

## **Selon le cours, je n'ai pas besoin de faire quoi que ce soit**

### **Question :**

J'entends maintes fois le cours me dire de développer une attitude de « *pas besoin de faire quoi que ce soit*. » (T.18.VII) Je crois que c'est pour permettre au Saint-Esprit de prendre les choses en main pour ainsi dire. Puis-je rester au lit et devenir un saint, ou suis-je bon seulement quand je dors ?

### **Réponse :**

La principale chose à comprendre dans cette courte phrase : « *Je n'ai pas besoin de faire quoi que ce soit* » est qu'elle nous aide à changer une vieille habitude de penser. La plupart du temps nous croyons savoir quels sont nos problèmes et nous essayons de les résoudre par nous-mêmes, nous définissons le problème, puis nous trouvons sa solution. Cela revient à dire au Saint-Esprit de quelle manière il peut nous aider. Par cette courte phrase, Jésus nous aide systématiquement à restreindre notre esprit pour qu'on se souvienne que tous nos problèmes dans le monde et dans le corps sont établis par notre esprit-décideur, lequel les établit pour éloigner notre attention du problème « réel » qui consiste à choisir l'ego comme enseignant au lieu de Jésus.

Nous ne pouvons pas changer si nous n'arrêtons pas de faire cela et si nous ne demandons pas d'aide pour nous percevoir autrement, nous et notre vie. « *Je n'ai pas besoin de faire quoi que ce soit* » parce qu'il n'y a pas de problèmes qui ont besoin de retenir mon attention. Il ne s'agit pas toutefois de rester inactif, mais plutôt de changer le *but* de tout ce que nous avons coutume de faire avec l'ego et de le remplacer par le *but* du Saint-Esprit. Nous allons donc nous entraîner à penser aux nouveaux buts dans notre vie, lesquels sont d'apprendre 1) à percevoir que nos intérêts sont comme ceux de tous les autres et 2) à nous concentrer sur le contenu dans notre esprit et non sur la forme de ce que nous faisons. Nos interactions mutuelles offrent de nombreuses possibilités de pratiquer ces buts, et nous reflètent si nous les avons choisies pour défaire la séparation ou pour la renforcer. En général se retirer des interactions et des activités n'est donc pas très utile. Il est possible que vous ayez à rester loin de certaines personnes ou certains groupes de gens pendant un certain temps, comme par exemple, une personne impliquée dans la toxicomanie pourrait d'abord vouloir changer son comportement. Par conséquent, « ne rien faire » signifie ne rien faire seul par soi-même, de son propre chef. Ne supposez pas automatiquement que la perception que vous avez de vos problèmes est une perception juste.

Lorsque vous vous identifiez avec le reflet de la vérité dans l'esprit juste, vous êtes encore très actif dans le monde parfois, mais vous ne faites pas l'expérience de vous-même comme étant celui qui agit. L'amour qui est dans votre esprit juste s'écoule par votre intermédiaire comme étant la source de tout que vous faites et vous faites l'expérience des autres dans le monde comme étant pareil à vous, tant au plan de l'ego qu'au plan de l'Expiation. Voyez également la question 90 pour approfondir le sujet.

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 289