

# Tout sur le rêve :

*Comment il commença, pourquoi nous continuons à rêver  
et comment cesser de rêver*

## Première partie

### Comment le rêve a-t-il commencé ?

19 septembre 2005

**Question :** Peace Pilgrim<sup>1</sup> a dit : « Il n'y a rien qui arrive par hasard dans notre univers. Tout se déroule selon des lois plus hautes – tout est régulé par un ordre divin. »

Cette phrase pourrait être mal comprise. (Par exemple, les gens pourraient penser que les tsunamis, les guerres, les catastrophes aériennes et l'ouragan Katrina font partie du plan de Dieu.)

Qu'aimerais-tu partager sur cette pensée ?

**Réponse :** Le monde et tout ce qu'il contient est illusion. Mais même les lois qui gouvernent l'illusion sont des lois divines, car les lois divines sont les seules lois qui existent vraiment.

Les lois divines sont des lois de pensée et d'extension ou, dans le cas du monde, de pensée et de projection. Dans les deux cas, création ou illusion, la pensée est la cause du résultat de création ou d'illusion.

Il s'agit d'un concept clé, parce que ce concept te dit ce que tu ES. Tu n'es pas un corps au-dedans du monde, parce qu'un corps au-dedans du monde est une projection de pensée.

Tu es une pensée, ou une idée, créée d'abord au sein de l'Esprit de Dieu comme une extension de Dieu. De cette façon, tu es Amour pur, animé. Tu es éternel.

Et au-dedans de cette pensée ou idée, il y eut une autre pensée qui n'était pas bénie par Dieu, parce que c'est une pensée impossible. C'était la pensée que l'idée de Dieu pouvait devenir séparée et indépendante de l'Esprit qui la pensait. Cette idée est impossible.

Mais, selon la loi divine, une pensée ou une idée à qui est donné le pouvoir de la croyance semble devenir réelle, même si l'idée est une idée impossible qui ne peut être Vérité. Cette extension et naissance apparentes d'une pensée impossible, on l'appelle projection parce que, bien qu'elle ait les propriétés d'extension et de création, ce n'est pas la même chose puisque c'est une idée qui ne peut pas être vraie.

---

<sup>1</sup> <http://www.forget-me.net/PeacePilgrim/>

Toutefois, on peut en faire l'expérience. Ainsi, l'aspect de pensée qui pensa sa propre idée *fait l'expérience de l'idée* jusqu'à ce qu'il abandonne cette idée comme fausse et retourne aux pensées de Réalité.

Il est utile de comprendre la loi divine, parce que tu comprends d'où vient le monde dont tu fais l'expérience. Il vient d'une idée impossible et est, par conséquent, une illusion. Et tu peux aussi reconnaître que *tu n'es pas* une illusion et qu'ainsi tu dois être bien plus que tu sembles l'être, assise sur ta chaise au sein du monde. Tu dois être quelque chose de réel, quelque chose au-delà de l'illusion, parce que tu as l'expérience de l'expérience.

C'est ça la vérité. Le fait que tu sembles faire l'expérience et que tu ressentis te procure l'évidence d'être réelle, mais ça ne veut pas dire que ton expérience courante est ta réalité.

Je te demande de t'ouvrir à cette pensée... que tu es plus que ce que tu pensais être... que tu es une pensée de Création Vraie, qui est l'extension de l'Esprit de Dieu. C'est tout ce que tu puisses jamais être, parce que c'est tout ce qui existe réellement. Tu peux maintenant commencer à saisir que ton expérience courante est comme un rêve et n'a aucun effet sur ta Réalité.

Je t'encourage à savourer ton rêve. Joue avec tes idées sans les prendre au sérieux. Tout en jouant, reste ouverte à Moi et je te conduirai vers la Vérité de toute Pensée de sorte que tu puisses rejoindre la pensée de création, qui est l'intention dans laquelle tu fus créée.

Toute Vérité est l'extension de Dieu. Rien d'autre n'existe au sein de la Réalité.

## Pourquoi le Cours appelle-t-il cette expérience un rêve ?

6 août 2005

L'esprit-ego ne peut pas comprendre la Vérité. La Vérité se fait jour dans l'esprit qui a lâché prise de l'ego. Mais l'esprit-ego peut comprendre les symboles, aussi le symbole du rêve est-il utilisé pour expliquer ton monde. Car l'ego accepte que le rêve semble réel, mais ne le soit pas. Par conséquent, [un rêve] n'interfère pas avec la « réalité . »

Et c'est comme ça que sont ton monde et la pensée de séparation. Tant que tu retiens précieusement cette pensée dans ton esprit, elle aura pour toi l'air d'être la réalité. Mais lorsque tu lâcheras prise de la pensée, tu verras qu'elle ne fut jamais réelle, car tu n'as jamais été séparée de Dieu, même si tu as pensé l'être.

Ce qui n'est pas vrai ne peut jamais être vrai, aussi Tout Ce Qui Est est tout ce qui est et c'est la Volonté de Dieu. C'est l'état d'unité et c'est la Vérité de tout ce qui est vrai.

