

Comment gérer les attaques dans les relations particulières ?

Question :

Je suis présentement en train d'étudier les relations particulières et je me pose les questions suivantes : Supposons que « A » ressent de la colère, de la haine et de la rancune envers « B », est-ce que « B » sera en mesure de voir que ces sentiments font également partie de lui-même ? Et s'il les ressent, va-t-il les projeter à son tour sur « A », que ce soit de façon agressive ou passive ?

Maintenant nous avons « B » en train de découvrir qu'il a en lui-même les mêmes sentiments hostiles que « A ». En pareil cas, sommes-nous entrés dans un cercle vicieux de destruction ? Et supposons que « B » décide de ne pas projeter en retour sur « A », est-ce que « B » (s'il croit que ces émotions sont vraies) est désormais susceptible de les projeter sur son propre corps ? Et s'il le fait, est-ce que cela pourrait se manifester sous forme de maladie ? Est-ce que la maladie pourrait ensuite être une forme d'attaque sur les deux, soi-même et l'autre avec qui nous sommes dans une relation particulière ?

Réponse :

En dépit de ce que nous disent nos expériences dans le monde, aucun de nous ne détient le pouvoir de causer à l'autre des sentiments de culpabilité, ni de faire en sorte qu'il se sente haï ou attaqué. Ces perceptions font partie de notre propre expérience quand nous choisissons de nous identifier à l'ego, ce qui semblera notre état normal « naturel », jusqu'à ce que nous nous rappelions autre chose. Par conséquent, nul autour de nous ne nous enseigne ces perceptions, peu importe comment les gens agissent à notre égard. Nous les avons apprises par nous-mêmes, et c'est la condition fondamentale de l'ego puisque son système de croyance est érigé sur la croyance en notre propre péché/culpabilité. Nous allons donc tout faire pour empêcher cette culpabilité de nous atteindre et nous le ferons en la projetant hors de nous pour ne pas la ressentir. Le seul effet que nous puissions avoir sur l'autre est de lui rappeler quelque chose qui est déjà présent dans son propre esprit. Cela veut dire que je peux être un rappel pour vous de votre propre péché/culpabilité/peur lorsque je choisis l'ego comme enseignant, ou je peux être un rappel de l'amour/pardon présent en nous deux lorsque je choisis le Saint-Esprit comme Enseignant. Vous faites d'abord votre propre choix, à savoir avec quel système de pensée vous décidez de vous identifier.

Mon choix ne peut alors que renforcer le choix que vous avez déjà fait. Or si vous avez choisi l'ego et que je me suis rappelé du Saint-Esprit, je peux servir de rappel qu'un autre choix est également présent dans votre esprit. Très tôt dans le texte, Jésus explique : « *Quand tu projettes... sur les autres, tu les emprisonnes, mais seulement dans la mesure où tu renforces des erreurs qu'ils ont déjà faites. Cela [leurs erreurs] les rend vulnérables aux distorsions des autres, puisque leur propre perception d'eux-mêmes est distordue.* » (T.1.III.5 :9,10)

Dans ce sens-là, en effet un cercle vicieux d'attaques et de contre-attaques prend place, un cercle de « destruction » comme vous dites, qui renforce le sentiment de culpabilité en chacun de nous. Toutefois, soulignons encore une fois que l'origine de la culpabilité, et ses ramifications dans mon esprit, ne vient jamais de quoi que ce soit dans le monde en dehors de moi-même, mais seulement à partir de ma propre décision. En fait, le seul but du monde, et des figures qui peuplent le monde est de servir d'écran pour camoufler ce fait. Alors il semble effectivement que d'autres soient la cause de ce que je suis, du concept que je me suis fait de moi-même (T.31.V. 5).

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

Comment peut-on sortir du cercle apparemment sans fin d'attaques et de contre-attaques ? La solution n'a rien à voir avec l'autre, mais avec un changement de perception en soi, dans notre propre esprit, avec l'aide du Saint-Esprit. Nous devons reconnaître que le péché et la culpabilité rendu réels dans notre propre esprit, est une attaque contre soi pour croire faussement que nous pouvons être séparés de Dieu, ce qui en vérité, n'est jamais vraiment arrivé.

Comme dit le cours : « À moins de reconnaître que ton attaque contre toi-même n'a pas d'effets, jamais tu ne te rendras compte de la complète inutilité de l'attaque. Car les autres réagissent certes à l'attaque quand ils la perçoivent, et si tu essaies de les attaquer tu ne pourras pas éviter d'interpréter cela comme un renforcement. Le seul endroit où tu puisses annuler tout renforcement, c'est en toi-même. Car tu es toujours le premier point de ton 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