

Je suis accro aux jeux vidéo

Question :

Je joue à des jeux d'ordinateur, ce qui me plait beaucoup. Je pense que je devrai quitter ces jeux un de ces jours parce que je veux choisir l'alternative de l'Esprit Saint. Il y a une autre source de distraction que je chéris et qui est même une dépendance. Cette dépendance me retire complètement de mon esprit juste, c'est un kick, un frisson, mais il y a beaucoup d'effets secondaires, de désavantages et d'inconvénients, le fardeau de l'anticipation, etc. Quand je regarde vraiment cela avec Jésus, je ne le veux plus. Et pourtant, ce n'est pas toujours ce que je choisis (jusqu'à maintenant). Il y a une grande réticence à lâcher ces choses-là. Elles sont en conflit avec le Cours... [Jésus] est allé magasiné des chaussures avec Helen pendant un certain temps, mais ensuite il l'a également informée de lâcher prise de cette dépendance.

Réponse:

Gardez à l'esprit qu'il s'agit d'un processus et que cette pratique prend beaucoup de temps pour la plupart d'entre nous. La patience et la douceur avec nous-mêmes sont les éléments clés de ce processus; dans le cas contraire, nous tombons dans le piège de l'ego de rendre l'erreur réelle. Il y a un élément important dans les conseils que Jésus nous donne au début des "Règles pour la décision": "Ne vous battez pas avec vous-même" (T-30.I.1:7).

Par conséquent, l'approche la plus utile serait d'examiner tout simplement votre réticence à accepter l'alternative de l'Esprit Saint et votre sentiment que l'amour de Jésus n'est pas suffisant pour vous. Ensuite ne vous condamnez pas vous-même pour vous sentir de cette façon. Continuez juste à être honnête avec vous et avec Jésus sur combien vous ne souhaitez *pas* croire et accepter ce que ce cours vous enseigne. Puis ne vous jugez pas vous-même pour cela. Vous allez pratiquer le cours d'une manière très efficace si vous pouvez faire cela. C'est tout ce qu'est le pardon. Vous allez apprendre que le "péché" dont vous vous êtes accusé n'a eu aucun effet, et que c'était seulement une "minuscule et folle idée" qui n'a changé l'amour d'aucune façon.

Jésus est toujours et seulement intéressé par *l'objectif*. Par conséquent, Helen était prête à changer *l'objectif* de ses magasinages compulsifs.

Il ne lui était plus nécessaire de se "protéger" elle-même de l'amour de Jésus, par conséquent, il ne lui était plus nécessaire d'aller magasiner. Lorsque notre peur d'accepter l'amour de Jésus diminuera, notre implication dans nos défenses contre l'acceptation de l'amour va diminuer aussi. Alors que des activités spécifiques pourront encore faire partie de nos vies, leur *objectif* aura changé entièrement. Il s'agit toujours du *contenu*, non de la *forme*. L'expérience de la paix ou du conflit n'a rien à voir avec l'activité ou l'objet lui-même. La paix et les conflits sont le résultat d'avoir choisi notre ego ou Jésus comme enseignant.

Enfin, parlant de façon générale des toxicomanies, il est souvent nécessaire de traiter tout d'abord le comportement--de prendre les mesures qui peuvent être prises pour freiner ou arrêter le comportement destructeur. Cela pourrait refléter la décision de l'esprit d'être plus aimant envers soi-même et les autres. Puis, lorsque le comportement est davantage sous contrôle, la personne peut commencer à traiter la cause de la toxicomanie dans l'esprit. Le plus souvent, les dépendances trouvent racine dans la haine de soi écrasante et la culpabilité, qui ensuite se trouvent projetées sur son propre corps et/ou sur le corps d'un autre.

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

Question 30