

Le but de ce petit texte est d'offrir un moyen constructif et simple de réfléchir au coronavirus et commencer à retrouver la paix intérieure, avec la lecture de quelques passages d'*Un cours en miracles*. D'autres textes suivront prochainement avec quelques exercices pratiques et une tentative d'explication des crises mondiales, selon le Cours.

De la paix et des virus

- Bernard Groom

Je te promets que tout ira bien.

Comment ça tout ira bien ?

Oui, tout ira bien.

Non, mais tu n'as pas vu ce qui se passe dans le monde ?

Oui, et j'insiste, en réalité, tout va bien et tout ira bien.

Mais dans quel monde tu vis, toi ?

Justement, c'est peut-être là que nous pouvons commencer...

Même si elle semble improbable, nous pouvons néanmoins imaginer ce genre de conversation entre deux personnes : l'une qui suit les informations, ce qui est bien naturel, c'est-à-dire qui prend pleinement conscience de la nature des événements ; l'autre qui ne regarde pas *uniquement* ces données critiques. La différence ? Cette dernière porte son attention autant à l'intérieur que vers l'extérieur. Elle n'est pas inconsciente de ce qui se passe dans le monde. Mais pour elle, il y a aussi *autre chose*.

Au-dedans, un autre monde ouvre sa porte...

Là, de l'autre côté, pour songer à une petite rêverie, nous rencontrons un guide au regard doux et bienveillant, qui nous invite à nous asseoir avec lui et à méditer quelques minutes sur ce nouveau monde insoupçonné et, à première vue, assez remarquable. Nous prenons conscience maintenant d'être assis dans un champ verdoyant, entourés de fleurs sauvages et d'herbes odorantes, la scène la plus tranquille et apaisante qui soit. Un ciel serein d'un horizon à l'autre avec seulement quelques gros nuages blancs qui traversent lentement l'intense bleu. Une magnifique journée ensoleillée nous invite ici à nous reposer. Assis là dans ce lieu de paix, rien ne viendra perturber notre calme. Aucune menace ne s'élèvera. Aucun danger n'existe.

Ce splendide monde intérieur est entièrement en dehors de tout ce qui peut se produire dans le monde des catastrophes sanitaires et économiques. Et ce monde intérieur est entièrement *réel*, davantage même que l'univers physique auquel nous croyons si fermement. Ce n'est pas une fuite futile et imaginaire ou du déni poussé à l'extrême. C'est simplement le souvenir de la dimension de notre grand Esprit-Un au-delà du monde de notre petit esprit séparé.

Si nous le souhaitons, nous pouvons quitter ce bas monde et nous retrouver dans cette dimension de paix et de sécurité. Selon *Un cours en miracles*, il suffit seulement d'un simple changement d'esprit.

Un simple changement d'esprit ? demandez-vous incrédule. Mais comment ?

Malgré les défis pressants et notre difficulté à nous en détacher, une partie de notre esprit reste à jamais dans cet endroit intérieur de sécurité. En prendre conscience est la première étape

pour y retourner. Si l'on pense qu'un tel endroit n'existe pas, aussi réel qu'il soit, on ne pourra pas en faire l'expérience. Y croire et s'en souvenir *comme d'une vérité*, c'est déjà faire le premier pas sur le chemin.

Un cours en miracles nous fait une promesse que cet autre monde de paix est *bien réel*. Il suffit d'ouvrir notre livre bleu pour trouver des passages dont la beauté et l'inspiration coupent net à tous les arguments de notre petit esprit. Nous nous rendons compte qu'il y a bien une partie de nous qui *sait* que ce vaste jardin intérieur est vrai, malgré ce que nos yeux montrent dehors.

L'amour aussi dresserait un festin devant toi, sur une table couverte d'une nappe immaculée, dans un jardin tranquille où l'on n'entend jamais d'autres sons que des chants et de joyeux et doux murmures.

(UCEM T-19.IV-A.16:1)

Une partie de nous, le Soi, demeure à jamais dans cet endroit de parfaite sécurité, bien au-delà du monde.

Mon Soi est saint au-delà de toutes les pensées de sainteté que je conçois maintenant. Sa pureté étincelante et parfaite est bien plus brillante que toutes les lumières que j'ai jamais contemplées. Son amour est illimité, d'une intensité qui tient toutes choses en lui, dans le calme d'une certitude tranquille. Sa force ne vient pas des impulsions brûlantes qui font bouger le monde mais de l'Amour sans borne de Dieu Lui-même. Comme mon Soi doit être bien au-delà de ce monde, et pourtant comme il est près de moi et proche de Dieu !

(UCEM W-pII.252.1:1-5)

Comme une prière, nous pouvons nous imaginer parler à une présence d'Amour parfait, à Dieu, en nous souvenant que nous sommes pour toujours son Enfant, son « Fils » chéri et adoré.

Père, Tu Te tiens devant et derrière moi, à mes côtés, à l'endroit où je me vois moi-même et partout où je vais. Tu es dans toutes les choses que je regarde, dans les sons que j'entends et dans chaque main qui se tend pour prendre la mienne.

En Toi le temps disparaît, et le lieu devient une croyance in-signifiante.

Car ce qui entoure Ton Fils et le garde en sécurité est l'Amour même.

(UCEM W-pII.264.1:1-7)

Loin de chercher à expliquer les aspects métaphysiques de l'épidémie actuelle, la plus simple démarche que nous pouvons entreprendre maintenant est de revenir à la Source. « La santé est la paix intérieure » pouvons-nous lire dans *Un cours en miracles*. Protégeons donc tout d'abord notre paix intérieure, c'est cela donner à notre système immunitaire spirituel les moyens de défendre ce qui nous est vraiment le plus cher : notre lien à l'Amour.

La paix est là autour de nous. Revenons à cet instant saint pour la retrouver.

Ici, maintenant...