



“Un Cours En Miracles” Leçon n°121

Le pardon est la clef du bonheur.

1. Voilà la réponse à ta quête de paix. ²Voilà la clef de la signification dans un monde qui semble n'avoir aucun sens. ³Voilà la voie vers la sécurité parmi les dangers apparents qui semblent te menacer à chaque tournant et rendre incertains tous tes espoirs de jamais trouver la quiétude et la paix. ⁴Voilà la réponse à toutes les questions; voilà la fin de toute incertitude enfin assurée.
2. L'esprit qui ne pardonne pas est rempli de peur et n'offre à l'amour aucune place pour être soi-même; aucune place où il puisse déployer ses ailes en paix et s'essorer (prendre son essor) au-dessus du tumulte du monde. ²L'esprit qui ne pardonne pas est triste, sans espoir de répit ni de délivrance de la douleur. ³Il souffre et demeure dans la misère, scrutant les ténèbres sans y voir, et pourtant certain du danger qui le guette.
3. L'esprit qui ne pardonne pas est déchiré par le doute, confus, incertain de ce qu'il est et de tout ce qu'il voit; apeuré, en colère, faible et bravache (fanfaron); il a peur d'avancer, peur de rester, peur de s'éveiller ou de s'endormir, peur de chaque son et plus peur encore du silence; il est terrifié par les ténèbres, mais plus terrifié encore à l'approche de la lumière. ²Que

peut percevoir l'esprit qui ne pardonne pas, si ce n'est sa damnation? ³Que peut-il contempler, sauf la preuve que tous ses péchés sont réels ?

4. L'esprit qui ne pardonne pas ne voit pas d'erreurs, mais seulement des péchés. ²Il regarde le monde avec des yeux qui ne voient pas et pousse des hurlements en voyant ses propres projections se dresser pour attaquer sa misérable parodie de la vie. ³Il veut vivre, or il souhaiterait être mort. ⁴Il veut le pardon, or il ne voit aucun espoir. ⁵Il veut l'évasion, or il ne peut en concevoir aucune parce qu'il voit le péché partout.

5. L'esprit qui ne pardonne pas est désespéré, sans perspective d'un futur qui puisse offrir autre chose qu'un plus grand désespoir. ²Or il considère que son jugement sur le monde est irréversible et il ne voit pas qu'il s'est lui-même condamné à ce désespoir. ³Il pense qu'il ne peut pas changer, car ce qu'il voit témoigne que son jugement est correct. ⁴Il ne demande pas, parce qu'il pense savoir. ⁵Il ne remet rien en question, certain d'avoir raison.

6. Le pardon s'acquiert. ²Il n'est pas inhérent à l'esprit, lequel ne peut pécher. ³De même que le péché est une idée que tu t'es enseignée toi-même, tu dois aussi apprendre le pardon, mais d'un Enseignant autre que toi-même, Qui représente l'autre Soi en toi. ⁴Par Lui tu apprends comment pardonner au soi que tu penses avoir fait, puis tu le laisses disparaître. ⁵Ainsi tu rends ton esprit indivisé à Celui Qui est ton Soi, et Qui ne peut jamais pécher.

7. Chaque esprit qui ne pardonne pas t'offre l'occasion d'enseigner au tien comment se pardonner. ²Chacun attend sa délivrance de l'enfer par toi, et se retourne vers toi en t'implorant pour avoir le Ciel ici et maintenant. ³Il n'a pas d'espoir, mais tu deviens son espoir. ⁴Et étant son espoir, tu deviens le tien. ⁵L'esprit qui ne pardonne pas doit apprendre par ton pardon qu'il a été sauvé de l'enfer. ⁶Et comme tu enseignes le salut, tu l'apprendras. ⁷Or tout ton enseignement et tout ton apprentissage ne seront pas de toi, mais de l'Enseignant Qui t'a été donné pour te montrer la voie.

8. Aujourd'hui nous nous exerçons à apprendre à pardonner. ²Si tu le désires, tu peux apprendre aujourd'hui à prendre la clef du bonheur et à l'utiliser pour ton propre bien. ³Nous consacrerons dix minutes le matin, et dix minutes encore le soir, à apprendre comment donner le pardon et comment aussi le recevoir.

9. L'esprit qui ne pardonne pas ne croit pas que donner et recevoir sont la même chose. ²Or nous allons essayer d'apprendre aujourd'hui qu'ils ne font qu'un en nous exerçant à pardonner à quelqu'un que tu penses être ton ennemi, et à quelqu'un que tu considères comme un ami. ³Et comme tu apprendras à les voir ne faisant qu'un, nous étendrons la leçon à toi et nous verrons que leur évasion comprenait la tienne.

10. Commence les périodes d'exercice plus longues en pensant à quelqu'un

que tu n'aimes pas beaucoup, qui semble t'irriter ou que tu regretterais d'avoir à rencontrer; quelqu'un que tu méprises vraiment ou que tu essaies simplement d'ignorer. ²Peu importe la forme que prend ta colère. ³Tu l'as probablement déjà choisi. ⁴Il fera l'affaire.

