

Pourquoi pratiquer le *cours* semble-t-il empirer les choses ?

Question :

J'ai remarqué que lorsque je pratique le *cours*, ma vie semble empirer. Je me rends compte que les « choses paraissent m'être enlevées », et je suis convaincu que cela arrive en raison d'*Un Cours en Miracles*. Ken a souvent dit que c'est comme si l'ego nous disait que si nous continuons dans cette voie, nous serons détruits. Et pourtant, nous devons traverser notre peur. Je sais qu'en psychothérapie les choses semblent souvent s'aggraver avant de s'améliorer, et je sais que vous dites souvent de ce *cours* qu'il se fait tout en douceur, mais telle n'est pas mon expérience, et cela me semble un peu insultant. Encore une fois, je crois franchement que c'est lié au processus.

Réponse :

Le sentiment que les choses vous sont enlevées est un sentiment commun parmi les étudiants du *cours*, et il découle en partie de notre confusion sur qui nous sommes et ce qui nous appartient vraiment: « *Je ne perçois pas quel est mon propre intérêt supérieur* » (**Leçon PI.24**). Nous avons choisi (un choix que nous avons immédiatement caché à notre conscience) de prendre une fausse identité comme individu afin d'avoir la particularité que nous étions sûrs ne pas pouvoir obtenir dans notre véritable Identité comme Fils unique de Dieu dans le Ciel. *Un Cours en Miracles* nous aide donc à inverser cette folie de vouloir maintenir une fausse identité. Mais puisqu'elle est devenue notre identité et que nous n'en connaissons plus d'autre, nous allons passer à travers une étape dans le processus de correction des émotions, comme si quelque chose de précieux nous était enlevé. C'est tout à fait semblable à une crise d'identité : « *Maintenant le Saint-Esprit doit trouver un moyen de vous aider à voir que ce concept de soi doit être défait si quelque paix d'esprit doit vous être donnée. Cela ne peut pas non plus être désappris, sauf par les leçons visant à vous enseigner que vous êtes quelque chose d'autre. Parce qu'autrement, il vous serait demandé d'échanger ce que vous croyez être maintenant contre une perte totale de votre soi, et une plus grande terreur encore surgirait en vous. C'est pourquoi les leçons du plan du Saint-Esprit sont structurées en étapes faciles, de sorte que même s'il semble y avoir parfois un manque de facilité et une certaine détresse, il n'y a aucune coupure dans ce qui a été appris, mais juste une retraduction de ce qui semble en faire la preuve* » (**T.31.V.8:3, 4, 5 ; 9: 1**).

Ce processus ne concerne que le shift de *l'objectif* de tout ce que vous faites, et ne concerne pas le comportement – par exemple mettre fin ou non à une relation ou se débarrasser de nos possessions matérielles. Il s'agit désormais de traverser la vie au quotidien avec Jésus ou l'Esprit Saint comme Enseignant, afin de pouvoir utiliser votre vie dans le monde pour vous enseigner que vous n'êtes pas un corps limité et vulnérable, et que tout le monde est comme vous dans ce voyage, ils ont à apprendre la même leçon. C'est ce qui vous mènera à la paix et à la joie quand vous vous rendrez compte à quel point suivre l'ego vous a coûté de joie et de paix véritable. Ainsi, ce que nous perdons en suivant la voie du *cours* est la culpabilité, l'anxiété, la crainte, la solitude, la haine, etc., qui sont tous des effets de la séparation. Et le conflit, nous le sentirons diminuer parce que nous aurons un objectif unifié, qui est en accord avec notre véritable nature.

Cela peut être difficile parfois, parce que notre peur est grande ; qui serais-je si je ne me sentais jamais coupable, ou si je n'avais jamais peur ? Nous avons fait un vœu secret d'être fidèle à l'ego. Si nous n'en sommes pas conscients, nous souffrirons un conflit énorme dans la pratique des principes du *cours*, et nous allons lutter contre nous-mêmes, essentiellement. La confiance est donc primordiale quand nous procédons, car nous sommes dirigés à sortir de la désolation pour entrer dans la paix. Dans le manuel pour les enseignants, Jésus fait la description des six étapes du développement de la confiance (**M.4.I.A**), et les expériences que vous décrivez correspondent aux trois premières étapes. À partir de là le processus se poursuit et se termine dans un état de paix réelle, où nous nous rendons compte « *dans un étonnement heureux que pour tout cela, [nous] n'avons renoncé à rien !* » (**T.16. VI.11:4**). Ce processus est rarement exempt de quelque douleur, mais seulement en raison de notre engagement dissimulé envers l'ego et la peur de n'être rien sans lui. Jésus comprend cela et il nous encourage en conséquence : «... *Vous croyez que sans l'ego, tout serait chaos. Pourtant, je vous assure que sans l'ego, tout serait amour* » (**T.15.V.1:7**).

Une fois que vous réalisez que ce que fait le *cours*, c'est nous aider à renoncer à tout ce qui ne nous a apporté en fin de compte que de la souffrance en raison du choix erroné que nous avons fait dans notre esprit, il serait difficile de ne pas se sentir reconnaissant. Et nous trouvons l'assurance de Jésus tout au long de la voie : « *Comme il est léger et facile le pas qui traverse les étroites frontières du monde de la peur, quand vous avez reconnu à Qui appartient la main que vous tenez !*

Dans votre main il y a tout ce dont vous avez besoin pour vous éloigner à jamais de la peur et marcher toujours en parfaite confiance » (T.30.V.8:1, 2).

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

Question 943