

# LA RECHERCHE DE LA PAIX INTÉRIEURE (PARTIE 1 DE 4) : LES OBSTACLES À LA PAIX INTÉRIEURE

**Évaluation:** 4.9

**Description:** Regard sur la façon dont les gens définissent la paix intérieure et sur les moyens qu'ils prennent pour l'atteindre, de même que les obstacles qui les empêchent d'atteindre cette paix.

**Catégorie:** [Articles](#) [Les bienfaits de l'islam](#) [Le véritable bonheur et la paix intérieure](#)

**par:** Bilal Philips (transcription, par Aboo Uthmaan, d'une conférence donnée par Bilal Philips)

**Publié le:** 03 Aug 2009

**Dernière mise à jour le:** 24 Aug 2020

La paix intérieure est un besoin universel. Il n'existe personne, sur cette terre, qui n'aspire à la paix intérieure. Et il ne s'agit pas d'un phénomène moderne; cette paix, chacun y a aspiré à travers les âges, indépendamment de sa couleur, ses croyances, sa religion, sa race, sa nationalité, son âge, son sexe, ses richesses ou l'avancement technologique de son peuple.

Les gens ont emprunté divers chemins pour tenter de trouver la paix intérieure : certains ont cru la trouver dans l'argent, dans les drogues, dans la musique ou la méditation, tandis que d'autres l'ont cherchée dans leur tendre moitié, dans leur carrière professionnelle ou à travers leurs enfants, etc.

Pourtant, chez la majorité des gens, cette quête est perpétuelle. De nos jours, on nous a amené à croire que l'avancement technologique et la modernisation peuvent nous apporter un confort physique à travers lequel la paix intérieure est possible.

Cependant, si nous considérons la nation la plus industrialisée et la plus avancée du monde, du point de vue technologique (les États-Unis), ce raisonnement ne tient pas la route. Les statistiques démontrent qu'aux États-Unis, près de 20 millions d'adultes souffrent chaque année de dépression. Et qu'est-ce que la dépression, si ce n'est une absence totale de paix intérieure? De plus, en l'an 2000, dans ce pays, le nombre de personnes mortes par suicide était deux fois plus élevé que le nombre de personnes mortes du sida. Mais les médias étant ce qu'ils sont, nous entendons plus parler des décès dus au sida que des gens qui se suicident. Par ailleurs, plus de personnes meurent par suicide que par homicide, aux États-Unis, qui ont pourtant un taux d'homicides déjà très élevé.



Donc, l'avancement technologique et la modernisation n'ont apporté ni la tranquillité ni la paix intérieure. Au contraire, en dépit du confort que nous a apporté la modernisation, nous sommes encore plus éloignés de cette paix que ne l'étaient nos ancêtres.

Pour la plupart d'entre nous, la paix intérieure demeure une chose quasi insaisissable, difficilement atteignable.

Nous sommes nombreux à confondre les plaisirs de cette vie avec la paix intérieure; nous tirons un plaisir de nombreuses choses, que ce soit de l'argent, des relations sexuelles ou de diverses activités quotidiennes. Mais ces plaisirs ne durent pas : ils viennent et ils vont. Oui, nous éprouvons certains plaisirs, de temps à autres, mais nous ne devons pas les confondre avec la paix intérieure. La véritable paix intérieure peut être définie comme un sentiment de stabilité et de contentement qui nous aide à passer au travers des difficultés et des épreuves qui se présentent à nous, au cours de notre vie.

Nous devons comprendre que la paix est une chose qui n'existera jamais en ce monde, car si nous nous fions à la définition du dictionnaire, la paix est l'absence de guerre ou de conflits civils; a-t-il jamais existé une période de l'histoire dépourvue de tout conflit?

Il y a toujours une guerre ou un conflit civil en cours, en ce monde. Si nous considérons la paix à un niveau national, alors nous pouvons la définir comme l'absence de désordre public et comme un sentiment général de sécurité; mais nommez-moi un seul endroit, en ce monde, où l'on trouve cela. Si nous considérons la paix à un niveau social (famille, travail), alors la paix est l'absence de désaccords et de disputes; mais un tel environnement existe-t-il? Il existe bien certains endroits, en ce monde, que l'on peut considérer comme calmes, paisibles et tranquilles, certaines îles, par exemple, mais il s'agit d'une paix qui peut, à tout instant, être troublée par une tempête ou un ouragan qui viendra tout détruire.

Dieu dit, dans le Coran :

**« Nous avons certes créé l'homme pour une vie de lutte. » (Coran 90:4)**

C'est là la nature même de nos vies, qui sont faites de labeur et de luttes, de hauts et de bas, de moments difficiles et d'autres moins difficiles.

Nos vies sont ponctuées d'épreuves de toutes sortes, tel que Dieu l'affirme, dans le Coran :

**« Et Nous vous éprouverons certainement par un peu de peur, de faim, de pertes de biens, de gens et de récoltes. Mais annonce la bonne nouvelle à ceux qui sont patients. » (Coran 2:155)**

Pour passer au travers ces épreuves, au travers cette vie de labeur et de luttes, la patience est essentielle. Et cette patience ne peut se manifester que si nous possédons une véritable paix intérieure.

En dépit des épreuves, du labeur et des luttes quotidiennes, il nous est possible d'atteindre cette paix intérieure qui nous amènera à vivre en paix avec notre entourage, avec notre environnement et avec le monde dans lequel nous vivons.

Bien sûr, dans notre quête de paix intérieure, des obstacles se dresseront sur notre route. Nous devons donc identifier ces obstacles qui, dans nos vies, nous empêchent d'atteindre cette paix et développer une stratégie pour les éloigner de nous. Ces obstacles ne disparaîtront pas de nos vies simplement en le souhaitant très fort; nous devons développer une stratégie par étapes pour nous en débarrasser. Comment?

La première étape consiste à identifier ces obstacles. Nous devons être conscients de leur présence, car si nous n'arrivons pas à les identifier, nous ne pourrons, évidemment, les éloigner ni les faire disparaître.

La deuxième étape consiste à les reconnaître et à accepter leur présence. Par exemple, la colère est l'un des plus grands obstacles à la paix intérieure. Si une personne nourrit de la colère au fond d'elle-même et qu'elle finit par exploser, comment peut-elle posséder une paix intérieure dans ces circonstances? C'est impossible. La personne doit donc être capable de reconnaître que cette colère, en elle, est un obstacle à la paix intérieure.

Cependant, si une personne affirme que « oui, je sais que c'est un obstacle; mais moi, je ne me mets pas en colère », cette personne a un problème car elle n'a pas été en mesure de reconnaître cet obstacle et refuse d'admettre la réalité. Elle ne peut donc se débarrasser de cet obstacle.

Ces obstacles qui font partie de nos vies, nous pouvons les classer en diverses catégories : problèmes personnels, familiaux et financiers, pressions au travail et incertitudes spirituelles.

L'adresse web de cet article:

<https://www.islamreligion.com/fr/articles/633/la-recherche-de-la-paix-interieure-partie-1-de-4>

Copyright © 2006 - 2023 IslamReligion.com. Tous droits réservés.