*LIVRE D’EXERCICES POUR ÉTUDIANT - Première partie*

**RÉVISION II** Page 149 et Leçon 81 à 90

**Introduction**

1. Nous sommes prêts maintenant pour une autre révision.

Nous commencerons là où s'est arrêtée notre dernière révision, et **nous couvrirons deux idées par jour**.

La première partie de la journée sera consacrée à l'une de ces idées et la seconde partie à l'autre.

**Nous aurons une période d'exercice plus longue** et de **fréquentes périodes plus courtes** pendant lesquelles nous pratiquerons chacune des idées.

1. Les périodes d'exercice plus longues suivront la forme générale suivante : **Prends environ un quart d'heure** pour chacune d'elles,

**puis commence par penser aux idées du jour** et aux commentaires qui sont inclus dans chaque leçon.

Consacre environ trois ou quatre minutes à les lire lentement, **plusieurs fois si tu veux**, puis ferme les yeux **et écoute** .

1. Répète la première phase de la période d'exercice **si tu trouves que ton esprit vagabonde,**

mais essaie de passer la majeure partie du temps **à écouter tranquillement mais attentivement**. **Il y a un message qui t'attend**.

* **Sois confiant en ce que tu le recevras**.
* Rappelle-toi qu'il t'appartient et **que tu le veux** .

1. **Ne permets pas que ton intention vacille devant des pensées qui te distraient**.

Rends-toi compte que, **quelque forme que puissent prendre de telles pensées**, **elles n'ont pas de signification et pas de pouvoir**.

* Remplace-les par ta détermination à réussir.

**N'oublie pas que ta volonté a plein pouvoir sur tous les fantasmes et tous les rêves**. Compte sur elle pour t'aider à les traverser et te transporter au-delà d'eux tous.

**Considère ces périodes d'exercice** **comme des consécrations** **à la voie**, **la vérité** **et la vie**. **Refuse** **de te laisser dévier vers des détours**, **illusions et pensées de mort**.

**Tu es voué au salut**. Sois déterminé chaque jour à ne pas laisser ta fonction inaccomplie.

1. **Réaffirme aussi ta détermination** pendant les périodes d'exercice plus courtes, en utilisant la forme originale de l'idée pour les applications générales, et des formes plus concrètes au besoin.

Les commentaires qui suivent l'énoncé des idées comprennent quelques formes concrètes. Ce ne sont toutefois que des suggestions. **Ce ne sont pas les mots particuliers que tu utilises qui importent.**

**Leçon 81 Nous révisons ces leçons aujourd’hui :**

(61) **Je suis la lumière du monde.**

**Comme je suis saint, moi à qui la fonction d'éclairer le monde a été donnée**!

Que je sois calme devant ma sainteté.

* **Dans sa douce lumière, que tous mes conflits disparaissent**.

**Dans sa paix, que je me souvienne de Qui je suis !**

Voici quelques formes concrètes pour appliquer l'idée quand

des difficultés particulières semblent se présenter :

* ***Que je n'obscurcisse pas la lumière du monde en moi.***
* ***Que luise la lumière du monde à travers cette apparence.***
* ***Cette ombre s'évanouira devant la lumière.***

(62) **Le pardon est ma fonction en tant que lumière du monde.**

**C'est en acceptant ma fonction que je verrai la lumière en moi .**

**Et dans cette lumière ma fonction apparaîtra clairement et parfaitement**

**non ambiguë à mes yeux.**

Mon acceptation ne dépend pas du fait que je reconnais ce qu'est ma fonction, car je ne comprends pas encore le pardon.