11. Maintenant ferme les yeux, vois-le dans ton esprit et regarde-le un moment. ²Essaie de percevoir quelque lumière en lui quelque part, une petite lueur que tu n'avais jamais remarquée. ³Essaie de trouver une petite étincelle de clarté brillant à travers la laide image que tu as de lui. ⁴Regarde cette image jusqu'à ce que tu y vois quelque part une lumière, puis essaie de laisser cette lumière s'étendre jusqu'à le recouvrir et rendre l'image belle et bonne.

12. Regarde un moment cette perception changée, puis tourne ton esprit vers quelqu'un que tu appelles un ami. ²Essaie de lui transférer la lumière que tu as appris à voir autour de ton ancien « ennemi ». ³Perçois-le maintenant comme plus qu'un ami pour toi, car dans cette lumière sa sainteté te montre ton sauveur, sauvé et sauvant, guéri et entier.

13. Puis laisse-le t'offrir la lumière que tu vois en lui, et laisse ton « ennemi » et ton ami s'unir pour te bénir en te donnant ce que tu as donné. ²Maintenant tu ne fais qu'un avec eux et eux avec toi. ³Maintenant c'est par toi-même que tu as été pardonné. ⁴Tout le long de la journée, n'oublie pas le rôle que joue le pardon en apportant le bonheur à chaque esprit qui ne pardonne pas, dont le tien. ⁵Dis-toi à chaque heure :

⁶Le pardon est la clef du bonheur. ⁷Je m'éveillerai du rêve dans lequel je suis mortel, faillible et plein de péché, et je connaîtrai que je suis le parfait Fils de Dieu.

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

Nous allons commencer aujourd'hui, puisque c'est le thème de la leçon du jour, par nous rappeler ce qu'est le pardon :

LE VRAI PARDON :

Le pardon qui est appris de moi n'utilise pas la peur pour défaire la peur. Il ne rend pas non plus l'irréel réel pour ensuite le détruire.

Le pardon par le Saint-Esprit consiste simplement à regarder au-delà de l'erreur dès le commencement, la laissant ainsi être irréaliste pour toi.

Ne laisse aucune croyance en sa réalité entrer dans ton esprit, sinon tu croiras aussi que tu dois défaire ce que tu as fait pour être pardonné. Ce qui n'a pas d'effet n'existe pas, et pour le Saint-Esprit les effets de l'erreur sont inexistantes. En annulant sans cesse et avec constance tous ses effets, partout et sous tous les rapports, Il enseigne que l'ego n'existe pas et le prouve.

Le pardon, c'est se souvenir que toutes ces histoires de bien et de mal, de gentils et de méchants, qu'un monde où il existe des opposés n'est qu'une illusion de réalité mais pas la réalité. Le pardon est juste un outil offert par l'Amour pour l'Amour, pour recouvrer la mémoire. Le pardon permet une Joie instantanée où que vous soyez et quelle que soit la situation, car le souvenir est immédiat et instantané.

Chacun de nous expérimentons les idées que nous avons dans notre esprit à propos de qui nous sommes, de qui sont les autres, de qui ou bien qu'est-ce qu'est le monde, la vie, Dieu etc. Pardonner signifie : changer d'idée. Et si l'idée change, alors l'expression de vos idées que vous appelez "votre vie" va changer inévitablement. Vous croyez que vous devez chercher l'éveil pour vous réveiller en faisant certaines pratiques comme les leçons du Cours ou des tas d'autres choses ? En Réalité vous avez juste besoin de vous souvenir que vous êtes déjà éveillé, et les pratiques telles que le Cours ne sont pas là pour vous faire atteindre ce but, mais pour secouer votre esprit endolori, et lui faire élargir sa conscience afin de pouvoir accepter la vérité : L'éveil est déjà atteint. Mais vous persistez à vous voir comme de pauvres petits soi, victimes du monde, des circonstances, de l'ego, de votre inconscient etc ... Alors c'est cela que vous projetez et que vous vivez, car le monde est là pour vous donner les preuves de vos idées, de vos croyances. Le pardon est la moyen de "casser" ce cercle vicieux qui vous englué dans les histoires que vous vous racontez dans votre tête à propos de vous-même et de tout ce qui vous entoure.

Vous savez quoi ? Devenez l'auteur ! Prenez un cahier et une plume et écrivez le plus beau conte de fées que vous pouvez imaginer. Et faites de vous-même le héros, le personnage principal. Écrivez une histoire sans méchants, sans perte, sans tristesse, sans douleur, sans mort, sans maladie, sans écoles, sans travail, sans argent. Juste la plus merveilleuse histoire que vous puissiez imaginer et laissez-vous vous identifier au personnage central. Laissez-vous imaginer tous les gens que vous aimez dans les meilleures situations que vous puissiez imaginer et intégrez-les dans l'histoire. Laissez juste l'Amour, la Joie et le Bonheur permanent couler en vous pendant que vous faites cet exercice. Et laissez votre esprit ouvert à toutes les éventualités. Ne cherchez pas à contrôler quoi que ce soit, ni même à penser, à analyser. Laissez votre esprit au repos et votre créativité à l'œuvre, et peut-être que vous allez faire la plus belle expérience de toute votre vie, et qui sait si elle ne deviendra pas réelle finalement ? ;-)



Tous droits réservés à Sandrine Lameck