

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

Question :

Récemment, je déjeunais avec une amie, et après avoir discuté de questions qui nous agaçaient tous les deux (ce qui nous a conduits à parler d'autres personnes que nous connaissions) je commençai à me sentir très mal à l'aise. Je savais que nous avions commencé le commérage et je me sentais vraiment mal. Si j'ai lésé une personne par le commérage, comment m'amender et arranger les choses avec elle ? Dans mon enfance, j'avais une cousine que j'adorais, mais apparemment elle ne m'aimait pas beaucoup et donc, les potins allaient bon train dans la famille. Ces dernières années, j'ai essayé de guérir ma relation avec elle. Puis, il y a quelques mois, j'ai été lui rendre visite pendant 10 jours, mais avant de me rendre chez elle, j'ai dit certaines choses à un autre parent. J'ai le sentiment qu'on lui a rapporté ce que j'ai dit (ou une version modifiée) et je peux vous dire qu'elle pourrait être très blessée si elle l'apprenait. Pourriez-vous aborder la question du commérage. Arrêter le commérage 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 avoir un effet apparent sur un autre est un choix fait par lui 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 à quelqu'un d'autre. Bien qu'il semble que la conduite blessante de quelqu'un puisse causer de bouleverser quelqu'un, le *cours* nous dit que la véritable source de tout sentiment est un choix fait dans l'esprit. Vous sentir vous-même malade après avoir comméré sur les autres est le résultat d'un choix dans l'esprit de vous identifier à l'ego, qui est un choix de séparation. C'est ce qui provoque de profonds sentiments de culpabilité, qui sont ensuite vécus 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 la maladie est la culpabilité qui était déjà présente dans l'esprit et qui fut exprimée sous forme de commérage, et c'est le contenu dans l'esprit qui est au coeur du *cours*. Ce 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 très importante qu'il faut garder à l'esprit quand nous entraînons nos esprits 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 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 d'être séparée. C'est ce qui place l'origine de la situation au bon endroit (dans votre esprit) plutôt que sur votre comportement (l'effet) ou celui de ceux que vous jugez, et c'est 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 de maladie/commérage est un choix dans l'esprit pour la séparation, sans blâmer le passé, les événements ou les autres. Ce serait donc la version du *cours* pour le concept de « s'amender ». 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. Même 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 notre misère. L'important est de faire preuve de vigilance en cherchant les pensées et les 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 ensuite 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 est la véritable cause de tous les sentiments, comportements et jugements. Éventuellement le besoin de faire du commérage « disparaîtra de votre esprit. »

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

Question 711