

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

Question :

Étant donné les nombreux et différents types de problèmes émotionnels vécus 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, que les choses vont « brasser », ce qui pourrait s'avérer difficile à gérer ? Lié étroitement à cette question, *Un Cours en Miracles* n'est-il pas un voyage inutile ?

Réponse :

Puisque le cours est un programme d'auto-étude, ce n'est pas à nous de remettre en question les méthodes de son auteur, toutefois 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 tout au long du processus de lâcher prise de notre investissement dans le système de pensée de l'ego. En fait, dans le manuel pour enseignants, 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 de descendre en soi et regarder l'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. Or page après page, on nous dit que tout cela repose sur la fausse croyance que nous pouvons nous séparer de Dieu, que nous l'avons fait et que nous avons crucifié Son Fils. Or la vérité est fort 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 chacun pour soi-même. **(T.2.V.5 :1)** Et cela, il est possible de le faire seulement dans le cadre de nos expériences quotidiennes ordinaires, des expériences qui nous reflètent quel enseignant nous avons choisi dans nos esprits. **(T.21.intro)** 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 tu l'as rendue réelle [dynamique de l'ego]. Ensemble, tranquillement, nous déferons cette erreur, puis nous regarderons au-delà vers la vérité.* » **(T.11.V.1 :1,2,3,5,6)**

Un élément indispensable dans notre processus comme étudiants d'*Un Cours en Miracles*, est de se rappeler que l'ego n'a pas de pouvoir si ce n'est le pouvoir que lui donne notre esprit. Observer nos manifestations d'ego avec le Saint-Esprit aidera à nous en souvenir. Graduellement, nous en viendrons à ne plus prendre l'ego aussi sérieusement qu'auparavant, ce que nous faisons quand nous jugeons le fait d'avoir un ego ou que nous jugeons les autres pour la même raison. Si on trouvait, comme vous le suggérez, 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 lui 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*, nous demandant de lui faire confiance, qu'il pourra nous guider, d'être aussi doux, gentils et patients envers nous qu'il l'est lui-même, de ne pas nous forcer à traverser ce qui nous 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 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 aura 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 les 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 illusoire et pouvoir retrouver l'état de paix dans laquelle nous avons été créés pour vivre à jamais.

Source : www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm

Question 1260