



“Un Cours En Miracles” Leçon n°74

Il n'est de volonté que Celle de Dieu.

1. L'idée d'aujourd'hui peut être considérée comme la pensée centrale vers laquelle sont dirigés tous nos exercices. ²La Volonté de Dieu est la seule qui soit. ³Quand tu as reconnu cela, tu as reconnu que ta volonté est la Sienne. ⁴La croyance que le conflit est possible a disparu. ⁵La paix a remplacé l'idée étrange que tu es déchiré par des buts conflictuels. ⁶En tant qu'expression de la Volonté de Dieu, tu n'as d'autre but que le Sien.

2. Il y a une grande paix dans l'idée d'aujourd'hui, et les exercices d'aujourd'hui vont dans la direction pour la trouver. ²L'idée même est entièrement vraie. ³Par conséquent, elle ne peut pas engendrer d'illusions. ⁴Sans illusions, le conflit est impossible. ⁵Essayons de reconnaître cela aujourd'hui et d'éprouver la paix qu'apporte cette re-connaissance.

3. Commence les périodes d'exercice plus longues en répétant ces pensées plusieurs fois, lentement, avec la ferme détermination de comprendre ce qu'elles signifient et de les garder à l'esprit :

²Il n'est de volonté que Celle de Dieu. ³Je ne peux pas être en conflit.

⁴Ensuite, passe plusieurs minutes à ajouter quelques pensées qui s'y rapportent, telles que :

⁵*Je suis en paix.*

⁶*Rien ne peut me déranger.* ⁷*Ma volonté est Celle de Dieu.*

⁸*Ma volonté et Celle de Dieu ne font qu'un.*

⁹*Dieu veut la paix pour Son Fils.*

¹⁰Pendant cette phase d'introduction, assure-toi de t'occuper rapidement de toute pensée conflictuelle qui pourrait te traverser l'esprit. ¹¹Dis-toi immédiatement :

¹²*Il n'est de volonté que Celle de Dieu.* ¹³*Ces pensées conflictuelles sont insignifiantes.*

4. S'il y a une zone de conflit qui semble particulièrement difficile à résoudre, isole-la pour lui accorder une considération particulière. ²Penses-y brièvement mais très concrètement, en identifiant la ou les personnes et situations en cause, et dis-toi :

³*Il n'est de volonté que Celle de Dieu.* ⁴*Je la partage avec Lui.*

⁵*Mes conflits à propos de _____ ne peuvent être réels.*

5. Après t'être dégagé l'esprit de cette façon, ferme les yeux et essaie d'éprouver la paix à laquelle ta réalité te donne droit. ²Immerge-toi en elle et sens-la se refermer autour de toi. ³Peut-être auras-tu quelque tentation de prendre ces tentatives pour un repli sur soi, mais la différence est facile à détecter. ⁴Si tu réussis, tu éprouveras une joie profonde et une plus grande vivacité, plutôt qu'une espèce de somnolence et d'amollissement.

6. La paix se caractérise par la joie. ²Par cette expérience, tu reconnaîtras que tu l'as atteinte. ³Si tu sens que tu te replies sur toi, répète vite l'idée d'aujourd'hui et essaie encore une fois. ⁴Fais-le aussi souvent que nécessaire. ⁵Tu peux être sûr de gagner beaucoup à refuser de permettre ce repli sur soi, même si tu n'éprouves pas la paix que tu cherches.

7. Pendant les périodes plus courtes, qui devraient être entreprises aujourd'hui à intervalles réguliers et fixés par avance, dis-toi :

²*Il n'est de volonté que Celle de Dieu.* ³*Je cherche Sa paix aujourd'hui.*

⁴Puis essaie de trouver ce que tu cherches. Il serait bon d'y passer une minute ou deux toutes les demi-heures aujourd'hui, les yeux fermés si possible.

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

***Voilà tout ce
qu'est le
monde de
l'ego : RIEN***

***Il n'a pas de
signification.***

Il n'existe pas.

***N'essaie pas de le comprendre parce que, si
tu le fais, tu crois qu'il peut être compris et
qu'il est donc capable d'être apprécié et aimé.
Cela justifierait son existence, qui ne peut
pas être justifiée. Tu ne peux pas rendre l'in-
signifiant signifiant. Ce ne peut être qu'une
tentative insane.***

UCEM Texte 7.VI.11.4

Sandrine Lameck - Atteindre l'Éveil par l'Amour

Sans illusions le conflit est impossible ! Cela nous ramène toujours au même point. A chaque fois que vous décelez la présence d'une contrariété en vous, vous pouvez tout de suite en conclure que vous êtes en présence de l'ego. Il ne vous reste plus qu'à détourner votre attention de lui sans essayer de le comprendre ou de comprendre d'où ça vient dans votre expérience. Ça vient de l'ego, point, à la ligne. Inutile d'essayer de retracer la chronologie d'une histoire (la vôtre) qui est fausse de bout en bout. Faire ça, c'est encore écouter l'ego.

Il est bien plus utile d'essayer de trouver un moyen de vous reconnecter à votre Joie profonde, à ne pas confondre avec l'excitation. La Joie profonde, calme et paisible est l'expression de la Paix. Il n'y a rien à faire d'autre que cela.

Ne confondez pas non plus le fait de s'intérioriser avec le repli sur soi-même. Ça aussi l'ego va vous l'agiter au bout de votre nez. Car il ne veut pas que vous ayez du temps pour regarder en profondeur chaque pensée, chaque émotion qui se présente à vous. Il va donc vous dire que vous ne devez pas rester seul, que vous devez voir du monde et bouger et faire des tas de choses pour ne pas être léthargique. Faire, faire , faire c'est son grand remède, qui n'en est pas un, bien-sûr ! Vous n'avez jamais rien à faire qui soit important, souvenez-vous en. Comprenez que le faire doit découler du juste état d'Être. Et ce ne sont sûrement pas vos états d'être qui doivent découler du "faire". C'est pourtant comme cela que le monde tourne. D'abord on fait et on ressent des tas de trucs, puis on se met en réaction par rapport à cela. Non ! D'abord vous choisissez un état d'être, puis à partir de cet état d'être, vous laissez la vie couler et les choses se faire à travers vous. C'est comme cela que cela se passe. D'ailleurs en remettant les choses dans le bon ordre, vous voyez bien qu'il est tout à fait possible de "choisir" son état d'être. Quand vous fonctionnez à l'envers, si quelqu'un vient vous dire que vous choisissez vos états d'être, vous lui rigolerez au nez en disant non. Vous lui direz que vous n'avez pas ce choix, que les choses arrivent et qu'elles vous mettent dans un état que vous n'avez pas choisi. C'est ça l'inconscience. C'est ça écouter l'ego.

N'oubliez plus aujourd'hui, d'abord vous prenez le temps de choisir votre état d'Être, puis vous faites confiance à la Vie qui se manifestera à travers vous, et le faire se fera tout seul sans même que vous ayez besoin d'y penser.

Voici une vidéo sur le sujet : [Cliquez-ici](#)



Tous droits réservés à Sandrine Lameck