser que les symptômes physiques et psychologiques sont causés par autre chose qu'un choix fait dans l'esprit de quelqu'un.

Passons maintenant à la question de l'utilisation correcte du déni. Si vous vous sentez menacé, la première chose à faire est de le reconnaître et de ne pas prétendre que vous ne vous sentez pas menacé en cachant et en niant vos sentiments et en tentant de vous convaincre que vous n'êtes pas un corps, alors même que vous sentez effectivement que vous êtes dans votre corps. Nier ce que vous ressentez ne vous aidera pas à avancer spirituellement, comme nous le fait savoir Jésus (**T.2.IV.3 :8,9,10,11,12**). Il serait plus utile d'essayer de faire quelque chose pour vous calmer, ou pour sortir de cette situation menaçante. Vous pourriez alors tenir en vous-même cette conversation : « Je sais que le *cours* enseigne qu'il n'y a rien en ce monde qui peut me blesser, mais je me sens menacé en cet instant même, et je demande au Saint-Esprit d'être mon Enseignant pour passer à travers cette expérience. C'est cela qui m'aidera à ne pas juger, à ne pas me blâmer moi ou quelqu'un d'autre, et c'est ce qui apportera la guérison dans mon esprit, indépendamment de la façon dont mon corps se sent. »

C'est l'approche de compromis que Jésus nous encourage à suivre. C'est ce qui répond à la situation là où nous sommes et c'est ce qui nous conduit doucement à faire l'expérience de l'invulnérabilité véritable et de l'innocence (**T.2.IV.5**). A ce deuxième niveau, nous pratiquons ce qu'est le « vrai déni » en apprenant que nous pouvons être en paix, indépendamment de la condition de notre corps. Rien à l'extérieur de nous ne peut nous donner la paix de Dieu ou nous en priver.

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

Question 1185