

## Comment pardonner les attaques de mon mari sur mon fils ?

### Question :

Je pardonne assez facilement quand il s'agit d'interaction entre moi et quelqu'un d'autre, mais j'ai de la difficulté à pardonner les attaques contre mon fils de 14 ans. Je ne réussis pas à pardonner à mon mari les attaques qu'il inflige à mon garçon (son beau-fils), puisque ces attaques se poursuivent même lorsque je crois avoir fait de mon mieux pour faire appel au Saint-Esprit afin de voir la situation différemment. Comment puis-je changer ma perception ?

### Réponse :

Percevoir quelqu'un d'autre comme injustement traité est tout à fait identique à se percevoir soi-même comme injustement traité. C'est la projection de la culpabilité (pour s'être attaqué au Soi) quand nous nions notre propre véritable Identité de Fils de Dieu en choisissant de nous identifier plutôt à l'ego. Dans la version de l'ego de qui nous sommes (des corps séparés), chacun, dans chacune des relations, est en train de projeter, d'attaquer et de se défendre. C'est l'ego qui joue le « *jeu de la culpabilité* » (T.26.X.4 :7). Et dans ce jeu tout le monde est perdant. Ce qui est perdu en premier lieu est la conscience de l'innocence dans notre esprit, puis cela est vécu dans le monde comme une perte de la paix, ce qui semble avoir été provoqué par les attaques de quelqu'un contre un autre. Peu importe lequel est perçu comme victime ou agresseur, le résultat est toujours sensiblement le même, l'identité à un corps est désormais établie, défendue et maintenue. Cela sert à maintenir vivante la croyance que la séparation est réelle.

La première étape pour changer la perception de la victimisation est de reconnaître qu'il s'agit en fait d'une dynamique toujours en opération, peu important les jugements et les sentiments que vous pouvez avoir sur la situation, ou même de ce que pourrai être la situation. Il ne s'agit pas de nier vos jugements et vos sentiments, mais il faut reconnaître où est la véritable source (les croyances maintenues dans l'esprit) pour que se produise un changement. L'un des buts majeurs d'*Un Cours en Miracles* est de nous apprendre que tout le monde a un esprit (y compris les enfants), et que l'attaque contre soi-même se produit lorsque l'ego est choisi. Reconnaître que la source de culpabilité vient de l'esprit qui a choisi l'ego, et que cette culpabilité est ensuite projetée sur un autre, est déjà un changement dans la manière de percevoir toute situation.

Si on est tant soit peu disposé à reconnaître que la projection est en opération, cela suffira à entamer la démarche du pardon, et c'est ce processus qui demeure le seul changement significatif. Le processus consiste à vouloir pardonner à votre mari « *ce qu'il n'a pas fait* » (**T.17.III.1 :5**), c'est-à-dire qu'en attaquant votre fils, il ne vous a pas enlevé la paix. Cette décision peut être prise seulement par chacun de nous, c'est la décision d'un choix fait dans l'esprit. Lorsque ceci est bien compris, il devient évident que le pardon est total, et qu'il s'applique aussi bien à votre mari, à votre fils, et à tous.

En cas d'attaque, le Saint-Esprit peut nous aider, si nous sommes disposés à reconnaître que nous avons déjà jugé la situation, et si nous admettons que nous nous sommes trompés dans notre interprétation. C'est seulement ainsi que le Saint-Esprit peut remplacer notre perception par la Sienne. Toute croyance que l'attaque a eu un effet réel bloque le message du Saint-Esprit car une décision a déjà été prise d'écouter l'ego qui nous dit que le corps est réel, et que les attaques qui se font en dehors de l'esprit sont à l'origine de la douleur et des conflits. Dans la leçon 24 du livre d'exercices, nous trouvons un bon moyen pour enrayer la statique de l'ego en généralisant le message à toutes nos relations. Légèrement paraphrasé, il nous dit ceci : « *Nous ne percevons pas le meilleur intérêt de quelqu'un d'autre* » (**Leçon 24**). Nous devons donc remettre en question les attentes que nous apportons dans nos relations, et remettre en question tout ce qui, selon notre point de vue, apporte aux autres le bonheur et le bien-être.

Toutes ces choses sont basées sur la croyance que nous sommes des corps. Si au moins nous sommes disposés à introduire le doute dans ce système de croyance, une porte s'ouvre pour recevoir la perception du Saint-Esprit dans une situation qui semble n'avoir que l'interprétation que lui attribue l'ego. Dans le *cours*, Jésus enseigne que chacun agit dans toutes ses relations avec le même choix, la même culpabilité et la même peur. En fait, c'est pour cela qu'existent les relations, c'est ce pourquoi nous sommes venus en ce monde, et c'est ce que le Saint-Esprit veut que nous voyions pour qu'Il puisse nous donner une autre interprétation. Même s'il peut arriver que les attaques ne cessent pas, la façon de les percevoir va changer avec l'aide du Saint-Esprit. Il est toujours difficile de voir des proches se faire attaquer. Le choix d'inviter la lumière du Saint-Esprit dans le conflit allègera le fardeau d'essayer de résoudre le problème par soi-même, et Sa paix réduira petit à petit la douleur et la tension. Il ne saurait exister plus grand réconfort que de reconnaître que le corps n'est pas notre véritable identité, et que l'attaque n'a pas nécessairement à nous enlever la paix.

Que change ou non le comportement de votre mari, la paix que vous allez connaître, suite à l'acceptation de la définition du Saint-Esprit de qui nous sommes, de même que Son interprétation de l'attaque, sera, à un certain niveau, communiquée à votre mari, aussi bien qu'à votre fils.

L'un d'entre vous aura choisi la paix d'esprit en choisissant l'esprit juste du Saint-Esprit. Vous, votre mari et votre fils, serez tous en mesure alors (à un autre niveau et pas nécessairement de façon consciente) de savoir que l'attaque initiale de croire à la séparation n'a pas eu d'effets réels. Avec cette pleine conscience, quoique vous choisissiez de faire pour aider votre mari et votre fils, vous garderez votre paix d'esprit, et ce sera votre réconfort, autant que le leur.

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

Question 835