## Pourquoi le Cours dit-il que le rêve est terminé ?

8 juillet 2005

**Question :** Qu'est-ce que ça signifie quand *un Cours sur les miracles* dit :

« Ce monde s'est évanoui il y a longtemps. Les pensées qui le fabriquèrent ne se trouvent plus dans l'esprit qui les produisit et qui les aima un petit moment. » (Texte 28.1.1.6)

**Réponse :** La pensée de séparation fut une unique pensée dans un esprit qui pensa désirer plus que ce qu'il avait. Mais cette pensée ne fut aimée qu'un peu, comme un rêve éveillé, avant que ne s'immisça la soi-disante pensée de culpabilité, qui conduisit à la haine et à la peur. Ces pensées devinrent l'obsession de l'esprit et l'attrance originelle disparut. Mais l'esprit qui devint obsédé oublia de se rappeler qui il était, aussi oublia-t-il de lâcher prise de la pensée originelle. Au lieu de renverser ses propres effets, il se laissa devenir victime de lui-même et chercha à se cacher de ses propres pensées et des soi-disants effets de ses pensées. C'est dans cette dissimulation que naquit un monde, mais le commencement de ce monde fut perdu et oublié. Ainsi, la sortie du monde donna l'impression de se refermer sur soi et le monde de culpabilité et de peur se transforma en piège dans lequel le Fils de Dieu pensait être, et il tenta de s'y adapter.

**Question :** S'il te plait, dis-moi clairement comment sortir de ce piège.

Réponse : Le Fils de Dieu doit oublier tout ce qu'il a imaginé de lui-même en cessant d'imaginer davantage. Il doit faire reposer son esprit et lâcher prise de toutes les pensées d'imagination, car ses pensées d'imagination sont maintenant fondées sur l'imagination et l'oubli, aussi ne sait-il pas ce qu'il imagine ni pourquoi. Il ne sait même pas ce qu'il imagine, car il a complètement oublié qui il est et il croit qu'il est quelqu'un d'autre, une victime au lieu d'un créateur.

Un créateur qui a oublié qu'il est un créateur ne peut pas créer. Il peut seulement rêver. Mais il peut être réveillé de son rêve s'il reconnaît qu'il ne désire plus le rêve et cesse lui-même de rêver. Lorsqu'il cesse l'activité qu'est le rêve, alors il ne produit plus le rêve. Alors, Celui qui est avec lui et se souvient de tout ce qui s'est passé peut parachever le rêve pour lui, mais Cet Un parachève le rêve en le ramenant à son commencement de sorte que puisse être trouvée et réouverte la porte qui semblait avoir été fermée. Alors, lorsque le rêveur est confronté au choix clair de rester dans la pensée oubliée ou de la laisser aller, il peut la laisser aller, elle partira et le rêve ne sera plus.

**Question :** Comment fut créé le Saint-Esprit dans l'esprit qui avait oublié qui il est ?

**Réponse :** Le Saint-Esprit est une mémoire qui est maintenant comme un faible appel qui rappelle l'esprit à ce qu'il était. Ce qu'il était est ce qu'il est, aussi ne peut-il être perdu, et c'est ça le Saint-Esprit. Lorsque la mémoire de la vérité n'est pas désirée, elle a l'air oubliée et on s'en souvient seulement un instant par ci par là pour l'oublier encore. Mais la vérité est toujours là parce que c'est la vérité, aussi peut-elle se manifester chaque fois qu'on y fait vraiment appel. C'est la manifestation de la vérité au sein d'un monde de rêves qu'on appelle le Saint-Esprit. Cette manifestation peut apparaître différemment dans un aspect de l'esprit qui semble avoir un désir

différent, mais l'appel à la vérité est toujours le même et [la vérité] est la même dans chacune de ses différentes apparitions.

**Question :** Ainsi, c'est notre propre mémoire qui nous reconduit d'une façon qui fonctionne pour nous ?

**Réponse :** Oui, tu t'aides toi-même même si tu as oublié ton Soi. C'est le Soi qui se souvient qui répond à l'appel du soi qui a oublié. Il s'agit d'une unique pensée dans l'Esprit de Dieu qui semble s'être divisée en pensées séparées. Maintenant elle se rassemble sur elle-même de façon à pouvoir se connaître entière à nouveau.

## Comment cela se produit-il dans l'esprit de Dieu ?

25 juillet 2005

**Question :** Un Cours sur les miracles dit : « Les pensées que tu penses penser sont dans ton esprit, comme tu es dans l'Esprit Qui te pensa. Aussi n'y a-t-il pas de parties séparées dans ce qui existe au-dedans de l'Esprit de Dieu. »

Saint-esprit, peux-tu partager plus de clarté sur cette affirmation ?

**Réponse :** Les pensées que tu penses sont dans ton esprit, mais tu ne les vois pas encore comme des pensées au-dedans de ton esprit. Ton esprit est plus que l'esprit auquel tu penses comme étant ton esprit, parce que tu continues à te penser petit et étriqué.

Mais commençons par l'esprit que tu penses avoir et les pensées dont tu penses qu'elles sont les tiennes pour construire à partir de là, pour que tu puisses voir que ton esprit est davantage.

