

## **J'éprouve parfois une grande tristesse en étudiant le *cours***

### **Question :**

J'étudie *UCEM* depuis pas mal de temps à présent. Je viens juste de découvrir à quel point la particularité est vide et insignifiante. Je commence à voir au travers les stratagèmes de l'ego, ses aversions et ses manipulations. Toutefois, j'ai décelé de la tristesse et/ou de la peur en moi, en raison du vide qui est là quand je désire lâcher prise de la particularité qui veut se maintenir grâce à mes « affaires » matérielles, à mes relations, etc. Que proposeriez-vous qui serait en mesure de m'aider à traverser cette embûche, ou pour lever la voile de façon à percevoir le monde avec une perception guérie ? Le vide peut sembler parfois immense et profond, et donc effrayant.

### **Réponse :**

Faire confiance au processus est essentiel lorsque vous passez à travers cela. À un moment donné, Jésus nous conjure : « *N'insuffle pas la vie à ton ego défaillant.* » (T.17.V.8.4). Puis il nous rassure que « *la mort de la particularité n'est pas ta mort, mais ton réveil dans la vie éternelle.* » (T.24.II.14.4). Ceux-ci font partie des passages particulièrement utiles qui nous rappellent que lorsque nous passons des moments difficiles, 1) Jésus connaît ce que nous traversons et 2) tout va finir pour le mieux si nous continuons simplement à pratiquer le pardon.

La plupart des étudiants passent par ce que vous avez décrit. Une personne a comparé cela à se tenir debout sur un quai avec un pied sur le quai et l'autre sur le bord d'une embarcation qui commence soudainement à dériver loin du quai. C'est désagréable, c'est le moins qu'on puisse dire ! Parfois, cette expérience reflète la « nuit noire de l'âme » notoire, dont on parle dans la littérature spirituelle. Cela est discuté dans le manuel pour enseignants dans la section « *Développement de la confiance* » : Jésus décrit la cinquième étape comme étant « *une période troublante.* » Vous n'êtes plus aussi fermement ancré dans la particularité, mais vous ne l'avez pas non plus dépassée entièrement, parce qu'au plus profond de votre esprit, vous savez que laisser aller la particularité veut dire abandonner votre identité comme individu séparé et indépendant. C'est la peur sous-jacente. Si vous reconnaissez cela, et si vous apportez cette peur à l'amour de Jésus dans votre esprit, vous vous sentirez beaucoup mieux.

Il n'existe aucun autre moyen dans cette étape du processus, si vous voulez finir au « bon endroit. » Ne vous forcez pas à renoncer à une relation ou à quelque chose dans le monde qui vous donne de la joie et dont vous profitez encore. Ne vous efforcez pas non plus à vouloir percevoir chacun avec une perception guérie. Si vous vouliez réellement aller au-delà de la perception des intérêts séparés, vous y seriez déjà. Il est donc extrêmement utile d'être honnête quant à la résistance à lâcher prise de la particularité. Vous pourriez aussi vous demander comment vous vous sentiriez si vous étiez en relation avec les autres sans votre particularité. Parfois, cela révèle un élément en soi-même que nous n'avons pas vu et dont nous n'étions pas conscients, une source de résistance que nous n'avons pas perçue. Enfin, soyez simplement patient avec vous-même et encore une fois, faites confiance au processus.

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

Question 25