

Pourquoi est-ce important de *s'asseoir* pour lire les exercices ?

Question :

Dans le manuel, on nous dit ceci : « *Il vaut mieux t'asseoir dans n'importe quelle position que tu préfères. Après avoir fait le livre d'exercices, tu as dû arriver à quelque conclusion à ce sujet.* » (M.16.5 :4, 5). Je suis passé à travers le livre d'exercices, et j'ai sûrement manqué cela. Pourriez-vous expliquer l'importance de *s'asseoir* pour faire les exercices ?

Réponse :

Dans ce passage du manuel, Jésus nous donne des instructions concrètes, des lignes directrices concernant notre pratique. C'est que, tout simplement, il est probable de *s'asseoir* plutôt que se coucher à la fin de la journée ou juste avant d'aller dormir pour la nuit, ce qui pourrait inciter au sommeil et empêcher ensuite de passer le moment calme qui est recommandé. Il est probable qu'il est plus confortable de *s'asseoir* que de faire ce travail debout. C'est un bel exemple de Jésus prenant en considération notre résistance, la nature de l'ego, et les besoins du corps. Il nous aide à trouver la meilleure façon d'utiliser nos efforts pour nous conformer à la structure mise en place dans le livre d'exercices, et qui est renforcée ici dans le manuel.

Jésus sait que nous ne sommes pas toujours désireux d'apprendre ce qu'il nous enseigne dans *Un Cours en Miracles*, et l'une des façons dont notre résistance est exprimée est de s'endormir pendant sa lecture. Il suppose que nous devons avoir remarqué que nous trouvons toutes sortes d'excuses et de distractions pour ne pas faire les leçons du livre d'exercices. Le sommeil est seulement l'une d'entre elles, et donc il suppose que nous sommes sérieux quant à notre engagement de pratiquer le pardon, et il nous donne ces conseils utiles. C'est tout ce que veut dire ce passage.

Source : www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm

Question 1017