

## Ne devrait-on pas être avertis que les choses vont brasser ?

### Question :

Étant donné les nombreux et divers types de problèmes émotionnels rencontrés par plusieurs étudiants, ne devrait-il pas y avoir un avertissement ou une mise en garde au début du livre d'exercices, par exemple sur le fait qu'entreprendre les leçons fera inévitablement remonter des émotions et brasser des « choses » qui pourraient s'avérer difficiles à gérer ? Lié étroitement à cette question, *Un Cours en Miracles* n'est-il pas un voyage inutile ?

### Réponse :

Puisqu'il s'agit d'un programme d'auto-étude, ce n'est pas à nous de remettre en question les méthodes de son auteur, mais l'esprit de votre question soulève une question importante. Il n'y a aucun doute qu'il s'agit d'un voyage difficile et qu'il y aura des périodes d'inconfort le long du processus de lâcher prise de notre investissement dans le système de pensée de l'ego. En fait, dans le manuel de l'enseignant, parmi les six stades du développement de la confiance décrits par Jésus, il dit que quatre de ces étapes sont susceptibles d'être vécues comme inconfortables (**M.4.I**).

Il y a également beaucoup de choses dans le *cours* au sujet de la peur, et même de la terreur, qui résulte d'aller à l'intérieur et de regarder notre ego. Le système de pensée de l'ego n'est pas agréable. Du début à la fin, c'est une expression de haine, de meurtre, de sacrifice, de victimisation, de particularité et de jugement. Pourtant, page après page, on nous dit que tout repose sur la croyance erronée que nous pouvons nous séparer de Dieu, que nous l'avons fait et que nous avons crucifié Son Fils. La vérité est cependant très différente. Nous ne nous sommes jamais séparés de notre Source, et nous ne pourrions jamais le faire, c'est pourquoi notre seule responsabilité est d'accepter l'Expiation pour nous-mêmes (**T.2.V.5:1**). Et cela, nous pouvons le faire seulement dans le cadre de nos expériences quotidiennes ordinaires, lesquelles expériences nous reflètent quel enseignant nous avons choisi dans nos esprits (**T.21.in**). Ainsi, Jésus nous dit : « *Nul ne peut échapper des illusions à moins de les regarder, car ne pas les regarder est la façon de les protéger. Il n'y a pas lieu de reculer devant les illusions, car elles ne peuvent pas être dangereuses.... Ensemble, nous avons la lampe qui le dissipera [système de pensée de l'ego].... Nous devons d'abord l'examiner pour ensuite voir au-delà, puisque vous l'avez rendu réel.*

*Ensemble, tranquillement, nous déferons cette erreur, et ensuite nous regarderons au-delà, vers la vérité (T.11.V.1:1, 2, 3, 5, 6).*

Un élément indispensable de notre processus comme étudiants d'*Un Cours en Miracles*, est de se rappeler que l'ego n'a aucun pouvoir qui lui est propre, si ce n'est le pouvoir que lui donne notre esprit. Observer nos manifestations d'ego avec l'Esprit Saint aidera à nous souvenir de cela. Graduellement, nous en viendrons à ne plus prendre l'ego aussi sérieusement qu'avant, ce que nous faisons chaque fois que nous nous jugeons pour avoir un ego ou que nous jugeons les autres pour la même raison. Si on trouvait un avertissement au début des leçons du livre d'exercices, Jésus serait en train de dire que l'ego est réel, et qu'entrer en contact avec l'ego pourrait s'avérer dangereux. Ce serait aller directement à l'encontre de tout ce que dit Jésus sur l'ego et comment nous devrions l'approcher. Il nous enseigne que l'ego n'a aucune substance, que c'est seulement une fausse croyance sur nous-mêmes à laquelle nous nous accrochons. Il met l'emphase tout au long du *cours* de lui faire confiance, qu'il pourra nous guider, d'être aussi doux, gentils et patients envers nous-mêmes que lui l'est, de ne pas nous forcer à passer à travers ce qui fait trop peur. Il y aura toujours une autre occasion d'apprendre une leçon de pardon, et puisque Jésus ne croit pas à la réalité du temps, il ne met pas de pression pour que nous apprenions nos leçons à l'intérieur d'un certain délai. Si nous imitons sa douce orientation pour nous-mêmes et pour les autres, nous ferons notre chemin, nous traverserons les endroits les plus rugueux et nous arriverons à bon port à plus ou moins long terme. Si toutefois, il arrivait, comme c'est parfois le cas, que ce processus remue trop d'« émotions » douloureuses et intenses, la chose la plus douce et aimante à faire serait de demander l'aide d'un bon thérapeute, puis de revenir au processus du *cours* lorsqu'il y aurait plus de stabilité au plan émotionnel et psychologique.

Et finalement, nous ne considérons pas qu'il s'agisse d'un voyage inutile, puisque le *cours* est un moyen qui nous aide à défaire des fausses croyances logées dans nos esprits, des croyances qui ont mené à tous nos problèmes et à notre souffrance. Tant que nous allons continuer à réagir à notre corps et à ce monde comme s'ils étaient une réalité, nous aurons besoin d'aide pour débarrasser nos esprits de ces pensées illusives, afin de pouvoir retrouver l'état de paix dans laquelle nous avons été créés pour vivre éternellement.

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

Question 1260