**Or j'ai confiance en ce que, dans la lumière, je la verrai telle qu'elle est.**

Voici quelques formes concrètes suggérées pour utiliser cette idée :

* ***Que cela m'aide à apprendre ce que le pardon signifie.***
* ***Que je ne sépare pas ma fonction de ma volonté.***
* ***Je n'utiliserai pas ceci dans un but étranger.***

**LEÇON 82** Nous réviserons ces idées aujourd'hui :

**(63) La lumière du monde apporte la paix à chaque esprit par mon pardon.**

**Mon pardon est le moyen**

par lequel **la lumière du monde trouve son expression par moi**.

Mon pardon est le moyen

par lequel **je deviens conscient de la lumière du monde en moi**.

Mon pardon est le moyen

par lequel **le monde est guéri, avec moi**.

* **Que je pardonne, donc, au monde, afin qu'il soit guéri avec moi.**

Voici quelques formes concrètes suggérées pour appliquer cette idée :

*Que la paix s'étende de mon esprit au tien, [nom].*

*Je partage la lumière du monde avec toi, [nom].*

*Par mon pardon je peux voir ceci tel que c'est.*

**(64) Que je n'oublie pas ma fonction.**

Je ne voudrais pas oublier ma fonction , **parce que je voudrais me souvenir de mon Soi**.

* Je ne peux pas remplir ma fonction si je l'oublie.
* **Et à moins que je ne remplisse ma fonction, je n'éprouverai pas la joie que Dieu**

**me destine**.

Voici quelques formes concrètes pouvant convenir à cette idée :

*Que je n'utilise pas ceci pour me cacher ma fonction.*

*Je voudrais utiliser ceci comme une occasion de remplir ma fonction Ceci peut menacer mon ego, mais ne peut en aucune façon changer ma fonction.*

**LEÇON 83 Révisons aujourd'hui les idées suivantes :**

**(65) Ma seule fonction est celle que Dieu m'a donnée.**

**Je n'ai pas d'autre fonction que celle que Dieu m'a donnée .**

**Reconnaître cela me délivre de tout conflit**, parce que cela signifie que

**je ne peux pas avoir de buts conflictuels**.

* **Avec un seul et unique but**, je suis toujours certain de quoi faire, quoi dire et quoi penser.
* **Tout doute doit disparaître** quand j'admets que **ma seule fonction est celle que Dieu m'a donnée.**

Les formes suivantes pourraient être utilisées pour appliquer l'idée plus concrètement :

* ***Ma perception de ceci ne change pas ma fonction.***
* ***Ceci ne me donne pas une fonction autre que celle que Dieu m'a donnée.***
* ***Que je n'utilise pas ceci pour justifier une fonction que Dieu ne m'a pas donnée****.*

**(66) Mon bonheur et ma fonction ne font qu'un.**

**Toutes choses qui viennent de Dieu ne font qu'un** .

**Elles viennent de l'Unité et doivent être reçues ne faisant qu'un .**

* **Remplir ma fonction est mon bonheur, parce que les deux viennent de la**

**même Source**.

* Et je dois apprendre à reconnaître ce qui me rend heureux, si je veux trouver le bonheur.

Voici quelques formes utiles pour appliquer cette idée concrètement :

* ***Ceci ne peut pas séparer mon bonheur de ma fonction.***
* ***L'unité de mon bonheur et de ma fonction reste entièrement inaffectée par ceci.***
* ***Rien, y compris ceci,***

***ne peut justifier l'illusion de bonheur à part de ma fonction.***

**LEÇON 84 Voici les idées à réviser aujourd'hui :**

**(67) L'amour m'a créé pareil à soi-même.**

**Je suis à l'image de mon Créateur** .

**Je ne peux pas souffrir, je ne peux pas subir de perte et je ne peux pas mourir**.

* **Je ne suis pas un corps.**

**Je voudrais reconnaître ma réalité aujourd'hui.**

* Je n'adorerai pas d'idoles
* et **je n'élèverai pas mon propre concept de soi pour remplacer mon Soi** .

