



“Un Cours En Miracles” Leçon n°67

L'amour m'a créé pareil à soi-même.

1. L'idée d'aujourd'hui est un énoncé complet et exact de ce que tu es. ²C'est pour cela que tu es la lumière du monde. ³C'est pour cela que Dieu t'a désigné comme le sauveur du monde. ⁴C'est pour cela que le Fils de Dieu se tourne vers toi pour son salut. ⁵Il est sauvé par ce que tu es. ⁶Nous ferons tous nos efforts aujourd'hui pour atteindre cette vérité à ton sujet et pour nous rendre pleinement compte, ne serait-ce qu'un moment, que c'est la vérité.
2. Pendant la période d'exercice plus longue, nous réfléchirons à ta réalité et à sa nature entièrement inchangée et interchangeable. ²Nous commencerons par répéter cette vérité à ton sujet, puis nous passerons quelques minutes à ajouter quelques pensées pertinentes, telles que :

³*La sainteté m'a créé saint.*

⁴*La bonté m'a créé bon.*

⁵*L'aide m'a créé capable d'aider.*

⁶*La perfection m'a créé parfait.*

⁷Tout attribut qui est en accord avec Dieu tel qu'il Se définit Lui-même est approprié. ⁸Nous essayons aujourd'hui de défaire ta définition de Dieu et de

la remplacer par la Sienna. ⁹Nous essayons aussi de souligner le fait que tu fais partie de Sa définition de Lui-même.

3. Après avoir repassé dans ton esprit plusieurs pensées pertinentes de ce genre, essaie de laisser tomber toute pensée pendant un bref intervalle de préparation, puis essaie d'aller plus loin que toutes les images et toutes les idées préconçues que tu as de toi-même, jusqu'à la vérité en toi. ²Si l'amour t'a créé pareil à soi-même, ce Soi doit être en toi. ³Et quelque part dans ton esprit, Il est là pour que tu Le trouves.

4. Peut-être trouveras-tu nécessaire de répéter l'idée d'aujourd'hui de temps en temps pour remplacer les pensées qui te distraient. ²Peut-être aussi trouveras-tu que cela n'est pas suffisant et que tu as besoin de continuer à ajouter d'autres pensées reliées à la vérité à ton sujet. ³Mais il se peut que tu réussisses à aller plus loin, passé l'intervalle où tu ne penses à rien, jusqu'à prendre conscience d'une lumière éclatante dans laquelle tu te reconnais toi-même tel que l'amour t'a créé. ⁴Sois assuré que tu feras beaucoup aujourd'hui pour rapprocher cette prise de conscience, que tu penses avoir réussi ou non.

5. Cela t'aidera particulièrement aujourd'hui de répéter l'idée du jour aussi souvent que tu le pourras. ²Tu as besoin d'entendre la vérité à ton sujet aussi fréquemment que possible, parce que ton esprit est tellement préoccupé de fausses images de soi. ³Il serait extrêmement bénéfique de te rappeler quatre ou cinq fois par heure, peut-être davantage, que l'amour t'a créé pareil à soi-même. ⁴Entends en cela la vérité sur toi-même.

6. Pendant les périodes d'exercice plus courtes, essaie de te rendre compte que ce n'est pas ta minuscule voix solitaire qui te dit cela. ²C'est la Voix pour Dieu, Qui te rappelle ton Père et ton Soi. ³C'est la Voix de la vérité, qui remplace tout ce que l'ego te dit à ton sujet par la simple vérité au sujet du Fils de Dieu. ⁴Tu as été créé par l'amour pareil à soi-même.

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

Se rappeler de son Soi ... un beau programme, n'est-ce pas ? Je vais vous dire une chose à propos de cet exercice que vous allez essayer de mettre en pratique aujourd'hui. Vous y arriverez à partir du moment où vous arrêterez de trouver cela Énorme, Extraordinaire, Dingue et Exceptionnel. Non pas qu'il ne faille pas ressentir de gratitude envers la Beauté et la

Magnificence du Soi, au contraire cela est vraiment nécessaire pendant un temps. Pendant le temps où vous croyez encore au temps justement. Mais ce qu'il faut comprendre, c'est que c'est Normal et Naturel. J'entends tellement autour de moi tout le monde dire : Wahouuuu, Énorme cette synchronicité, cette coïncidence, ce hasard etc ... à propos des chouettes expériences qu'ils font ponctuellement. Même s'ils se rectifient dans la foulée en disant par exemple, non je sais que le hasard n'existe pas ... bla bla bla .. j'ai pourtant souvent envie de répondre : "eh bien si tu le sais, pourquoi t'extasies-tu ?" Je parle bien-sûr des gens qui sont sur le chemin de l'éveil. Les autres sont encore inconscients de ce qu'ils sont en Réalité, donc inutile de leur dire ceci, cela créerait de la souffrance chez eux.

