



“Un Cours En Miracles” Leçon n°70

Mon salut vient de moi.

1. Toute tentation n'est rien de plus qu'une forme quelconque de la tentation fondamentale de ne pas croire l'idée d'aujourd'hui. ²Le salut semble venir de partout sauf de toi. ³Il en va de même pour la source de la culpabilité. ⁴Tu ne vois ni la culpabilité ni le salut comme étant dans ton propre esprit et nulle part ailleurs. ⁵Quand tu te rends compte que toute culpabilité est uniquement une invention de ton esprit, tu te rends compte aussi que la culpabilité et le salut doivent être au même endroit. ⁶En comprenant cela, tu es sauvé.
2. Voici ce qu'il semble t'en coûter pour accepter l'idée d'aujourd'hui : Elle signifie que rien à l'extérieur de toi ne peut te sauver; rien à l'extérieur de toi ne peut te donner la paix. ²Mais cela signifie aussi que rien à l'extérieur de toi ne peut te blesser ni troubler ta paix ni te contrarier en aucune façon. ³L'idée d'aujourd'hui te met en charge de l'univers, où tu es à ta place à cause de ce que tu es. ⁴Ce n'est pas un rôle qui peut être accepté partiellement. ⁵Et tu dois sûrement commencer à voir que de l'accepter est le salut.
3. Toutefois, tu ne vois peut-être pas clairement pourquoi le fait de reconnaître que la culpabilité est dans ton propre esprit entraîne la prise de conscience que le salut y est aussi. ²Dieu n'aurait pas mis le remède de la

maladie là où il ne peut aider. ³C'est ainsi que ton esprit a fonctionné, mais guère le Sien. ⁴Il veut que tu sois guéri, ainsi a-t-Il gardé la Source de la guérison là où réside le besoin de guérison.

4. Tu as essayé de faire exactement l'opposé, toutes tes tentatives, aussi distordues et fantastiques fussent-elles, visent à séparer la guérison de la maladie à laquelle elle était censée s'appliquer, et ainsi à garder la maladie.

²Ton but était de garantir que la guérison ne se produirait pas. ³Le but de Dieu était de garantir qu'elle le ferait.

5. Aujourd'hui nous nous exerçons à nous rendre compte que la Volonté de Dieu et la nôtre sont réellement la même en cela. ²Dieu veut que nous soyons guéris, et nous ne voulons pas réellement être malades, parce que cela nous rend malheureux. ³Par conséquent, en acceptant l'idée d'aujourd'hui, nous sommes réellement en accord avec Dieu. ⁴Il ne veut pas que nous soyons malades. ⁵Nous non plus. ⁶Il veut que nous soyons guéris. ⁷Nous aussi.

6. Aujourd'hui nous sommes prêts à faire deux périodes d'exercice plus longues qui devraient durer de dix à quinze minutes chacune. ²Toutefois, nous te laisserons encore décider quand les entreprendre. ³Nous ferons cela pendant un certain nombre de leçons et il serait bien encore une fois que tu décides à l'avance quels seraient les bons moments de la journée à réserver à chacune d'elles, te conformant ensuite à ta propre décision aussi étroitement que possible.

7. Commence ces périodes d'exercice en répétant l'idée d'aujourd'hui, suivie d'un énoncé par lequel tu signifies que tu reconnais que le salut ne vient de rien à l'extérieur de toi. ²Tu pourrais le formuler ainsi :

³Mon salut vient de moi. ⁴Il ne peut venir de nulle part ailleurs.

⁵Consacre ensuite quelques minutes, les yeux fermés, à passer en revue quelques endroits extérieurs où tu as cherché le salut dans le passé : en d'autres gens, dans les possessions, dans divers événements et situations, et dans les concepts de soi que tu as cherché à rendre réels. ⁶Reconnais qu'il n'est pas là, et dis-toi :

⁷Mon salut ne peut venir d'aucune de ces choses. ⁸Mon salut vient de moi et seulement de moi.

8. Maintenant nous allons essayer à nouveau d'atteindre la lumière en toi, qui est là où se trouve ton salut. ²Tu ne peux pas le trouver dans les nuages qui entourent la lumière, or c'est là que tu le cherchais. ³Il n'y est pas. ⁴Il est passé les nuages, dans la lumière qui est au-delà. ⁵Souviens-toi que tu auras à traverser les nuages avant de pouvoir atteindre la lumière. ⁶Mais souviens-toi aussi que tu n'as jamais rien trouvé dans les motifs nuageux que tu

imaginais qui ait duré, ou que tu voulais.