**Je suis à l'image de mon Créateur**.

**L'amour m'a créé pareil à soi-même**.

Les formes suivantes pourraient t'aider à appliquer l'idée concrètement :

* ***Que je ne voie pas en ceci une illusion de moi-même.***
* ***En regardant ceci, que je me souvienne de mon Créateur.***
* ***Mon Créateur n'a pas créé ceci comme je le vois.***

**(68) L'amour n'a pas de rancoeurs.**

**Les rancoeurs sont complètement étrangères à l'amour.**

Les rancoeurs attaquent l'amour et gardent sa lumière obscurcie.

* Si j'ai des rancoeurs, j'attaque l'amour; par conséquent, j'attaque mon Soi.
* Ainsi mon Soi me devient étranger.
* Je suis déterminé à ne pas attaquer mon Soi aujourd'hui, afin de pouvoir me souvenir de Qui je suis.

Ces formes pourraient t'aider à appliquer cette idée concrètement :

* ***Ceci n'est pas une justification pour nier mon Soi.***
* ***Je n'utiliserai pas ceci pour attaquer l'amour.***

***Que je ne tente pas par ceci de m'attaquer moi-même***

**LEÇON 85 La révision d'aujourd'hui couvrira les idées suivantes :**

**(69) Mes rancoeurs cachent la lumière du monde en moi.**

**Mes rancoeurs me montrent ce qui n'est pas là et me cachent ce que je voudrais voir** .

Reconnaissant cela, pourquoi ai-je besoin de mes rancoeurs ?

* **Elles me gardent dans les ténèbres et cachent la lumière.**

**Rancoeurs et lumière ne peuvent aller de pair,**

* **Mais lumière et vision doivent être jointes pour que je voie**.
* **Pour voir, je dois mettre de côté mes rancoeurs.**
* Je veux voir, et cela sera le moyen par lequel j'y arriverai.

Les applications concrètes de cette idée pourraient prendre les formes suivantes :

* ***Que je n'utilise pas ceci pour bloquer ma vue.***
* ***La lumière du monde dissipera tout ceci.***
* ***Je n'ai pas besoin de ceci. Je veux voir.***

**(70) Mon salut vient de moi.**

**Aujourd'hui je reconnaîtrai où est mon salut.**

Il est en moi parce que sa Source est là.

Il n'a pas quitté sa Source, ainsi ne peut-il pas avoir quitté mon esprit.

**Je ne le chercherai pas à l'extérieur de moi**.

Il ne se trouve pas à l'extérieur pour ensuite être porté au-dedans.

**Mais d'en dedans de moi il s'étendra au-delà,**

**et tout ce que je verrai ne fera que refléter la lumière qui brille en moi**

**et en elle-même.**

Ces formes de l'idée conviennent à des applications plus concrètes :

* ***Que je ne tente pas par ceci de chercher mon salut loin de moi.***
* ***Je ne laisserai pas ceci interférer avec la conscience que j'ai de la Source de mon salut.***
* ***Ceci n'a pas le pouvoir de m'enlever le salut.***

**LEÇON 86 Ces idées sont à réviser aujourd'hui :**

**(71) Seul le plan de Dieu pour le salut marchera.**

Il est insensé que je cherche frénétiquement le salut un peu partout.

Je l'ai vu en beaucoup de gens et en maintes choses mais quand j'essayais de m'en saisir, il n'était pas là.

* Je me trompais sur là où il est.
* Je me trompais sur ce qu'il est.
* **Je n'entreprendrai plus de vaine recherche**.

**Seul le plan de Dieu pour le salut marchera.**

**Et je me réjouirai parce que Son plan ne peut jamais échouer** .

Voici quelques formes suggérées pour appliquer cette idée concrètement :

* ***Le plan de Dieu pour le salut me sauvera de ma perception de ceci.***
* ***Ceci n'est pas une exception au plan de Dieu pour mon salut.***
* ***Que je perçoive ceci uniquement à la lumière du plan de Dieu pour le salut.***

**(72) Avoir des rancoeurs est une attaque contre le plan de Dieu pour le salut.**

**Avoir des rancoeurs est une tentative pour prouver que le plan de Dieu pour le salut ne marchera pas**.

* **Or seul Son plan marchera**.

