



## Un Cours En Miracles - LEÇON 69

### **Mes rancœurs cachent la lumière du monde en moi.**

1. Nul ne peut voir ce que tes rancœurs dissimulent. 2 Parce que tes rancœurs cachent la lumière du monde en toi, chacun est dans les ténèbres, avec toi à ses côtés. 3 Mais comme le voile de tes rancœurs est levé, tu es délivré avec lui. 4 Partage maintenant ton salut avec celui qui se tenait à tes côtés quand tu étais en enfer. 5 Il est ton frère dans la lumière du monde qui vous sauve tous les deux.

2. Aujourd'hui, faisons une autre réelle tentative pour atteindre la lumière en toi. 2 Avant d'entreprendre cela pendant notre période d'exercice plus longue, consacrons quelques minutes à réfléchir à ce que nous essayons de faire. 3 Nous tentons littéralement d'entrer en contact avec le salut du monde. 4 Nous essayons de voir passé le voile de ténèbres qui le garde dissimulé. 5 Nous essayons de laisser le voile être levé et de voir les larmes du Fils de Dieu disparaître dans la lumière du soleil.

3. Commençons aujourd'hui notre période d'exercice plus longue en nous rendant pleinement compte que c'est ainsi, et en étant réellement déterminés à atteindre ce qui nous est plus cher que tout. 2 Le salut est notre seul besoin. 3 Il n'y a pas d'autre but ici et pas d'autre fonction à remplir. 4 Apprendre le salut est notre seul but. 5 Mettons fin aujourd'hui à cette quête ancienne en trouvant la lumière en nous et en la tenant bien haut pour que chacun de ceux qui cherchent avec nous la voie et se réjouisse.

4. Très doucement maintenant, les yeux fermés, essaie de lâcher prise de tout le contenu qui occupe généralement ta conscience. 2 Pense à ton esprit comme à un vaste cercle, entouré d'une couche de lourds et sombres nuages. 3 Tu ne peux voir que les nuages parce que tu sembles être à l'extérieur et tout à fait à part du cercle.

5. De là où tu te tiens, tu ne vois aucune raison de croire qu'il y a une lumière brillante cachée par les nuages. 2 Les nuages semblent être la seule réalité. 3 Ils semblent être tout ce qu'il y a à voir. 4 Par conséquent, tu ne tentes pas de les traverser et de les dépasser, ce qui est la seule façon de te convaincre réellement de leur manque de substance. 5 Nous tenterons de le faire aujourd'hui.

6. Après avoir pensé à l'importance de ce que tu essaies de faire pour toi-même et pour le monde, essaie de te mettre dans un état de calme parfait, en te souvenant seulement à quel point tu veux atteindre la lumière en toi aujourd'hui—maintenant ! 2 Détermine-toi à aller au-delà des nuages. 3 Tends la main et touche-les dans ton esprit. 4 Balaie-les de la main ; sens-

les se poser sur tes joues, sur ton front et sur tes paupières quand tu passes au travers. 5 Continue ; les nuages ne peuvent pas t'arrêter.

7. Si tu fais les exercices correctement, tu commenceras à te sentir soulevé et transporté. 2 Ton petit effort et ta petite détermination appellent le pouvoir de l'univers à ton aide, et Dieu Lui-même t'élèvera des ténèbres dans la lumière. 3 Tu es en accord avec Sa Volonté. 4 Tu ne peux pas échouer parce que ta volonté est la Sienne.

8. Aie confiance en ton Père aujourd'hui et sois certain qu'Il t'a entendu et t'a répondu. 2 Tu ne reconnais peut-être pas encore Sa réponse, mais tu peux certes être sûr qu'elle t'est donnée et que tu la recevras. 3 Essaie, tout en tentant d'aller au travers les nuages jusqu'à la lumière, de garder cette confiance à l'esprit. 4 Essaie de te souvenir que tu joins enfin ta volonté à Celle de Dieu. 5 Essaie de garder clairement à l'esprit la pensée que ce que tu entreprends avec Dieu doit réussir. 6 Puis laisse la puissance de Dieu agir en toi et par toi, afin que Sa volonté et la tienne soient faites.

9. Pendant les périodes d'exercice plus courtes, que tu feras aussi souvent que possible étant donné l'importance qu'a l'idée d'aujourd'hui pour toi et pour ton bonheur, rappelle-toi que tes rancœurs cachent la lumière du monde à ta conscience. 2 Rappelle-toi aussi que tu ne la cherches pas seul, et que tu sais très bien où la chercher. 3 Ensuite, dis :

*4 Mes rancœurs cachent la lumière du monde en moi.*

*5 Je ne peux pas voir ce que j'ai caché.*

*6 Or je veux la laisser m'être révélée, pour mon salut et le salut du monde.*

7 Aussi, dis-toi :

*8 Si je garde cette rancœur, la lumière du monde me sera cachée,*

au cas où tu serais tenté de reprocher quoi que ce soit à quiconque aujourd'hui.

*Cette méditation correspond à la leçon 69, partie du Livre d'exercices pour étudiants de l'ouvrage  
Un Cours En Miracles - Foundation For Inner Peace aux éditions Octave.*

[Ce livre vous est proposé à l'achat dans la Boutique Aquarienne, d'un clic ICI .](#)

