

Créons-nous nos insécurités dans le but de nous garder séparés ?

Question :

À la question 608, vous avez répondu à l'auteure de la question que si son poids la gardait séparée des autres, c'était le but sous-jacent de l'ego d'avoir ce poids supplémentaire. Ce principe peut-il être utilisé comme règle générale pour d'autres insécurités corporelles ? Par exemple, si quelqu'un évite de rencontrer le sexe opposé parce qu'il est complexé, ou qu'il déteste son corps trop petit, trop grand, trop maigre, etc. etc., peut-on alors dire qu'il peut avoir choisi, à un certain niveau, de naître ainsi pour se garder séparé du sexe opposé ? Est-ce que je comprends tout cela correctement ?

Réponse :

En général, notre expérience au présent reflète le but que nous avons choisi de poursuivre à un autre niveau dans notre esprit. Notez que nous parlons de notre *expérience*, qu'il s'agit d'un état interne, et non d'un *comportement*. Nous devons être très prudents lorsque nous utilisons la *forme* qu'a prise la vie de quelqu'un comme indicateur direct de ce qui est relié au contenu dans l'esprit de cette personne. Nous ne pouvons pas juger du contenu en prenant la forme comme critère. Par exemple, la crucifixion vient d'une forme de pensée hideuse, mais l'esprit de Jésus ne s'est jamais départi de son état de paix totale et nul jamais ne fut exclu de son amour.

Si votre expérience intérieure est que vous vous sentez aliéné et séparé des autres, c'est que vous l'avez d'abord désiré dans votre esprit, sinon vous ne pourriez pas vous sentir ainsi, quelles que soient vos attributs corporels. Une stratégie à double volet (de l'ego bien sûr !) découle de cette décision :

- 1) pour être certain que vous ne pourrez pas être tenu responsable de la séparation et puni en conséquence (tout cela faisant partie de la fable de l'ego de la séparation = péché/culpabilité/peur)
- 2) pour oublier que vous avez un esprit qui désire toujours faire le choix de confirmer le système de pensée de séparation, rejetant ainsi le système de pensée d'unité. Donc, une fois que vous faites le choix dans votre esprit de renforcer la croyance sous-jacente en la séparation, vous utilisez votre corps et le monde pour ce but. Votre intention est de démontrer que la séparation est une réalité, que vous êtes une personne autonome, sujet à être victime des autres et/ou de votre propre corps. Nous le faisons tous sans exception. Il y a plusieurs façons de le démontrer, mais les insécurités corporelles et le conflit viennent en tête de liste.

Lorsque vous êtes préoccupé par votre corps, ce qui vous empêche de vous souvenir que la source réelle d'insécurité et de conflit est dans votre esprit, vous avez alors une bonne raison de vous séparer des autres et de jeter le blâme pour votre problème sur vos gènes, vos hormones, votre famille dysfonctionnelle, la société, Hollywood, etc. Il est tout à fait possible de produire (comme esprit) un corps ayant des caractéristiques susceptibles d'être utilisés pour atteindre ce but. Rappelez-vous toutefois, que le *but* choisi dans l'esprit est le facteur critique, car quelqu'un d'autre peut avoir les mêmes caractéristiques et ne pas se sentir du tout intimidé par cela. Il existe beaucoup d'exemples de ce phénomène, tout comme il existe plusieurs exemples de personnes qui ont un « corps idéal » et qui pourtant, sont toujours aux prises avec les insécurités et le conflit.

La solution à l'insécurité et au conflit est de déplacer l'attention : l'enlever de sur le corps et l'aligner sur le contenu dans l'esprit. Cela veut dire de changer d'enseignant, prendre Jésus ou le Saint-Esprit au lieu de l'ego. Lorsqu'il y a honte, conflit, insécurité, culpabilité, et sentiment d'isolation, cela signifie que vous avez pris l'ego comme guide et enseignant. Il faut donc prendre un peu de recul pour vous en éloigner et demander de l'aide afin d'utiliser maintenant votre corps pour apprendre exactement le contraire de ce que l'ego veut vous enseigner. Avec Jésus ou le Saint-Esprit comme Guide, vous pouvez apprendre à vous percevoir et à percevoir les autres comme partageant les mêmes intérêts - tous nous avons le même esprit juste et le même esprit erroné, et la capacité de décider entre les deux. Finalement, ce à quoi vous ressemblez sera moins important, à mesure que vous êtes en mesure de reconnaître que votre préoccupation du corps est une défense contre la réalisation que vous êtes un esprit, et que c'est la même chose pour tout le monde. Cela peut améliorer votre vie en terme de fréquenter le sexe opposé, ou ne pas l'améliorer, mais même cela cessera d'être important à mesure que vous progressez, parce que vous saurez alors que la confiance en soi n'a rien à voir avec une vie dans un corps.

La principale leçon que Jésus voudrait vous aider à apprendre est que vous pouvez toujours être en paix, indépendamment de votre condition physique ou de votre vie à fréquenter ou non le sexe opposé. C'est ce que nous essayons tous de comprendre : que la paix de Dieu luit toujours en nous. **(Leçon PI.188)** Sans tomber dans le déni ou la mièvrerie, il n'y a rien dans le corps ou dans le monde qui peut changer cela.

Nous devons *dés*apprendre ce que l'ego nous a enseigné. Et malgré ce qu'il nous enseigne, notre paix intérieure ne dépend pas des situations ou circonstances extérieures et aux besoins que nous avons perçus et définis. Disons pour terminer que si la haine de soi ne diminue pas, la chose la plus aimante serait peut-être de vous tourner vers un thérapeute professionnel pour recevoir de l'aide.

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

Question 865