

Comment dépasser la souffrance et profiter du *cours* ?

Question :

Du point de vue d'*Un Cours en Miracles*, comment quelqu'un traite-t-il avec une situation de maladie chronique où il fait l'expérience d'un inconfort physique continu, ce qui perturbe sa vie jour après jour. Disons que cette personne est capable de voir la maladie comme résultant de ses propres mauvais choix dans l'esprit, qu'elle veut sincèrement choisir à nouveau, qu'elle cherche à se pardonner elle-même pour tous ses mauvais choix. Comment cette personne peut-elle procéder s'il n'y a pas de traitement médical disponible et connu pour soulager sa souffrance ? Quel serait le moyen le plus aimant et le plus doux de se pardonner pour ce scénario ? Comment quelqu'un commence-t-il à dépasser l'inconfort physique continu et/ou la douleur pour trouver la paix lorsqu'il n'y a pas de « magie » qui existe pour lui donner ne serait-ce qu'une illusion de secours momentané ?

Réponse :

La situation que vous décrivez est extrêmement éprouvante. Nous espérons certes qu'une forme d'aide médicale soit trouvée bientôt pour vous venir en aide. Il est terriblement difficile d'être en paix quand votre corps est ravagé par la douleur jour et nuit. Vous pardonner dans ce contexte signifie d'être bon envers vous-même et ne pas vous attarder sur les « mauvais choix » que vous voyez comme responsables de votre condition. Il est entendu que le choix de se voir coupable est, à juste titre, la cause de toutes les conditions physiques, que ce soit une entorse au poignet ou une tumeur fatale au cerveau. Il n'y a pas de hiérarchie d'illusions. Mais pratiquement personne n'est directement en contact avec ce choix en réalité, ni susceptible de l'évaluer et de le changer pour un choix d'esprit juste. Il est également tout à fait possible que quelqu'un ait choisi une condition physique pour des raisons d'esprit juste, par exemple, pour démontrer que le corps est sans rapport avec l'expérience de l'Amour et de la paix de Dieu, puisque l'Identité réelle de quelqu'un transcende totalement les limites corporelles.

En outre, puisque nous ne pouvons pas voir notre propre chemin d'Expiation ou celui d'un d'autre, nous ne pouvons pas savoir vraiment pourquoi une condition spécifique existe, si c'est le résultat d'un choix d'esprit juste ou erroné. Donc le mieux est de ne pas juger. Ce que nous enseigne le *cours* est de demander de l'aide pour apprendre que nos souffrances ne sauraient affecter la paix de Dieu en nous.

Même si nous pouvons seulement dire les mots, c'est suffisant pour entamer le processus de la guérison (**voir leçon 284**). La plupart des gens ne connaissent pas des changements immédiats dans leurs symptômes, mais nous devons résister à la tentation de conclure que « ça ne marche pas ! » Le désir opère *toujours*, parce que la véritable maladie (séparation) est uniquement dans nos esprits, et par conséquent la guérison ne prend place qu'à ce niveau. L'appel à l'aide que sous-tend la maladie trouve toujours réponse par le reflet de l'Amour du Ciel dans nos esprits, et donc nous avons seulement besoin, dans un acte de bienveillance envers soi-même, d'en reconnaître la vérité, pour ensuite avoir confiance que lorsque nous serons prêts, nous l'accepterons en toute conscience. Nous juger parce que nous ne semblons pas prêts ne fait que soutenir le but de l'ego de garder la culpabilité réelle dans l'esprit. Quand l'esprit est délivré de la culpabilité, la condition de notre corps n'est plus le point central de notre attention. Mais il s'agit d'un processus qui nécessite une pratique quotidienne, habituellement sur une longue période de temps : « *La résistance à cette reconnaissance est énorme, parce que l'existence du monde tel que tu le perçois dépend entièrement du corps comme étant le décideur.* » (**M.5.II.1 :7**).

Nous ne pouvons pas manquer de nous rendre à ce niveau toutefois, parce que c'est l'état naturel de notre esprit, comme nous le rappelle Jésus : « *L'amour est ta sécurité. La peur n'existe pas. Identifie-toi à l'amour, et tu es en sécurité. Identifie-toi à l'amour, et tu es chez toi. Identifie-toi à l'amour et trouve ton Soi.* » (**Leçon P II.5 :4,5,6,7,8**) Des discussions susceptibles d'apporter un soutien favorable quant à vos réflexions sur la maladie et la guérison, peuvent être trouvées aux questions 1045 et 1111.

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

Question 1344