



## “Un Cours En Miracles” Leçon n°61

### **Je suis la lumière du monde.**

1. Qui est la lumière du monde, sinon le Fils de Dieu ? <sup>2</sup>Cela n'est donc qu'un simple énoncé de la vérité à ton sujet. <sup>3</sup>C'est l'opposé d'un énoncé d'orgueil, d'arrogance ou de tromperie de soi. <sup>4</sup>Cela ne décrit pas le concept de soi que tu as fait. <sup>5</sup>Cela ne s'applique à aucune des caractéristiques dont tu as doté tes idoles. <sup>6</sup>Cela s'applique à toi tel que Dieu t'a créé. <sup>7</sup>C'est un simple énoncé de la vérité.
2. Pour l'ego, l'idée d'aujourd'hui est le summum de la glorification de soi. <sup>2</sup>Mais l'ego ne comprend pas l'humilité, qu'il prend pour un rabaissement de soi. <sup>3</sup>L'humilité consiste à accepter ton rôle dans le salut et à n'en prendre aucun autre. <sup>4</sup>Ce n'est pas de l'humilité que d'insister pour dire que tu ne peux pas ne pas être la lumière du monde si telle est la fonction que Dieu t'a assignée. <sup>5</sup>Il n'y a que l'arrogance qui affirmerait que cette fonction ne peut être pour toi, et l'arrogance est toujours de l'ego.
3. La véritable humilité requiert que tu acceptes l'idée d'aujourd'hui, parce que c'est la Voix de Dieu qui te dit qu'elle est vraie. <sup>2</sup>C'est un premier pas vers l'acceptation de ta fonction réelle sur terre. <sup>3</sup>C'est un pas de géant vers la prise de ta juste place dans le salut. <sup>4</sup>C'est l'assertion positive de ton droit d'être sauvé, et c'est l'admission du pouvoir qui t'est donné de sauver autrui.
4. Tâche de penser à cette idée aussi souvent que possible aujourd'hui.

<sup>2</sup>C'est la réponse parfaite à toutes les illusions et donc à toute tentation.

<sup>3</sup>Elle porte à la vérité toutes les images que tu as faites sur toi-même et elle t'aide à partir en paix, débarrassé de ton fardeau et certain de ton but.

5. Autant de périodes d'exercice que possible devraient être entreprises aujourd'hui, bien que chacune n'ait pas besoin de dépasser une minute ou deux. <sup>2</sup>Elles devraient commencer en te disant :

<sup>3</sup>*Je suis la lumière du monde.* <sup>4</sup>*Cela est ma seule fonction.* <sup>5</sup>*C'est pourquoi je suis ici.*

<sup>6</sup>Puis pense à ces énoncés pendant un petit moment, de préférence les yeux fermés si la situation le permet. <sup>7</sup>Laisse quelques pensées pertinentes te venir à l'esprit, et répète-toi l'idée si ton esprit s'égare de la pensée centrale.

6. Assure-toi de commencer et de finir la journée par une période d'exercice. <sup>2</sup>Ainsi tu t'éveilleras en admettant la vérité à ton sujet, tu la renforceras tout le long de la journée et tu t'endormiras en réaffirmant ta fonction et ton seul but ici. <sup>3</sup>Ces deux périodes d'exercice peuvent être plus longues que les autres, si tu trouves qu'elles t'aident et si tu veux les prolonger.

7. L'idée d'aujourd'hui va bien au-delà de la vue mesquine de l'ego sur ce que tu es et ce qu'est ton but. <sup>2</sup>Pour toi qui apporte le salut, cela est bien sûr nécessaire. <sup>3</sup>C'est le premier de plusieurs pas de géant que nous ferons dans les quelques semaines qui viennent. <sup>4</sup>Essaie aujourd'hui de commencer à bâtir un solide fondement pour ces avancées. <sup>5</sup>Tu es la lumière du monde. <sup>6</sup>Dieu a bâti Son plan pour le salut de Son Fils sur toi.

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

Après ce magnifique énoncé sur lequel je reviendrai à la fin, je vais commencer aujourd'hui par clarifier quelques termes qui pourraient prêter à confusion, et qui recèlent bien plus de richesses d'éveil que vous ne pouvez imaginer.

