

Le programme en 12 étapes rend mon problème réel

Question :

Récemment, je suis entré dans un programme en 12 étapes pour corriger mes abus de substances. Cela semble faire une différence positive. Je sais que Ken dit que nous devons traiter certains problèmes en prenant les moyens du monde, mais seulement pour arriver à les voir lucidement pour ce qu'ils sont. Y a-t-il autre chose que j'aurais besoin de savoir si je veux concilier ce programme (qui rend mon problème très réel), avec la poursuite de mon étude du *cours* ?

Réponse :

En général, il est utile de tenter de résoudre les *symptômes* de la maladie à laquelle nous sommes confrontés, avant d'être prêts à nous attaquer aux causes plus profondes et sous-jacentes à notre détresse, avec lesquelles le *cours* nous aidera à entrer en contact. Si nous expérimentons un problème médical comme une crise cardiaque ou une crise d'appendicite, nous allons d'abord vouloir obtenir l'aide médicale appropriée afin de soulager les symptômes physiques.

De même, si nous sommes piégés dans une sorte d'accoutumance ou dans un comportement autodestructeur, la première étape sera de mettre la toxicomanie sous contrôle. En général, les programmes en 12 étapes sont très efficaces pour amorcer et soutenir pareils changements. Mais il est exact de dire que selon la perspective du *cours*, ces programmes ne vont pas jusqu'à la source sous-jacente de stress et de détresse. Pourtant, le fait de développer une certaine discipline et d'avoir un certain contrôle autour de comportement abusif envers soi-même, est souvent un premier pas essentiel dans la démarche.

Comme étudiant du *cours*, il importe de reconnaître que ces interventions peuvent être extrêmement utiles, *et* qu'il y aura également d'autres étapes à entreprendre. Tout ce qu'on tente de résoudre comme problème en passant par le niveau du monde pour ce faire, plutôt que de traiter la cause sous-jacente du problème qui se passe au niveau de l'esprit, est appelé *magie* par le *cours*. Tous, nous vivons presque toujours en utilisant la magie pour solutionner nos problèmes. Pour le *cours*, les interventions pour guérir les problèmes médicaux et les toxicomanies décrits ci-haut seraient tous considérées de la magie.

Or, bien que le *cours* enseigne que la magie ne guérisse pas (T.2.IV.4 :3) (la *vraie* guérison ne vient que lorsque prend fin la culpabilité de s'être auto-condamné dans notre propre esprit), le *cours* ne doit jamais être interprété comme prenant position *contre* la magie. En effet, Jésus reconnaît que tant que notre peur est trop grande : « *Dans ce cas il peut être sage d'utiliser une approche de l'esprit et du corps qui représente un compromis, en donnant croyance temporairement à l'action guérissante de quelque chose d'extérieur.* » (4: 6).

En outre, toutes les formes en ce monde sont neutres, le *cours* enseigne donc que notre seule préoccupation devrait être le *but* que nous donnons à toute chose (T.4.V.6 :8, 9). La clé, lorsqu'on utilise quelque chose comme un programme en 12 étapes pour régler un problème de dépendance, est d'être conscient de comment nous l'utilisons. Si vous l'utilisez pour renforcer votre croyance en la réalité de vos faiblesses et de vos limites, et/ou comme un moyen de vous voir séparé et différent des autres, alors il servira un but d'ego. Par contre, si vous le voyez comme un moyen d'être bienveillant envers vous-même, afin de reconnaître que vous avez besoin d'aide en dehors de votre soi/ego, et que vous êtes comme tout le monde, (malgré les formes différentes, nous sommes tous prisonniers du piège de l'ego de croire en la culpabilité/attaque/peur), alors le programme servira le but du Saint-Esprit. Il n'est pas rare non plus de se voir vaciller entre ces deux buts.

Bien entendu vous avez raison de dire que le *cours* et le *programme en 12 étapes* ne se rejoignent pas en fin de compte comme voies spirituelles car ils disent des choses différentes. Toute tentative pour les combiner diminuerait considérablement l'efficacité des deux programmes. Vous pourriez estimer utile de vous rappeler, au fil du temps, grâce à votre participation au programme en 12 étapes, que le seul problème qui existe est notre dépendance à la culpabilité dans notre esprit, dont nous sommes certains qu'elle nous « protège » de l'amour. Nous projetons cette culpabilité sous différentes formes, dans des conflits, pour éviter d'entrer en contact avec le vrai problème dans l'esprit. La toxicomanie n'est qu'une de ces nombreuses formes de conflit extérieur, Nous avons configuré ce conflit dans le monde, afin d'éviter de regarder la profonde culpabilité intérieure. Mais une fois que compris ce que vous avez fait, et la raison du problème de toxicomanie, vous pouvez lui donner un but différent. La toxicomanie est considérée comme un symptôme du problème plutôt que le problème lui-même, c'est-à-dire une manifestation du problème sous-jacent de culpabilité dans l'esprit.

En reconnaissant la source du problème extérieur, vous établissez pour vous-même une avenue qui vous permet de reprendre contact avec le problème de culpabilité enfouie profondément dans votre esprit. En lâchant prise de la culpabilité et des jugements associés à l'abus de substances, vous allez vous rendre compte que le besoin de vous défendre contre la culpabilité diminue dans votre esprit avec le temps, et que c'était un état stressant que vous cherchiez à corriger par l'abus de substances.

Par conséquent, le but ultime du travail de guérison n'est pas le problème extérieur d'abus de substances, mais le traitement de la culpabilité enfouie qui vous permettra d'en prendre conscience. Vous faites d'abord l'examen approfondi de votre problème de toxicomanie (et peut-être les reproches envers ceux qui semblent vous avoir conduit à ces abus), puis vous évaluez les effets de ces abus sur vos relations passées et actuelles (le programme en 12 étapes peut être fort utile en domaine). À la suite de cela, vous en arriverez à retracer la culpabilité en passant par ces « circuits » **(T.15.X.5 :1)**, sous forme de retour aux origines de la culpabilité dans votre esprit afin qu'elle puisse être défaite.

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

Question 57