

La surconsommation ne remplit pas mon vide douloureux

Question :

Dans votre réponse à la question 231, vous expliquez de façon tellement adéquate : « Nous cherchons à combler le vide laissé par notre séparation de Dieu par toutes sortes de substituts à Son Amour, substituts qui ne nous donnent jamais pleinement satisfaction. » Bien que je puisse tout à fait accepter cela intellectuellement, je semble parfois éprouver ce vide de façon si extrême et avec une douleur psychologique si intense, que je me sens parfois presque physiquement malade. Parfois l'ego essaie de me faire compenser par des moyens stupides de surconsommation (nourriture, musique, différentes formations, etc.) presque à un niveau de cupidité. Comment peut-on remplir ce trou noir immense (qui n'est même pas là) avec l'amour ? Simplement dire que ce vide n'existe pas n'est pas suffisant pour dissiper l'illusion. Bien que Jésus nous enseigne que l'Amour de Dieu est tout ce que je suis, l'illusion du vide est encore là et je ne suis pas en paix. Dois-je seulement accepter que Dieu me prend là où je suis et qu'Il m'accueille ? Ou est-ce que je prends cela trop au sérieux, puisque rien dans ce monde n'est réel de toute façon ?

Réponse :

La douleur liée au profond sentiment de vide que vous décrivez est l'inévitable effet de choisir la séparation. Elle est présente sous une forme ou sous une autre au coeur de chacun de ceux qui sont séparés. Cela peut être camouflé, temporairement anesthésié ou nié, mais c'est la forte impulsion derrière toutes les poursuites pour trouver le soulagement et le plaisir dans la particularité de chacun. Que vous en ayez pris conscience est une étape importante dans le processus pour défaire la croyance en la séparation et pour apprendre à vous identifier au Soi aimant également présent en chacun de nous.

Vous avez raison de dire que, lorsque nous sommes pris dans les griffes de la séparation, il n'est pas très réconfortant de savoir qu'il n'existe pas de vide. Et beaucoup pense comme vous car quoiqu'on fasse pour combler ce vide, on n'y arrive pas puisqu'il ne peut pas être comblé. Il *n'y a pas* de substitut à notre véritable Identité, car il n'y a pas d'opposé à la vérité. Lorsque la vérité est niée, ce qui reste est le néant ; et c'est cela le vide. La seule façon de guérir la douleur de la séparation est de ne pas la choisir. Il n'y a que cela pour oblitérer l'expérience du vide et cela se fait au moyen du pardon : « *Le pardon est la guérison de la perception de séparation.* » (T.3.V.9 :1)

Reconnaître la souffrance et savoir d'où elle vient est un bon début. Assumer la responsabilité d'avoir choisi la séparation sous forme de particularité est une autre étape importante. *Un Cours en Miracles* ne nous enseigne pas de quelle façon combler le vide, mais seulement comment pratiquer le pardon. Nous pouvons trouver ces réponses dans les questions posées par Jésus : «*À quel point es-tu désireux de pardonner à ton frère ? À quel point désires-tu la paix au lieu d'une lutte sans fin, de la misère et de la douleur ? Ces questions sont les mêmes, sous des formes différentes. Le pardon est ta paix, car en lui réside la fin de la séparation et du rêve de danger et de destruction, de péché et de mort ; de folie et de meurtre, de chagrin et de perte.* » (T.29.VI.1 :1,2,3,4,5,6)

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

Question 470