



“Un Cours En Miracles” Leçon n°123

Je remercie mon Père des dons qu'il me fait.

1. Soyons pleins de gratitude aujourd'hui. ²Nous sommes arrivés à des sentiers plus doux et des routes plus lisses. ³Il n'y a pas de pensée de retour en arrière et pas de résistance implacable à la vérité. ⁴Il reste quelque vacillement, quelques petites objections et un peu d'hésitation, mais tu peux bien être reconnaissant des gains que tu as faits et qui sont bien plus grands que tu ne l'imagines.
2. Une journée consacrée maintenant à la gratitude ajoutera le bénéfice d'avoir une idée de la mesure réelle de tous les gains que tu as faits, des dons que tu as reçus. ²Sois heureux aujourd'hui, et rempli d'amour reconnaissant, que ton Père ne t'ait pas laissé à toi-même ni laissé errer seul dans les ténèbres. ³Sois reconnaissant qu'il t'ait sauvé du soi que tu pensais avoir fait pour prendre Sa place et celle de Sa création. ⁴Rends-Lui grâce aujourd'hui.
3. Remercie-Le de ne pas t'avoir abandonné et de ce que Son Amour continuera à jamais de luire sur toi, à jamais sans changement. ²Rends grâce aussi d'être inchangeable, car le Fils qu'il aime est inchangeable comme Lui. ³Sois reconnaissant d'être sauvé. ⁴Sois heureux d'avoir une fonction à remplir dans le salut. ⁵Sois reconnaissant de ce que ta valeur transcende de loin tes maigres dons et tes jugements mesquins sur celui que

Dieu a établi comme Son Fils.

4. Avec gratitude aujourd'hui nous élevons nos cœurs au-dessus du désespoir, et nous levons des yeux reconnaissants et non plus baissés vers la poussière. ²Aujourd'hui nous entonnons le chant de gratitude, en l'honneur du Soi dont Dieu a voulu qu'il soit notre véritable Identité en Lui.

³Aujourd'hui nous sourions à chacun de ceux que nous voyons tandis que nous allons d'un pas plus léger faire ce qui nous est assigné.

5. Nous n'allons pas seuls. ²Et nous rendons grâce de ce qu'en notre solitude un Ami soit venu pour nous dire la Parole salvatrice de Dieu. ³Et merci à toi de L'écouter. ⁴Sa Parole est muette si elle n'est pas entendue. ⁵En Le remerciant, les remerciements sont aussi pour toi. ⁶Un message inentendu ne sauvera pas le monde, quelle que soit la puissance de la Voix qui parle, quel que soit l'amour que contient le message.

6. Merci à toi qui as entendu, car tu deviens le messager qui porte Sa Voix avec toi et laisse Son écho résonner tout autour du monde. ²Reçois les remerciements de Dieu aujourd'hui, tandis que tu Le remercies. ³Car tes remerciements, Il voudrait te les offrir, puisqu'il reçoit tes dons avec amour et gratitude, et te les rend mille fois et cent mille fois de plus qu'ils n'ont été donnés. ⁴Il bénira tes dons en les partageant avec toi. ⁵Ainsi ils s'accroissent en pouvoir et en force, jusqu'à remplir le monde de bonheur et de gratitude.

7. Reçois Ses remerciements et offre-Lui les tiens pendant quinze minutes deux fois aujourd'hui. ²Et tu te rendras compte à Qui tu rends grâce, et Qui Il remercie quand tu Le remercies. ³Cette demi-heure sainte à Lui donnée te sera rendue en années pour chaque seconde; en pouvoir de sauver le monde incommensurablement plus vite pour L'avoir remercié.

8. Reçois Ses remerciements et tu comprendras avec quel amour Il te tient dans Son Esprit, combien est profonde et illimitée Sa sollicitude pour toi, combien est parfaite Sa gratitude envers toi. ²Souviens-toi de penser à Lui à chaque heure et rends-Lui grâce de tout ce qu'il a donné à Son Fils, afin qu'il s'élève au-dessus du monde, se souvenant de son Père et de son Soi.

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

Oui, soyez remercié aujourd'hui du bon travail que vous faites sur votre esprit et donc sur l'Unité toute entière. Nous sommes arrivés à un tiers du livre d'exercices, et il est temps effectivement de consacrer une journée entière à ressentir cette gratitude, car elle est une force très puissante. Souvenez-vous: donner et recevoir sont, en fait, un seul et même principe, en Réalité. Il n'y a que le monde de la division qui veut nous faire croire qu'il existe une différence entre ces deux choses, mais il n'en est rien. Il est temps de prendre conscience que vous vous êtes apporté bien plus ces derniers mois en voulant de tout votre cœur vous concentrer sur la Vérité, que vous n'avez bien pu vous apporter depuis des années, peut-être des millénaires, en errant sans but valable dans un monde de souffrance et de limitations.

Prenez un moment pour observer les changements que cette démarche personnelle, en apparence, a déjà fait surgir comme moments de grâces dans votre vie. Quelle Joie immense de commencer à comprendre pour certains, et à confirmer pour d'autres, le fait que nous ne sommes pas seuls et abandonnés, comme nos pensées de souffrance et de séparation ont voulu nous le faire croire. Nous ne sommes pas perdus et nous ne l'avons jamais été en Réalité, mais tant que le désir de s'en souvenir n'était pas présent dans nos cœurs, il nous était impossible d'en faire réellement l'expérience. Comme Jésus nous l'explique très bien dans le chapitre 5.6 : "Un message inentendu ne sauvera pas le monde, quelle que soit la puissance de la Voix qui parle, quel que soit l'amour que contient le message."

