

## Que signifie exactement *si je me défends, je suis attaqué* ?

### Question :

Je relis *Un Cours en Miracles* pour la deuxième fois et j'ai encore du mal à comprendre la leçon 135. Est-ce que la leçon signifie que si quelqu'un vous attaque physiquement ou verbalement, vous ne faites rien ? Devriez-vous autoriser quelqu'un à vous « tabasser » physiquement sans réagir ? Je ne pense pas que ce soit cela. Je veux être sûr que je l'interprète correctement. Et je me demande également si la pratique des arts martiaux entre en conflit avec les enseignements du *cours* ?

### Réponse :

Vous êtes tout à fait correct dans votre interprétation de la leçon 135 « *Si je me défends, je suis attaqué.* » Cela ne veut *pas* dire que vous devriez vous laisser battre ou abuser, ou regarder quelqu'un se faire tabasser ou abuser sans intervenir. Voici un des concepts les plus mal compris et les plus mal appliqués du *cours*. Il est important de se rappeler ici que le *cours* ne parle jamais de *comportement*, et que la pratique du *cours* n'exclut pas le simple bon sens. Le *cours* se concentre toujours sur le *contenu* dans nos esprits.

Par exemple, vous pouvez être dans votre *esprit juste* lorsque vous vous défendez et que vous faites cesser les agissements agressifs d'une personne en train de vous tabasser, ou vous pouvez être dans votre *esprit* erroné pour faire la même chose. Autrement dit, vous pouvez être dans votre esprit juste et ne rien faire, ou vous pouvez être dans votre esprit erroné et ne rien faire. Si nous pouvions aller plus loin que notre ego juste pour un instant, tout ce que nous ferions ou ne ferions pas serait tout à fait « juste ».

Jésus enseigne que nos pensées découlent toujours du système de pensée de l'ego ou de celui du Saint-Esprit et elles dépendent du système que nous avons *choisi*. Dans cette leçon, Jésus enseigne spécifiquement que chaque fois que nous nous percevons comme attaqué et que nous estimons qu'il est nécessaire de nous défendre, nous avons renforcé un concept de soi liée à la peur et à la vulnérabilité, ce qui signifie que nous nous considérons comme un corps, et non pas tel que Dieu nous a créés. Il n'y a que lorsque la peur nous envahit que nous avons besoin de nous défendre, et c'est une information utile puisqu'elle nous permet de savoir à quel système nous nous sommes identifiés. Toutefois, nous ne pouvons pas corriger ce faux concept de soi simplement en nous laissant maltraiter ou en laissant violer nos droits sans rien faire.

Cela ne nous ferait pas avancer spirituellement tout comme, par exemple, supprimer tous les verrous de nos portes et annuler nos polices d'assurance ne serait pas de nature à nous faire avancer spirituellement. Tant que nous faisons l'expérience de nous-mêmes comme étant des corps, nous devons répondre aux besoins des corps physique et psychologique.

Jésus exprime son point de vue en tant qu'esprit guéri, qui sait avec certitude que le corps et le monde sont totalement illusoire. Il explique simplement que nous, dont les esprits ne sont *pas* guéris, devrions apporter une attention minutieuse au système de pensée auquel nous choisissons de nous identifier, puis demander de l'aide pour regarder à travers ses yeux pour voir comment est vraiment ce monde, et quel est son but. Ainsi nous aurions une base pour pouvoir choisir différemment. Jésus nous aide à réaliser qu'il y a une peur inhérente en chacun de nous, et qu'elle vient de notre *esprit*, et certainement pas des éléments hostiles du monde ou du corps. Ces éléments font tous partie de la stratégie de l'ego pour nous maintenir sans esprit. Une défense contre la peur et la culpabilité dans notre esprit n'est pas nécessaire car ce sont des émotions fabriquées par l'ego. Nous devons uniquement demander de l'aide pour corriger nos choix erronés d'identification avec le système de pensée de l'ego du trio insane péché/culpabilité/peur. Et comment savons-nous que nous avons fait ce choix erroné ? Nous le savons chaque fois que nous faisons l'expérience de soi comme étant vulnérable et attaqué. Encore une fois, cela ne signifie pas que nous n'allons pas prendre soin de nous en nous protégeant de la manière la plus appropriée dans le monde, y compris grâce à l'utilisation des arts martiaux.

Et finalement, Jésus ne veut pas dire par cette leçon que nous ne devrions jamais faire des plans. Il dit que nous devrions le consulter d'abord parce que, notre esprit n'étant pas guéri, nous n'avons aucune idée de ce qui est dans notre meilleur intérêt, ou dans les intérêts de quiconque. Nous devons même être vigilants quand nous présumons savoir quels sont nos problèmes, au risque de tomber dans le piège de l'ego et dire à Jésus ou au Saint-Esprit comment ils doivent résoudre ces problèmes. Nos efforts et notre énergie seraient mieux placés à demander de l'aide pour pardonner parce que c'est seulement le pardon qui supprimera les obstacles devant notre véritable écoute de la Voix pour l'Amour, dont la douce sagesse nous guide dans nos paroles et nos actions. La culpabilité est le problème, le pardon est la réponse. Nous n'avons jamais besoin d'être plus spécifiques que cela.

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

Question 225