

3 juillet 1969

Leçon 39

« Ma sainteté est mon salut »

Si la culpabilité est l'enfer, quel est son opposé ? Comme le texte pour lequel ce livre de d'exercices a été écrit, les idées qui sont utilisées sont très simples, très claires et totalement libres d'ambiguïté.

Nous ne sommes pas intéressés par des prouesses intellectuelles ni par des jouets logiques. Nous traitons seulement du très évident, qui a été négligé dans les nuages de complexité dans lesquels vous croyez penser.

Si la culpabilité est l'enfer, quel est son opposé ? Ce n'est pas difficile, sûrement. L'hésitation que vous pouvez ressentir pour répondre n'est pas due à l'ambiguïté de la question. Mais croyez-vous que la culpabilité soit l'enfer ? Si c'était le cas, vous verriez tout de suite combien le texte est direct et simple, et vous n'auriez pas du tout besoin d'un livre d'exercices.

Nul n'a besoin de pratiquer pour gagner ce qui est déjà sien. Nous avons déjà dit que votre sainteté est le salut du monde. Qu'en est-il de votre propre salut ? Vous ne pouvez pas donner ce que vous n'avez pas. Un sauveur ne peut être que sauvé. Autrement comment peut-il enseigner le salut ?

Les exercices d'aujourd'hui vont s'appliquer à vous, en reconnaissant que votre salut est crucial pour le salut du monde. A mesure que vous appliquez les exercices à votre (propre) monde, le monde entier en supporte le bénéfice.

Votre sainteté est la réponse à toute question qui n'ait jamais été posée, qui est posée maintenant, ou qui sera posée dans le futur.

Votre sainteté signifie la fin de la culpabilité, et par conséquent la fin de l'enfer. Votre sainteté est le salut du monde, et le vôtre. Comment pourriez-vous, vous à qui appartient votre sainteté, être exclu d'elle ? Dieu ne connaît pas la non sainteté. Se peut-il qu'Il ne connaisse pas Son Fils ?

Cinq pleines minutes sont demandées pour les quatre périodes de pratique plus longues d'aujourd'hui, et des sessions de pratique plus longues et plus fréquentes sont vivement recommandées. Si vous voulez dépasser ce qui est demandé au minimum, des sessions plus nombreuses plutôt que plus longues sont recommandées, bien que les deux soient encouragées.

Commencez les périodes de pratique comme d'habitude, en vous répétant l'idée d'aujourd'hui. Puis les yeux fermés, recherchez vos pensées sans amour sous quelque forme qu'elles apparaissent ; inconfort, dépression, colère, peur, inquiétude, attaque, insécurité et ainsi de suite.

Quelle que soit la forme qu'elles prennent, elles sont sans amour et par conséquent effrayantes. Et ainsi c'est de ces pensées que vous avez besoin d'être sauvé. Des situations particulières, des événements ou des personnalités que vous associez avec des pensées sans amour de quelque sorte sont des sujets adaptés pour les exercices d'aujourd'hui.

Il est impératif pour votre propre salut que vous les voyiez différemment. Et c'est votre bénédiction sur eux qui va vous sauver et vous donner la vision. Lentement, sans sélection consciente et sans accent indu sur une en particulier, cherchez dans votre mental chaque pensée qui se tient entre vous et votre salut.

Appliquez l'idée pour aujourd'hui à chacune d'elles de cette façon :

« Mes pensées sans amour au sujet de ___ me gardent en enfer. Ma sainteté est mon salut. »

Vous pouvez trouver ces périodes de pratique plus faciles si vous les espacez de plusieurs courtes périodes pendant lesquelles vous vous répétez simplement quelques fois l'idée d'aujourd'hui lentement. Vous pouvez aussi trouver utile d'inclure quelques courts intervalles pendant lesquels vous vous détendez et ne semblez pas penser à quelque chose.

Une concentration soutenue est très difficile au début. Elle va devenir de plus en plus facile à mesure que votre mental va devenir plus discipliné et moins facilement distrait. Dans le même temps, vous devriez vous sentir libre d'introduire de la variété dans les périodes de pratique, sous quelque forme qui vous attire.

Ne changez pas, cependant, l'idée elle-même alors que vous variez la méthode pour l'appliquer. Quelle que soit la façon dont vous choisissiez de l'utiliser, l'idée devrait être énoncée de telle façon qu'elle souligne simplement le fait que votre sainteté est votre salut. Terminez chaque période de pratique en répétant l'idée sous sa forme originale une fois de plus, et en ajoutant :

« Si la culpabilité est enfer, quel est son opposé ? »

Dans les applications plus courtes, qui devraient être faites trois ou quatre fois par heure et plus si possible, vous pourriez vous poser cette question, répéter l'idée d'aujourd'hui, ou de façon préférable les deux. Si des tentations se présentent, une forme de l'idée particulièrement utile est : **« Ma sainteté est mon salut de ceci. »**