

Mon excès de poids me rend jalouse et 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 à mon égard des sentiments d'indignité et de dénigrement parce que j'ai un excès de poids. Je suis jalouse des amies féminines de cet homme, même si j'ai confiance en lui et même si je sais qu'il ne s'agit que d'amitié envers elles. Je continue à penser que cet homme séduisant finira par s'éloigner de moi, et par conséquent je ne cesse jamais de le tester 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 souffrance d'une si faible estime de soi et pour développer une relation saine et sainte avec cet homme ? Il est très attentionné et respectueux à mon égard.

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 liée à votre poids, ni à aucune autre déficience ou carence qui vous rendrait moins désirable, comme vous le pensez en ce moment. Cela n'a rien à voir non plus avec ce que d'autres pourraient penser ou dire de vous. Tout cela bien sûr, ira totalement à l'encontre de ce que dit le monde en général. Mais le monde, et les relations dans le monde, nous les avons faits justement pour garder cachée loin de notre conscience la véritable cause de notre haine de soi. La source réelle de cette haine est la croyance que nous existons par nous-mêmes en dehors de l'amour, à cause de notre décision (enfouie profondément dans l'inconscient), de nous séparer de Dieu, sans égards au coût pour Lui et pour nous.

Nous sommes convaincus que nous sommes sans valeur et détestables parce que notre choix fut de décider contre l'amour, notre seule réalité. Mais plutôt que de remettre en question la prémisse de pouvoir se séparer de l'amour, ce que l'Esprit Saint nous dit être quelque chose d'impossible, nous maintenons notre sentiment d'être un soi/individu séparé, pour ensuite partir à la recherche de l'amour et de l'affirmation de notre valeur personnelle venant de sources extérieures, ne nous souvenant jamais que l'amour que nous voulons et cherchons a toujours été en nous. 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 seuls, vides et sans amour pour commencer.

Et une fois embarqués dans cette recherche nous sommes perdus, puisque 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 défaire ce douloureux sentiment d'être indigne de l'amour et 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 nos relations qui deviennent nos salles de classe et qui, au fil du temps nous apprennent à reconnaître notre valeur comme Fils de Dieu non coupable. Nous apprenons cela chaque fois que nous arrivons à reconnaître toutes les façons que nous prenons pour 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 de séparation et de misères qui en découlent.

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

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

Question 99