

Comment voir plus clair dans les difficultés maritales ?

Question :

Pouvez-vous m'informer sur la manière de regarder les ténèbres avec Jésus ou le Saint-Esprit ? Parfois mon ego voudrait que je me sente inférieur ou indigne, surtout lorsque ma femme me dit ce qu'elle pense de moi : que je suis tricheur, lâche, menteur, hypocrite, etc. Une partie de moi lui donne raison puisque j'aime une autre femme qui ne m'aime pas en retour, et qui m'utilise pour ses propres besoins. J'ai besoin de pardonner, tant aux femmes qu'à moi-même.

Réponse :

Un Cours en miracles enseigne que la façon de regarder dans les ténèbres avec Jésus ou le Saint-Esprit se fait grâce au processus du pardon. Cela implique de reconnaître où est la source réelle du problème (l'esprit) pour que survienne la guérison. L'attaque contre le Soi prend naissance dans l'esprit, quand le choix est fait de se séparer et de s'identifier à l'ego. Cela s'intensifie lorsque l'esprit décide d'oublier le choix qu'il a fait de se séparer, refusant ainsi d'en prendre la responsabilité, puis de jeter le blâme sur les gens, choses et situations en dehors de lui-même. Le résultat est une profonde culpabilité, ainsi que des sentiments *d'être* tricheur, menteur et hypocrite, autant que d'avoir été trahi, dépouillé et trompé. Ces sentiments sont ensuite projetés à l'extérieur, puis vécus sous certaines formes telles que la situation que vous décrivez.

C'est dans cette activité de l'esprit qu'est la source de tous les conflits, que ce soit dans le monde ou dans notre vie personnelle. Regarder dans les ténèbres avec les yeux du pardon de Jésus, ça commence avec le petit désir d'accepter que c'est la vérité, et que nous avons tort d'interpréter à notre façon chacune des situations auxquelles nous faisons face. Nous n'avons pas besoin de chercher à voir l'innocence, la beauté ou la lumière chez les autres. À la place de cela, nous avançons avec le pardon, en voyant les couches de jugement que nous avons utilisées pour couvrir l'innocence, la beauté et la lumière présentes en eux et en nous. C'est parce qu'ils sont niés que ces jugements restent en place, jetant une ombre sur la lumière, nous empêchant de voir le Christ en toute personne y compris en nous, et qui comptent pour nos sentiments d'infériorité et d'indignité.

Bien que ces sentiments aient leur source réelle dans le choix de séparation expliqué ci-haut, ils trouvent leur justification dans le rêve sous une forme spécifique, comme la liaison extraconjugale que vous décrivez. Diverses circonstances fournissent l'occasion d'être à la fois la victime et agresseur, accomplissant ainsi le but véritable de la relation particulière, dans laquelle la culpabilité est projetée, défendue et justifiée. Bien sûr, ce n'est certes pas ce qui semble le but, mais c'est ce que l'enseignement du *cours* nous révèle comme étant la vraie nature de toutes nos relations. Chacune des relations particulières sert aussi comme moyen de satisfaire les interminables besoins qui découlent du profond sentiment de vide et de manque qu'évoque l'idée de séparation. Pratiquer le pardon, cela veut dire de voir ces dynamiques cachées pour ce qu'elles sont : la danse de la culpabilité et de la particularité de l'ego sous les sentiments que vous décrivez. C'est le premier pas pour apporter la noirceur de l'ego à la lumière du pardon. Cela n'a rien à voir avec changer votre comportement puisque le miracle/pardon est de voir les choses d'une autre façon. Autrement dit c'est un changement dans les perceptions.

Le changement (shift) se fait donc du corps et le comportement vers l'esprit et la pensée. Le passage suivant du manuel de l'enseignant exprime à la fois la simplicité du processus et sa grande « difficulté » en raison de notre identification au corps : « *Quelle est la chose requise pour ce changement de perception ? Simplement ceci : la re-connaissance du fait que la maladie est de l'esprit et qu'elle n'a rien à voir avec le corps. ... Car avec cette re-connaissance, la responsabilité est placée là où elle doit être ; non sur le monde, mais sur celui qui regarde le monde et le voit tel qu'il n'est pas. Il regarde ce qu'il choisit de voir. Ni plus ni moins. Le monde ne lui fait rien. Il le pensait seulement.* » (M.5.11.3 :1,2,5,6,7,8,9)

Le mot « corps » ne désigne pas seulement le corps physique mais aussi le corps psychologique/émotionnel. Le « monde » comprend tout ce que nous croyons qui arrive dans le monde des corps, les relations par exemple. Une lecture attentive du passage nous révèle que ce que vous ressentez n'a rien à voir avec les femmes en général dans votre vie, ni avec la nature de vos relations avec elles. Les sentiments et les jugements découlent d'un choix dans l'esprit de s'identifier avec l'ego, cela précède l'expérience des relations. Le désir de le reconnaître et d'accepter la responsabilité pour ce choix ramène la cause à l'esprit, là où Jésus (Saint-Esprit) se trouve comme un symbole de la partie de l'esprit qui ne s'identifie pas au corps/ego. Il est alors possible d'entendre sa Voix guider toutes nos relations conformément à notre unité plutôt que la particularité.

Tout ce qui nécessaire à ce stade est de ne pas interférer avec des jugements du genre qui a tort et qui a raison, ni de quelle façon percevoir ou se sentir différemment. Jésus nous donne des instructions claires, ainsi qu'une prière pour nous aider dans notre processus : « *Ne garde qu'une pensée à l'esprit et ne la perds pas de vue, si tenté que tu puisses être de juger une quelconque situation, et de déterminer ta réponse **en** la jugeant. Concentre ton esprit seulement sur ceci :*

« Je ne suis pas seul, et je ne voudrais pas imposer le passé à mon Invité.

Je L'ai invité, et Le voici.

Je n'ai pas besoin de faire quoique ce soit, sauf de ne pas interférer. »

(T.16.I.3 :8,9,10,11,12)

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

Question 846