**Question :** D'accord. J'aimerais apprendre cette leçon. S'il te plaît, aide-moi. J'ai la bonne volonté pour entendre ce que tu voudrais enseigner.

**Réponse :** Tu penses que tes pensées sont privées, au-dedans de toi et faisant partie de toi. Tu t'identifies à tes pensées et tu ne peux pas te voir séparée de tes pensées. Si tes pensées semblent te faire mal, tu as mal. Si elles sont heureuses, tu souris. Tu ne mets pas en doute la connexion entre toi et tes pensées.

Il en est de même avec Dieu. Dieu ne met pas en doute que Lui et Ses Pensées font un.

**Question :** Je vois ça, mais je suis toujours incertaine. Je peux changer mes pensées et, en fait, je suis encouragée par toi à le faire. Cela veut-il dire que Dieu peut changer la pensée qu'Il a de moi et que je disparaîs ?

On dirait un peu une question stupide, ou peut-être ne l'est-elle pas. S'il te plaît, réponds.

**Réponse :** Le toi auquel tu es en train de penser maintenant quand tu poses cette question n'est pas la Pensée de Dieu. C'est une pensée que tu as eue dans un rêve et comme tu ne doutes pas que tes pensées soient toi, tu ne doutes pas que cette pensée soit toi. Mais dans ce cas, la pensée est seulement une pensée-rêve qui ne

pourrait jamais être, et pour voir ça, il te faut la mettre en question. Seules tes vraies pensées se maintiendront devant l'examen minutieux du jugement de ton Vrai Cœur. Toutes les autres pensées seront lâchées.

**Question :** S'il te plaît, énonce tout ça aussi clairement que tu le peux d'une façon directe. Je désire comprendre.

**Réponse :** Imagine les pensées que tu penses comme tes pensées comme si elles étaient vivantes dans ton esprit comme des personnages d'un dessin animé en 3 D ou comme des hologrammes. Tu les vois clairement dans ton esprit et tu sais ainsi que ce sont les tiennes.

Une de ces pensées semble prendre une direction différente de celle de tes autres pensées et tu remarques un léger changement dans la posture de la pensée ; tu ne changes cependant pas ce que tu ressens vis-à-vis de cette pensée et tu ne commences pas non plus en rien à voir cette pensée comme étant différente de la pensée telle que tu la créas.

La pensée qui s'est détournée est en train de jouer un jeu que tu ne vois pas et elle se cache dans un espace qu'elle créa en changeant de posture ; ce jeu se joue sans aucun effet sur le reste de ton esprit.

Le jeu n'est qu'un jeu et, de même que tous les jeux se terminent, celui-ci se finira aussi. Lorsque la pensée qui s'est tournée pour jouer le jeu sera terminée, elle reviendra à sa posture pour rejoindre le tout, qu'elle n'a jamais quitté, car il fut toujours là à sa place au-dedans de ton esprit en tant que soi-même ; mais il était en train de regarder un moment ailleurs dans un rêve éveillé privé.

**Question :** Ainsi, je suis un personnage dans le rêve éveillé de cette pensée et, puisque je ne suis pas une pensée dans l'Esprit de Dieu, je ne suis pas réelle. Je suis temporelle. Est-ce bien ça que tu me dis ? A nouveau, je demande la clarté.

**Réponse :** Je suis toi. Lorsque tu verras que c'est vrai, tu verras que tu es plus qu'une silhouette temporelle dans le rêve. Tu es le rêveur de ce rêve qui a maintenant décidé de cesser de rêver. Pour pouvoir les mettre de côté, il est en train de ramasser les jouets qu'il avait imaginés au-dedans de son esprit ; il se retournera alors et rejoindra son objectif au sein du chœur de l'Esprit de Dieu.

Tu n'es pas le petit esprit. Tu ne peux pas l'être. Car tu existes avec Moi : le petit esprit n'est qu'imagination. Eveille-toi à ton Soi, et aide-moi à ramasser tes jouets pour que tu puisses rejoindre le chant incessant du Ciel où nous sommes un avec nos Vrais Frères au-dedans de l'Esprit de Dieu.

---

## Deuxième partie

### Pourquoi continuons-nous à rêver ?

25 janvier 2005

Le « je » que je pense que je suis fut fabriqué par la pensée de séparation. Je suis un produit de cette pensée et, par conséquent, les pensées de séparation ont l'air d'être mes pensées.

Quoique la pensée de séparation soit ma source, ce n'est pas ma Source Originelle. Car avant la pensée de séparation, il y avait (et il y a) l'Un.

Tout comme les pensées de ma source sont dans mon esprit, les Pensées de ma Vraie Source Originelle sont dans mon esprit. Lorsque je pardonne les pensées de séparation, je retourne alors à ma Source Originelle, qui est la Vérité de mon Origine et de mon Etre.

### Suis-je *coupable* de continuer à faire cette expérience de rêve ?

13 octobre 2005

Tu as dénié qui tu es, aussi ne comprends-tu pas ce que tu fais.