Cela me fait soulever deux choses :

1) *Le "savoir" n'est pas du domaine de l'intellect mais du domaine de l'expérience.* Cela pourrait également se formuler ainsi : *Le "savoir" n'est pas du domaine de l'ego mais de Dieu.* Alors, arrêtez de croire que vous savez quoi que ce soit juste parce que, intellectuellement, c'est "enregistré". Vous savez par exemple que si vous mettez votre main dans le feu, ça brûle. Donc vous ne la mettez pas, même soi-disant inconsciemment. Non, quand vous voyez une flamme vous vous éloignez, point. Vous ne mettez pas la main dedans pour après dire à la personne à côté: "ah mais je le savais, hein" ben non, vous le savez donc vous ne le faites pas. Donc si vous continuez encore et encore et encore à écouter les pensées de l'ego, c'est bien parce que vous n'êtes pas complètement persuadé que c'est quelque chose qui fait mal, vous doutez, et donc vous ne le savez pas. Sinon vous ne le feriez tout simplement pas. Donc honnêteté envers vous-même. Arrêtez de dire "je le savais", dites plutôt "ok, je ne le sais pas encore." Humilité Ainsi au lieu d'aller rectifier la forme (dont la rectification n'est pas en votre pouvoir d'ailleurs, donc bon courage) prenez conscience que c'est le fond qui doit être encore travaillé. Cela évitera à l'ego de venir se présenter à vous, en ayant bien, bien récupéré le truc, avec une jolie auréole dorée et de bien profiter de l'orgueil que cache ce : "Je le sais", ben oui, je suis avancé, moi, sur le chemin, bien plus que d'autres qui ne sont même pas spirituels et qui rejettent tout cela. S'ils faisaient le même travail que moi, le monde irait mieux etc etc .. Tiens, tiens, mais ce ne serait pas un jugement de valeur, cela ? Ne seriez-vous pas en train de voir de la séparation entre vous et les autres ? Ne seriez-vous pas en train de croire qu'il y a quelqu'un d'autre à l'extérieur de vous ? N'auriez-vous tout simplement pas perdu de vue l'Unité? Ne seriez-vous pas en train de croire qu'autre chose que l'Amour existe ?

2) Prenez conscience que si vous vous extasiez à chaque fois que le naturel remplace l'illusion, c'est là aussi une preuve que vous ne pensez pas que le naturel est naturel. Tout le monde

trouve tout à fait normal qu'une merdouille lui tombe sur le coin de la tête, mais une belle chose, là c'est wouahhhhhhhhhhaaaaaaaa vite vite il faut que je le raconte à tout le monde et que j'en fasse un post sur FB !! Lol ... Encore une fois, ne confondez pas la Joie de partager DANS LE CALME et la sérénité, et la super excitation qui va en faire des caisses et crier le truc sur tous les toits. Il est temps d'apprendre à voir que les deux faces de la médaille viennent de la même médaille justement. Donc la peur et la joie, façon excitation, sont la même chose. Du faux. Que vous soyez en réaction excessive devant la peur ou l'exceptionnel, vous réagissez à quelque chose qui, apparemment extérieur à vous, se passe dans le monde. Cela me rappelle un passage des évangiles où Jésus apparaît le soir sur l'eau aux apôtres alors qu'ils sont dans leur barque. Dans la pénombre Pierre, qui le voit en premier, commence par avoir peur et a un mouvement de recul. Et Jésus lui dit : "Pourquoi as-tu peur ? N'as-tu pas encore eu assez de preuves de la Puissance de l'Esprit pour t'étonner et avoir peur ?" Eh bien je vous invite à vous souvenir de cela, car je vous dis à mon tour la même chose concernant les belles choses qui vous arrivent et dont vous êtes encore tellement stupéfaits: "N'avez-vous pas encore eu suffisamment d'enseignements et d'expériences de la puissance de qui vous êtes pour vous étonner à chaque fois que l'Esprit s'exprime naturellement ?"

Alors aujourd'hui, faites consciencieusement vos exercices et rappelez-vous de la Lumière du monde que vous Êtes, quand vous ne vous prenez pas pour le personnage qu'a créé l'ego. Car l'Amour vous a créé pareil à Soi-même.

