

Je me sens affecté par les pensées négatives des autres

Question :

J'ai vraiment l'impression de savoir que tout est illusoire. Toutefois, dans le jeu de l'illusion, il me semble parfois que les pensées et les choses de l'ego ne soient pas réellement les miennes et à quelques reprises, qu'elles viennent d'autres entités et/ou d'autres espaces. Et lorsque je le reconnais, parfois elles s'en vont. Est-ce que Jésus n'a pas séjourné dans le désert pour se libérer de certains de ces types d'influences ? Est-ce qu'*Un Cours en Miracles* enseigne quelque chose là-dessus ?

Réponse :

Premièrement, la Bible décrit Jésus séjournant dans le désert pour se débarrasser de forces négatives, mais à l'instar de tous les autres comptes rendus de sa vie, plusieurs spécialistes de la Bible sont d'avis qu'il y a très, très peu de ces histoires qui peuvent être considérées comme factuelles. Ensuite, *UCEM* vise à nous aider à restaurer le pouvoir de notre propre esprit afin que nous puissions être guéris de la croyance erronée que nous sommes à la merci de forces à l'extérieur de nous, forces sur lesquelles nous n'avons aucun contrôle, ce qui comprendrait la croyance en des entités qui nous parlent. En faisant le jeu et la stratégie de l'ego, en fin de compte nous finissons sans pouvoir, nous pensant victimes de ce qui nous est fait. Et donc l'aide que Jésus nous donne par le biais de son message et des exercices consiste à nous former progressivement à accepter de prendre la responsabilité pour nos pensées et nos perceptions, jusqu'à ce que nous n'ayons plus de pensées ou de désirs qui ne soient parfaitement en accord avec sa pensée, laquelle est parfaitement en accord avec Celle de Dieu.

Jésus ne mentionne jamais le mot *démon*. Il utilise le mot *diable* dans le chapitre 3 du texte où il dit que le concept lui-même ne fait pas de sens :
« Le « diable » est un concept effrayant parce qu'il semble être extrêmement puissant et extrêmement actif. Il est perçu comme une force en lutte avec Dieu, se battant contre Lui pour la possession de Ses créations. Le diable trompe par des mensonges et bâtit des royaumes où tout est en opposition directe avec Dieu.

Pourtant, il attire les hommes plutôt que de les rebuter, et ceux-ci sont désireux de lui «vendre» leur âme en échange de dons qui n'ont aucune valeur réelle. Cela n'a absolument aucun sens. » (T.3.VII.2. 4-8). Jésus poursuit avec sa correction des enseignements bibliques traditionnels, puis il nous offre une nouvelle définition : « L'esprit peut rendre la croyance en la séparation très réelle et effrayante et c'est cette croyance qui est le diable. » (5 :1)

En somme, l'ego, et quoi que ce soit venant de l'ego, est enraciné dans nos propres pensées et croyances, et nous en sommes entièrement responsables. C'est sur ce travail que se concentrent les étudiants du *cours* : apprendre à reconnaître comment nous nous défendons contre cette vérité et comment nous nous protégeons pour qu'elle ne revienne pas dans nos esprits. Jésus nous entraîne à identifier ces défenses de sorte que nous puissions identifier la peur dans notre esprit, peur qui nous a conduits à croire qu'il nous fallait des défenses. Lorsque nous allons revenir dans nos esprits et que nous allons nous rendre compte que l'ego n'est rien d'autre qu'une croyance erronée que nous avons acceptée, nous allons simplement sourire à l'idée ridicule de nous avoir pris au sérieux et d'avoir cru qu'il existe des forces et des entités qui pourraient nous affecter. Alors au coeur de l'enseignement de Jésus, il faut apprendre avec lui comment regarder notre ego, rien de plus que cela, juste regarder, et si nous le faisons avec lui, il n'y aura pas de frayeur. L'approche du *cours* est donc très simple : il y a seulement l'ego ou le Saint-Esprit, et l'ego repose sur le néant. En fin de compte, puisque l'ego est seulement une croyance, il disparaît lorsque nous n'apprécions plus cette croyance. Pas besoin de lutter contre l'ego ou tenter de le bannir, il suffit de le regarder avec Jésus et de sourire doucement ; il n'a aucune existence autre que celle de notre propre croyance.

Source : <http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm>

Question 557