**Que je reconnaisse le problème afin qu'il puisse être résolu. LEÇON 79**

1. Un problème ne peut pas être résolu si tu ne sais pas ce qu'il est.

Même s'il est réellement déjà résolu, tu auras encore le problème parce que tu ne reconnaîtras pas qu'il a été résolu.

* Voilà la situation du monde.

 **Le problème de la séparation, qui est réellement le seul problème, a déjà été résolu.**

* Or la solution n'est pas reconnue parce que le problème n'est pas reconnu.
1. Chacun en ce monde semble avoir ses propres problèmes particuliers.
* **Or ils sont tous les mêmes**
* **et ils doivent être reconnus comme ne faisant qu'un si la seule solution qui les résout tous doit être acceptée**.

Qui peut voir qu'un problème a été résolu s'il pense que le problème est autre chose ? Même si la réponse lui est donnée, il ne peut pas en voir la pertinence.

1. Telle est la position dans laquelle tu te trouves maintenant.
* Tu as la réponse, **mais** tu es encore incertain de ce qu'est le problème.

Tu sembles être confronté à une longue série de problèmes différents et, lorsqu'un problème est réglé, un autre surgit, puis encore un autre.

 Il semble qu'il n'y ait pas de fin.

Il n'est pas un moment où tu te sentes complètement libre de problèmes et en paix.

1. La tentation de considérer les problèmes comme multiples est

**la tentation de garder irrésolu le problème de la séparation**.

Le monde semble te présenter un grand nombre de problèmes, chacun

exigeant une réponse différente.

 Cette perception te met dans une position où ta façon de résoudre les problèmes doit être inadéquate, et l'échec est inévitable.

1. Nul ne pourrait résoudre tous les problèmes que le monde paraît contenir.

Ils semblent être à des niveaux si nombreux, sous des formes si diverses et avec des contenus si variés qu'ils te mettent en face d'une situation impossible.

 Le désarroi et la dépression sont inévitables quand tu les regardes.

Certains surgissent à l'improviste, juste au moment où tu pensais avoir résolu

les précédents.

D'autres restent irrésolus sous un nuage de déni, qui refont surface de temps en temps pour te hanter avant d'être cachés à nouveau, mais toujours irrésolus.

1. Toute cette complexité n'est qu'une tentative désespérée pour ne pas reconnaître le problème, et donc ne pas le laisser être résolu.

**Si tu pouvais reconnaître que ton seul problème est la séparation,**

**quelle qu'en soit la forme,**

 **tu pourrais accepter la réponse parce que tu en verrais la pertinence**.

En percevant la constance

Qui sous-tend tous les problèmes auxquels tu sembles être confronté,

tu comprendrais que tu as les moyens de les résoudre tous.

* **Et tu emploierais les moyens, parce que tu reconnais le problème**.
1. Pendant nos périodes d'exercice plus longues aujourd'hui, nous demanderons quel est le problème et quelle est sa réponse.
* Nous ne présumerons pas que nous savons déjà.
* **Nous essaierons de libérer notre esprit de toutes les sortes de problèmes différents que nous pensons avoir**.
* Nous essaierons de nous rendre compte que nous avons un seul problème, que nous avons manqué de reconnaître.
* **Nous demanderons à savoir ce qu'il est et nous attendrons la réponse.**
* **Elle nous sera donnée.**
* **Puis nous demanderons quelle est sa solution.**
* **Et elle nous sera donnée**.
1. **Les exercices d'aujourd'hui seront fructueux dans la mesure où tu n'insisteras pas pour définir le problème**.

Tu ne réussiras peut-être pas à lâcher prise de toutes tes notions préconçues**, mais**

**cela n'est pas nécessaire**.

* **Tout ce qui est nécessaire, c'est de nourrir quelque doute sur la réalité de ta version de ce que sont tes problèmes**.
* Tu essaies de reconnaître que la réponse t'a été donnée

 en reconnaissant le problème,

 **de sorte que le problème et la réponse peuvent être mis ensemble et tu peux**

 **être en paix**.

1. Les périodes d'exercice plus courtes aujourd'hui

ne seront pas fixées en fonction du temps, mais du besoin.

Tu verras de nombreux problèmes aujourd'hui, chacun réclamant une réponse.

 Nos efforts viseront à reconnaître **qu'il y a seulement un problème et une solution**.

* **Dans cette re-connaissance, tous les problèmes sont résolus.**
* **Dans cette re-connaissance réside la paix**.
1. Ne sois pas trompé par la forme des problèmes aujourd'hui.

Chaque fois qu'une difficulté semble surgir, dis-toi vite :

 *Que je reconnaisse ce problème afin qu'il puisse être résolu.*

* Puis essaie de suspendre tout jugement sur ce qu'est le problème.
* Si possible,

ferme les yeux pendant un moment **et demande ce qu'il est**.

* Tu seras entendu et la réponse te sera donnée.