

Les affirmations nous aident-elles à connaître Dieu ?

Question :

Est-ce que les affirmations peuvent nous aider à réapprendre notre relation avec Dieu ? Pour être claire, je vais vous donner quelques exemples précis du type d'affirmations que je fais moi-même : « Je suis en sécurité dans l'amour de Dieu », « Je suis amour et lumière » « Le Christ en moi est ma paix et mon abondance », « Mon frère est né parfait, il est le Christ », etc. Donc, en affirmant notre relation avec Dieu, pouvons-nous arriver à Le connaître davantage ?

Réponse :

Même si ces belles déclarations reflètent certains des enseignements *d'Un Cours en Miracles*, leur répétition n'a aucun effet réel sur notre relation avec Dieu pour une raison très importante, notre relation vraie avec Dieu n'a pas été changée d'un iota par la croyance en la séparation. Nous sommes encore et toujours un en Dieu, comme nous avons toujours été et comme nous le serons toujours. Or nous avons oublié cette vérité, résultat de notre choix de séparation, et si oublier fut le résultat de choisir la séparation, se souvenir vient de ne *pas* faire ce choix. C'est la solution simple à un problème simple que nous avons rendu très compliqué par notre résistance. Si nous voulions vraiment faire l'expérience de notre unité en Dieu, ce serait déjà fait. Nous résistons parce que, même si nous pensons vouloir nous souvenir de Dieu, nous ne sommes pas totalement convaincus que nous voulons oublier l'ego. C'est le reflet de l'esprit divisé qui suit le choix de nier Dieu/choisir l'ego. Comme Jésus nous dit dans le texte : « *Ton esprit est un avec Celui de Dieu. Nier cela et penser autrement a maintenu la cohésion de ton ego, mais cela a littéralement divisé ton esprit.* » (T.4.IV.2 :7,8).

Lorsque le livre d'exercices suggère de répéter certaines de ses affirmations, l'intention est de former nos esprits à être attentif à nos pensées afin de pouvoir appliquer le nouveau système de pensée que l'on apprend à tout ce qui se passe dans notre vie. Par conséquent, le but des répétitions est d'entraîner nos esprits « ... *d'une manière systématique à une perception différente de tous et de tout dans le monde. Les exercices sont planifiés de façon à t'aider [nous] à généraliser les leçons, afin que tu [nous] comprennes que chacune d'elles est également applicables à tous ceux et à tout ce que tu [nous] vois.* » (Leçon.in.4 :1,2).

Le *cours* nous enseigne à lever le voile sur la culpabilité, puis à apporter son obscurité à la lumière de la vérité, plutôt que d'apporter la lumière à l'obscurité grâce à des affirmations qui cachent notre culpabilité. Si notre culpabilité reste dans l'ombre, elle ne peut être défaite par la vérité de notre innocence. Les répétitions que le *cours* enseigne ne servent donc pas le même but que les affirmations utilisées dans d'autres enseignements spirituels. Encore une fois, l'un des buts les plus importants du *cours* est de nous apprendre à devenir de plus en plus conscient de nos pensées de jugement et d'identifier leur source comme étant la pensée originelle de séparation. Ce programme de formation est nécessaire car, avec l'oubli de notre unité en Dieu, nous avons également oublié que nous avons un esprit qui a choisi d'oublier. Cet oubli est délibéré, tout à fait intentionnel, puisque rester sans esprit est la plus grande défense de l'ego. Nous ne pouvons pas défaire totalement ce choix délibéré, suivi du déni délibéré, ou apprendre notre unité en Dieu, grâce à des affirmations : « *Tu ne peux pas apprendre ce qu'est l'amour parfait avec un esprit divisé, parce qu'un esprit divisé a fait de lui-même un mauvais apprenant.* » (T.12.V.4 :3) La guérison de l'esprit divisé est donc ce que nous recherchons si nous voulons nous souvenir de notre relation interchangeable d'unité en Dieu.

Le *cours* enseigne que cette guérison s'accomplit par le pardon, un processus par lequel nous apprenons que nous avons un esprit qui apprend à choisir le Saint-Esprit plutôt que l'ego. Dans un premier temps, nous devons devenir conscients que nous avons choisi de nier Dieu, ce que recouvrent les affirmations. Prendre la responsabilité de ce choix est la façon d'apprendre que nous avons un esprit qui a le pouvoir de choisir de ne *pas* nier Dieu. On apprend à reconnaître ce choix quand on le voit reflété continuellement dans nos vies dans les pensées de séparation qui inondent nos journées avec des jugements et des attaques. Notre désir de voir dans ces pensées notre décision d'être séparé de Dieu est le début du pardon par lequel nous acceptons en fin de compte de nous libérer de la culpabilité et de la peur qui nous empêche de nous souvenir de Dieu. Le pardon est donc la voie du *cours* pour restaurer dans notre conscience notre relation avec Dieu, en annulant la pensée de séparation qui est la source de notre exil apparent dans l'illusion du monde et du corps. Si nous voyons clairement ces étapes dans notre pratique des exercices, nous ne ferons pas l'erreur de penser que nous pouvons porter la Vérité/Dieu à l'illusion en ayant une relation avec Lui dans un corps. Ou bien, si nous faisons effectivement cette erreur (comme nous la faisons tous), nous pourrions rapidement revenir à la pratique des exercices en nous gardant alignés sur le curriculum du Saint-Esprit.

Vous allez trouver effectivement que les affirmations sont utiles pour vous rappeler de mettre en pratique la leçon du jour, ou pour appliquer le pardon concrètement durant la journée. Mais en elles-mêmes, elles ne peuvent pas ramener l'Amour de Dieu à notre conscience. Le plus important est d'apprendre à être vigilants en observant les pensées de jugement qui reflètent pour nous le choix d'être séparés, choix que nous avons nié. Et puisque c'est ce déni qui « *empêche de prendre conscience de la présence de l'amour* » (**T.in.1 :7**), c'est en reconnaissant le choix que nous avons fait et la douleur qui en résulte que nous apprendrons que nous avons le pouvoir de choisir autrement et que nous serons motivés à le faire. C'est la voie que le *cours* trace pour nous, c'est la voie qui nous conduit à prendre conscience que nous n'avons jamais quitté notre demeure en Dieu : « *Le voyage à Dieu n'est que le nouveau réveil de la connaissance de où tu es toujours, et de ce que tu es à jamais. C'est un voyage sans distance vers un but qui n'a jamais changé.* » (**T.8.VI.9 :6,7**).

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

Question 728