



“Un Cours En Miracles” Leçon n°78

Que les miracles remplacent toutes les rancœurs.

1. Il n'est peut-être pas encore tout à fait clair pour toi qu'à chaque décision que tu prends, tu choisis entre une rancœur et un miracle. ²Chaque rancœur se dresse comme un écran de haine devant le miracle qu'elle voudrait dissimuler. ³En le levant devant tes yeux, tu ne vois pas le miracle qui est derrière. ⁴Or tout ce temps il t'attend dans la lumière, mais tu vois tes rancœurs à la place.
2. Aujourd'hui nous allons aller au-delà des rancœurs pour regarder le miracle à la place. ²Nous renverserons ta façon de voir en ne permettant pas à la vue de s'arrêter avant de voir. ³Nous n'attendrons pas devant l'écran de haine mais nous le déposerons et lèverons doucement les yeux en silence pour contempler le Fils de Dieu.
3. Il t'attend derrière tes rancœurs et, comme tu les déposes, il apparaît en pleine lumière à l'endroit même où se dressait chacune d'elles. ²Car chaque rancœur est un blocage à la vue, et lorsqu'il est levé tu vois le Fils de Dieu où il a toujours été. ³Il se tient dans la lumière, mais tu étais dans les ténèbres. ⁴Chaque rancœur a rendu les ténèbres plus profondes, et tu ne pouvais pas voir.
4. Aujourd'hui nous essaierons de voir le Fils de Dieu. ²Nous ne nous laisserons pas être aveugles à son sujet; nous ne regarderons pas nos rancœurs. ³Ainsi est renversée la vue du monde, comme nous regardons

vers la vérité, loin de la peur. ⁴Nous choisirons une personne que tu as utilisée comme cible de tes rancœurs, et nous mettrons de côté les rancœurs et la regarderons. ⁵Quelqu'un, peut-être, que tu crains ou même que tu hais; quelqu'un que tu penses aimer qui t'a mis en colère; quelqu'un que tu appelles ton ami mais que tu considères parfois peu commode ou difficile à contenter, exigeant, irritant ou infidèle à l'idéal qu'il devrait accepter pour sien, selon le rôle que tu lui as assigné.

5. Tu sais qui choisir : son nom t'a déjà traversé l'esprit. ²Il sera celui à qui nous demanderons que le Fils de Dieu te soit montré. ³En le voyant derrière les rancœurs que tu as nourries contre lui, tu apprendras que ce qui restait caché tant que tu ne le voyais pas est là en chacun, et peut être vu. ⁴Celui qui était un ennemi est plus qu'un ami quand il est rendu libre de prendre le saint rôle que lui a assigné le Saint-Esprit. ⁵Qu'il soit ton sauveur aujourd'hui. ⁶Tel est son rôle dans le plan de Dieu ton Père.

6. Pendant nos périodes d'exercice plus longues aujourd'hui nous le verrons dans ce rôle. ²Tu essaieras de le tenir dans ton esprit, d'abord tel que tu le considères maintenant. ³Tu passeras en revue ses fautes, les difficultés que tu as eues avec lui, la douleur qu'il t'a causée, sa négligence et toutes les blessures petites et grandes qu'il t'a faites. ⁴Tu regarderas son corps avec ses défauts mais aussi avec ses meilleurs côtés, et tu penseras à ses erreurs et même à ses «péchés».

7. Demandons ensuite à Celui Qui connaît ce Fils de Dieu dans sa réalité et sa vérité, de pouvoir le regarder d'une façon différente, et de voir briller notre sauveur dans la lumière du vrai pardon, à nous donné. ²Nous Lui demandons au saint Nom de Dieu et de Son Fils, aussi saint que Lui :

³Que je voie mon sauveur en celui-ci que Tu as désigné pour être celui à qui je demande de me conduire à la sainte lumière dans laquelle il se tient, afin que je me joigne à lui.

⁴Les yeux du corps sont fermés et, tandis que tu penses à celui qui t'a peiné, laisse la lumière en lui être montrée à ton esprit par-delà tes rancœurs.

8. Ce que tu as demandé ne peut pas t'être nié. ²Ton sauveur attend cela depuis longtemps. ³Il voudrait être libre et faire tienne sa liberté. ⁴Le Saint-Esprit Se penche de lui vers toi, ne voyant pas de séparation dans le Fils de Dieu. ⁵Et ce que tu vois par Lui vous libérera tous les deux. ⁶Sois très tranquille maintenant et regarde ton sauveur en pleine lumière. ⁷Aucune sombre rancœur n'en obscurcit la vue. ⁸Tu as permis au Saint-Esprit d'exprimer par lui le rôle que Dieu Lui a donné afin que tu sois sauvé.

