

## Quelle est la cause d'une énergie qui nous submerge parfois ?

### Question :

Il y a environ huit ans, j'ai fait plusieurs expériences étranges. J'ai senti une énergie m'envahir, monter le long du dos jusque dans ma tête. Dans un premier temps, cela m'a un peu effrayé et j'ai résisté. Puis, après un moment, j'ai laissé faire. Ce qui s'est passé n'a pris qu'une ou deux secondes. J'ai eu un aperçu de...de quoi ? Je ne suis pas certain, ce fut si rapide. Mais je pense que c'était comme une révélation, une sorte de connaissance totale. Je me souviens avoir pensé : « Alors, voilà ce que c'est ! » Puis j'ai vite oublié ce que j'ai vu. Cela s'est passé environ 4 ou 5 fois – je ne contrôlais ni le moment, ni l'endroit. Une fois, j'étais au cinéma, une autre fois en train de peler des pommes de terre à l'évier ! Le feeling partait aussi vite qu'il venait. Je n'ai pas refait cette expérience depuis ce temps-là, mais je ne peux pas l'oublier. Pourriez-vous m'éclairer là-dessus ?

### Réponse :

Il est difficile de savoir avec certitude ce que ces expériences aient pu être. En règle générale, si une expérience vous laisse avec un sentiment d'avoir moins de culpabilité, de peur et de jugement, et plus de bienveillance, elle vient de la partie de votre esprit qui est liée à la vérité sur la réalité, et de l'Amour de Dieu qui est Sa source. *Un Cours en Miracles* nous enseigne que nos esprits sont divisés entre cette partie-là justement, et l'autre partie qui s'acharne, parfois avec brutalité, à protéger sa présumée indépendance de Dieu. L'aspect décisionnel consiste toujours à choisir de s'identifier avec l'une ou l'autre de ces deux parties. Une manifestation qui viendrait de choisir la partie d'esprit juste serait une expérience comme celle que vous avez eue, où vous vous rendez compte soudain que vous savez tout ce qui se passe, le pourquoi des choses. Habituellement, nous ne sommes pas conscients de ces instants de décision. Le *cours*, visant l'entraînement de l'esprit, a justement comme but de nous aider à en devenir plus conscients. Et puisque le temps linéaire fait partie de la stratégie de l'ego pour nous tenir éloignés de notre esprit, le fait que cela soit survenu il y a huit ans n'a pas d'importance. L'oubli rapide de ce que vous avez vu pourrait être interprété comme une réaction de peur à cette façon de voir, puisque l'ego se défend de toute sa chétive puissance contre un tel aperçu de la vérité, sachant très bien que son existence est menacée si vous voyez la vérité et choisissez en sa faveur, plutôt que contre elle. Cette dynamique est toujours en opération. Dans les premières étapes avec le *cours*, notre but est justement de voir nos vies dans ce contexte-là.

Nous décidons que notre attention sera portée sur un des deux enseignants pour nous diriger dans nos interactions quotidiennes : Jésus ou l'ego. Donc les expériences que vous avez eues pourraient être utilisées comme point de référence, une sorte de confirmation de votre *soi* d'esprit juste, Cependant, il serait préférable de ne pas essayer de les recréer ou d'y retourner. Attardez-vous sur le moment présent, car c'est dès maintenant, dans l'instant que vous faites le choix. Essayez de prendre conscience de l'enseignant ou du système de pensée que vous choisissez. Ne jugez pas votre choix, faites seulement l'observer et au fur et à mesure, évaluez les effets ; est-ce quelque chose qui vous apporte la paix... ou davantage de conflits ?

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

Question 1070