



## **Quels sont nos démons ?, par Kim Nataraja**

Nous avons vu que, dans la vie spirituelle, Évagre distingue la «*praxis*» et la «*theoria*». Concentrons-nous davantage un instant sur la «*praxis*». Nous ne devons pas oublier que notre croissance spirituelle dépend à la fois de la grâce et de l'effort. La grâce était primordiale pour Évagre, mais l'effort était également important. Dans son enseignement, qu'on doit voir pour une bonne part dans le contexte de son temps . le 4<sup>e</sup> siècle, où la croyance dans les forces angéliques et démoniaques était très forte - l'effort consistait surtout à combattre les démons. On pensait que les démons travaillaient à contrer les efforts de l'humanité et étaient déterminés à nous empêcher d'atteindre la libération : "Quand les démons voient que tu es vraiment fervent dans ta prière, ils suggèrent à ton esprit certains sujets, te donnant l'impression qu'il y a des questions urgentes qui exigent ton attention." Ces pensées interrompent effectivement la prière. Mais nous ne sommes pas seuls dans cette lutte : la grâce de Dieu, par les anges, est là pour aider les êtres humains et, par des lumières intérieures, leur montre la vraie signification de la vie : "Si tu pries en toute vérité, tu trouveras un sentiment profond de confiance. Alors les anges marcheront avec toi et t'expliqueront sur le sens des choses créées."

Évagre soulignait que les démons se manifestent dans les pensées. On peut aujourd'hui donner aux démons un autre nom : l'ombre selon la pensée de C.G. Jung, mais on parle encore des mêmes forces négatives dans notre inconscient personnel, causées par notre peur de ne pas survivre. Elles forment nos pensées, façonnent nos émotions et déterminent nos actions. On ne parle plus de combat contre les démons mais il est encore important pour nous aussi de comprendre et de reconnaître nos démons. Comme ce peut être un processus douloureux, on comprend facilement pourquoi cela a été considéré comme un combat.

Comme on l'a vu dans une lettre précédente, nous sommes de naissance des êtres humains fragiles, avec certains besoins innés pour assurer notre survie : la sécurité, l'amour, la considération, le pouvoir, le contrôle et le plaisir. Ce sont des besoins légitimes, donnés par Dieu, qui nous permettent de survivre dans l'environnement qu'Il a créé pour nous. Inévitablement certains de nos besoins de survie ne sont pas remplis de façon entièrement satisfaisante par nos parents ou éducateurs, selon la perception des événements de l'enfant. Cette perception devient notre blessure et peut se transformer en une force 'démoniaque', qui influe inconsciemment sur notre comportement et sur notre vie et peut nous entraver dans notre parcours spirituel. Étant bébés, tout-petits puis jeunes enfants, nous ne pouvions pas satisfaire nous-mêmes ces besoins essentiels ; nous dépendions des autres pour cela. Rechercher en dehors de nous la satisfaction de ces besoins, en particulier ceux qui ne sont pas satisfaits, devient alors une habitude. Devenus adultes, nous sommes parfaitement capables de survivre par nous-mêmes, à condition bien sûr de ne pas être plus ou

moins diminué physiquement ou mentalement. Pourtant, nous cherchons encore à satisfaire ces besoins de survie en dehors de nous. Ce que nous avons oublié, c'est que c'est l'ego qui est blessé, pas notre vrai ~~moi~~ moi. En prenant conscience de notre véritable ~~moi~~ moi par la prière et la méditation, on prend aussi conscience qu'à ce niveau on est aimé, sécurisé, estimé, non pas blessé mais entier. Cette prise de conscience guérit alors l'ego blessé et restaure notre intégrité, nous rend ~~pleinement vivants~~ pleinement vivants selon les paroles de Jésus.