

3 juillet 1969

Leçon 39

Ma sainteté est mon salut

Si la culpabilité est l'enfer, quel est son opposé ? Comme pour le texte pour lequel ce livre d'exercices a été écrit, les idées 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, les simples évidences qui ont été négligées dans les nuages de complexité dans lesquels vous **croyez** penser.

Si la culpabilité est l'enfer, quel est son opposé ? Ce n'est sûrement pas difficile. L'hésitation que vous pouvez ressentir pour répondre n'est pas due à l'ambiguïté de la question. Mais êtes-vous certain de **croire** 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 même pas besoin d'un livre d'exercices.

Nul n'a besoin de pratiquer pour gagner ce qui est déjà lui appartient. Nous avons déjà dit que votre sainteté est le salut du monde. Mais 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, 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 profitera. 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 rien de ce qui est non saint. 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. Des séances de pratique plus longues et plus fréquentes sont vivement recommandées. Si vous voulez dépasser ce qui est demandé dans ce 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 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 sont des sujets parfaits pour les exercices du jour.

Il est impératif pour votre propre salut que vous voyiez tout cela différemment. Et c'est votre bénédiction sur cela qui va vous sauver et vous donner la vision. Lentement, sans sélection consciente et sans accent indu sur une chose 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 parfois l'idée d'aujourd'hui lentement. Vous pouvez aussi trouver utile d'inclure quelques courts intervalles pendant lesquels vous vous détendez et semblez ne penser à rien.

Une concentration soutenue est très difficile au début. Elle va devenir de plus en plus facile à mesure que votre esprit 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.

Cependant ne changez pas 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 l'enfer, quel est son opposé ? »

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