

Je fus libéré de l'habitude de fumer durant mon sommeil

Question :

Pendant de nombreuses années, j'ai essayé toutes les méthodes concevables afin d'abandonner ma dépendance à la nicotine. Après mon dernier échec, j'ai décidé que je ne me mettrais plus jamais à l'épreuve pour cesser de fumer, me résignant à être un fumeur pour le restant de mes jours. Pourtant, un matin je me suis réveillé à l'heure habituelle, mais je n'ai pas ouvert les yeux. Il y avait quelque chose de différent. Je me sentais comme si j'étais au Ciel. Cette paix et cette tranquillité, je ne les avais jamais ressenties auparavant, et j'ai même pensé que j'étais mort. C'est comme si l'ego avait été emporté loin de moi ; je n'avais rien, mais j'étais tout. Lorsque j'ouvris les yeux, tout semblait différent, d'une brillante clarté, mais douce pour les yeux. Rien ne semblait physiquement réel. Je n'avais aucune fringale, aucun désir et aucune pensée de cigarette. Puis graduellement la paix a disparu, à mesure que je reprenais le mode d'ego habituel, mais ce qui est resté est que je n'ai toujours aucun intérêt dans les cigarettes. Aujourd'hui, j'ai vraiment la croyance qu'un Pouvoir bien plus grand que mon ego m'a libéré de ma dépendance au tabac pendant que je dormais. Pourriez-vous svp, appliquer les enseignements d'*Un Cours en Miracles*, au miracle que j'ai vécu ?

Réponse :

Contrairement à ce que vous pouvez penser de votre expérience, le *cours* n'attribuerait pas ce qui est arrivé à une intervention divine comme vous le dites. La métaphysique du *cours* indique clairement que Dieu n'a rien à voir avec le monde (T.11.VII.1, Leçon PI.166.2 ; C.4.1). C'est notre propre esprit qui détermine la forme que prennent nos expériences (Leçon P II. 325 .1 :1,2,3,4). Maintenant, ce n'est pas dans le but de pour nier que l'expérience très puissante que vous avez vécue puisse être le reflet de l'Amour de Dieu pour vous. Néanmoins, c'est votre esprit qui a mis en place les événements que vous avez expérimentés, y compris la libération de la dépendance à la nicotine, beaucoup à la manière dont l'esprit détermine les événements qui se déroulent dans vos rêves nocturnes.

À un niveau dont vous n'êtes pas conscient, votre esprit a fait le choix d'accepter la paix plutôt que le conflit. Votre décision consciente d'arrêter de vous battre contre votre dépendance au tabac, pourrait être responsable, en partie, de ce changement.

Et votre expérience d'être libéré de l'ego quand vous vous êtes réveillé suggère que vous vous êtes permis d'être suffisamment exempt de peur pour ouvrir votre esprit à l'expérience des symboles de nature non physique de l'esprit, ainsi qu'à la nature illusoire du monde et du corps, qui sont des enseignements fondamentaux du *cours*. Dans un tel état, les besoins personnels n'existent pas. **(T.28.I.3 :2)**. Que vous ayez reporté cette reconnaissance à votre vie quotidienne en relation aux cigarettes signifie simplement que vous n'aviez plus besoin de vous défendre contre l'amour que représente la nicotine, une chose servant de substitut parmi un large éventail de substituts de l'ego pour remplacer l'amour **(T.16.V.12)**. C'est une décision de l'esprit qui établit une dépendance, et qui lui donne une forme particulière, et c'est aussi une décision de l'esprit de lâcher cette dépendance particulière. En fin de compte, lorsque nos peurs et notre culpabilité auront disparu, nous n'aurons plus besoin des substituts de l'ego pour remplacer l'amour que nous cherchons vraiment. Votre expérience vous a donné un aperçu utile de l'état d'esprit vers lequel nous conduit le *cours*, où nous nous dirigeons tous.

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

Question 466