

Mon excès de poids me rend jalouse, je me dénigre

Question :

Je fréquente un homme depuis environ trois mois. Je l'ai connu il y a trois ans et je crois que je l'« aime ». Le problème est que j'éprouve envers moi-même des sentiments d'indignité et de dénigrement parce que j'ai un excès de poids. Je suis jalouse de ses amies féminines, même si j'ai confiance en lui et même si je sais qu'il s'agit seulement d'amitié. Je continue à penser que cet homme séduisant finira par s'éloigner de moi, et par conséquent je continue à le tester sans relâche en lui disant des choses très négatives sur mon compte, pour ensuite lui demander s'il veut encore de moi. Que me conseillerait Jésus pour me guérir de la douleur d'une si faible estime de soi et pour développer une relation saine et sainte avec cette personne ? Il est très attentionné et respectueux envers moi.

Réponse :

D'abord le *cours* peut vous aider à reconnaître la véritable source de tout sentiment d'indignité et de dénigrement de soi. La cause n'est pas votre poids, ni aucune autre déficience ou carence qui vous rendrait moins désirable, comme vous le pensez. Cela n'a rien à voir non plus avec ce que d'autres peuvent penser ou dire de vous. Tout cela, il va s'en dire, ira totalement à l'encontre de ce que dit le monde. Mais le monde, et les relations dans le monde, nous les avons faits justement pour garder cachée de notre conscience la véritable cause de notre haine à notre égard. La source réelle est notre croyance que nous existons par nous-mêmes en dehors de l'amour, à cause de notre décision (enfouie profondément dans notre inconscient), de nous séparer de Dieu, indépendamment du coût pour Lui et pour nous.

Nous sommes convaincus que nous sommes sans amour et détestables parce que notre choix fut de décider contre l'amour qui est notre réalité. Mais plutôt que de questionner la prémisse de pouvoir se séparer de l'amour, ce que l'Esprit Saint nous dit être une impossibilité, nous maintenons notre sentiment d'identité séparée, pour ensuite procéder à la recherche de l'amour et de l'affirmation de notre valeur personnelle provenant de sources extérieures, ne nous souvenant jamais que ce que nous voulons, l'amour, a toujours été en nous, et cela depuis toujours. Et donc nous nous tournons vers les autres, pour qu'ils nous donnent ce que nous croyons manquant en nous, ce qui ne fait que renforcer notre croyance sous-jacente que nous sommes vides et sans amour pour commencer.

Et une fois embarqués dans cette recherche nous sommes perdus, car nous avons choisi de regarder partout, sauf là où nous pouvons trouver l'amour **(T.29.VII)**.

Il n'y a rien que nous puissions faire par nous-mêmes pour annuler ce sentiment d'être indigne de l'amour et pour nous offrir l'amour que nous désirons désespérément. Mais en fait, c'est une bonne nouvelle ! Car la vérité est que nous n'avons pas besoin de faire quoi que ce soit pour établir notre valeur : *« Ta valeur est établie par Dieu. Aussi longtemps que tu contestes cela, tout ce que tu fais te fera peur, en particulier toute situation qui se prête à la croyance en la supériorité et l'infériorité... Rien de ce que tu penses, souhaites, ou fais n'est nécessaire pour établir ta valeur. Ce point n'est pas discutable, sauf dans le délire. »* **(T.4.I.7 :2,3,6,7)**

Bien sûr Jésus ne s'attend pas à ce que nous reconnaissons notre valeur simplement parce qu'il nous dit cela. Ce sont donc nos relations qui deviennent nos salles de classe et qui, au fil du temps nous apprennent à reconnaître notre valeur comme Fils de Dieu sans culpabilité. Nous l'apprenons quand nous arrivons à reconnaître toutes les façons par lesquelles nous essayons de nous convaincre qu'il en est autrement, prenant de plus en plus conscience de ce que nous sommes vraiment en train de faire. Nous voulons voir les autres comme tenant la clé de notre bonheur, afin de ne pas avoir à accepter la responsabilité de nos propres choix d'être séparés et misérables.

Le *cours* ne fournit pas de lignes directrices précises sur comment faire fonctionner une relation selon les termes du monde. Mais il fournit un moyen pour guérir nos perceptions sur nous-mêmes et sur les autres, qu'importe la forme que la relation prendra au fil du temps. Et donc la peur, la culpabilité, la honte et la colère qui semblent universelles dans les relations particulières du monde deviennent désormais des signaux nous avisant qu'il existe une autre façon de nous regarder nous-mêmes et de regarder les autres.

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

Question 99