*Tu ne fais rien.*

En ayant l'air de filer au sein des pensées de séparativité, tu sembles tisser une expérience et souffrir de cette expérience. D'autres, semble-t-il, sont là avec toi, attrapés dans sa toile. Mais *tu ne fais rien*. C'est pourquoi on appelle ça un rêve.

La Volonté de Dieu est une Volonté une et elle ne peut être défaite par un désir futile. Tu n'as rien à craindre parce que tu n'es coupable de rien.

Tu sembles avoir fabriqué un monde de chaos et de douleur, mais tu n'as rien fabriqué. Tu sembles enfermée mais tu ne peux pas l'être. Tu es à jamais libre au sein de l'esprit de Dieu. Accepte ça comme la vérité et les fantômes faux finiront à jamais.

Tu es un avec tes frères. *En tant qu'un*, vous serez guéris des peurs qui ne furent jamais vraies. Ton rôle est le suivant : Rends-toi compte que tu fais partie d'un tout ; ainsi, ce que tu acceptes, tu l'acceptes pour le tout. Regarde alors ce que tu acceptes. Si tu acceptes le faux pour du vrai, les pensées fausses sont crues au sein de l'esprit que vous êtes et des fantômes sans signification perdurent. Mais si tu rejettes le faux et acceptes paisiblement la vérité pour du vrai, un rayon de lumière brille dans l'esprit, le calme avec douceur et efface pour toujours un rêve faux.

Reconnais qui tu es. Accepte la vérité de ce qui Est. Tout le reste alors ne peut que disparaître, *parce que* ce n'est rien. Sans le pouvoir de ton attention dessus, cela cesse d'être une expérience au-dedans de l'esprit.

Ecoute-Moi. Repose-toi et sois joyeuse. Tu es le Saint Fils de Dieu à jamais en sécurité au-dedans de ton Soi.

## Comment faire pour cesser de rêver ?

12 juillet 2005

Tu es remplie de mon Amour, car tu ne peux être remplie de rien d'autre. Seul l'Amour existe. Tout le reste est illusion.

Cette énoncé est complètement vrai. Il ne peut être partiellement vrai. Soit l'Amour est tout ce qui est, soit il n'est pas tout ce qui est. Cet énoncé est vrai ou faux. Il ne peut y avoir de demi-mesure dans un énoncé qui est pleinement inclusif.

Lorsque tu te regardes, qu'il semble s'agir de toi ou de ton frère, et que tu vois quoi que ce soit qui n'est pas amour, c'est qu'alors tu regardes des illusions. Même un appel à l'amour est une illusion, car un appel à l'amour implique une absence d'amour et il ne peut y avoir d'absence de tout ce qui est.

Ce qui peut être autre que l'amour est seulement imagination. On peut croire à une imagination - et au sein des rêves elle semble bien être mise en œuvre -, mais elle ne peut pas être réelle. L'absence d'imagination, c'est la réalité, qui est tout ce qui est réel, qui est l'Amour.

Voici quel est ton rôle si tu dois t'éveiller : Cesse d'imaginer. Lorsque des imaginations semblent te remplir l'esprit, rappelle-toi que tu as décidé de laisser ton esprit mûrir dans la vérité et lâche prise des imaginations. Ce ne peut être difficile, car tu ne lâches prise de rien.

Réjouis-toi de ton choix de mûrir !

Réjouis-toi de ta décision de voir tout ce qui est comme c'est !

Cherche seulement ce que tu as choisis maintenant, car tu as choisi avec Moi. Ensemble, nous montrerons au monde quelle joie il y a dans la réalité, de sorte que tous les jeux puissent être laissés de côté puisque sans utilité.

Y a-t-il des étapes spécifiques pour me conduire de là où je semble être vers un état éveillé ?

**Réponse :** Il est facile de détourner les yeux de la culpabilité, de la peur et de la haine qui semblent être au-dedans de toi si tu choisis de croire qu'elles sont à l'extérieur de toi. C'est la projection et c'est le mécanisme de défense que tu as forgé pour te préserver de ta propre douleur. Et ça a l'air de marcher, si tu n'y penses pas quand tu projettes, parce que tu peux avoir un ressenti d'innocence, d'être meilleur que l'autre ou d'avoir le droit pour toi en pointant le doigt sur l'autre. Mais ne regarde pas de trop près tes ressentis, sinon tu découvriras que ce mécanisme de défense ne cache rien. Car sous tes ressentis d'avoir le droit pour toi se trouve la douleur, l'irritation ou la peur. Et tu n'as pas besoin de regarder bien loin pour découvrir ces ressentis. Il te suffit de te demander [chaque fois que tu sembles pointer le doigt sur

quelqu'un d'autre] : « Est-ce la paix que je ressens maintenant ? » La réponse est évidente.

Si la réponse qu'est la projection ne te procure pas la paix et que la Paix est ton chez toi, c'est que la projection n'est pas ton chez toi. Ainsi, abandonner la projection, c'est n'abandonner rien sinon l'acte de te tromper toi-même. C'est la première chose que je te demande. Observe tes pensées chaque fois que tu penses que quiconque est coupable de quoi que ce soit et rends-toi compte qu'il ne s'agit pas d'une pensée de paix. Décide alors que tu désires la paix et lâche prise de la pensée. Cela a l'air, au premier abord, de supposer une grande foi et une grande quantité de bonne volonté, mais à mesure que tu progresseras dans le renoncement aux pensées de projection, tu commenceras à voir que ton frère n'est pas coupable. Et s'il n'est pas coupable, tu ne l'es pas non plus.

