

Le *cours* parle-t-il de la douloureuse solitude ?

Question :

Que dit *Un Cours en miracles* sur la solitude ? Tout au long de ma vie, j'ai souvent connu de douloureux sentiments de solitude, même dans mes relations amoureuses. Je me sentais comme enfant dans ma famille et je me sens très souvent seul dans d'autres systèmes qui ont des similitudes avec la famille. Comment changer d'esprit sur ce sentiment de solitude ?

Réponse :

Le *cours* décrit la solitude comme un résultat inévitable de la pensée de séparation (**T.13.III.12 :1 ; M.10 :6:1,2,6**). Jésus met l'emphasis sur cette relation causale en décrivant Dieu, aussi bien que son Fils, comme étant seul à la suite de la séparation. Il le fait dans quatre différents passages du texte (**T.2.III.5 :11,12 ; T.4.VII.6 :7 ; T.7.VII.10 :5,6,7 ; T.15.VIII.3 :2**). De toute évidence, Jésus utilise une métaphore poétique, son but étant de nous fournir un autre point de vue de la manière dont Dieu réagit face à la pensée de séparation, contrairement à l'affirmation de peur de l'ego que Dieu serait *en colère* parce que nous L'avons quitté (voir la question 136 pour en savoir plus sur ce point). Dieu demeure à jamais inchangé par nos pensées insanes, et Il reste éternellement un et indivisible.

Si nous sommes très honnêtes avec nous-mêmes, nous qui croyons vraiment exister dans un état séparé d'individualité, limité par un corps et contenu en lui, isolé les uns des autres, nous nous sentons tous très seuls. Car qui, se sentant séparé de l'amour, ne vivrait pas la solitude ? Selon les termes du *cours* : « *Aussi longtemps que tu perçois le corps comme ta réalité, aussi longtemps tu te perçois toi-même comme étant seul et privé de quelque chose.* » (**T.15.XI.5 :1**)

L'ego insiste sur le fait que nous pouvons surmonter notre solitude grâce à la compagnie d'autres corps. Mais la jonction que nous cherchons grâce à la proximité physique et grâce à l'intimité dans nos relations particulières ne peut au mieux que dissiper temporairement les douloureux sentiments d'isolement, parce que les corps ne peuvent pas vraiment se joindre et que l'agenda secret mais réel de l'ego, est toujours de renforcer notre croyance en notre culpabilité (**T.15.VII.12**). Chercher à être avec d'autres pour nous enlever notre sentiment de solitude ne fait que soutenir le mensonge de l'ego que la séparation est effectivement réelle et que le corps *est* notre réalité.

Pour la plupart d'entre nous, et presque tout le temps, la solitude qui résulte de cela est trop atroce, alors nous cherchons à recouvrir la douleur par le déni, utilisant diverses distractions pour nous étourdir et ne pas en être conscients. Mais nous ne nous interrogeons jamais sur sa prémisse, sur la réalité de la séparation.

C'est seulement en soulevant cette question-là que l'unique solution à notre solitude peut être trouvée (**Leçon 41.1,2 ; Leçon 223.1**), et la réponse se trouve dans la jonction dans l'esprit, pas dans un corps. C'est alors que nous apprenons que nous ne sommes pas vraiment séparés, puisque se joindre est toujours à notre disposition. Jésus nous console dans le passage suivant en nous rappelant qu'il est toujours avec nous, et donc que la solitude ne peut pas être réelle : *« Je suis venu comme une lumière dans un monde qui se nie tout à lui-même. Il fait cela simplement en se dissociant [séparant] de tout. Il est donc une illusion d'isolement, maintenue par la peur de cette même solitude qui est son illusion. J'ai dit que j'étais avec toi tous les jours jusqu'à la fin du monde. C'est pourquoi je suis la lumière du monde. Si je suis avec toi dans la solitude du monde, la solitude n'est plus. Tu ne peux pas maintenir l'illusion de solitude si tu n'es pas seul. »* (**T.8.IV.2 :1,2,3,4,5,6,7**)

Bien sûr, nous pouvons douter que la solution soit aussi simple, mais Jésus nous assure que c'est le cas. Cependant, cela ne veut pas dire que c'est facile. Or à mesure que nous devenons plus enclins à voir que nos intérêts ne sont pas séparés de ceux de nos frères et à renoncer à nos jugements sur nous-mêmes et les autres, Jésus, et l'amour qu'il représente, deviendra plus réel dans nos esprits et nous en viendrons à faire l'expérience de la véracité de ses mots.

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

Question 292