

Gérer les attaques dans les relations particulières

Question :

Je suis présentement dans l'étude des relations particulières et je me demande ceci : Supposons qu'une personne « A » ressent de la colère, de la haine, de la rancune et autre envers la personne « B », est-ce que la personne « B » est susceptible d'apprendre que ces sentiments font partie également d'elle-même, puis si elle les ressent, les projettera-t-elle à son tour sur la personne « A », que ce soit de façon passive ou agressive ?

Maintenant nous avons la personne « B » découvrant en elle-même les mêmes sentiments hostiles que la personne « A ». Si c'est le cas, sommes-nous maintenant dans un cercle vicieux de destruction ? Et supposons que la personne « B » décide de ne pas projeter en retour sur la personne « A », est-ce que la personne « B » (si elle croit que ces sentiments sont vrais) est désormais susceptible de les projeter sur son propre corps ? Et si elle le fait, est-ce que cela peut se manifester sous forme de maladie ? Est-ce que la maladie peut ensuite être une forme d'attaque sur les deux personnes, soit sur soi-même et sur l'autre avec qui nous sommes impliqués dans une relation particulière ?

Réponse :

En dépit de ce que semblent nous dire nos expériences dans le monde, aucun d'entre nous ne détient le pouvoir de causer à quelqu'un d'autre des sentiments de culpabilité, ni de faire en sorte qu'il se sente haï ou attaqué. Ces perceptions sont inhérentes à notre propre expérience chaque fois que nous choisissons de nous identifier à l'ego, ce qui semblera notre état normal « naturel » jusqu'à ce que nous nous souvenions différemment.

Par conséquent, il n'y a personne qui nous enseigne ces perceptions, quelle que soit la façon dont les gens agissent avec nous. Nous les avons appris de nous-mêmes. C'est la condition de base de l'ego car le système de croyance de l'ego est érigé sur la croyance en notre propre péché/culpabilité, et nous allons tout faire pour nous protéger de cette culpabilité en la projetant en dehors de nous pour ne pas la ressentir. Le seul effet qu'il nous est possible d'avoir sur les autres est de leur rappeler ce qui est déjà présent dans leur propre esprit.

Donc, je peux être un rappel pour vous de votre propre péché, de votre culpabilité et de votre peur lorsque je choisis l'ego comme enseignant, ou je peux être un rappel de l'amour et du pardon qui sont présents en nous deux lorsque je choisis l'Esprit Saint comme Enseignant. Vous faites d'abord votre propre choix, à savoir avec quel système de pensée vous vous identifiez. Mon choix ne peut alors que renforcer le choix que vous avez déjà fait. Mais si *vous* avez fait le choix de l'ego et que *je* me suis rappelé de l'Esprit Saint, je peux servir de rappel pour vous qu'il existe un autre choix présent également dans votre esprit.

Très tôt dans le texte, Jésus explique : « *Lorsque vous projetez... sur les autres, vous les emprisonnez, mais seulement dans la mesure où vous renforcez des erreurs qu'ils ont déjà faites. Cela [leurs erreurs] les rend vulnérables à la distorsion des autres, puisque leur propre perception d'eux-mêmes est déjà distordue* » (T.1.III.5 :9,10).

Donc oui, en ce sens-là, nous configurons un cercle vicieux mutuel d'attaques et de contre-attaques ; un « cercle de destruction » comme vous dites, qui renforce le sentiment de culpabilité en chacun de nous. Mais encore une fois, l'origine de la culpabilité, et ses ramifications dans mon esprit, ne vient jamais de quelqu'un ou de quelque chose dans le monde en dehors de moi-même, mais seulement à partir de ma propre décision. En fait, l'unique objectif du monde, et de toutes les figures qui peuplent le monde est de servir d'écran de fumée pour nous cacher ce fait. Alors il nous semble, en effet, que d'autres sont la cause de ce que je suis quant au concept que j'ai de moi-même. (T.31.V.5).

Pour ce qui est de la deuxième partie de votre question, la culpabilité en rapport avec la séparation qui est dans mon esprit, une culpabilité que j'ai choisie, est intolérable et elle doit être projetée afin que je puisse voir que cette culpabilité vous appartient à vous plutôt qu'à moi. Et il est possible pour moi de la projeter, soit en vous attaquant directement vous, avec qui j'ai une relation particulière, soit en attaquant mon propre corps, ce qui sera exprimé sous forme de maladie. Et oui, cela sera perçu comme une attaque, non seulement sur moi, mais également sur vous, ce que Jésus décrit graphiquement dans « *L'image de la crucifixion* » (T.27.I) : « *Un vous malade et souffrant ne fait que représenter la culpabilité de votre frère ; le témoin que vous envoyez pour qu'il n'oublie pas les blessures qu'il a données, desquelles vous jurez qu'il n'échappera jamais. Cette image malade et pitoyable, vous l'acceptez, si seulement elle peut servir à le punir* » (T.27.I.4 :3,4).

Comment finir par se sortir du cercle apparemment incessant d'attaques et de contre-attaques ? La solution n'a rien à voir avec l'autre et a tout à voir avec un changement dans la perception que nous avons de nous-mêmes, au sein de notre propre esprit, avec l'aide de l'Esprit Saint. Nous devons reconnaître que le péché/culpabilité, rendu réel dans notre propre esprit comme une attaque contre nous-mêmes, pour la fausse croyance que nous pourrions nous séparer de Dieu, n'est jamais vraiment arrivé.

Comme dit le *cours* : « À moins de reconnaître que votre attaque contre vous-même n'a pas d'effets, jamais vous ne vous rendrez compte de la complète inutilité de l'attaque. Car les autres réagissent certes à l'attaque quand ils la perçoivent, si vous essayez de les attaquer, vous ne pourrez pas éviter d'interpréter cela comme un renforcement. Le seul endroit où vous puissiez annuler tout renforcement, c'est en vous-même. Car vous êtes toujours le premier point de votre attaque ; et si cela n'a jamais été, cela n'a pas de conséquences » (T.12.V.3).

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

Question 61