



“Un Cours En Miracles” Leçon n°20

Je suis déterminé à voir.

1. Jusqu'à présent nous avons été assez désinvoltes en ce qui a trait aux périodes d'exercice. ²Nous n'avons fait pratiquement aucune tentative pour dicter le moment de les entreprendre; un effort minimal était requis; et n'étaient demandés ni même de coopération active ni d'intérêt. ³Cette approche était intentionnelle et elle a été planifiée très soigneusement. ⁴Nous n'avons pas perdu de vue l'importance cruciale du renversement de ta pensée. ⁵Le salut du monde en dépend. ⁶Or tu ne verras pas si tu te considères contraint, et si tu cèdes au ressentiment et à l'opposition.
2. Ceci est notre première tentative pour introduire une structure. ²Ne le prends pas pour un effort destiné à exercer de la force ou de la pression. ³Tu veux le salut. ⁴Tu veux être heureux. ⁵Tu veux la paix. ⁶Tu ne les as pas maintenant, parce que ton esprit est totalement indiscipliné et tu ne peux pas distinguer entre la joie et le chagrin, le plaisir et la douleur, l'amour et la peur. ⁷Tu apprends maintenant comment les distinguer. ⁸Et ta récompense sera grande, en effet.
3. Ta décision de voir est tout ce que la vision requiert. ²Ce que tu veux est à toi. ³Ne fais pas l'erreur de croire que le peu d'effort qui t'est demandé est une indication du peu de valeur de notre but. ⁴Le salut du monde peut-il

être un but banal? ⁵Et le monde peut-il être sauvé si tu ne l'es pas? ⁶Dieu n'a qu'un Fils, et il est la résurrection et la vie. ⁷Sa volonté est faite parce que tout pouvoir lui est donné dans le Ciel et sur la terre. ⁸Dans ta détermination à voir, la vision t'est donnée.

4. Les exercices d'aujourd'hui consistent à te rappeler tout le long de la journée que tu veux voir. ²L'idée d'aujourd'hui implique aussi tacitement la re-connaissance du fait que tu ne vois pas maintenant. ³Par conséquent, en répétant l'idée, tu affirmes que tu es déterminé à changer ton état présent pour un état meilleur, que tu veux réellement.

5. Répète l'idée d'aujourd'hui lentement et positivement au moins deux fois par heure aujourd'hui, en essayant de le faire toutes les demi-heures. ²Ne t'inquiète pas si tu oublies de le faire, mais efforce-toi réellement de t'en souvenir. ³Les répétitions supplémentaires devraient s'appliquer à toute situation, personne ou événement qui te contrarie. ⁴Tu peux les voir différemment, et tu le feras. ⁵Ce que tu désires, tu le verras. ⁶Telle est la réelle loi de cause et effet comme elle opère dans le monde.

Commentaire par : Sandrine Lameck - Atteindre l'Éveil par l'Amour

C'est là que certains vont commencer à lâcher, car à partir de maintenant, une volonté sans faille est requise. Volonté, détermination vont être vos meilleurs amis dorénavant. Car oui, la leçon d'aujourd'hui est simplement l'expression du désir de votre cœur. Et c'est cela qui vous apportera "la réussite ou l'échec". A première vue, il risque d'y avoir des tas de pensées de panique qui vont défiler dans votre tête. Toutes les demi-heures !!! Je ne pourrai jamais, je travaille, ou je n'aurai pas le temps, ou je ne m'en souviendrai pas etc etc ... C'est là qu'il est utile de mettre en place la pratique que je vous propose régulièrement, à savoir faire le tri de ses pensées. Toutes ces pensées là sont fausses, et elles ne pourront avoir d'effet sur vous que si vous leur donnez foi. C'est la tentation que vous propose l'ego, ces pensées Alors que décidez-vous ? Allez-vous vous laisser tenter ? Si la réponse est non, alors, après les avoir identifiées et rejetées ,ces pensées, la deuxième étape est de ne plus y penser, de détourner votre attention d'elles ... N'essayez pas de trouver une conclusion par vous-même du "comment" maintenant. Juste vous n'y pensez plus, et n'essayez pas d'échafauder un plan quelconque pour le déroulement de votre journée, c'est inutile. Remettez plutôt toute votre

confiance et votre volonté dans les mains du Saint-Esprit, le “comment” est son affaire, non la vôtre.

Je peux cependant vous donner un petit truc que j'utilisais quand j'étais moi même à votre place, j'avais réglé une alarme sur mon téléphone portable qui sonnait toutes les demi-heures afin de me faire un petit rappel en cas d'oubli ;-). Je m'étais alors aperçue que le rappel avait été beaucoup moins utile que prévu, et que sans exception, à chaque fois que j'avais oublié, c'était tout simplement que ma volonté avait baissé d'intensité. Car si vous êtes totalement honnête avec vous-même, vous vous rendrez compte que par moments, dans certaines situations, on ne veut pas le salut, on ne veut pas la paix, on veut avoir raison et être une victime !!! Et comme il est dit L-20.3.7 que ta volonté soit faite !

Pour finir, je voudrais vous parler du Fils Unique de Dieu dont il est question ici. Vous pensez peut-être qu'il parle de Jésus, n'est-ce pas ? Pourtant il parle de Toi qui es en train de lire ces lignes. Mais comment est-ce possible ? Pour cela il faut comprendre ce qu'est le Fils unique de Dieu. Le Christ est l'extension de Dieu, son prolongement, Uni à Lui, non séparé, juste étendu. Nous l'appelons son Fils unique car la seule différence entre le Christ et Dieu, c'est que Dieu a donné naissance au Christ alors que le Christ n'a pas donné naissance à Dieu. Dieu est l'auteur. Et c'est une part infime de l'esprit du Christ qui sembla s'endormir en croyant à la pensée de séparation. Cela sembla provoquer la naissance du monde et l'éclatement du Christ en des milliards d'individus séparés et apparemment complets dans leur individualité. Mais il n'y a pas plus d'UNE CHOSE qui existe en Réalité. Le Christ, c'est donc **nous tous**, Jésus y compris. Et le Christ redevient ce qu'il Est lorsque qu'il se souvient qu'il n'est séparé de rien ni de personne, et c'est ce qu'a fait notre frère bien aimé, Jésus. Il sait que nous, c'est lui et en nous donnant ce Cours pour nous aider à nous éveiller, il ne fait que rassembler les parties de Lui.

