



“Un Cours En Miracles” Leçon n°109

Je repose en Dieu.

1. Nous demandons le repos aujourd'hui et une quiétude inébranlée par les apparences du monde. ²Nous demandons la paix et le calme, parmi tout le tumulte né du heurt des rêves. ³Nous demandons la sécurité et le bonheur, même s'il semble que nous voyons le danger et le chagrin. ⁴Nous avons la pensée qui répondra à notre requête par ce que nous demandons.

2. «Je repose en Dieu.» ²Cette pensée t'apportera le repos et la quiétude, la paix et le calme, la sécurité et le bonheur que tu recherches. ³«Je repose en Dieu.» ⁴Cette pensée a le pouvoir de réveiller la vérité endormie en toi, dont la vision voit par-delà les apparences jusqu'à cette même vérité en tous et en tout ce qu'il y a. ⁵Voici la fin de la souffrance pour le monde entier et pour chacun de ceux qui sont jamais venus ou qui viendront encore s'attarder un moment. ⁶Voici la pensée dans laquelle le Fils de Dieu est né à nouveau, pour se reconnaître lui-même.

3. «Je repose en Dieu.» ²Complètement imperturbé, cette pensée te transportera au travers les orages et les luttes, passé la misère et la douleur, passé la perte et la mort, et vers la certitude de Dieu. ³Il n'y a pas de souffrance qu'elle ne puisse guérir. ⁴Il n'y a pas de problème qu'elle ne puisse résoudre. ⁵Et pas d'apparence qui ne tourne en vérité devant tes yeux, toi qui reposes en Dieu.

4. Voici le jour de la paix. ²Tu reposes en Dieu et tandis que le monde est déchiré par des vents de haine, ton repos reste complètement imperturbé. ³Ton repos est celui de la vérité. ⁴Les apparences ne peuvent pas te troubler. ⁵Tu appelles tous tes frères à se joindre à toi dans ton repos; et ils entendront et viendront à toi parce que tu reposes en Dieu. ⁶Ils n'entendront pas d'autre voix que la tienne parce que tu as donné ta voix à Dieu, et maintenant tu reposes en Lui et Le laisses parler par toi.

5. En Lui tu n'as ni soucis ni préoccupations, ni fardeaux, ni anxiété, ni douleur, ni peur du futur ni regrets passés. ²Dans l'intemporel tu reposes, pendant que le temps passe sans te toucher, car ton repos ne peut jamais changer en aucune façon. ³Tu te reposes aujourd'hui. ⁴Tout en fermant les yeux, plonge dans le calme. ⁵Laisse ces périodes de repos et de répit rassurer ton esprit : tous ses fantasmes frénétiques n'étaient que les rêves d'une fièvre qui a passé. ⁶Laisse-le être calme et accepter sa guérison avec reconnaissance. ⁷Il ne viendra plus de rêves effrayants, maintenant que tu reposes en Dieu. ⁸Prends le temps aujourd'hui de glisser des rêves dans la paix.

6. À chaque heure où tu prends ton repos aujourd'hui, un esprit fatigué est rendu joyeux soudainement, un oiseau aux ailes brisées commence à chanter, un ruisseau depuis longtemps asséché se remet à couler. ²Le monde est né à nouveau chaque fois que tu reposes et te souviens à chaque heure que tu es venu apporter la paix de Dieu dans le monde, afin qu'il prenne son repos avec toi.

7. Chaque fois que tu reposes cinq minutes aujourd'hui, le monde se rapproche de son éveil. ²Et le temps où le repos sera la seule chose qui soit se rapproche de tous les esprits usés et fatigués, trop las maintenant pour avancer seuls sur leur chemin. ³Ils entendront l'oiseau recommencer à chanter, verront le ruisseau se remettre à couler et avanceront d'un pas plus léger, leur espoir renaissant et leur énergie restaurée, sur la route qui semblera soudain facile.

8. Tu reposes dans la paix de Dieu aujourd'hui, et depuis ton repos tu appelles tes frères pour les attirer vers leur repos, avec toi. ²Tu seras fidèle à ta charge aujourd'hui, n'oubliant personne, amenant chacun dans le cercle illimité de ta paix, le saint sanctuaire où tu reposes. ³Ouvre les portes du temple et laisse-les venir de l'autre bout du monde, comme de tout près : tes frères lointains et tes amis les plus proches; invite-les tous à entrer ici et à reposer avec toi.

9. Tu reposes dans la paix de Dieu aujourd'hui, en quiétude et sans peur. ²Chaque frère vient y prendre son repos et te l'offrir. ³Nous reposons ensemble ici, car ainsi notre repos est rendu complet, et ce que nous donnons aujourd'hui, nous l'avons déjà reçu. ⁴Le temps n'est pas le gardien de ce que nous donnons aujourd'hui. ⁵Nous donnons à ceux qui ne sont pas

nés et à ceux qui sont disparus, à chaque Pensée de Dieu et à l'Esprit dans lequel ces Pensées sont nées et où elles reposent. ⁶Et nous leur rappelons leur lieu de repos chaque fois que nous nous disons : «Je repose en Dieu. »

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

Pour cette sublime leçon qui demande votre abandon, je vais commencer par vous partager quelques paroles de Jésus, qui cette fois ne figurent pas dans le Cours, mais dans un autre livre qui a lui aussi été reçu en canalisation : « Dialogue sur l'Éveil » aux éditions Ariane

Jésus dans ce passage nous donne justement un complément d'information sur ce qu'il dit dans le Cours et sur la seule et unique chose que nous avons vraiment à faire constamment en étudiant le Cours où en prenant n'importe quelle autre voie :

« J'ai dit dans *Un Cours en Miracles* que tu es dans un état d'illusion. J'utilise ce mot car il illustre très clairement le fait que la manière dont tu te vois est différente de celle dont Dieu te voit. La vérité ne se voit qu'à travers les yeux de Dieu. Lorsque tu ne regardes pas avec ces yeux-là, tu ne vois pas la vérité, mais seulement une illusion de la vérité. Lorsque tu vois que ton frère a besoin de changer, tu vois une illusion de qui il est, de même que tu vois une illusion de qui tu es. Aussi, lorsque tu t'engages dans un processus en disant: “Je vais le changer”, tu ne fais que renforcer la nature illusoire de la vision que tu as déjà de lui, et tu n'enseignes rien, ni à lui ni à toi-même.

