

Je sabote immédiatement la paix que je ressens

Question :

On dirait que si je suis mon pire ennemi. Après qu'une chose bouleversante se soit produite, il m'arrive quand même de trouver une certaine paix. Puis, aussitôt après, je dis quelque chose qui va totalement saboter ma paix. Suis-je supposé essayer de devenir meilleur à voir que je fais cela, ou juste noter que je continue à le faire et demander l'« instant saint » ? Est-ce que ces mots et ces agissements non pacifiques sont inévitables, ou prouvent-ils que je fais mal ma pratique ? Je voudrais que ce soit mon dernier temps passé ici. Ce monde me semble très difficile.

Réponse :

Vous ne le faites pas mal. Même si c'est désagréable, le fait que vous *notiez* rapidement et systématiquement que vous repoussez toutes les expériences de paix intérieure est en fait très utile. Cette prise de conscience en soi est une partie critique de la progression de l'étudiant du *cours*. *Un Cours en Miracles* nous dit que « *l'ego s'attaquera à tes motifs dès qu'ils ne s'accorderont nettement plus avec la perception qu'il a de toi. C'est alors qu'il passera brusquement de la suspicion à la méchanceté, puisque son incertitude est augmentée.* » (T.9.VII.4 :6,7). Autrement dit, chaque fois que vous faites l'expérience de la paix, l'ego sentira que ses jours pourraient être comptés et il reviendra rugir plus fort et plus impitoyable que jamais. Ainsi, presque chacun qui fait honnêtement ce que demande le *cours* arrive à la prise de conscience qu'il y a une partie de son esprit qui ne veut rien savoir de la paix ou de l'Amour de Dieu. Étrangement, vous pourriez aussi vous sentir rassuré par ce que vous avez observé en vous. Encore une fois, votre prise de conscience est une étape cruciale dans le voyage que le *cours* nous invite à prendre. Heureusement, le *cours* ne demande pas d'« essayer de devenir meilleur à faire cela. » Il nous encourage plutôt à demander l'aide de Jésus ou du Saint-Esprit afin de simplement regarder *sans juger* tout ce que nous disons et faisons. Prendre simplement le temps de regarder avec les yeux d'un enseignant intérieur aimant aide à voir que nos *agissements souvent moins qu'aimants* ne font pas de nous des pécheurs ou d'horribles mécréants. Ils indiquent simplement que nous sommes terrifiés. Étant nés dans la croyance (induisant la culpabilité) que nous existons aux dépens de Dieu, notre terreur peut seulement être guérie par le doux pardon qui, peu à peu, nous laisse savoir que nous sommes le « *faiseur d'un monde qui n'est pas.* » (T.25.IV.3 :1).

Par conséquent, il est très utile de découvrir que nous sommes vraiment nos propres pires ennemis. C'est seulement nous qui avons le pouvoir de nous couper apparemment de l'Amour de Dieu. Mais nous avons aussi le pouvoir de reconnaître que l'Amour de Dieu n'est allé nulle part et qu'il est toujours disponible pour nous chaque fois que nous sommes prêts à l'accueillir. Et à mesure que nous ressentons l'Amour de Dieu, nous en venons à savoir que ce monde est juste un élément de notre propre imagination mal guidée, et non un endroit d'où nous devons nous échapper, ni même nous inquiéter si nous allons y revenir.

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

Question 957