9. Puisque toutes les illusions de salut t'ont déçu, tu ne veux sûrement pas rester dans les nuages, y cherchant vainement des idoles, quand tu pourrais si facilement continuer jusqu'en la lumière du vrai salut. ²Essaie de dépasser les nuages par n'importe quel moyen qui te plaît. ³Si cela t'aide, pense que je te tiens par la main et que je te conduis. ⁴Et je t'assure que cela ne sera pas un vain fantasme.

10. Pendant les courtes et fréquentes périodes d'exercice d'aujourd'hui, rappelle-toi que c'est de toi que vient ton salut et que rien, sinon tes propres pensées, ne peut freiner ton progrès. ²Tu es libre de toute interférence extérieure. ³Tu es en charge de ton salut. ⁴Tu es en charge du salut du monde. ⁵Puis dis :

⁶Mon salut vient de moi. ⁷Rien à l'extérieur de moi ne peut me retenir. ⁸Au-dedans de moi sont le salut du monde et le mien.

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

Tout d'abord aujourd'hui je vous invite à relire tout de suite la leçon du jour en remplaçant le mot "salut" par le mot "bonheur". Cela va vous ouvrir à une nouvelle compréhension et va allumer des petites ampoules de "Eurêka" dans votre tête ! :-)

Oui, c'est une idée révolutionnaire qui paraît complètement folle, celle de se dire que le bonheur ou le malheur ne vient en réalité que de certaines idées que nous chérissons dans notre esprit et non pas des circonstances extérieures. Pourtant c'est la cas. Ce qui vient troubler cette évidence est le temps qui sépare causes et effets. C'est tout simplement parce que vous ne voyez pas clairement les liens entre les choses, que vous êtes persuadé qu'il n'y a pas de lien. Encore une fois cela nous prouve que l'on croit ce que l'on voit. Et pas seulement ce que l'on voit au niveau visuel à proprement dit, mais également au niveau de la compréhension que l'on a des choses. Donc ça marche pour le niveau abstrait également.

Vous arrivez par exemple à faire le lien, si vous voyez quelqu'un en colère qui, quelques instants après sa grosse colère se cogne le pied dans une table. Mais vous ne faites pas le lien quand

quelqu'un a fait une longue période de dépression pendant des mois, s'en est sorti, et une année plus tard subit une perte financière. Pourquoi ? A cause du temps qui s'est passé entre les deux évènements. De plus pour revenir sur le premier exemple, sachez que le lien que vous avez fait est complètement faux, les relations de cause à effet ne se manifestent pas aussi rapidement que cela.

Je voudrais revenir maintenant sur le premier paragraphe de la leçon du jour, car la formulation qui est employée peut vous être un peu incompréhensible. J'ai déjà, lors d'une précédente leçon, clarifié le terme "tentation" mais je vais le refaire ici. La tentation, c'est l'expression de l'ego sous quelque forme que ce soit. Une situation triste se présente à vous, comme un enterrement auquel vous assistez, c'est une tentation de croire à la mort et à la tristesse par exemple. Un agent de la police qui vous arrête pour vous mettre une amende car vous ne portiez pas votre ceinture, c'est une tentation de croire que la punition existe et que la perte financière existe. Un soudain mal de ventre inexplicable qui vous cloue sur place de douleur, c'est la tentation de croire en la maladie. Une pensée d'une ancienne rupture avec votre cher et tendre qui revient soudainement vous faire pleurer, c'est la tentation de croire que la séparation entre les êtres existe et que vous êtes victime des décisions arbitraires des autres. C'est même et surtout la croyance qu'il y a quelqu'un d'autre que vous. Etc etc Comprendre cela, vous pouvez maintenant plus facilement comprendre le sens de la première phrase qui dit : Toute tentation (celles nommées à l'instant) n'est rien de plus qu'une forme quelconque (comprenez une forme comme une autre) de la tentation fondamentale de ne pas croire l'idée d'aujourd'hui (qui est : Mon salut vient de moi/ Mon bonheur vient de moi)

