

## **Pourquoi la paix que je ressens ne reste-t-elle pas avec moi ?**

### **Question :**

J'ai parfois le sentiment que pour moi, choisir la paix est une sorte de déni. Je sais que je peux regarder une situation et choisir d'y voir la paix. Et je le fais souvent, atténuant ainsi la tension, et ma pensée de paix m'apporte un sentiment de paix. Mais je me fais surprendre parfois par une offensive de peur, par des sentiments de colère et de culpabilité quand je me trouve dans une situation difficile, quelque chose que je croyais même avoir guéri. Je me sens comme si j'avais simplement nié ces sentiments par mon propre choix de voir la paix. Il me semble que pour guérir, je dois entrer en contact avec ces sentiments et ne pas essayer de voir la paix, mais vraiment ressentir que j'ai peur, et être perturbé et bouleversé le temps que je le fais.

Je pense que si j'essaie de voir la paix à l'instant où je me sens inquiet et anxieux, je mettrai simplement un couvert sur la peur et que je ne saurai pas clairement ce que je veux, c'est-à-dire apporter cela à la lumière pour que ce soit guéri. Je ne suis pas rendu au point où je peux regarder la peur en face et être tranquille en même temps. Est-ce que cela respecte la voie *d'Un Cours en Miracles* ?

### **Réponse :**

Voilà une question très honnête et bien pensée ! Il est vrai que notre ego peut parfois nous tromper, nous faire croire que nous avons fait le choix de voir la paix, alors que tout ce qui est arrivé vraiment est que nous avons découvert comment faire les choses à notre manière. Néanmoins, il ne serait pas bon de rejeter vos moments de paix comme s'ils étaient de la frime, simplement parce qu'ils ne sont pas encore permanents. Le résultat de la peur qui vient de prendre contact avec la paix véritable (une dés-identification du *soi* que nous pensons être) est que nous vacillons *entre* la paix *et* les conflits, tout au long de notre apprentissage. Le fait de ressentir la peur dans une situation difficile et ponctuelle, et sentir que la peur est plus intense que jamais, n'invalide pas l'expérience de paix que nous pouvons avoir ressentie dans une situation similaire par le passé. Chaque système de pensée, que ce soit celui de l'ego ou du Saint-Esprit, est total. Quel que soit celui que nous décidons, lorsque nous l'avons choisi, à ce moment-là nous sommes complètement identifiés avec lui, indépendamment de nos choix dans le passé, et donc nous pouvons vivre l'éventail complet des sentiments qui accompagnent ce choix. Il est utile de rappeler également qu'il n'y a jamais de situations extérieures qui provoquent notre perte de paix.

En effet, la situation n'est jamais plus qu'un simple symbole sur lequel nous choisissons de projeter notre culpabilité enfouie. La peur vient donc d'une perception d'être en état de péché, coupables d'avoir attaqué Dieu, et méritant d'être punis. Toute situation extérieure peut devenir un écran sur lequel nous projetons cette pensée. Certains symboles sont tout simplement plus puissants que d'autres, et plus résistants au pardon ! Ceci dit, il est important d'ajouter que, oui, nous devons regarder honnêtement notre culpabilité et notre peur avant de les remettre à la lumière. Choisir la paix n'est pas simplement une formule que l'on scande chaque fois que notre culpabilité et notre peur refont surface afin de refouler ces sentiments et les nier. À vrai dire, il reste encore une partie de nous qui ne veut pas la paix tant que nous sommes identifiés à l'ego. Jésus le dit très clairement au début de la leçon 185 : « *Je veux la paix de Dieu. Dire ces mots n'est rien. Mais ce qu'on entend par ces mots est tout.* » (**Leçon 185.1.h, 1,2**). Nous apprenons à vouloir la paix en examinant ce que nous avons choisi et en reconnaissant ce qu'il nous en coûte. Avec le temps, à mesure que nous nous permettons d'examiner honnêtement ce que nous avons choisi sans nous juger pour ce choix, la véritable alternative deviendra progressivement plus souhaitable.

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

Question 324