

## Pouvez-vous énumérer les défenses contre la vérité ?

### Question :

Vous avez mentionné dans une réponse antérieure que se rappeler sans cesse du passé est une défense contre la vérité. Je sais, pour l'avoir lu dans *Un Cours en miracles*, que la maladie est également une de ces défenses. Est-ce que vous pouvez donner une liste des autres défenses que nous utilisons communément ?

### Réponse :

Puisque la culpabilité, résultant du choix de l'esprit de se séparer, est projetée sur un corps, *tout ce qui* appartient au corps est une défense contre la vérité. Le corps a été fait pour se substituer à l'unité qui fut rejetée quand la séparation fut choisie. Une liste des défenses contre la vérité contient donc tout ce que nous choisissons d'utiliser pour défendre la croyance que nous sommes séparés. C'est une liste vraiment très longue ! En fait, tout ce qui tend à démontrer que le monde est « réel » dans notre expérience défend la croyance de l'esprit qu'il y a un monde, niant ainsi la vérité de l'unité. C'est la façon pour l'esprit de se dissocier de lui-même dans sa tentative de rester séparé de sa Source.

Or la vérité, c'est qu'il n'y a pas de défenses contre la vérité. La vérité peut être niée, refusée, oubliée, bloquée dans la conscience, mais elle ne peut être ni modifiée, ni annihilée. Nous lisons dès la première page du texte : « *Rien de réel [la vérité] ne peut être menacé. Rien d'irréel n'existe* » (T.in.2.3). Il s'ensuit qu'exister dans l'illusion de ce qui n'est pas réel (ego/monde) exige une défense constante pour que l'esprit puisse continuer d'y croire par son propre choix. Ainsi l'univers physique au complet, fabriqué et inventé en imagination, est un moyen de défense. Or il est évident que nous ne pouvons pas défaire la croyance en la séparation en effaçant simplement les défenses de notre liste. Toutefois nous apprenons dans le *cours* que tout ce qui est fait comme une défense *contre* la vérité peut être utilisé par le Saint-Esprit pour conduire à la vérité. Grâce au processus du pardon, la stratégie des défenses de l'ego est transformée en salle de classe pour apprendre à accepter la vérité. Le corps et le monde perdent graduellement leur pouvoir de défense contre la vérité quand ils sont vus comme des projections de l'esprit. Le désir d'appliquer cet important principe en toute situation renforcera peu à peu la croyance au pouvoir de l'esprit et affaiblira l'arsenal des défenses de l'ego.

Il n'est pas nécessaire de lutter contre les défenses, il suffit de reconnaître que ce sont des écrans de fumée utilisés par l'ego pour garder la vérité loin de la conscience. Les défenses reflètent le choix de l'esprit de s'identifier à l'ego et d'oublier très rapidement qu'il a fait ce choix.

Un des buts importants du *cours* est d'exposer les manigances trompeuses de l'ego et de lever le voile sur ses défenses afin que l'esprit puisse choisir de corriger l'erreur de croire que la séparation est réelle, puis qu'il accepte sa véritable identité d'esprit. Quoi que ce soit qui se passe en dehors de l'esprit, qui serait perçu comme ayant un effet positif ou négatif sur la paix parfaite de l'esprit, est une défense contre la paix, et donc une défense contre la vérité. C'est réellement un déni pour la partie de l'esprit qui détient en elle la mémoire de l'Amour de Dieu et où réside la paix parfaite. Désirer voir la stratégie des défenses de l'ego à l'œuvre dans chacune de nos relations est le début de son annulation par le simple fait que sa stratégie a été exposée. Ne pas justifier les projections de l'esprit diminuera leur efficacité en tant que défenses ; c'est-à-dire que ne pas défendre les défenses contribue à les affaiblir. Grâce à cette douce pratique, l'emprise de l'ego relâche son emprise pour finalement se défaire. La liste des défenses finira par s'estomper pour se dissoudre totalement.

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 1117