

Appliquer les principes *UCEM* sous le stress quotidien

Question :

En tant que directeur d'une entreprise de vente au détail, tous les jours je dois faire face à des situations conflictuelles avec les clients. Bien que je me rende compte que cela m'offre beaucoup de possibilités de pratiquer le pardon, j'ai du mal à briser la mauvaise habitude de me sentir stressé et dans l'insécurité lorsque quelqu'un est vraiment contrarié, en colère et devient déraisonnable. J'essaie de ne pas le prendre personnellement, mais je ne semble pas pouvoir trouver le bon angle pour résoudre la situation et rester calme sous la contrainte. Je comprends que le problème est totalement en moi. Pourriez-vous me donner quelques exemples de la façon de pratiquer le pardon et prendre du recul pour laisser le Saint-Esprit m'aider à composer avec ma dose quotidienne de stress ?

Réponse :

Vous avez la bonne approche : voir la situation comme une salle de classe dans laquelle vous apprenez le pardon, ce qui signifie apprendre à ne pas prendre les attaques personnellement. Ce n'est pas facile à faire, comme vous l'avez constaté, car comme ego nous excellons à tenir les autres responsables de notre manque de paix : « Si cette personne était plus raisonnable, je ne me sentirais pas si vulnérable et menacé ». Ce qui se passe en réalité, c'est que nous avons pris la décision dans notre esprit de nous détourner de l'amour *avant* que l'échange avec l'autre ait pris place, et la culpabilité liée à cette décision est projetée sur n'importe qui et n'importe quoi sur notre chemin. Autrement dit, nous *voulons* secrètement être maltraités, afin de porter notre attention à l'extérieur sur ce que l'autre nous fait plutôt que sur la souffrance liée à la culpabilité déjà présente dans notre esprit.

La cause de ces sentiments d'impuissance, de fragilité et de faiblesse en face du comportement irrationnel des autres n'a donc rien à voir avec ces gens, ni avec leur comportement. La cause vient de nos propres sentiments qui sont toujours profondément déficients dans notre relation avec nous-mêmes (la haine de soi) parce que nous avons choisi de nous séparer de notre Créateur aimant et de rompre les liens avec l'Amour, croyant que nous serions mieux par nous-mêmes sans Lui. Par conséquent, en regardant ce concept de soi avec l'amour de Jésus à vos côtés, vous aurez à faire face à la véritable cause des problèmes que vous affrontez. La prochaine étape sera d'accepter l'assurance de l'amour ; vous accusez vous-même est totalement injustifié puisque tout cela fondé sur de fausses prémisses.

En effet, il est impossible de se séparer du Tout et de rejeter l'Amour qui englobe l'entière réalité. Ainsi, votre seule responsabilité est de regarder comment vous vous êtes identifié à l'ego et la culpabilité, puis de réaliser que tout cela est seulement une décision erronée. Votre innocence n'a pas été perdue. **(Leçon PI.93)**

Lorsque votre perception est enracinée dans votre innocence (votre sainteté), vous n'êtes plus affecté par vos clients, aussi belligérants soient-ils. Vous regardez directement par-dessus leur ego pour voir en eux le même esprit juste dans lequel vous êtes maintenant centré. Vous vous rendez compte que :

- 1) Dans votre *esprit erroné*, vous désirez inconsciemment être faible et maltraité par les gens
- 2) Vous reconnaissez que le problème vient de cette décision de vous identifier à l'ego coupable
- 3) Vous demandez l'aide de votre Guide pour corriger ce choix

Lorsque vous acceptez que l'innocence dans votre *esprit juste* est la vérité sur qui vous êtes, vous restez en paix, peu importe ce que disent ou font les autres : « *Laisse-les être aussi haineuses et méchantes qu'elles le veulent, elles ne pourraient avoir d'effet sur toi à moins que tu ne manques de reconnaître que c'est ton rêve.* » **(T.27.VIII.10 :6)**. À partir de ce calme centre tranquille, connaissant que tout le monde partage ce même centre avec vous, vous répondrez d'une manière aimante à tous ceux qui sont impliqués. Vous percevrez toute faiblesse en vous comme étant simplement une défense contre cette vérité, une défense qui en soi n'a aucun pouvoir de changer la vérité.

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

Question 1092