**Question** : Qu'est-ce que tu demandes après ?

**Réponse** : Une fois que tu as commencé à abandonner le mécanisme de défense de la projection, ce qu'il te semble avoir caché au-dedans de toi commencera à émerger, car tu n'as pas abandonné ta croyance à la haine, à la peur et à la culpabilité. Tu as seulement commencé à accepter que les placer à l'extérieur de toi ne t'apporte pas la paix.

**Question** : Que devrions-nous faire quand nous commençons à remarquer ces ressentis au-dedans de nous ?

**Réponse** : C'est la que la position que tu appelles « l'observateur » est utile. Si tu te permets de croire à ces ressentis lorsqu'ils se lèvent, tu souffriras dans un bain de douleur et de misère et tu n'apprendras rien d'utile quant au but qu'est l'éveil.

Rappelle-toi que je t'ai dit que ces croyances sur toi ne sont pas réelles, mais autorise-toi à observer que ces croyances sont là. Tu as, en effet, dénié ces croyances sur toi pendant très très longtemps et tu les as projetées sur le monde. Pour te souvenir de qui tu Es, il te faut lâcher prise des croyances qui te disent que tu es ce que tu n'es pas. Et pour en lâcher prise, il te faut regarder en face que tu les penses vraies.

Ainsi, la première étape, c'est de lâcher prise des pensées de projection – et il te faudra foi et bonne volonté pour parachever cette première étape. Il te semblera avoir besoin de parachever cette première étape de nombreuses fois, car ta projection était effectivement sans restriction.

La seconde étape, c'est de remarquer que tout ce que tu as l'air de projeter, c'est ce que tu crois de toi-même. Aie alors la bonne volonté de lâcher prise de cette croyance, à nouveau dans la foi et la bonne volonté. Tu dois en lâcher prise pour trouver qu'elle n'a pas d'effets et qu'en conséquence elle ne fut jamais vraie.

**Question** : D'accord. Et puis quoi ?

**Réponse** : Commence maintenant une période où tu vas M'écouter, car à mesure que la voix de l'ego semblera devenir plus calme dans ton esprit, Ma Voix semblera gagner en clarté et je t'enseignerai que nous sommes un. Une fois encore, tu auras

besoin de foi et de bonne volonté, car il semblera toujours y avoir des pensées de projection, de haine de soi, de peur et de culpabilité dont il faut lâcher prise, mais lorsque tu es en train de M'écouter, tu as commencé la randonnée. Marche avec Moi et la Paix qui est ton chez toi viendra à toi en tant que Moi. Nous sommes un.

Qu'est-ce que je fais quand je me trouve en train de croire en ce monde et dans tout ce dont je fais l'expérience ?

7 juillet 2005

Ta parole est Ma parole, car nous sommes un. Il n'y a aucune différence. Il n'y a aucune différence nulle part dans le monde. Lorsque tu sembles voir une différence ou penser une différence, c'est que tu es en train de croire aux illusions. C'est alors que tu devrais t'arrêter et te tourner vers Moi. Dis clairement et avec conviction : « Frère, je crois en ce que je vois, en ce que je pense et en ce que j'entends, mais j'ai la bonne volonté de ne pas y croire. J'ai la bonne volonté de ne pas avoir peur. J'ai la bonne volonté de ne pas être seul. Je cherche seulement la Vérité maintenant et je m'en remets à toi pour me la montrer. Je me donne à toi et tout ce que je semble avoir pour que tu puisses me montrer la grande plaisanterie cosmique que je me suis jouée et que nous puissions rire en paix ensemble. Vraiment, mon Frère, je te donne tout, car séparé de toi je ne suis rien. »

Et puis, laisse-Moi prendre soin de toi.

Comment est-ce que je lâche prise de la peur de lâcher prise de ce monde comme étant ma réalité ?

1<sup>er</sup> août 2005

**Question :** Saint-Esprit, *Un Cours sur les Miracles* dit : « la voix que tu entends en ton frère n'est que la tienne propre. » Que voudrais-tu partager sur cette pensée ?

**Réponse :** Tout ce qui relève de la forme est pareil. Je t'ai dit ça auparavant et pourtant, au-dedans de ton esprit tu te demandes dans quelle mesure tu devrais croire en la forme. « Jusqu'à quel degré », demandes-tu, « la forme est-elle réelle ? »

Je te dis qu'elle n'est réelle à aucun degré. La peur que tu entends chez ton frère n'est que la tienne propre. Si tu choisis de croire en sa peur, tu choisis alors de croire en la tienne. Est-ce là le choix que tu voudrais faire ? Est-ce la peur la leçon que tu voudrais apprendre ?