Comprenez donc aujourd'hui que rien ne peut se faire sans vous, ou bien à part de vous. La Vérité a beau être là, avoir toujours été là, nul qui ne désire la connaître ne peut y goûter. Pour reprendre comme à chaque fois les symboles du monde qui sont là pour nous éclairer si nous désirons vraiment les voir : Il peut y avoir le plus magnifique coucher de soleil qui se manifeste quelque part dans le monde, il n'est rien et est inutile s'il n'y a personne pour le voir, le regarder. Sa beauté sublime est révélée lorsqu'un enfant de Dieu lui accorde toute son attention. Le Royaume n'est rien sans vous qui êtes le Cœur de Dieu, et il est lui-même incomplet lorsque vous n'êtes pas là.

Leçon n°100 chapitre 3 : Tu es certes essentiel au plan de Dieu. Sans ta joie, Sa joie est incomplète. Sans ton sourire, le monde ne peut être sauvé. Tant que tu es triste, la lumière que Dieu Lui-même a désignée comme moyen de sauver le monde est pâle et sans lustre, et nul ne rit parce que tout rire ne peut être que l'écho du tien.

Alors ne perdez pas un seul instant aujourd'hui à penser à autre chose qu'à la gratitude. Ne laissez aucune autre pensée que celles partagées avec notre Père, entrer dans votre esprit et le faire dévier de son but merveilleux d'éclairer le monde. Cela vous remplira de Joie et de grâces dont vous ne soupçonnez même pas l'étendue, pour vous, et pour la multitude des extensions de Dieu qui s'expriment dans tous les espaces-temps et dans toutes les dimensions de l'espace en ce moment même, le seul moment qui soit vraiment.

Et je termine en vous partageant un message tiré du livre de Laurent E Levy " Les Enseignements de l'Esprit" que vous connaissez pour certains, et qui traite parfaitement de la gratitude. Que ce complément vous soit bénéfique et vous fasse comprendre à tous qu'il n'y a aucune séparation d'aucune sorte entre rien ni personne, ni aucun message, qui ne soit uniquement le symbole d'une erreur de perception qui demande juste à être rectifiée dans votre esprit. Il n'y a, encore une fois, aucune Vérité qui ne soit complète sans votre participation, car il n'y a pas un message universel qui pourrait être perçu d'une manière unique. Il n'y a pas de message unique. La Seule Vérité qui soit, c'est que nous sommes tous déjà Éveillés, Parfaits et Entiers en ce moment-même, et que c'est uniquement le petit soi que nous avons fait et superposé en tant qu'image de nous-mêmes, qui nous obstrue la vue et nous fait vivre une réalité parallèle fausse et fantasmée. Gardez ceci en tête et lisez ce beau message de gratitude :

La gratitude est une force puissante

Saint-Esprit : La Gratitude est une force puissante. La Gratitude est bien plus puissante dans votre univers que la plupart des gens ne le réalisent, bien que nombreux soient ceux qui commencent à en reconnaître les bienfaits. La Gratitude est un champ d'énergie... un champ d'énergie d'extension. Tout ce pour quoi tu ressens de la gratitude s'étend ou s'agrandit dans ta conscience. Ce que la plupart des gens ne semblent pas reconnaître, c'est que la gratitude est un champ d'énergie *constant, permanent*. La gratitude ne s'en va ni ne s'en vient comme quand tu ressens habituellement de la gratitude, ou quand tu te sens reconnaissant. La gratitude est un aspect naturel du Fils de Dieu. Tu es toujours dans une « attitude de gratitude », et en train d'étendre ce pour quoi tu as de la gratitude maintenant.

Tu as de la gratitude pour ce à quoi ton esprit s'intéresse. Il peut sembler s'intéresser à la peur ou à l'inquiétude, à la colère ou au ressentiment, à l'espoir ou au désespoir, mais si l'esprit s'intéresse à quelque chose ou se concentre dessus, il s'y intéresse dans la gratitude.

C'est une bonne et utile façon de regarder cette journée. Arrête-toi très souvent au cours de la journée, aussi souvent que tu t'en souviens, et demande-toi ce pour quoi tu as de la gratitude. Observe simplement ce à quoi ton esprit s'intéresse. Observe les émotions qui accompagnent les pensées. Et puis souviens-toi que tu es dans un esprit de gratitude. Demande si ce à quoi tu es en train de penser et *ce que tu es en train de ressentir* sont ce pour quoi tu éprouves réellement de la gratitude. Si ce n'est pas le cas, il te suffit simplement de changer d'esprit, et de le réorienter vers ce pour quoi tu as vraiment de la gratitude. Ce changement est bien plus qu'un changement d'émotion. C'est un retournement de la puissance. C'est un retournement de l'expérience. C'est le retournement de tout ce que tu désires changer aujourd'hui.

Reçois mes bénédictions. Souviens toi que tu es toujours en gratitude. Page 23.



Tous droits réservés à Sandrine Lameck