

Comment pardonner les abus de mon enfance ?

Question :

Comment *Un Cours en miracles* voit-il la maltraitance sévère ? Pendant de nombreuses années, je me suis battu contre l'inégalité des forces dans les relations parents/enfants, me concentrant sur la violence dont j'ai été victime à tous les niveaux, ce qui a donné comme résultat un développement de la personne assez pauvre, même si je suis très lucide. J'ai pour vous deux questions : Comment pardonner tout le mal qui m'a été causé ? Ce qui m'est arrivé est mal et provient de gens qui ne prennent leurs responsabilités. C'est purement et simplement abuser gravement de l'enfant sur tous les plans ; émotif, spirituel et mental.

Qui suis-je ? Qu'est-ce que cela signifie d'être soi-disant une créature spirituelle (un corps de lumière) alors que je vis dans un monde de haine, de conflit et de pouvoir ?

Réponse :

Le monde est un endroit désespérément cruel, rempli d'effets de pensées malfaisantes. Les gens peuvent être excessivement méchants et brutaux les uns envers les autres, et envers ceux sur qui ils ont du pouvoir. Ils peuvent en abuser d'autant plus qu'eux-mêmes ont souvent été victimes de violence par ceux qui avaient du pouvoir sur eux. C'est un cercle vicieux d'où aucune fuite ne semble possible. Pourtant, l'évasion est possible si nous sommes disposés à examiner sous la surface, quels sont nos jugements vite faits du bien et du mal, et nos distinctions souvent trop faciles entre les coupables et les innocents.

Il y a peut-être une façon de comprendre ce qui a motivé vos parents à vous traiter comme ils l'ont fait, et cela ne veut pas dire que de quelque façon ils sont justifiés de l'avoir fait. Mais vous reconnaissez aussi que maintenir les jugements, et la douleur associée aux jugements, ne fait que vous garder piégé dans l'angoisse mentale qui vous paralyse et qui vous empêche de ressentir la joie et la paix dont nous sommes tous dépositaires grâce à notre héritage divin (**Leçon 104**). Le *cours* reconnaît que « *les gens qui ont peur peuvent être très méchants.* » (**T.3.I.4 :2**). Cette prise de conscience est réellement la clé pour nous sortir de l'enfer, pour nous libérer nous-mêmes, ainsi que les autres, des griffes du mal.

C'est la peur qui motive chacun d'entre nous à passer à l'acte, à agir à partir de pensées malfaisantes, et non le mal inhérent en nous. Nul au monde n'est à l'abri des pensées insanes ; ce qui est la nature même du système de pensée de l'ego que nous partageons tous. Quelques-uns parmi nous peuvent être devenus meilleurs que les autres quant à la capacité de cesser de manifester un comportement malsain. Mais la rage qui couve à l'intérieur du meurtrier couve en chacun de nos esprits jusqu'à ce que nous ayons appris à découvrir la culpabilité qui alimente cette rage, afin de lui permettre de guérir à la lumière du pardon du Saint-Esprit. L'ego est noirceur complète et totale. Il n'y a aucune lumière dans ses limites hermétiquement closes, et nous sommes tous en train de chercher notre voie, titubant sans espoir, tant et aussi que nous restons identifiés aux buts malfaisants de cet ego.

Nous sommes tous un, partageant le même esprit erroné et insane de l'ego, bien que nous puissions différer dans la manière d'exprimer cet ego dans le quotidien de nos vies. Mais jusqu'à ce que nous puissions reconnaître sa présence, nous serons piégés dans des tentatives qui ne fonctionnent pas, pour nous défendre contre la culpabilité et la haine de soi qui sont les compagnons inévitables de notre croyance qu'il n'y a que du mal et que des ténèbres en nous. Nous chercherons à projeter cette culpabilité à l'extérieur, sur nous-mêmes et sur les autres. Et donc nous allons nous fourvoyer, voulant tenir les autres responsables de la douleur qui vient du sentiment d'être séparé de l'amour.

Certains trouvent des manières socialement appropriées, quoique toujours motivées par l'ego, de canaliser cette écrasante et douloureuse expérience de culpabilité. D'autres la sortent de manière plus directe, en se souciant peu ou pas des effets dévastateurs sur les autres. Et ceux-ci deviennent alors des violeurs, des meurtriers, et des abuseurs d'enfants. Il devient alors facile de voir en eux le péché et la culpabilité, comme pour attester de notre propre « innocence ». Or ce qui les motive n'est pas différent de ce qui motive chacun d'entre nous qui n'a pas encore découvert comment opèrent ces dynamiques inconscientes, afin de pouvoir commencer à en guérir.

Par conséquent, le premier pas vers notre propre guérison, après avoir reconnu nos jugements contre l'assassin, le violeur, l'agresseur, etc. est de reconnaître l' « humanité » commune que nous partageons tous, une identité désespérée et remplie de douleur qui place l'égoïsme et la préservation de soi au-dessus de tout le reste. Nous le faisons tous, mais nous avons fait une couverture qui semble meilleure et préférable.

Si seulement nous pouvions commencer à entrer en contact avec le fait que notre propre douleur est la même que celle de tout le monde, et que c'est cette douleur qui conduit chacun d'entre nous à agir de façon insensée. Nous aurions alors ouvert la porte à une vision plus miséricordieuse et à plus de compassion envers nous-mêmes et les autres. Car nous aurions commencé à voir que, quelle que soit la cruauté avec laquelle nous agissons, il s'agit seulement d'un moyen de défense contre la culpabilité et la douleur en nous, la même culpabilité et la même douleur que nous éprouvons tous.

Cela ne veut pas dire que nos propres expériences d'avoir été agressés et abusés doivent être niées et rejetées. Mais il y a une quelque chose d'autre, au-delà de reconnaître la souffrance que nous avons éprouvée aux mains des autres, une étape que nous pouvons entreprendre lorsque nous sommes prêts à aller au-delà de la souffrance. Le problème, ici et maintenant, ce n'est pas l'événement du passé, mais l'interprétation que nous continuons à lui donner. Et le *cours* nous fournit une façon différente d'aborder ces événements passés. Il nous aide à comprendre ce qui, à un niveau plus profond, a motivé les actions abusives, et comment nous partageons la même motivation profonde dans notre propre vie quand nous écoutons l'ego et agissons sous ses conseils insanes. Ce n'est qu'à ce moment-là que nous pouvons reconnaître le choix que nous faisons, ici et maintenant, d'être libérés de la douleur de nos propres jugements. Nous cherchons tous des manières de sortir de notre souffrance. Or nous pensons et agissons aveuglément de manière à continuer à souffrir, en jugeant les autres et en attaquant, ce qui renforce la croyance en une séparation à la base du système de pensée de l'ego.

Lorsque nous commençons à reconnaître le contenu de la peur derrière la cruauté de l'ego, que ce soit en l'autre ou en nous, les jugements que nous avons retenus peuvent commencer à se dissiper. Nous aurons commencé à passer de l'intérêt pour soi de l'ego, à l'intérêt partagé du Saint-Esprit, qui reconnaît que nous sommes tous joints dans le même besoin de nous libérer de la culpabilité et de la douleur du système de pensée de l'ego. Reconnaître des intérêts partagés est le reflet de l'amour auquel nous aspirons tous, et l'unité que nous partageons tous comme Fils unique de Dieu, saint et innocent, une Identité qui transcende l'ego et ses manifestations, d'où origine l'illusion du mal.

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

Question 174