



# “Un Cours En Miracles” Leçon n°91

## **Les miracles se voient dans la lumière.**

1. Il est important de se souvenir que les miracles et la vision vont ensemble nécessairement. <sup>2</sup>Ceci a besoin d'être répété, et répété fréquemment. <sup>3</sup>C'est une idée centrale dans ton nouveau système de pensée et dans la perception qu'il produit. <sup>4</sup>Le miracle est toujours là. <sup>5</sup>Sa présence n'est pas causée par ta vision; son absence n'est pas le résultat de ce que tu manques de le voir. <sup>6</sup>C'est seulement la conscience que tu as des miracles qui est affectée. <sup>7</sup>Tu les verras dans la lumière; tu ne les verras pas dans les ténèbres.
2. Pour toi, donc, la lumière est cruciale. <sup>2</sup>Tant que tu restes dans les ténèbres, le miracle reste non vu. <sup>3</sup>Ainsi tu es convaincu qu'il n'est pas là. <sup>4</sup>Cela suit des prémisses d'où viennent les ténèbres. <sup>5</sup>Le déni de la lumière conduit à manquer de la percevoir. <sup>6</sup>Manquer de percevoir la lumière, c'est percevoir les ténèbres. <sup>7</sup>La lumière ne t'est alors d'aucune utilité, même si elle est là. <sup>8</sup>Tu ne peux pas l'utiliser parce que sa présence t'est inconnue. <sup>9</sup>Et l'apparente réalité des ténèbres rend l'idée de lumière in-signifiante.
3. Te faire dire que ce que tu ne vois pas est là a l'air d'une insanité. <sup>2</sup>Il est très difficile de se convaincre que l'insanité est de ne pas voir ce qui est là, et de voir ce qui n'est pas là à la place. <sup>3</sup>Tu ne doutes pas que les yeux du corps

peuvent voir. <sup>4</sup>Tu ne doutes pas que les images qu'ils te montrent sont la réalité. <sup>5</sup>Ta foi réside dans les ténèbres et non dans la lumière. <sup>6</sup>Comment cela peut-il être renversé? <sup>7</sup>Pour toi c'est impossible, mais tu n'es pas seul en cela.

4. Tes efforts, aussi petits soient-ils, ont un fort soutien. <sup>2</sup>Si seulement tu te rendais compte de la grandeur de cette force, tes doutes s'évanouiraient.

<sup>3</sup>Aujourd'hui, nous nous consacrerons à tenter de te laisser sentir cette force. <sup>4</sup>Quand tu auras senti la force en toi, qui met aisément tous les miracles à ta portée, tu ne douteras point. <sup>5</sup>Les miracles que cache ton sentiment de faiblesse jailliront à ta conscience quand tu sentiras la force en toi.

5. Trois fois aujourd'hui, réserve-toi environ dix minutes de calme où tu essaieras de laisser ta faiblesse derrière toi. <sup>2</sup>Cela s'accomplit très simplement, quand tu t'enseignes que tu n'es pas un corps. <sup>3</sup>La foi va à ce que tu veux, et tu instruis ton esprit en conséquence. <sup>4</sup>Ta volonté demeure ton enseignant, et ta volonté a toute la force de faire ce qu'elle désire. <sup>5</sup>Tu peux échapper du corps si tel est ton choix. <sup>6</sup>Tu peux faire l'expérience de la force en toi.

6. Commence les périodes d'exercice plus longues par cet énoncé des véritables relations de cause et effet :

*<sup>2</sup>Les miracles sont vus dans la lumière.*

*<sup>3</sup>Les yeux du corps ne perçoivent pas la lumière.*

*<sup>4</sup>Mais je ne suis pas un corps. <sup>5</sup>Que suis-je ?*

<sup>6</sup>La question par laquelle se termine cet énoncé est nécessaire pour nos exercices d'aujourd'hui. <sup>7</sup>Ce que tu penses être est une croyance à défaire. <sup>8</sup>Mais ce que tu es réellement doit t'être révélé. <sup>9</sup>La croyance que tu es un corps demande une correction, étant une erreur. <sup>10</sup>La vérité de ce que tu es fait appel à la force en toi pour amener à ta conscience ce que l'erreur dissimule.

7. Si tu n'es pas un corps, qu'es-tu? <sup>2</sup>Tu as besoin de prendre conscience de ce que le Saint-Esprit utilise pour remplacer l'image d'un corps dans ton esprit. <sup>3</sup>Tu as besoin de ressentir quelque chose pour y mettre ta foi, quand tu l'enlèves du corps. <sup>4</sup>Tu as besoin d'une réelle expérience de quelque chose d'autre, quelque chose de plus solide et de plus sûr; plus digne de ta foi et qui soit réellement là.

8. Si tu n'es pas un corps, qu'es-tu? <sup>2</sup>Demande-le honnêtement puis consacre plusieurs minutes à permettre que tes pensées erronées au sujet de tes attributs soient corrigées, et que leurs opposés prennent leur place. <sup>3</sup>Dis, par exemple :

<sup>4</sup>*Je ne suis pas faible, mais fort.*

<sup>5</sup>*Je ne suis pas impuissant, mais puissant.*

<sup>6</sup>*Je ne suis pas limité, mais illimité.*

<sup>7</sup>*Je ne suis pas incertain, mais certain.*

<sup>8</sup>*Je ne suis pas une illusion, mais une réalité.*

<sup>9</sup>*Je ne peux pas voir dans les ténèbres, mais dans la lumière.*

9. Pendant la seconde phase de la période d'exercice, essaie d'éprouver ces vérités à ton sujet. <sup>2</sup>Concentre-toi particulièrement sur l'expérience de la force. <sup>3</sup>Souviens-toi que tout sentiment de faiblesse est associé à la croyance que tu es un corps, croyance qui est erronée et ne mérite aucune foi. <sup>4</sup>Essaie de lui retirer ta foi, ne serait-ce qu'un instant. <sup>5</sup>Tu t'habitueras à rester fidèle à ce qu'il y a de plus digne en toi au fur et à mesure que nous avancerons.

