

## Je me sens victime de l'autre dans toutes mes relations

### Question :

Je discerne un « pattern » dans ce qui semble m'arriver assez souvent dans mes relations. Je me retrouve dans des situations qui se terminent toujours de la même façon. Je suis seule avec le sentiment que quelque chose m'a été pris, comme si l'autre possédait quelque chose dont j'ai besoin, que je veux avoir, c'est lui qui l'a et moi, non. J'ai tenté de demander de l'aide de toutes les façons imaginables. J'ai fini par voir mon Enseignant comme s'Il me torturait et j'ai peur de Lui à présent. Dernièrement, j'ai demandé à voir ce que je désire vraiment pour les autres. Cela semble m'apporter un peu de soulagement, mais la pensée que mon Enseignant est en train de me torturer est toujours là. Comment faire confiance à quelqu'un qui vous torture ?

### Réponse :

Il semble que la situation décrite dans vos relations est une situation où vous êtes victime de votre partenaire, une situation que vous avez projetée sur votre Enseignant. Puisque « Enseignant » et « Lui » sont en majuscule, vous devez vous référer à Jésus ou au Saint-Esprit. Il peut être utile de faire cette hypothèse en réponse à votre question. Le *cours* dit que tant que nos esprits ne sont pas guéris, toutes nos relations se déroulent sous le thème de la victime et de l'agresseur. Cela prend la forme de sentiments d'avoir besoin de l'autre, d'être injustement traité et d'être privé de quelque chose. Nous blâmons l'autre pour notre sentiment de privation. Le *cours* nous invite à voir la véritable cause de cette situation, pour que cela soit « défait ». La cause réelle du sentiment de privation est que nous avons refusé notre vraie Identité. Nous avons pris une identité de personne séparée, ne comptant que sur nous, en dehors de Dieu.

La culpabilité que nous ressentons pour avoir fait ce choix de nous identifier à l'ego est trop difficile à supporter, donc nous la projetons sur les autres, y compris sur Jésus. Nous les blâmons tous de nous traiter de façon injuste. Nous sommes ensuite pris dans un cercle vicieux parce que la culpabilité n'est pas défait du fait de l'avoir projetée. Elle reste donc dans l'esprit, toujours à l'affût de trouver encore et toujours des situations et des gens sur qui continuer à projeter. C'est pourquoi vous remarquez un « pattern » dans vos relations. Nous faisons sans cesse la même chose en espérant avoir des résultats différents.

Le *cours* nous demande d'assumer la responsabilité du choix que nous avons fait. C'est dans le processus d'annuler ce choix que se trouve la véritable solution à notre situation problématique. Bien que nous puissions encore percevoir nos partenaires ou Jésus comme étant la cause de nos sentiments de victimisation, il y a une partie de notre esprit qui sait à présent que le sentiment ne vient pas de l'extérieur de nous, mais de l'intérieur. Cela commence à dissiper certains de ces sentiments et c'est la première étape, celle qui débute le processus de pardon. C'est ce que le *cours* signifie lorsqu'il dit : « *Sois désireux de pardonner au Fils de Dieu pour ce qu'il n'a pas fait.* » (T.17.III.1 :5)

Puisque nous projetons ces sentiments également sur Jésus, celui-ci est évidemment inclus dans ce processus de pardon. Il y a une autre raison qui explique pourquoi il est normal pour les étudiants du *cours* de se sentir victimes de Jésus. L'ego reconnaît que lorsque nous suivons l'enseignement de Jésus et son *cours*, nous mettons en lumière les fondements sous-jacents de son système de pensée insane, et que nous allons finir par renoncer à nous identifier à lui. Cela peut être ressenti sous une forme légère, telle que le sentiment que quelque chose nous est enlevé, et également un sentiment extrême d'« être torturé. » Le manuel pour enseignants décrit ainsi ce processus : « *D'abord, ils [étudiants]doivent passer par ce qui pourrait être appelé une « période de défaire.» Cela n'a pas besoin d'être douloureux, mais c'est habituellement ainsi que l'expérience est ressentie. C'est comme si des choses leur étaient enlevées, et il est rarement compris au début que c'est simplement leur manque de valeur qui est reconnu.* » (M.4.I.A.3 :1,2,3)

