

Après quelques années d'étude, le monde ne me séduit plus

Question :

J'étudie *Un Cours en Miracles* depuis un certain nombre d'années. Or récemment j'ai commencé à me sentir triste et anxieux. Les activités qui autrefois me rendaient enthousiaste de vivre et engagé dans ma vie me semblent maintenant sans intérêt, ennuyants et/ou vides. Je vois des amis et des collègues qui s'engagent pleinement dans leur vie, ils cherchent à s'améliorer, retournent aux études pour obtenir un autre diplôme, ou planifient des voyages vers des lieux intéressants. Pas moi ! Pour un vaste éventail de ces choses, je ne trouve pas cet enthousiasme. Aujourd'hui je remarque que je me sens comme si j'étais « laissé de côté » sur plein de choses, comme si j'étais en dehors de la vie, à regarder passer le train. J'ai parfois essayé de me joindre aux autres, mais je n'arrive pas tout à fait à faire partie d'un groupe comme avant. La plupart du temps, je me sens tranquille et en paix à l'intérieur, et je me sens heureux pour eux. Pourtant, à d'autres moments je me vois en train de chercher, je voudrais me lancer dans quelque chose. Il y a comme une sorte de désespoir lié à cette recherche. Ce que je vis pourrait-il être un exemple de la « période d'annulation » qui est mentionnée dans le manuel pour enseignants ? Devrait-on s'attendre à aller et venir entre la tranquillité et l'agitation ?

Réponse :

Ce que vous décrivez est commun et survient à des élèves qui étudient et pratiquent le *cours* depuis un certain temps. Vous remarquerez des parallèles avec les questions 599, 971 et 1115. Vous pourriez trouver dans ces discussions un soutien favorable à mesure que vous progressez dans cette phase de votre voyage spirituel. Il est plus que probable que vous êtes en train de vivre les effets de votre désir d'annuler l'ego.

Lorsque vous êtes poussé à vous lancer dans quelque chose dans le monde, vous répondez probablement à un sentiment de manque, de vide/vacuité qui provient de votre décision d'abandonner votre ego. Naturellement, s'éloigner de ce à quoi nous étions identifiés toute notre vie et que nous avons valorisé (**Leçon PI.133**) peut donner lieu à des sentiments de peur et même de panique, accompagnés de sentiments de paix et de soulagement parce que vous n'êtes plus en train de lutter contre la vérité de qui vous êtes. Il est donc tout à fait normal de se sentir désespéré par moments, puis d'essayer d'étouffer la tempête en tentant de larguer une autre ancre dans le monde familier.

En outre, puisque vous déplacez votre attention du monde extérieur vers l'intérieur, vous vous sentez naturellement différent face aux activités qui autrefois vous donnaient du plaisir, de l'enthousiasme, de la satisfaction, une certaine hâte, etc. Vous n'êtes plus si fermement enraciné dans ce monde, et c'est une bonne chose ! Mais vous n'êtes pas encore fermement enraciné dans le monde intérieur, et par conséquent, vous avez tendance à vous sentir suspendu entre les deux états.

Mais à mesure que vous vous installez dans votre nouveau rôle d'apprenant heureux (**T.14.II**), vous trouverez une nouvelle façon de vous engager dans des activités, sans les hauts et les bas qui caractérisaient autrefois votre participation. Une fois que vous donnez à votre journée le seul but d'être une salle de classe pour apprendre les leçons qui vous aident à vous éveiller du rêve, vous faites simplement les choses avec moins d'intensité et plus de paix intérieure. Vous pouvez encore profiter de la télévision et des films, des voyages, des sports, ou de tout ce qui faisait partie de votre vie, mais il y a une sensation différente qui vient de ces expériences. Il y a des choses à faire, vous devez manger, prendre soin de votre corps, interagir avec les gens etc. Or tout cela, vous le faites d'une manière différente à présent, en ce sens que vous ne le prenez pas aussi sérieusement qu'avant. Vous êtes tenté de voir vos interactions comme un moyen d'apprendre que nous partageons tous le même intérêt. Cela pourrait rendre effectivement vos interactions plus significatives, et même passionnantes, en sachant que cela vous aide sur votre chemin de retour à Dieu. La forme des activités viendrait donc simplement de saisir toutes les occasions d'exprimer le contenu dans votre esprit. Vos amis ne remarqueront peut-être pas la différence, sinon que vous êtes plus enjoué et en paix (**Leçon PI.155.1**), mais vous allez vivre votre vie à partir d'une perspective nouvelle, après avoir choisi un nouvel Enseignant qui vous aide à tout voir et juger à travers ses yeux affectueux sans jugement.

En continuant ce processus de pardon, le balancier entre votre esprit juste et votre esprit erroné viendra moins souvent vous perturber à mesure que vous reconnaissez la connexion entre défaire l'ego et rire de la « minuscule et folle idée » (**T.27.VIII.6 :2**). La peur et la résistance deviendront quelque chose de familier pour vous, et elles ne seront plus que des déviations mineures que vous choisirez de détourner pour retourner à la voie calme que vous avez choisie, et à votre Enseignant.

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

Question 1342