

Les leçons me rendent inconfortables, dois-je continuer ?

Question :

Dans *Un Cours en Miracles*, la leçon 20 du livre d'exercices dit ceci : « *Or tu ne verras pas si tu te considères contraint, et si tu cèdes au ressentiment et à l'opposition.* » (**Leçon PI.20.1 :6**) Or la plupart du temps dans ma vie, je me sens contraint par toute personne avec qui j'interagis, donc je suis habitué à vivre ainsi et cela rend difficile pour moi de faire les leçons sans avoir ce sentiment. Est-il correct de continuer à faire les leçons, même si je me sens inconfortable ?

Réponse :

Revenir sur chaque leçon avec l'intention de remarquer à quel point Jésus insiste sur la douceur et la patience est quelque chose qui pourrait vous aider. Mettez avant tout l'accent sur la nature aimante de Jésus, un guide et un enseignant qui souhaite avant tout vous aider à laisser aller tout ce qui vous fait souffrir. Essayez de percevoir son intention affectueuse, totalement exempte de jugement et de contrainte, même si vous n'êtes pas habitué à ressentir cela avec une autre personne ou avec vous-même. Sachez que vos sentiments de coercition et d'inconfort proviennent de votre propre culpabilité projetée sur les autres et c'est exactement ce que Jésus veut vous aider à dépasser et à guérir. Donc, observez simplement ces sentiments quand ils surviennent en vous, sans les nier et sans vous juger parce qu'ils sont là. Vous n'avez pas à vous en départir. Il est important que vous ne vous forciez pas à faire quoi que ce soit. Ne luttez pas contre vous-même. Mais apprenez simplement à regarder vos sentiments, car c'est une étape importante dans le processus de les remettre à l'amour de Jésus en vous.

Des questions similaires à la vôtre ont été envoyées par d'autres étudiants. Vous trouverez peut-être utile de regarder nos discussions aux questions 71, 146, 184, 315 et 934.

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

Question 1230