**En ayant des rancoeurs, j'exclus donc de ma conscience mon seul espoir de salut.**

**Je voudrais ne plus aller à l'encontre de mon propre intérêt de cette manière insane**.

**Je voudrais accepter le plan de Dieu pour le salut et être heureux**.

Des applications concrètes de cette idée pourraient prendre les formes suivantes :

* ***J*e *choisis entre une malperception et le salut en regardant ceci.***
* ***Si je vois en ceci une cause de rancoeur, je ne verrai pas la cause de mon salut.***
* ***Ceci demande le salut, pas l'attaque.***

**LEÇON 87 Notre révision d'aujourd'hui couvrira les idées suivantes :**

**(73) Je veux que la lumière soit.**

**J'utiliserai le pouvoir de ma volonté aujourd'hui** .

Ce n'est pas ma volonté d'errer à tâtons dans les ténèbres, effrayé par des ombres,

apeuré par des choses non vues et non réelles.

**La lumière sera mon guide aujourd'hui**.

* Je la suivrai où elle me conduira **et** je ne regarderai que ce qu'elle me montrera.
* **Aujourd'hui j'éprouverai la paix de la perception vraie**.

Ces formes de l'idée pourraient aider à l'appliquer concrètement :

* ***Ceci ne peut cacher la lumière que je veux voir.***
* ***Tu te tiens avec moi dans la lumière, [nom].***
* ***Dans la lumière, ceci paraîtra différent.***

**(74) Il n'est de volonté que Celle de Dieu.**

**Je suis en sécurité aujourd'hui parce qu'il n'est de volonté que Celle de Dieu.**

C'est seulement lorsque je crois qu'il y a une autre volonté que je peux avoir peur.

* C'est seulement lorsque j'ai peur que j'essaie d'attaquer,
* et c'est seulement lorsque j'essaie d'attaquer que je peux croire que mon éternelle sécurité est menacée.

**Aujourd'hui je reconnaîtrai que tout cela ne s'est pas produit**.

**Je suis en sécurité parce qu'il n'est de volonté que Celle de Dieu**.

Voici quelques formes de cette idée qui peuvent être utiles pour des applications concrètes :

* ***Que je perçoive ceci en accord avec la Volonté de Dieu.***
* ***C'est la Volonté de Dieu que tu sois Son Fils, [nom], et c'est aussi la mienne.***
* ***Ceci fait partie de la Volonté de Dieu pour moi, quelle que soit la façon dont je le voie.***

**LEÇON 88 Aujourd'hui nous réviserons les idées suivantes :**

**(75) La lumière est venue.**

**En choisissant le salut plutôt que l'attaque, je choisis simplement de reconnaître ce qui est déjà là.**

**Le salut est une décision déjà prise**.

* Il n'y a pas d'attaque ni de rancoeurs qui soient là à choisir.

**C'est pourquoi je choisis toujours entre la vérité et l'illusion ;**

* **entre ce qui est là et ce qui ne l'est pas.**

**La lumière est venue.**

* **Je ne peux choisir que la lumière, car elle n'a pas d'alternative.**
* Elle a remplacé les ténèbres, et les ténèbres ont disparu.

Voici des formes qui pourraient être utiles pour appliquer concrètement cette idée :

* ***Ceci ne peut pas me montrer les ténèbres, car la lumière est venue.***
* ***La lumière en toi est tout ce que je voudrais voir, [nom].***
* ***Je ne voudrais voir en ceci que ce qui est là.***

**(76) Je ne suis soumis à aucune loi, sauf celles de Dieu.**

**Voilà le parfait énoncé de ma liberté**.

* **Je ne suis soumis à aucune loi, sauf celles de Dieu**. J

Je suis constamment tenté d'inventer d'autres lois et de leur donner du pouvoir sur moi.