9. Dieu te remercie de ces moments de calme aujourd'hui où tu as mis de côté tes images et regardé le miracle de l'amour que le Saint-Esprit te montrait à leur place. ²Le monde et le Ciel se joignent pour te remercier, car il n'est pas une Pensée de Dieu qui ne se réjouisse quand tu es sauvé, et le

monde entier avec toi.

10. Nous nous souviendrons de cela tout le long de la journée et nous prendrons le rôle qui nous est assigné comme partie du plan de Dieu pour le salut, et non du nôtre. ²La tentation tombe quand nous permettons à chacun de ceux que nous rencontrons de nous sauver et que nous refusons de cacher sa lumière derrière nos rancœurs. ³À chacun de ceux que tu rencontres, et de ceux auxquels tu penses ou dont tu te souviens du passé, permets que le rôle de sauveur soit donné, afin de le partager avec lui. ⁴Pour vous deux aussi bien que pour tous ceux qui ne voient pas, nous prions :

⁵Que les miracles remplacent toutes les rancœurs.

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

La leçon d'aujourd'hui est une décision à prendre. Une décision qui doit être prise à chaque instant. Pas seulement une fois. Quelle est cette décision ? Celle de voir l'Amour à la place de la haine. Celle de voir la Paix au lieu de la guerre. Celle de voir Dieu à la place de l'ego. Celle de voir la Réalité à la place de l'illusion. Et pourquoi doit-elle être prise à chaque instant, à répétition ? Car tant que ce n'est pas une évidence pour vous, mais que c'est encore un choix, ça signifie que c'est de l'entraînement qui demande forcément un effort constant. Ensuite cela pourra se faire de manière automatique et l'effort disparaîtra. En fait, ce que je viens de vous dire pourrait s'appliquer au Cours en entier. Et la répétition pourrait tout à fait être évitée tout autant que l'effort, si vous acceptiez la Vérité à sa première lecture. Mais vous n'êtes pas convaincu au fond de vous. Vous voulez des explications, des exemples, des mises en pratique pour valider et re-valider et re-re-valider. Et à votre avis, qui fonctionne comme cela ? Qui veut des explications et des preuves à l'appui ? Ce vous, c'est qui ?

C'est l'ego bien-sûr ! C'est toujours lui qui pose problème. C'est toujours lui qui pense savoir mieux que Dieu lui-même. Et c'est aussi lui en vous qui ressent ces émotions désagréables liées à tous les jugements qu'il pose.

Ce qui vous est demandé de faire aujourd'hui peut s'avérer assez difficile quand les rancœurs contre la personne qui vous est venue à l'esprit sont entretenues depuis longtemps. Il vous faudra peut-être deux phases pour arriver au bout de cette pratique, ainsi il est peut-être utile

de rester sur cette leçon deux jours au lieu d'un. La première phase du premier jour consiste à calmer votre émotionnel qui est sûrement mis à rude épreuve avec toutes les rancœurs et pensées associées qui remontent, là, maintenant, tout de suite, envers cette personne. Prenez le temps de les voir, de les ressentir et de les accueillir. Concentrez-vous aujourd'hui sur votre monde émotionnel et évertuez-vous à l'apaiser et à le calmer. Ne faites que cela aujourd'hui. Votre leitmotiv sera celui-là uniquement. Rien d'autre n'est important. Prenez-en conscience. Tout ce que vous cherchez à faire au cours de votre vie est toujours pour la même raison de toute façon, c'est toujours pour obtenir un sentiment de bien-être dans toutes les situations. Alors voyez cela aujourd'hui et ne cherchez cette fois consciemment à ne faire que cela. Utilisez tous les stratagèmes que vous pouvez pour apaiser votre monde émotionnel. C'est LA chose essentielle.

Et demain, dans un deuxième temps, vous vous emploierez à remplacer les rancœurs par l'Amour et la Lumière. Vous pouvez faire cela maintenant que votre émotionnel est calmé. Demandez aujourd'hui au St Esprit à aller plus loin, à passer derrière ce mur de rancœurs pour voir la Vérité qui vous attend. Et comme hier, ne faites que cela. Concentrez-vous sur cette unique volonté, car rien, mais vraiment rien d'autre n'a d'importance en ce jour. Vous avez maintenant des tas d'outils à votre disposition pour faire cela. La leçon du jour bien-sûr et les méditations, les vidéos, votre connaissance intellectuelle et celle du cœur que vous avez déjà largement développée à ce stade de votre cheminement. Prenez tout. Utilisez tout ce qui pourra vous faire atteindre cet objectif, peu importe ce que c'est. Des outils ne sont que des outils, il n'y en a pas un qui soit meilleur ou plus saint qu'un autre. Ils ne sont tous que des pointeurs vers La Vérité, jamais La Vérité Elle-même. Donc aucun jugement sur le comment, ça ne ferait que vous retarder.

