

## Vaut-il la peine de chercher à s'améliorer dans la vie ?

### Question :

J'essaie de comprendre comment *Un Cours de Miracles* voit l'utilisation des efforts personnels pour s'améliorer ou pour aider les autres. Selon le *cours*, vaut-il la peine de faire un effort pour arriver à quelque chose d'utile ? Par exemple, je fais du bénévolat auprès des enfants, est-ce que ça en vaut la peine ? Et donner de l'argent pour aider les personnes qui en ont moins que moi, est-ce simplement un reflet de ma culpabilité ? Qu'en est-il de faire des études ? Selon le *cours*, c'est juste mon ego qui tente de faire de son mieux pour se distinguer des autres et recevoir un meilleur salaire... Enfin, qu'en est-il des exercices et d'un mode de vie sain ? À ce que je comprends du *cours*, les tentatives visant à améliorer notre santé physique réaffirment seulement notre attachement à l'ego. Pourquoi se donner la peine d'essayer ?

### Réponse :

Aucun doute ! Bien des étudiants d'*Un Cours en Miracles* se sont posé les mêmes questions, et il est important de se rappeler que le *cours* n'est pas un guide pour savoir comment se comporter. Il se soucie seulement de nous donner la motivation d'échanger l'ego contre le Saint-Esprit comme enseignant intérieur. C'est pourquoi Jésus ne parle jamais dans le *cours* de ce que nous devrions faire et comment nous devrions agir. Il nous dit plutôt de demander à propos de tout ce qui arrive : « *À quoi cela sert-il ?* » (**T.4.V.6 : 8,9**). Il dit aussi que nous donnons à ce que nous voyons tout le sens que cela a pour nous (**Leçon 1**). Autrement dit, il n'y a rien ici qui ait un sens inhérent à ce qui se passe car les choses sont les symboles de ce qui se passe dans notre propre esprit.

Ceci dit, il est vrai que nous sommes tombés endormis initialement et que nous avons imaginé ce monde parce que nous avons écouté l'ego. Ainsi d'une part, tout ici est le symbole de notre apparente séparation et de notre triomphe sur Dieu. D'autre part, maintenant que nous rêvons ce rêve, nous pouvons choisir de le réinterpréter avec le Saint-Esprit comme Guide. Lorsque nous le faisons, tout devient un symbole de pardon afin de nous rapprocher de plus en plus de l'éveil et du retour à l'Amour de Dieu.

C'est ce que le *cours* nous exhorte à faire, utiliser ce monde comme une salle de classe pour pratiquer le pardon jusqu'à ce que nous n'en ayons plus besoin. Il est important de se souvenir que le *cours* est écrit sur deux niveaux. Au premier niveau, le niveau de la vérité absolue, ce monde est un rêve, et au deuxième niveau, dans le rêve où nous croyons être, ce monde peut être une prison ou une salle de classe. Et donc Jésus ne veut pas que nous fassions semblant de croire que ce monde est une illusion. Plutôt, il nous conseille « *d'utiliser tous les petits noms et les symboles qui délimitent le monde de l'obscurité, mais de ne pas les accepter comme étant la réalité* » (**Leçon 184.11 :1,2**). Cela signifie de continuer à faire ce que font les gens ordinaires, mais de le faire avec un *but* différent. Si nous arrêtons toutes les activités que nous jugeons provenir d'un esprit insane, nous refuserions au Saint-Esprit l'opportunité de pouvoir corriger notre manière de penser. Donc, de nouveau, nous ne changeons pas les *choses* que nous faisons, seulement notre *manière* d'y penser.

Vous avez demandé s'il vaut la peine de donner de l'argent et de faire des études selon la perspective du *cours*. La réponse est que, du point de vue du *cours*, étendre l'amour est quelque chose de valable, tandis que projeter la culpabilité ne l'est pas. Quant à savoir si vous devriez vous engager ou non dans une activité particulière, cela dépendra de ce que symbolise cet engagement pour vous. C'est pourquoi Jésus dit que « *le curriculum est hautement individualisé* » (**M.29.2 :6**). Si vous soupçonnez que vous faites quelque chose pour les mauvaises raisons, c'est le moment idéal pour demander au Saint-Esprit de regarder tout cela avec vous. Il apportera l'amour à la situation et vous saurez quoi dire et quoi faire. Vous avez également demandé si les tentatives visant à améliorer le corps réaffirment un attachement à l'ego. Le *cours* nous informe que « *le corps est une chose tout à fait neutre* » (**Leçon 294**). Nier son existence est donc de s'engager dans « *une forme de déni particulièrement indigne.* » (**T.2.IV.3 :11**). De toute évidence, Jésus ne veut pas que nous cessions de prendre soin de notre corps comme voie à suivre pour se défaire de l'ego. C'est simplement que nier le corps est l'envers de la médaille, l'opposé de céder au corps. Tant que nous sommes identifiés au corps, nous devons simplement lui donner les soins et l'attention nécessaire.

Et penser à demander de l'aide pour reconnaître que le corps n'a pas le pouvoir d'affecter notre esprit. Le fait que vous vous demandiez, *pourquoi même se donner la peine d'essayer*, donne à penser que vous êtes peut-être tombé dans un des pièges classiques de l'ego. Nous avons adopté l'ego comme guide car il nous a convaincu que faire autrement serait une façon de nous détruire. Puis le *cours* vient nous dire que nous serions beaucoup mieux de choisir le Saint-Esprit comme Enseignant intérieur. L'ego sait bien que si nous croyions ce message, c'en serait fini de lui. Il envoie alors un signal d'alarme et nous dit : « Si tu acceptes le message d'amour et de pardon de Jésus, tu vas perdre ! » Il ne mentionne jamais que tout ce que nous perdrons ce sera notre douleur et notre culpabilité, et que nous gagnerons la paix intérieure durable et le vrai bonheur que nous avons toujours voulu.

Lorsque vous ressentez un vague sentiment de perte ou de désespoir en étudiant le *cours*, c'est que l'ego travaille à sa manière pour devenir votre partenaire dans l'étude. Soyez rassuré, notre voyage de retour au Ciel dans les bras aimants de Dieu n'est pas fondé sur le sacrifice. Ni Jésus ni l'Esprit Saint ne pourrait nous faire renoncer à ce que nous voulons vraiment.

Source : <http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm>

Question 942