

Les mémoires du passé sabotent ma quête de paix

Question :

Au cours des deux dernières années, j'ai fait un effort conscient pour me souvenir des temps dans ma vie où je me suis vraiment sentie en paix. Ces temps sont loin, distancés entre eux et paraissent toujours noyés sous des peurs familières, des préoccupations, etc. Une de vos réponses [355] utilise l'analogie que chacun de ces moments pourrait pourtant être vu comme un fil d'or. Quand vous avez accumulé petit à petit les fils, vous tissez une chaîne, puis la chaîne devient une corde, jusqu'à ce que vous puissiez remonter l'échelle. C'est mon image favorite et elle m'a beaucoup aidée dans les temps difficiles. Je me rends compte de l'ampleur de ma résistance à ces expériences, mais j'ai également réalisé que tout cela est correct. Ces moments sont toujours associés au pardon des ombres dans mon esprit, ne serait-ce qu'un instant. Cependant, il y a des événements apparemment mineurs dans ma vie qui sont survenus récemment, surgis d'un passé lointain, qui évoquent des sentiments de haine de soi et de honte. Se pourrait-il que ce soit mon ego en train de se « rebeller » à mesure que mon identité séparée est contestée ?

Réponse :

L'ego mettra tout en œuvre pour tenter de se préserver lui-même, ce qui peut certainement expliquer, au moins en partie, votre expérience. Mais il peut aussi être utile de penser que ces vieux souvenirs refont surface en ce moment parce que vous êtes de plus en plus disposée à regarder dans l'obscurité pour ramener à votre conscience les différentes expressions de l'ego et faire un choix différent les concernant. Bien que les pensées semblent porter sur des événements passés, ce ne sont que des symboles de culpabilité auxquels vous vous accrochez encore. Ces pensées symboliques sont enfouies dans votre inconscient où elles continuent à opérer en dehors de votre conscience, vous dérobant la paix. En les laissant pénétrer dans votre conscience, vous vous donnez une autre occasion de les dissoudre dans la lumière. Les sentiments associés à ces pensées lors du rappel du passé ne sont ni agréables ni confortables, mais si vous pouvez apprendre à les accueillir comme autant d'occasions de pardonner ce qui se présente, ils perdront graduellement leur pouvoir de perturber votre paix d'esprit. Ils cesseront de fonctionner au niveau inconscient de votre esprit, comme des forces sismiques qui vous affecteraient à la surface, vous laissant démunie et sans choix quant aux effets.

Dans *Un Cours en Miracles*, Jésus parle de la « dynamique » de l'ego, et il a pour nous des mots rassurants qui peuvent aisément être appliqués à vos expériences spécifiques : *« Nul ne peut échapper aux illusions à moins de les regarder, car ne pas regarder est la façon de les protéger. Il n'y a pas lieu de reculer devant les illusions, car elles ne peuvent pas être dangereuses. Nous sommes prêts à regarder de plus près le système de pensée de l'ego parce qu'ensemble nous avons la lampe qui le dissipera ; et puisque tu te rends compte que tu ne le veux pas, tu dois être prêt. Soyons très calme en faisant cela, car nous ne faisons que rechercher honnêtement la vérité. La « dynamique » de l'ego sera notre leçon pendant quelque temps, car nous devons d'abord l'examiner pour ensuite voir au-delà, puisque tu l'as rendue réelle. Ensemble, tranquillement, nous déferons cette erreur, puis nous regarderons au-delà vers la vérité. » (T.11.V.1)*

Source : <http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm>

Question 579