

Comment ne pas se laisser abuser et s'affirmer ?

Question :

Dans le passé, j'ai trouvé moyen d'abuser d'*Un Cours en Miracles* pour prévenir des conflits, et cela n'a eu pour effet que de démontrer à certaines personnes qu'elles ont du pouvoir sur moi. Pourriez-vous expliquer la différence entre se laisser utiliser comme un paillason, et ce que le *cours* tente d'enseigner relativement à faire face aux situations où il est nécessaire de s'affirmer, et se reconnaître soi-même comme égal à l'autre, tout cela en accord avec la Volonté de Dieu ?

Réponse :

Abuser du *cours* afin d'éviter un conflit est une erreur courante parmi ses étudiants. C'est une forme de déni qui s'oppose directement à un but très important du *cours*, celui de nous apprendre à prêter attention aux conflits en nous. La façon de faire d'*Un Cours en Miracles* en fait une voie spirituelle unique. Il nous dit que c'est en examinant les conflits que nous apprenons à reconnaître les croyances inconscientes enfouies que nous avons sur nous et les autres, que la séparation est réelle. Nos conflits sont généralement pleins de jugements, de pensées et de sentiments qui sont les reflets du conflit dans notre esprit. Ce conflit est causé par le choix de croire les mensonges de l'ego que nous sommes un corps, rejetant ainsi notre véritable Identité de Fils innocent de Dieu. Tant que nous ne sommes pas conscients de ce conflit dans notre esprit, il ne peut être porté au Saint-Esprit pour être guéri. C'est le but que donne le *cours* aux conflits de notre vie, et c'est la seule façon de pouvoir les résoudre vraiment.

Puisque le *cours* enseigne que la véritable source de conflit est l'esprit non guéri, il ne dit pas comment régler le conflit sur le plan de la forme ni comment nous comporter. On nous demande d'être disposés à reconnaître toutes les pensées, croyances et sentiments qui montent en nous face à toutes les situations car cela reflète le choix de l'esprit de s'identifier au système de pensée de l'ego, puis de les questionner à la lumière des enseignements du *cours*. Nous ne sommes pas appelés à faire quoi que ce soit au niveau de la forme. Cela veut dire qu'essayer d'agir de manière spirituelle ou en accord avec les principes métaphysiques du *cours* (par ex. rester silencieux lorsqu'on est maltraité) tout en s'identifiant au système de pensée de l'ego, n'est pas productif et vous fait sentir un paillason. Ce n'est certainement pas l'expérience à laquelle Jésus nous conduit. En outre, si vous êtes une victime, c'est qu'il y a un agresseur, renforçant ainsi la notion de séparation.

Le *cours* dit que non seulement nous sommes « égaux » mais que nous sommes *un*. Nous le saurons lorsque toutes les formes par lesquelles nous nous percevons différents les uns des autres, auront été pardonnées. Jusque-là, nous continuons la pratique du pardon. Il est possible de s'affirmer tout en restant fidèle au *cours* car cela n'est pas différent de faire quelque chose pour prendre soin de vous physiquement, émotionnellement ou psychologiquement.

Vous affirmer sans attaquer est une façon de reconnaître votre besoin d'être traité avec respect et le même besoin chez l'autre, ce qui renforce la croyance que nous n'avons pas des intérêts séparés. Tant que nous croyons être des corps, nous interagissons avec les autres conformément aux normes habituelles des comportements. Il ne faut pas nier nos sentiments ou nos besoins perçus, ce qui ne ferait que nous priver d'occasions d'apprendre à pardonner. Le *cours* nous met en garde très tôt dans le texte : « *Le corps fait simplement partie de ton expérience dans le monde physique... Il est presque impossible de nier son existence en ce monde. Ceux qui le font se livrent à une forme de déni particulièrement indigne.* » (T.2.IV.3 :8,10,11)

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

Question 415