**Question :** D'accord. Je sais exactement de quoi tu parles. Je pense que je vois mon frère en train de parler d'un monde de risque et de manque et je me demande dans quelle mesure je devrais croire au risque et au manque. Je suis inquiète quant à ma sécurité et à celle de [ma fille] Jasmine et je ne désire pas être complètement stupide en mettant ma confiance là où la confiance n'est pas garantie. C'est ça dont tu veux parler aujourd'hui, n'est-ce pas ,

En me rapprochant de cette conversation, je ressens la peur au-dedans de moi. Et si tu me disais de laisser tomber tous mes « soutiens » sensibles ? Et si je te faisais confiance et que je me faisais mal ?

Que voudrais-tu partager avec moi, Enseignant ?

**Réponse :** Ta foi est forte et tes peurs ont l'air naturelles dans un monde de peur. Mais aussi longtemps que tu penses que ta peur te protège de la destruction, tu permets à ta peur de t'empêcher de connaître l'Amour. C'est pour ça qu'on parle d'un « saut de foi ». C'est seulement en sautant que tu apprendras qu'il n'y a aucun danger et que seul l'Amour est réel... seulement en faisant ton saut de foi.

**Question :** Ainsi, on dirait que j'ai fait de grands changements récemment, mais que je continue à demander si je devrais retenir mes peurs comme moyens de protection. Or, tu me dis de lâcher prise de la peur. Jusqu'où dois-je aller *maintenant* dans le lâcher prise de la peur ? Est-ce que l'éveil ressemble à une marche agréable dans les bois par une délicieuse journée d'été ou bien est-ce que je dois marcher droit dans les ténèbres, en regardant les diabolins dans les yeux, pour m'éveiller ?

**Réponse :** Il n'y a pas de diabolins et c'est pour cela que l'éveil est une marche agréable dans les bois par une délicieuse journée d'été ; mais tu ne le sauras pas tant que tu n'auras pas choisi de faire la randonnée.

**Question :** Je suppose que c'est la croisée des chemins, là, non ? J'ai même peur de poser la question suivante, mais je vais le faire. Je vais placer ma foi dans cette voix que j'ai appris à aimer et à laquelle j'ai appris à me fier comme à un guide omniscient et aimant.

Que voudrais-tu que je fasse maintenant ?

**Réponse :** Mets ta peur de côté et commence la randonnée dans les bois. Chaque randonnée est une étape à un moment, mais si tu désires atteindre le sommet de la montagne, tu ne peux pas faire de pause entre les étapes. Et si tu fais une pause dans la peur, tu t'empêcheras d'avancer avec la randonnée.

Prends Ma main, continue à Me faire confiance et consulte-Moi sur tout. Ne pense pas par toi-même. C'est Moi qui te ferai gravir la montagne jusqu'au sommet. C'est sur Mon pouvoir que tu parachèveras la randonnée. Et en randonnant ensemble, il se produira une fusion. Tu perdras de vue toute différence entre ce qui semble être ton pouvoir et ce qui semble être le Mien ; et ainsi, la bataille pour le choix s'estompera. Et quand nous atteindrons le sommet, nous serons un. Tout pouvoir soi-disant étranger semblera avoir été lâché pendant la randonnée. Et alors, comme Moi, *tu verras*. Ce sera alors ce temps d'être utile que tu cherches. Comme tu auras fait l'expérience de la randonnée, tu pourras servir de guide, tu pourras montrer aux autres le chemin du sommet de la montagne et ils [le] suivront.

Quelles sont les pensées que je retiens dans mon esprit dont j'ai besoin de lâcher prise ?

**Réponse :** Une pensée d'attaque, c'est littéralement toute pensée qui voit ton frère comme étant séparé de toi. Sous cet angle, une pensée d'attaque peut avoir l'apparence d'une pensée d'amour, si cette pensée d'amour voit un frère comme étant séparé de toi. Si cette pensée d'amour inclut une attente, c'est une pensée

d'attaque. Si cette pensée d'amour inclut une occasion de jugement, c'est une pensée d'attaque.

Les pensées d'attaque peuvent sembler être des pensées que tu as sur quelqu'un d'autre ou des pensées qu'un autre a sur toi. Elles peuvent sembler être des pensées que quelqu'un d'autre a sur un autre ou encore les pensées que tu as sur toi-même. C'est tout pareil, puisqu'il n'y a pas d'autres. Les pensées d'attaque sont toute les pensées qui semblent indiquer que le pur esprit de Dieu n'est pas un.

Chaque fois que tu remarques une pensée d'attaque qui semble être dans ton esprit ou dans l'esprit d'une autre personne, observe que tu es en train de voir une pensée d'attaque. Remarque qu'il semble y avoir une preuve - ou une croyance au-dedans de ton esprit - que la séparativité est un fait. Rappelle-toi alors que j'ai dit que ce n'en était pas un. Aie la bonne volonté de placer ta foi en Moi par delà la preuve ou la croyance. Laisse ton esprit se reposer avec Moi, dans la paix de Mon Etre, et choisis de passer un moment de reconnaissance envers la Vérité. Laisse la pensée d'attaque disparaître de ta pleine conscience. Retourne à la Paix de Dieu.

**Que peux-tu partager avec moi pour m'aider à lâcher prise des pensées d'attaque ?**

17 septembre 2005

Le jugement est une habitude que tu as. Cette habitude de juger est un obstacle à la connaissance de ton Soi, aussi est-ce sur cette habitude du jugement que nous allons travailler.

