

23 août 1969

Leçon 68

L'amour ne retient pas les griefs

Vous qui avez été créé par l'amour semblable à lui-même, vous ne pouvez pas retenir des griefs et connaître votre Soi. Retenir des griefs, c'est oublier qui vous êtes. Retenir des griefs, c'est vous voir vous-même comme un corps. C'est la décision de retenir des griefs qui laisse l'ego gouverner votre esprit et qui condamne le corps à la mort.

Peut-être ne réalisez-vous pas encore pleinement ce que retenir des griefs fait au juste à votre conscience. Cela semble vous séparer de votre Source et vous rendre non semblable à Lui. Cela vous fait croire qu'Il est semblable à ce que vous pensez être devenu, car nul ne peut concevoir son Créateur comme étant non semblable à lui-même.

Coupé de votre Soi qui reste pourtant conscient de sa similitude avec son Créateur, votre Soi semble dormir, alors que la partie de votre esprit mental qui tisse les illusions dans son sommeil paraît éveillée.

Tout ceci peut-t-il vraiment découler de retenir des griefs ? Oh, que oui ! Car celui qui retient des griefs nie qu'il a été créé par l'amour et son Créateur est devenu effrayant pour lui dans son rêve de haine. Qui peut rêver de haine et ne pas avoir peur de Dieu ?

Il est certain que ceux qui retiennent des griefs vont redéfinir Dieu à leur propre image, aussi certain que Dieu les a créés semblables à Lui-même et les a définis comme faisant partie de Lui. Il est aussi certain que ceux qui retiennent des griefs vont souffrir de culpabilité, qu'il est certain que ceux qui pardonnent vont trouver la paix. Il est aussi sûr que ceux qui retiennent des griefs vont oublier qui ils sont, qu'il est certain que ceux qui pardonnent vont s'en souvenir.

Ne seriez-vous pas désireux d'abandonner vos griefs si vous croyiez que tout ceci était tel ? Peut-être ne pensez-vous pas pouvoir laisser partir tous vos griefs. Cela cependant est simplement une question de motivation. Aujourd'hui nous allons essayer de découvrir comment vous vous sentiriez sans eux.

Si vous réussissez un tant soi peu, il n'y aura plus jamais à nouveau de problème de motivation. Commencez la période de pratique étendue d'aujourd'hui en cherchant dans votre esprit ceux contre lesquels vous retenez ce que vous considérez comme des griefs majeurs. Certains d'entre eux vont être tout à fait faciles à trouver. Puis pensez aux griefs apparemment mineurs que vous tenez contre ceux que vous aimez, et même ceux que vous pensez aimer.

Il va rapidement devenir apparent qu'il n'y a aucune personne contre laquelle vous ne chérissiez pas des griefs de quelque sorte. Ceci vous a laissé seul dans tout l'Univers avec votre perception de vous-même. Déterminez maintenant de voir tous ces gens comme des amis. Dites-leur à tous collectivement, en pensant à eux chacun leur tour alors que vous le faites : « Je voudrais vous voir comme mon ami, que je puisse me souvenir que vous faites partie de moi pour arriver à me connaître moi-même. »

Passez le reste de la période de pratique à essayer de penser à vous comme étant complètement en paix avec chaque personne et chaque chose, en sécurité dans un monde qui vous protège et qui vous aime, et que vous aimez en retour. Essayez de sentir la sécurité vous entourant, planant au-dessus de vous et vous soutenant.

Essayez de **croire**, même un bref instant, que rien ne peut vous nuire d'aucune façon. A la fin de la période de pratique dites-vous : « L'amour ne retient pas de griefs. Quand je laisserai partir tous mes griefs, je saurai que je suis en parfaite sécurité. »

Les courtes périodes de pratique devraient inclure une application rapide de l'idée d'aujourd'hui sous cette formule, chaque fois que quelque pensée de grief s'élève contre quelqu'un, physiquement présent ou pas : « L'amour ne retient pas de griefs. Que je ne trahisse pas mon Soi ! » De plus, répétez l'idée plusieurs fois par heure sous cette forme : « L'amour ne retient pas de griefs. Je voudrais m'éveiller à mon Soi en déposant tous mes griefs de côté et en m'éveillant en Lui.

