

## Pourriez-vous donner plus de détails sur l'instant saint ?

### Question :

Pourriez-vous donner plus de détails sur l'instant saint ?

### Réponse:

Tel qu'il est défini dans notre Glossaire-Index, l'instant saint est cet instant en dehors du temps, où nous avons choisi le pardon au lieu de la culpabilité, le miracle au lieu de la rancune, l'Esprit Saint au lieu de l'ego. C'est l'expression de notre petit désir de vivre dans le moment présent qui s'ouvre sur l'éternité, plutôt que de retenir le passé et de craindre l'avenir, ce qui nous maintient en enfer.

Il est important de comprendre que l'instant saint se trouve à l'extérieur du temps et au-delà du corps : « *Il n'y a pas un seul instant où le corps existe le moins.* » (T.18.VII.1.3) C'est un terme qui est donné à l'expérience de vivre en unité avec quelqu'un d'autre, qui dépasse complètement quoi que ce soit appartenant au corps. Il n'y a pas de séparation entre vous et cette personne. Les intérêts contradictoires et séparés qui caractérisaient la relation auparavant, ont complètement été dissous en faveur de la reconnaissance qu'il n'y a que des intérêts communs. Tous les sentiments de concurrence et de comparaison n'existent simplement plus dans l'instant saint, c'est-à-dire quand vous avez choisi délibérément de ne pas voir vos intérêts différents de ceux de quelqu'un d'autre. Il existe plusieurs autres manières, puisque nous exprimons la séparation de tellement de façons variées.

C'est un instant choisi dans lequel notre peur a suffisamment diminué pour que nous acceptions la vérité sur nous-mêmes et sur les autres. Cela ne semble parfois qu'un simple instant fugace qui arrive puis s'en va, mais c'est seulement parce que notre peur est encore trop grande pour nous permettre d'en faire notre état permanent. Quand cela se produit, nous sommes dans le « monde réel. » Ainsi, l'instant saint est un terme également utilisé pour désigner l'instant saint *ultime*, le *monde réel*, le point culminant de tous les instants saints que nous avons choisis le long de notre voie spirituelle.

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

Question 26