Ton rôle, c'est de devenir pleinement conscient de tes jugements. Tes jugements sont synonymes du terme « pensées d'attaque » puisque le jugement sépare ce qui est en segments et les range selon une préférence. Et la préférence n'est rien de plus qu'un jugement.

Lorsque tu juges quelque chose ou quelqu'un, tu le vois séparé de toi et tu te mets dans une position d'autorité pour prendre une décision quant à sa valeur, son manque de valeur ou sa valeur relative. Il s'agit ici d'une attaque contre toi-même, parce qu'au-dedans de cette pensée tu te vois séparé de ce que tu juges. Et tu te vois comme l'autorité, ce qui veut dire que tu dénies que ton autorité c'est Dieu.

Dans cet acte simple qu'est le jugement de ce qui semble se produire quotidiennement dans ta vie, tu maintiens la séparation vivante au sein de ton esprit. Or, ce qui est vivant dans ton esprit, c'est ton expérience, puisque toute expérience est de l'esprit.

Je te demande de retourner l'habitude du jugement en étendant la miséricorde à tout ce que tu voudrais juger. Ne commets pas l'erreur de juger par toi-même quelle « forme » devrait prendre la miséricorde, car tu perpétueras alors le concept de séparation. [Après tout,] c'est tout ce que c'est : un concept.

Au lieu de ça, je te demande de remarquer quand tu juges. Aie la bonne volonté d'étendre la miséricorde à la place du jugement et demande-Moi quelle miséricorde Je voudrais étendre. Je te guiderai dans tes pensées pour que tu donnes à *travers la pensée* ce qui est à ce moment-là le plus utile. Il se peut que je te guide aussi à agir, mais je te guiderai [avant tout] en pensée.

Te guider en pensée sans te conduire à agir de façon spécifique t'est utile en ce moment parce que ça t'aide à retirer ta conscience du monde de la forme comme réalité pour [la placer sur] le monde de l'esprit comme réalité. A mesure que tu suivras ma guidance en étendant les pensées que je voudrais te voir étendre et que tu percevras les miracles fondés sur l'extension de pensée, tu en viendras à accepter l'esprit comme le Soi, l'esprit comme état connecté, et l'état d'unité comme la réalité de l'esprit. Au sein de cette acceptation, tu trouveras le salut.

Souviens-toi de chercher tes pensées avec Moi dans un état d'ouverture. Ce sont Mes pensées que tu désires étendre. [Dans le temps], tu en viendras à les connaître comme étant tes pensées. [Au début], aie la bonne volonté de mettre de côté tes pensées quant à ce qui est utile, de sorte que tu puisses entendre Mes pensées et les étendre.

Chaque fois que tu mets le jugement de côté et que tu mets en pratique l'extension de Mes pensées, tu aides à guérir le monde de sa propre illusion. Merci.

11 octobre 2005

Remarque quand tu regardes les autres et que tu les vois en tant qu'autres. Remarque quand tu les vois différents et séparés de toi. Et puis, repose en ton esprit, en train de remarquer. Il n'y a en rien de quoi se sentir coupable. C'est juste l'observation d'une habitude ancienne dont tu es prête à lâcher prise.

Repose au-dedans de ton esprit, en paix, en sécurité car tu sais que tu choisis *effectivement* de nouveau. Rester en paix avec Moi, c'est choisir de nouveau. Remarque la paix au-dedans de ton esprit et sois toute contente.

**Qu'est-ce qu'un miracle et comment m'aide-t-il à m'éveiller ?**

2 octobre 2005

**Réponse :** Le renversement ne peut pas venir de toi car tu crois au monde sens-dessus-dessous dans lequel tu as l'air d'être. Tu crois que tu es là et que les autres sont là avec toi. Tu crois que le monde est indépendant de toi et que tu es à la merci de ses effets. Au mieux, [tu crois que] tu peux t'adapter et trouver un peu de bonheur.. Tu peux gagner et puis regarder ailleurs pour ne pas voir la douleur dont tu crois qu'elle n'est pas la tienne. Tu peux dénier tes pensées [ou] les accepter comme insensées. Et en faisant tout ça, tu as l'air ok, peut-être plus à l'écart que la plupart des gens, mais tu n'es jamais pleinement satisfaite.

Tu n'es jamais pleinement satisfaite parce que tu crois au manque et que ce dont tu manques, tu ne peux pas le trouver. Tu le cherches dans des relations, des réalisations, des choses, de la nourriture, la sécurité et du bon temps ; comme une anesthésie, tu peux bien avoir l'air de rire et d'être heureuse un certain temps. Mais ta satisfaction ne dure jamais, alors c'est la chose suivante qui peut-être comblera le manque.

Tu ne peux jamais trouver cette chose, *parce qu'il n'y a rien dont tu manques*. Tu es complète et parfaite dans la plénitude de Dieu maintenant.

Et c'est pour ça que le miracle est utile. *Il ne te donne rien, parce que tu ne manques de rien.* Te donner quelque chose validerait la croyance au manque.

