

## La peur empêche-t-elle d'accéder à des niveaux plus profonds ?

### Question :

Au fil des ans, il m'est arrivé de temps en temps de faire une expérience pendant que je dormais. Mon esprit s'éveille alors et je crois être sur un plan astral, m'élevant à des niveaux supérieurs. Cela semble très réel et je sens de l'air frais, mon esprit est électrisé comme si j'avais quitté mon corps. Puis je deviens un peu craintif et j'essaie de revenir à moi-même et de me réveiller dans mon corps. Cela m'a montré qu'il y a plusieurs niveaux beaucoup plus profonds dans mon esprit que ce dont j'aurais normalement fait l'expérience dans ma vie quotidienne. Il semble que j'aie vraiment peur de me détacher de mon corps et du monde lorsque je fais cette expérience, et je vois pourquoi à présent ; peu importe à quel point bonnes mes intentions de lâcher prise de mon ego et d'être en paix, je me sens tellement bien dans mon identité d'ego/corps ! Depuis quarante ans, c'est un processus de déchiquetage qui se produit, un peu à la fois, en raison de la peur et de la culpabilité qui sont profondément enracinées et que je ne remarque même pas à la surface. Est-ce pourquoi nous faisons rarement l'expérience de niveaux plus profonds de notre esprit, est-ce en raison du blocage massif de culpabilité et de peur ?

### Réponse :

Oui, la culpabilité éprouvée par l'esprit pour avoir choisi contre lui-même, et donc, contre Dieu, est très profonde. Elle a été recouverte par des couches et des couches de déni en raison de la crainte du châtement qui pourrait venir de Dieu. Les expériences indiquant que nous ne sommes pas des corps physiques comme celles que vous décrivez, évoquent souvent des sentiments de peur, ce qui reflète la crainte de l'esprit de reconnaître son identité d'esprit. Votre regard sur la peur de perdre votre identité de corps est très utile, et explique pourquoi il est si difficile de comprendre le *cours*, même si Jésus nous assure que ce *cours* est très simple (**T.11.VIII.1 :1**). Bien qu'il soit difficile à comprendre, pratiquer et appliquer ses enseignements dans notre vie est encore plus difficile, en raison de notre énorme résistance à renoncer au système de pensée de l'ego. Le processus commencera en reconnaissant d'abord la résistance, en admettant de façon sincère à quel point nous nous accrochons fermement à l'ego. Devant cette gigantesque résistance, il est évident qu'il faut y aller en douceur si on veut entamer le processus de défaire ce système de pensée erroné. C'est également une des étapes les plus importantes dans le programme du Saint-Esprit.

*« Ta tâche n'est pas de chercher l'amour, mais simplement de chercher et trouver toutes les barrières au-dedans de toi que tu as bâties contre lui. »*  
**(T.16.IV.6 :1)**

Dans le manuel, Jésus se réfère à cette résistance de manière à l'appliquer à votre expérience. Il dit que la résistance à la guérison est « énorme » et que cela requiert d'accepter que notre expérience du monde est le résultat d'un choix fait dans l'esprit. **(M.5.II.1)** Cela retourne donc la responsabilité à l'esprit, et c'est ce qui, dans le processus, annule toute croyance au pouvoir de décision du corps. L'ego nous a enseigné (et nous avons bien appris la leçon) que le corps prend toutes les décisions et que c'est lui qui « régit » le monde. Cette fausse croyance rend le corps et le monde très réels dans notre expérience. En s'accrochant à cette croyance, nous résistons à l'enseignement de Jésus afin de *protéger* le corps et le monde et maintenir en place la pensée de séparation.

Une expérience vécue dans le corps astral, bien que toujours du domaine de l'ego, peut servir comme un rappel à l'esprit que celui-ci ne peut pas être contenu dans un corps. En effet, l'esprit n'appartient pas au corps, qu'il soit astral ou physique. Il y a là une menace pour l'« existence du corps », ce qui évoque la peur qui prend la forme de la résistance, rappelant à l'esprit les paroles de prudence de Jésus : « *ne te fie pas à tes bonnes intentions. Elles ne suffisent pas.* » **(T.18.IV.2 :1,2)**. Avoir un sain respect de l'intensité de l'attachement au corps donne une base solide pour passer, avec patience et douceur, à travers ce processus d'apprentissage. Cela contribue à dissiper le fantasme du succès instantané et à garder l'esprit calmement centré sur le chemin du pardon. Votre perspicacité relative à la profondeur de l'implacable culpabilité qui imprègne le rêve de séparation est donc de grande valeur, mais dans ce domaine, ni la culpabilité ni la résistance ne prévaudra. Reconnaître cela ne peut que faire gagner du temps, en ne le gaspillant pas dans des escapades en des lieux plus profonds de déni. Ce n'est pas tant que nous ne devons pas avoir des barrières de résistance, mais un nombre incalculable de fois, il nous est demandé de nous observer afin de les trouver. En peu de mots, Jésus nous met devant la tâche qui nous attend : « *Sois vigilant* » **(T.6.V.C)**. Et lorsque vous trouvez ces blocages, sachez que ce n'est pas l'ego qui vous y a conduit !

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

Question 1054