10. Détends-toi pendant le reste de la période d'exercice, confiant en ce que tes efforts, si maigres soient-ils, sont pleinement soutenus par la force de Dieu et toutes Ses Pensées. <sup>2</sup>C'est d'Elles que ta force viendra. <sup>3</sup>C'est par Leur fort soutien que tu sentiras la force en toi. <sup>4</sup>Elles sont unies à toi dans cette période d'exercice, durant laquelle tu partages un but pareil au Leur. <sup>5</sup>C'est à Elles qu'appartient la lumière dans laquelle tu verras des miracles, parce que Leur force est à toi. <sup>6</sup>Leur force devient tes yeux, afin que tu voies.

11. Cinq ou six fois par heure, à intervalles raisonnablement réguliers, rappelle-toi que les miracles se voient dans la lumière. <sup>2</sup>Assure-toi aussi de répondre à la tentation par l'idée d'aujourd'hui. <sup>3</sup>La forme suivante pourrait aider dans ce but particulier :

<sup>4</sup>*Les miracles se voient dans la lumière.* <sup>5</sup>*Que je ne ferme pas les yeux à cause de ceci.*

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

Bonjour à tous ! Après cette semaine de relâche que vous ont apportée les révisions, on continue un peu la détente en regardant, pour commencer, une petite vidéo, à laquelle je vous demande de prêter une attention soutenue quant aux dialogues de la première seconde à la dernière.

Aujourd'hui c'est la leçon : STAR WARS ;-) Cliquez-ici

Comprenez-vous pourquoi Star Wars connaît un tel succès planétaire depuis des années et pour des années encore ? C'est qu'il est rempli de pointeurs vers la Vérité. Le monde n'est qu'un symbole, le grand symbole, j'en ai déjà parlé dans une de mes publications sur ma page. Il est lui-même le grand symbole de la séparation car tout est séparation dans le monde, mais il contient également des symboles qui pointent vers la Vérité, comme ces deux trilogies que sont Star Wars.

Mais revenons à ce dont il est question ici. Regardons de plus près le paragraphe 3.

**« Te faire dire que ce que tu ne vois pas est là a l'air d'une  
insanité. » L91.3.1**

Pour le mot insanité comprenez "*mensonge*". Vous voyez qu'il s'agit ici de ce que vous vivez au quotidien lorsque vous faites votre travail de guérison de l'esprit, en disant d'une pensée, d'une émotion ou d'une situation douloureuse qu'elle n'est pas vraie. Nous pourrions reformuler ainsi

*« Dire qu'une pensée, une émotion ou une situation douloureuse que tu vis est fausse et donc n'est pas là, n'existe pas, a l'air d'être un mensonge. »*

*De même :*

**« Il est très difficile de se convaincre que l'insanité est de ne pas  
voir ce qui est là, et de voir ce qui n'est pas là à la place. » L91.3.2**

Reformulons pour un souci de compréhension profonde :

*« Pourtant c'est de voir autre chose que ce qui est là Véritablement et d'y croire qui est le mensonge, mais il est très difficile de s'en convaincre. »*

- ♥ Lorsque vous ressentez une émotion douloureuse, vous êtes en train de nier la Réalité.
- ♥ Lorsque vous croyez une pensée douloureuse, vous êtes en train de nier la Réalité.
- ♥ Lorsque que vous vivez une situation qui fait mal, vous êtes en train de nier la Réalité.

On peut le formuler ainsi également :

- ♥ Lorsque vous ressentez une émotion douloureuse, vous êtes en train de nier que seul l'Amour existe.
- ♥ Lorsque vous croyez une pensée douloureuse, vous êtes en train de nier que seul l'Amour

existe.

♥ Lorsque que vous vivez une situation qui fait mal, vous êtes en train de nier que seul l'Amour existe.

ou encore :

♥ Lorsque vous ressentez une émotion douloureuse, vous êtes en train de nier Dieu Lui-même.

♥ Lorsque vous croyez une pensée douloureuse, vous êtes en train de nier Dieu Lui-même.

♥ Lorsque que vous vivez une situation qui fait mal, vous êtes en train de nier Dieu Lui-même.

Comprenant cela, vous voyez à quel point il est sans Lumière de venir vous accuser de vous voiler la face et de faire du déni de ce qui est, quand vous niez le faux par votre pratique. Nier le faux n'est que le rétablissement de la Vérité. Ce genre d'accusation ne peut venir que de l'ombre elle-même. Souvenez-vous-en la prochaine fois que cela vous arrive ou que cela arrive à quelqu'un et que vous en êtes témoin. Et comprenez que de tenter de répondre pour expliquer ce que je viens de mettre en Lumière ici dans le but de vous défendre ou de défendre l'autre, c'est croire en l'attaque, c'est croire en l'ombre à nouveau et nier la Réalité, votre Réalité. Voyez plutôt l'occasion qui vous est donnée d'Être la Lumière du monde en ne donnant aucun crédit à ce qui est faux et ainsi de dissiper l'ombre par la Lumière que votre Esprit va rayonner. C'est ce que faisait Jésus et ce que signifient ces paroles "lorsque l'on te frappe, tends l'autre joue."

Que la force soit avec vous chers Padawans et les Miracles vous accomplirez ! ;-)