* Je ne souffre que parce que je crois en elles.
* Elles n'ont pas d'effet réel sur moi .

Je suis parfaitement libre des effets de toutes les lois, sauf celles de Dieu.

Et les Siennes sont les lois de la liberté.

Pour appliquer cette idée concrètement, les formes suivantes seraient utiles :

* ***Ma perception de ceci me montre que je crois en des lois qui n'existent pas.***
* ***je vois seulement les lois de Dieu à l'oeuvre en ceci.***
* ***Que je permette aux lois de Dieu d'opérer en ceci, et non aux miennes.***

**LEÇON 89 Voici les idées à réviser aujourd'hui :**

**(77) J'ai droit aux miracles.**

**J'ai droit aux miracles parce que je ne suis soumis à aucune loi, sauf celles de Dieu**.

* Ses lois me délivrent de toutes les rancoeurs
* et les remplacent par des miracles.

Et je voudrais accepter les miracles à la place des rancoeurs, **qui ne sont que des illusions cachant les miracles au-delà.**

Maintenant je voudrais accepter seulement ce que les lois de Dieu me donnent le droit d'avoir,

* **afin que je l'utilise au nom de la fonction qu'il m'a donnée.**

Tu pourrais utiliser ces suggestions pour appliquer concrètement cette idée :

* ***Derrière ceci il y a un miracle auquel j'ai droit.***
* ***Que je n'aie pas de rancoeur contre toi, [nom], mais t'offre plutôt le miracle qui t'appartient***
* ***Vu véritablement, ceci m'offre un miracle.***

**(78) Que les miracles remplacent toutes les rancoeurs.**

Par cette idée**,**

**j'unis ma volonté à celle du Saint-Esprit** **et je les perçois comme une seule**.

Par cette idée,

**j'accepte ma délivrance de l'enfer**.

Par cette idée,

**j'exprime mon désir de voir la vérité remplacer toutes mes illusions, selon**

**le plan de Dieu pour mon salut**.

* **Je ne voudrais faire aucune exception ni aucun substitut.**
* **Je veux le Ciel tout entier et seulement le Ciel, comme Dieu veut que je l'aie.**

Voici des formes qui seraient utiles pour appliquer cette idée concrètement :

* ***Je ne voudrais pas garder cette rancoeur à part de mon salut.***
* ***Que nos rancoeurs soient remplacées par des miracles, [nom].***
* ***Au-delà de ceci est le miracle par lequel toutes mes rancoeurs***

***sont remplacées.***

**LEÇON 90 Pour cette révision nous utiliserons les idées suivantes :**

**(79) Que je reconnaisse le problème afin qu'il puisse être résolu.**

* **Que je me rende compte aujourd'hui que le problème est toujours quelque forme de rancoeur que je voudrais chérir**.
* **Que je comprenne aussi que la solution est toujours un miracle par lequel je laisse la rancoeur être remplacée**.

Aujourd'hui je voudrais me souvenir **de la simplicité du salut**

en renforçant la leçon selon laquelle il n'y a qu'un problème et qu'une solution.

Le problème est une rancoeur; la solution est un miracle.

**Et j'invite la solution à venir à moi en pardonnant la rancoeur et . en accueillant le miracle qui en prend la place.**

Les applications concrètes de cette idée pourraient prendre les formes suivantes :

* ***Ceci me présente un problème que je voudrais voir résolu.***
* ***Le miracle derrière cette rancoeur le résoudra pour moi.***
* ***La réponse à ce problème est le miracle qu'il dissimule.***

**(80) Que je reconnaisse que mes problèmes ont été résolus.**

Je semble avoir des problèmes uniquement parce que je mésuse du temps.

