

Qu'enseigne le *cours* à propos du commérage ?

Question :

Récemment, je déjeunais avec une amie, et après avoir discuté de diverses choses qui nous agaçaient toutes les deux (ce qui nous a menées à parler d'autres personnes que nous connaissions) je commençai à me sentir très inconfortable. Je savais que nous avions commencé le commérage et je me sentais vraiment mal à l'aise. Si j'ai lésé une personne par le commérage, comment m'amender et arranger les choses avec cette personne ?

Dans mon enfance, j'avais une cousine que j'adorais, mais apparemment elle ne m'aimait pas beaucoup et les potins allaient bon train dans la famille. Ces dernières années, j'ai essayé de guérir ma relation avec elle. Puis, il y a un mois, j'ai vécu chez elle pendant 10 jours. Or avant de me rendre chez elle, j'ai dit certaines choses à un autre parent. J'ai comme un sentiment qu'on lui a rapporté ce que j'ai dit (ou une version modifiée) et je sais qu'elle pourrait être très blessée si elle l'apprenait. Pourriez-vous aborder la question du commérage. Cesser de commérer serait-il ma façon de me pardonner, ou dois-je faire quelque chose pour m'amender. Je suis très sérieuse au sujet de voir cela autrement.

Réponse :

Un Cours en Miracles enseigne que la seule chose qui peut sembler avoir un effet sur quelqu'un est un choix qu'il fait lui-même dans son esprit de s'identifier avec le corps/*ego*. C'est la seule chose « nocive » que quelqu'un peut se faire à *lui-même*. À la lumière de cet enseignement, il est impossible qu'on puisse nuire aux autres. Même s'il semble que la conduite blessante de quelqu'un peut causer des bouleversements chez quelqu'un, le *cours* nous dit que la véritable source de tous les sentiments ressentis est un choix qui est fait dans l'esprit. Vous sentir mal à l'aise et inconfortable après avoir comméré sur les autres est le résultat du choix fait dans l'esprit de vous identifier à l'*ego*, un choix de séparation. C'est cela qui provoque des profonds sentiments de culpabilité, qui sont ensuite expérimentés dans le monde dans une situation comme celle que vous décrivez. La culpabilité semble associée ou liée aux comportements fautifs de commérer, mais en fait les malaises viennent de la culpabilité qui était déjà présente dans l'esprit et qui fut exprimée sous forme de commérage. C'est cela le contenu de l'esprit qui se trouve au centre de l'enseignement, et c'est cela qu'on nous demande de voir différemment.

C'est cette distinction entre la cause apparente des sentiments ressentis dans une situation sous une certaine forme, et la véritable cause des sentiments : le contenu dans l'esprit. C'est une distinction importante qu'il faut garder à l'esprit lorsque nous entraînons notre esprit à prendre conscience des jugements et des pensées d'attaque que nous vivons dans nos relations. Ceci s'applique autant à vos expériences d'enfant qu'à l'incident récent de ces commérages avec votre amie.

Le *cours* n'enseigne pas quoi que ce soit sur le changement de conduite ou sur le besoin de s'amender. Il demande de regarder nos jugements et de reconnaître en eux le choix d'être séparé des autres, ce qui reflète le choix d'être séparé de Dieu. Lorsque vous vous retrouvez en train de commérer, vous pourriez cesser en pensant que cette habitude provient d'un choix erroné dans votre esprit, un choix de vous identifier à l'ego et de désirer être séparée. C'est cela qui place l'origine de la situation au bon endroit (dans votre esprit) plutôt que sur le comportement (l'effet) ou la conduite de ceux que vous jugez, et c'est cela le début du processus de pardon.

Nous « *pardonnons au Fils de Dieu [la personne] ce qu'il n'a pas fait* » (T.17.III.1.5) quand nous reconnaissons que la véritable cause des malaises et des commérages est un choix dans l'esprit en faveur de la séparation, sans avoir à blâmer le passé, les événements ou les autres. C'est la version du *cours* du concept de « s'amender » et c'est aussi le seul moyen de guérir la maladie réelle dans l'esprit divisé qui a choisi la séparation. Tout ce qu'il faut, c'est d'avoir le désir de renoncer aux jugements. Juste voir à quel point nous y tenons est un pas dans la bonne direction, car au moins nous ne faisons pas de reproches aux autres pour notre maladie, notre détresse et nos misères. L'important est de faire preuve de vigilance en cherchant les pensées de jugements qui révèlent des choix de l'esprit en faveur de la séparation. Quand la cause est retournée à l'esprit, il est possible de remettre le jugement au Saint-Esprit pour être transformé. Sous Sa direction, tout comportement sera modifié en conséquence, sans effort, et sans contrôle de notre part. À cet égard, Jésus nous dit dans le texte : « *Quand tu seras prêt à accepter seul l'entière responsabilité de l'existence de l'ego, tu auras mis de côté toute colère et toute attaque, parce qu'elles viennent d'une tentative pour projeter la responsabilité de tes propres erreurs. Mais après avoir accepté comme tiennes ces erreurs, ne les garde pas. Donne-les vite au Saint-Esprit pour qu'elles soient défaites complètement et que tous leurs effets disparaissent de ton esprit et de la Filialité tout entière.* » (T.7.VIII.5 :4,5,6)

Ainsi, la projection est remplacée par la reconnaissance que l'esprit faux est la véritable cause de tous les sentiments, comportements et jugements. Éventuellement le besoin de commérer « disparaîtra de votre esprit. »

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

Question 711