Tu n'as qu'une seule chose à faire, et c'est d'abandonner la perception erronée de qui tu es. Lorsque tu regarderas par les yeux de ton Être naturel, tu découvriras que ces yeux sont les yeux de Dieu et tu ne verras que des frères immaculés. Tu verras alors que tu n'es pas moins que la perfection créée par Dieu en tant que toi.

Je voudrais aussi t'expliquer ceci : la nature de Dieu, le schéma Réel de toute la Création, est quelque chose qui est harmonie, amour et perfection. Mais ce schéma reste une idée tant qu'il n'est pas expérimenté. Et c'est à travers toi que cette expérience se produit. C'est lorsque tu es dans l'état où tu comprends qui tu es, que toute la signification de la Création s'exprime. Elle

s'exprime parce qu'elle est expérimentée. C'est la raison pour laquelle je dis que tu n'as qu'une seule chose à faire : connais-Toi Toi-même. C'est dans cette connaissance que tu feras des expériences. C'est en faisant ces expériences que tu t'exprimeras. Et ce que tu exprimeras sera Dieu. Et ce que Dieu est est Amour. Alors, ce que tu verras ne sera qu'Amour, car tu ne verras que ce que tu peux exprimer et tu n'exprimeras que ce que tu peux voir. Dans le rêve, tu exprimes un état limité parce que c'est ce que tu vois. Ce n'est pas ce que tu es. Aussi je te suggère de changer ta vision. Laisse disparaître les concepts erronés que tu as au sujet de toi-même.

À maintes reprises tu as entendu dans ton esprit : “Abandonne-toi à Dieu”. Cela signifie : abandonne-toi à ce à quoi Dieu t'identifie. Connais ton Moi, et tu exprimeras Dieu.

Je voudrais aussi ajouter quelque chose. En cet instant, tu fais très exactement ce dont j'ai parlé, mais tu ne le fais pas d'une façon que tu reconnais. C'est pourquoi je dis que tu es en train de rêver. Tu rêves que tu fais quelque chose d'autre. Tu as donc une perception erronée de toi-même. Tu vois ton fonctionnement dans le rêve comme réel, et tu ne te vois donc pas exprimer Dieu. C'est la raison pour laquelle j'ai utilisé l'expression : “Réveille-toi” Réveille-toi pour comprendre que tu as toujours été l'expression de Dieu, que tu as toujours vécu dans un état de parfaite harmonie. Ne tente pas d'utiliser ton intellect pour comprendre comment quelque chose puisse paraître si réel, alors que je dis que c'est simplement un rêve. Tu n'en auras pas la compréhension. Ne t'y oppose pas. Ne tente pas d'y échapper. Ne pense pas que tu passeras d'une dimension à une autre en mourant. Il n'existe pas de lieu où tu puisses aller. Tu es à présent chez toi. Tu as toujours été chez Toi, et ce ne sera que lorsque tu permettras à cette reconnaissance de naître dans ton esprit que tu verras qu'il en est ainsi. Tu verras la gloire de Dieu qui a toujours été autour de toi. Tu verras l'état d'Amour dans lequel tu as toujours été. Mais tu ne le verras pas si tu t'y opposes ou si tu tentes de faire ce qu'il est. Abandonne simplement ta croyance qu'il en va autrement.

Il n'y a rien d'autre à faire. »

Ce texte peut peut-être créer certaines interrogations en vous, concernant le travail sur vos pensées, sur votre esprit. Comprenez que la confusion vient du fait de vouloir absolument trouver La bonne marche à suivre pour être sûr de ne pas faire d'erreur. Mais il est temps pour vous de devenir autonome pour ne jamais faire d'une pratique un dogme ou une “religion”.

Alors oui, on jette les pensées qui ne sont pas de l'Amour lorsque que l'on est en leur présence, lorsqu'elles remontent à notre conscience pour être vues et libérées, que cela soit dans son esprit ou dans celui de la personne en face de vous, car on se souvient que l'autre c'est nous, sous forme de projection, et une fois que cela est fait, on ne ressasse pas en se concentrant sur ce qu'on vient de jeter, si on le jette c'est pour l'oublier et se souvenir à la place de la magnificence de notre Moi et de celui de notre frère ou de notre sœur qui est en Réalité le même ou la même, nullement séparé à part dans notre esprit qui inclut encore les limites dues à notre perception.

Comprenez enfin que lorsque que vous passez tout votre temps à "traquer" l'ego pour le démasquer, il remplit tout votre esprit et il devient très réel. A partir de ce fait tout le "travail" que vous faites ne sert à rien car vous avez, en amont, renforcé son existence. Voyez-le quand il surgit des profondeurs inconscientes, mais ne le traquez pas. L'instant où vous le verrez se manifester et où vous lui enlèverez votre croyance en "jetant" hors de votre esprit ce qu'il avait mis, doit être très bref, pour qu'ensuite toute la place soit remplie du souvenir de votre vraie Nature où il n'existe pas, où il n'a jamais vraiment existé, et où il ne pourra jamais vraiment exister si vous vous abandonnez à Dieu pour reposer en Lui.