Le miracle, c'est une simple altération dans la perception, un changement dans la vision, de sorte que tout ce qui était avant puisse encore être au sein de l'illusion, mais que soit parti le manque qui semblait exister.

Le miracle reconnaît la vérité et dénie le faux. C'est tout, parce que c'est tout ce dont on a besoin.

Tout est accompli tel que ce fut accompli bien avant que ne commença le rêve. Et ce qui fut accompli en réalité ne peut être défait, sinon la réalité ne serait pas la vérité de l'existence. Si la réalité n'est pas la vérité de l'existence, alors Dieu est mort et Tout Ce Qui Est n'est pas.

Mais tu sais qu'il ne peut en être ainsi. Car tu réalises que tu existes. Il s'agit d'un fait que tu ne peux nier. Tu es existence et ça, tu le sais.

Tout Ce Qui Est est, parce que tu es. Ainsi, la vérité doit être vraie et la réalité doit être la réalité. Et le rêve que tu appelles la vie doit être une illusion, parce qu'il ne durera pas. Et tu dureras parce que tu es existence et que l'existence ne peut avoir de fin, sinon l'existence n'existerait pas.

C'est ça l'altération qu'apporte le miracle. Un changement de perspective qui montre que le faux doit être faux *parce que* la vérité est vraie.

**Encore une fois, quel est mon rôle dans l'activation de la fin du rêve ?**

10 octobre 2005

**Réponse :** Au sein de l'illusion, on a l'impression qu'il y a d'autres gens. Certains semblent t'être proches et d'autres ont l'air d'être des étrangers qui ne font que passer, mais il n'y a aucune différence chez aucun d'eux. Il n'y a aucune différence dans rien de ce dont tu fais l'expérience au sein de l'illusion. C'est tout pareil : tout est la projection d'un esprit assombri par le déni de la culpabilité et de la peur.

Tu es un aspect de cette pleine conscience totale et en tant que tel, tu as un choix à faire. A travers la pensée et la croyance, tu peux continuer à donner au monde la pensée de culpabilité et de peur - c'est pour la maintenir qu'il fut fabriqué -, ou bien tu peux voir le monde avec un objectif nouveau. Tel est ton choix. Et si tu choisis de donner au monde quelque chose de différent en choisissant de voir différemment, c'est quelque chose de différent que le monde recevra de toi.

Il y a deux choix : les ténèbres et la Lumière. Tu donneras le choix que tu acceptes. Si tu acceptes la culpabilité, la peur et l'attaque, c'est ce que tu donneras. Mais si tu acceptes qu'il ne s'agit pas là de tes pensées réelles et que tu laisses la tentation de les croire te passer à côté, tu acceptes alors *tout ce qui est* quand les ténèbres de l'illusion se sont estompées. Tu acceptes la Lumière.

Ce que tu acceptes, tu le donnes, parce que ce que tu acceptes remplit l'esprit avec lequel tu fais un.

Rappelle-toi qu'il n'y a pas de différences. Rappelle-toi que tout est un. Rappelle-toi que tout est pensée. Rappelle-toi que les pensées que tu acceptes contribuent à la totalité. A travers ça, donner c'est recevoir. Telle est la loi divine qui te dit qui tu Es.

Accepte cette vérité, et sois toute contente !

## Comment faire ça et vivre dans le monde dans lequel j'ai l'air d'être ?

18 septembre 2005

Je te conduis à la Vérité à travers les illusions. Il n'y a aucune Vérité au sein des illusions, mais les illusions sont comme un outil qu'on peut utiliser pour te conduire à la Vérité.

N'aie pas peur de savourer les illusions. Les étudiants heureux ont un objectif. Mais ne fais pas l'erreur de revêtir de valeur les illusions. Ne les laisse pas être la base de ton bonheur.

Le vrai bonheur vient de Moi. Avec le vrai bonheur, il n'y a aucune perte, car on voit toutes les choses dans leur vraie lumière comme un chemin de souvenance de la Vérité.

Cherche-Moi seulement et tu trouveras le bonheur. Je suis ton bonheur et je suis au-dedans. Ne cherche pas la joie à l'extérieur. Savoure les illusions, mais ne cherche pas là. Apporte la joie à ce que tu fais au lieu de demander à ce que tu fais de t'apporter la joie.

**Regina Dawn Akers**

<http://www.ReginaDawnAkers.com>

[reginadawnakers@yahoo.com](mailto:reginadawnakers@yahoo.com)

L'année dernière, le Saint-esprit m'a tant donné sur le rêve.  
Je me sens guidée à regarder tout cela ensemble comme une totalité.  
J'enseignerai tout sur le rêve.

Copyright © 2005, 2006, 2007 by The Foundation for the Holy Spirit, Inc.

Ce travail est sous copyright pour en protéger l'interprétation telle qu'elle fut reçue à l'origine. Le travail peut être partagé librement chez ceux qui y trouvent une aide. Des extraits de ce travail peuvent être reproduits et distribués gratuitement avec la permission du responsable de ce matériau ; mais le travail ne peut pas être ni édité, ni publié et vendu, que ce soit en partie ou en entier.