**Les idoles** : sont toutes les choses auxquelles tu crois, en qui tu places ta foi. ...Jusque là, me direz-vous, oui Ok. Pour ceux qui croient en Dieu ils diront: c'est en Dieu que je place ma foi, je

ne crois en aucun autre Dieu. Sauf que nous allons voir ici que cela est faux. Car votre foi vous la placez en bien d'autres choses, bien d'autres idoles, bien d'autres Dieux .. Comme toujours, cela n'est pas vu clairement car "le temps" nécessaire pour cette introspection n'a jamais été pris. Encore une fois, je le répète, la meilleure arme de l'ego est "le temps". Tout va vite, très vite dans le monde, dans son monde. Tellement vite que nous acceptons des millions de définitions de tout dans notre vie, par défaut ... Juste parce que nous n'avons jamais pris le temps de tout regarder de près et de remettre en question les choses. Revenons donc à notre clarification. Les idoles sont toutes les choses auxquelles tu crois, et si tu y crois, cela signifie que tu y places ta foi. Exemples :

**1)** Quand tu crois que l'argent peut t'apporter la joie ou la paix, tu places ta foi en lui, tu crois qu'il peut t'apporter ce que seul Dieu peut t'apporter. Là, me direz-vous, vu d'une manière générale pas de soucis, ce n'est pas ce que je fais, dites-vous. J'en entends déjà plein qui se disent : "non, moi l'argent je m'en fous, c'est pas important pour moi ... bla bla bla" Ok ... diriez-vous toujours cela si vous avez des loyers de retard à payer dans les 15 jours sous peine d'expulsion ? Des factures qui s'entassent et le frigo complètement vide avec un solde en négatif sur votre compte en banque ? Vous vous contentez peut-être du "minimum" dans votre vie et ça vous donne l'impression que vous ne faites pas de l'argent une idole. Mais cela est un leurre, un de plus, que l'ego veut vous faire gober pour vous tromper. Si vous n'aviez tout simplement plus un sous pour acheter à manger ou mettre de l'essence, vous souhaiteriez trouver au plus vite 50€ pour vous sortir de cette situations, ça prendrait tout votre esprit constamment jusqu'à ce que vous trouviez. Vous penseriez que vous êtes "malheureux" et que l'argent pourra vous rendre votre joie dès que vous l'aurez obtenu. Et c'est ce qui se passera si un ami vient vous dépanner. Vous ressentirez de la joie et l'attribuerez à l'idole, au Dieu "Argent".

**2)** Si vous vous sentez seul dans votre vie que cela vous rend triste et que vous désirez rencontrer une compagne ou un compagnon pour aimer et être aimé(e) cela signifie que vous croyez à l'idole "amour sentimental", vous lui accordez votre foi et vos prières. Le Dieu "Amour sentimental" est une idole avec laquelle vous avez remplacé Dieu.

**3)** Si vous espérez avoir un enfant pour "partager" votre amour, pour augmenter votre bonheur et votre joie avec votre conjoint, vous croyez et priez l'idole "bébé" ou "famille" en nourrissant ce désir dans votre esprit , c'est comme une prière que vous adressez au monde puisque vous pensez que le monde, donc l'ego, peut vous apporter quelque chose de plus que ce que Dieu Lui-même vous a donné.

**4)** Si vous pensez qu'avoir un beau corps est important pour vous, que vous passez beaucoup beaucoup, beaucoup de temps au cours d'une vie à faire des régimes à vouloir maigrir, ou grossir un peu, ou prendre du muscle et que vous pensez que cela va vous apporter de la joie,

améliorer votre vie car vous plairez, parce que vous serez admiré, envié peut-être, et cela vous confèrera un sentiment de bien-être, de plénitude de santé peut-être quand vous vous mentez plus en profondeur et aussi du pouvoir sur les autres que vous l'admettiez ou non, alors vous y pensez constamment, ça remplit vos pensées, votre esprit sans même que vous en soyez trop conscient, comme les musiques de fond des supermarchés que vous n'entendez plus trop consciemment mais qui sont quand même là, alors vous croyez en l'idole "LE CORPS" et y croire, c'est y mettre sa foi; vous lui donnez donc votre foi à la place de la donner à Dieu Etc ... etc ... je pense que vous avez saisi l'idée, n'est-ce pas ? Alors il n'est pas question de débat ou de jugement ici, juste de clarifier le terme "IDOLE" que le cours emploie souvent et spécifiquement ici. Une idole, c'est une image que vous avez faite et en laquelle vous mettez votre foi, comme le veau d'or dans la bible, mais d'une manière plus subtile la plupart du temps, car vous n'êtes pas non plus idiot, si on vous mettait un billet de banque en statue dorée devant vous, vous ne le prieriez pas. Mais en croyant qu'il a plus de pouvoir que Dieu lui-même et en comptant sur lui pour votre équilibre, votre joie, votre bien-être etc ... pourtant vous lui donnez toute votre foi à la place de la donner à Dieu.