Le titre même de cette section « *Développement de la confiance* » indique qu'il y a d'abord un manque de confiance, puis que nous serons conduits à traverser un processus pour la développer. Le processus d'apprendre avec Jésus comme enseignant peut être vu comme si vous aviez une relation de guérison avec un médecin ou un dentiste. Lorsque nous consultons un médecin ou un dentiste, nous savons que leur aide peut sembler faire mal, mais ils traiteront la maladie, et à la fin nous nous sentirons mieux.

En ce sens-là, Jésus est notre « médecin. » C'est un enseignant qui nous apprend un nouveau système de pensée pour guérir notre esprit malade. Cela semble faire mal parce que nous sommes confus et perdus dans nos perceptions erronées au sujet de tout, sans compter combien nous sommes attachés aux pensées d'ego qui ont rendu notre esprit malade, avec un grand besoin de guérison.

Il pourrait être utile d'établir avec Jésus une relation comme vous le feriez avec un médecin bienveillant et aimant qui vous aide le plus doucement possible. Tout comme le médecin ou le dentiste ne prendrait pas vos grognements ou vos gémissements de façon personnelle, Jésus ne le fait pas non plus. En fait, il s'attend à ce que nous ayons des blâmes contre lui, et il sait que nous sommes simplement en train d'apprendre à lui faire confiance : « *Pardonne-moi, donc, aujourd'hui. Tu connaîtras que tu m'as pardonné si tu contemples ton frère dans la lumière de la sainteté. Il ne peut pas être moins saint que moi, et tu ne peux pas être plus saint que lui.* » (**Leçon 288.2 :1,2,3**) Par conséquent, notre pardon inclut Jésus et tous nos frères. C'est la réponse à notre problème de séparation et à nos sentiments de privation. Dans le processus, il est important de ne pas nier les sentiments négatifs que l'on a envers Jésus, mais ne pensons pas que cela pourrait avoir un effet sur son amour ou sur sa capacité à nous aider en dépit de notre peur ou de notre manque de confiance. Le fait que vous demandiez de l'aide signifie que sur un certain niveau vous avez confiance en lui et que vous savez qu'il peut vous aider.

À mesure que nous apprenons à voir les dynamiques de l'ego à l'oeuvre dans nos relations, et que nous arrivons à comprendre quel est leur but, nous apprenons à assumer la responsabilité de comment nous nous sentons, puis à ne plus croire l'interprétation ou la projection de l'ego. Il devient alors plus facile d'accepter que Jésus ne soit pas la cause de notre dilemme, mais plutôt qu'il nous offre de sortir de l'enfer par le biais de l'enseignement du *cours*. Il ne nous force pas et ne nous précipite pas non plus. Il ne fait que nous corriger doucement dans le parcours du rêve sombre de l'ego, à la lumière de son amour : « *Comment peux-tu réveiller des enfants plus tendrement qu'en leur parlant d'une voix douce qui ne les effrayera pas, mais leur rappellera simplement que la nuit est finie et que la lumière est venue ? Tu ne les informes pas que les cauchemars qui les ont tellement effrayés ne sont pas réels, parce que les enfants croient en la magie. Tu leur donnes simplement l'assurance qu'ils sont en sécurité **maintenant**. Ensuite tu leur apprends à faire la différence entre dormir et être éveillé pour leur faire comprendre qu'ils n'ont pas besoin d'avoir peur des rêves. Ainsi, quand viennent les mauvais rêves, ils feront appel eux-mêmes à la lumière pour les dissiper.* » (**T.6.V.2**).

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 71