* Je crois que le problème vient d'abord, et que du temps doit passer avant qu'il puisse être résolu.
* **Je ne vois pas que le problème et la réponse arrivent simultanément.**

La raison en est que je ne me rends pas compte encore

**que Dieu a placé la réponse avec le problème, de façon à ce qu'ils ne puissent être séparés par le temps.**

**Le Saint-Esprit m'enseignera cela, si je Le laisse**.

**Et je comprendrai qu'il m'est impossible d'avoir un problème qui n'ait pas déjà été résolu**.

Voici des formes de l'idée qui seront utiles pour des applications

concrètes :

* ***Je n'ai pas besoin d'attendre pour que ceci soit résolu.***
* ***La réponse à ce problème m'est déjà donnée, si je veux l'accepter.***
* ***Le temps ne peut pas séparer ce problème de sa solution***

**Que je reconnaisse que mes problèmes ont été résolus. LEÇON 80**

1. Si tu désires reconnaître tes problèmes**, tu reconnaîtras que tu n'as pas de problèmes**.

Ton seul problème central a reçu sa réponse, et tu n'en as pas d'autre.

Par conséquent, tu dois être en paix.

Le salut dépend donc du fait de reconnaître ce seul problème, et de comprendre qu'il a été résolu.

* **Un problème, une solution.**
* **Le salut est accompli.**
* **La délivrance du conflit t'a été donnée.**

**Accepte ce fait et tu es prêt à prendre ta juste place dans le plan de Dieu pour le salut.**

1. Ton seul problème a été résolu !

Répète-toi cela à maintes reprises aujourd'hui, avec gratitude et conviction.

Tu as reconnu ton seul problème, ouvrant ainsi la voie au Saint-Esprit pour qu'Il te donne la réponse de Dieu.

**Tu as mis de côté la tromperie et vu la lumière de la vérité** .

**Tu as accepté le salut pour toi-même**

**en portant le problème à la réponse**.

* Et tu peux reconnaître la réponse, parce que le problème a été identifié.

1. **Tu as droit à la paix aujourd'hui.**

Un problème qui a été résolu ne peut pas te troubler.

* Assure-toi seulement de ne pas oublier que tous les problèmes sont les mêmes. Leurs nombreuses formes ne te tromperont pas tant que tu te souviens de cela. Un problème, une solution.
* Accepte la paix qu'apporte ce simple énoncé.

1. Pendant nos périodes d'exercice plus longues aujourd'hui, nous réclamerons la paix

* qui nous revient quand le problème et la réponse ont été mis ensemble.

**Le problème doit avoir disparu,**

**parce que la réponse de Dieu ne peut échouer**.

Ayant reconnu l'un, tu as reconnu l'autre.

La solution est inhérente au problème.

La réponse t'a été donnée, et tu l'as acceptée.

Tu es sauvé.

1. Maintenant laisse la paix t'être donnée, que ton acceptation apporte.

* Ferme les yeux et reçois ta récompense.
* Reconnais que tes problèmes ont été résolus.
* **Reconnais que tu es hors du conflit, libre et en paix.**
* Par-dessus tout, rappelle-toi que tu as un seul problème, et que ce problème a une seule solution.

C'est en cela que réside la simplicité du salut.

C'est pour cela que sa réussite est garantie.

1. Assure-toi souvent aujourd'hui que tes problèmes ont été résolus.

Répète l'idée avec une conviction profonde, aussi fréquemment que possible.

Et assure-toi tout particulièrement d'appliquer l'idée d'aujourd'hui à tout problème concret qui pourrait surgir. **Dis vite :**

***Que je reconnaisse que ce problème a été résolu****.*

1. Soyons déterminés à ne pas accumuler de rancoeurs aujourd'hui.

Soyons déterminés à être libres de problèmes qui n'existent pas.

Le moyen est la simple honnêteté.

Ne te trompe pas toi-même sur ce qu'est le problème, et tu dois reconnaître qu'il

a été résolu.