**L'arrogance** : c'est de croire que tu peux faire de toi autre chose que ce que Dieu a créé. Tu te mets donc en compétition avec Lui, te pensant supérieur à Lui. Et ça, c'est la définition parfaite de l'ego.

**L'assertion positive** : Affirmation catégorique de quelque chose qu'il n'est pas possible de vérifier. (ça au moins c'est hyper clair, non ? Pas de débat puisque la définition clôture les objections du mental qui veut toujours des preuves de tout)

**La tentation** : La tentation est toujours portée devant tes yeux par l'ego. L'ego a fabriqué l'idole la plus conséquente qui soit et qui englobe tout : Le monde. Et il va vouloir t'apporter toutes les preuves de sa puissance et de sa gloire et essayer de te prouver, à chaque fois un peu plus, qu'il est plus grand, plus fort que Dieu. Et si ça marche bien, sache que son but est que tu te mettes à croire l'incroyable : que Dieu n'existe pas ! Inutile de vous dire comment cela a super bien marché à bien des reprises, et continue de marcher encore. Il va par exemple (puisque c'est d'actualité) te montrer un attentat, il va tenter ton esprit avec cet attentat, pour que tu croies ce que sa création "le corps" te dit avec ses yeux, avec ses oreilles, avec son émotionnel\*, et comme tu crois ce que tu vois, tu crois à l'attentat, et si l'attentat est là c'est qu'il existe, et s'il existe, eh bien, c'est la preuve que Dieu n'existe pas. Cet attentat va te faire ressentir de la douleur, de la tristesse, et ce que te dit ton corps, tu le crois, puisque c'est ton idole, donc tu crois qu'autre chose que l'Amour existe, et donc tu es perdu. Tu crois peut-être

encore intellectuellement que Dieu existe, mais comme tu crois également qu'autre chose que Lui existe, tu crois donc à fond à la dualité, et si la dualité existe, alors, l'Unité et Dieu n'existent pas. Ou tu crois pleinement en l'Unité (qui signifie, je le rappelle, qu'une seule chose existe) ou alors tu crois qu'autre chose en plus de Dieu existe ce qui signifie implicitement que l'Unité n'existe pas, donc que Dieu n'existe pas ! Je me répète et je vous le fais un peu dans tous les sens, mais c'est pour que ça soit bien compris. En résumé, la tentation c'est tout ce qui va vous être présenté dans le monde, tendu sur un plateau d'argent par son maître, l'ego, et qui est là pour vous faire croire en lui.

**\*corps émotionnel :** Oui je suis sûre que certains ont pensé au corps émotionnel en se disant :

« ah non ça, c'est un corps subtil qui n'a rien à voir avec le corps physique, donc rien à voir avec l'ego ».

Faux ! Le corps émotionnel est un niveau différent de conscience, de vibration, de tout ce que vous voulez, différent, oui, mais un niveau reste de la séparation, le concept même de niveau est de la séparation. La vibration elle-même fait partie de la dualité, et la conscience elle-même est une séparation d'avec l'Unité. C'est même la première séparation qui a eu lieu dans l'esprit. Pour être conscient, il faut bien que le 2 existe, car il faut bien être conscient de quelque chose pour pouvoir utiliser ce terme, il y a donc un sujet et un objet. Et si le 2 existe, l'Unité n'est plus ! L'illusion ne se borne pas à notre petite terre et à notre petit monde mais bien à l'univers tout entier, et à tous les degrés de conscience possibles et imaginables !

**« la vue mesquine de l'ego sur ce que tu es et ce qu'est ton but » :** L'ego me dit que je suis une personne séparée de sa source, de son créateur. Que mon but depuis ma naissance jusqu'à ma mort est de fonctionner le plus correctement possible dans le monde en atteignant le plus possible les objectifs que le milieu social où je suis né, la culture, l'éducation me dictent. Que le summum du summum que je peux atteindre en ayant réussi dans tous les domaines, social, financier, affectif, familial, intellectuel etc ... conduiront de toute façon à la mort et à l'extinction de moi-même inévitablement. Il remplit ma tête de tout cela pour que je ne me souvienne pas que :

***« Je suis Saint et que mon seul et unique but est d'éclairer le monde pour que l'ombre s'évanouisse par ma Lumière. Car Je Suis La Lumière du monde ! »***

Souvenez-vous de cela aujourd'hui, à chaque fois qu'une contrariété apparaît dans votre esprit, et vous verrez que cela peut vous apporter la Paix immédiate dans n'importe quelle situation perceptible ou pensée.



Tous droits réservés à Sandrine Lameck