

Est-il normal de penser que je recule au lieu d'avancer ?

Question :

Il me semble que plus j'étudie *Un Cours en Miracles*, plus je commence à penser que je recule au lieu d'avancer. Mon esprit est plus bruyant que jamais. Pourquoi en est-il ainsi ?

Réponse :

Le *cours* a une perspective utile à ce sujet-là : « *Ne te mets pas en charge de cela [éveil à la connaissance] car tu ne sais pas distinguer entre avancer et retraiter. Certaines de tes plus grandes avancées, tu les as jugées comme des échecs et certaines de tes plus profondes retraites, tu les as considérées comme des succès.* » (T.18.V.1 :5,6). Le fait est que nous ne savons pas vraiment où nous en sommes dans nos progrès ; nous ne savons même pas si nous reculons ou si nous avançons. Il est important de se le rappeler lorsque nous étudions le *cours*, afin de ne pas perdre de temps et d'efforts à se juger ou à s'évaluer soi-même. Probablement le « bruit » dans votre esprit, qui semble plus présent que jamais, existait avant d'entreprendre l'étude du *cours* ; la différence étant que vous en êtes maintenant plus conscient.

Désormais, vous êtes en mesure de savoir que vous avez un esprit et que c'est un esprit bruyant. C'est exactement ce que le *cours* nous aide à apprendre. Nous débutons la pratique en apprenant à ne pas nier que nous utilisons le bruit pour noyer la « petite voix tranquille » (T.21.V.1 :6) du Saint-Esprit. Puisque le déni fait partie de la stratégie des défenses d'ego, commencer à entendre à quel point nos esprits sont bruyants débute le processus qui défera le déni. À mesure que nous approfondissons notre engagement dans l'étude du *cours*, le bruit peut vraiment sembler plus fort en raison de notre résistance. Notre identité d'ego se sent menacée par ce que nous apprenons et une lutte s'installe de diverses manières, l'une d'elle étant un esprit bruyant. Il s'agit également d'un stratagème de l'ego pour nous convaincre de cesser notre quête de vérité, voulant par cela nous faire accroire que nous allons « empirer ». Notre tâche est de prêter attention à tous ces bavardages dans l'esprit, puisqu'il nous indique quelles sont nos croyances. Selon le *cours*, entraîner l'esprit, c'est découvrir les pensées, les jugements et les croyances qui se cachent dans l'esprit afin de nous faire sentir coupable et nous garder dans la peur. Et voici quelle est la bonne nouvelle : « *La Voix pour Dieu, doux et léger murmure, n'est pas noyée dans tous les cris éraillés et les hurlements insensés de l'ego pour ceux qui veulent L'entendre.* » (T.21.V.1 :6)

Nous serons en mesure d'entendre Son Être lorsque nous aurons entendu et pardonné toutes nos objections.

Source : www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm

Question 35