

Vous êtes inscrit(e) !

**Nous vous proposons cette version pdf du livre de pratique
central du Nouveau Message :**

Les Pas vers la Connaissance



Les Pas vers la Connaissance

Le livre du Savoir Intérieur

Marshall Vian Summers

Note : cette version française de Steps to Knowledge est une traduction provisoire, qui sera améliorée au fil du temps. Vous retrouverez toujours la dernière version mise à jour sur <https://www.nouveaumessagededieu.org/le-message/volume-3/les-pas-vers-la-connaissance>

Introduction aux Pas vers la Connaissance

Les Pas vers la Connaissance est le Livre du Savoir Intérieur. Son plan d'étude d'un an, divisé en 365 « pas » ou leçons, est conçu pour rendre les étudiants aptes à apprendre à expérimenter et à appliquer la Connaissance de Soi, ou le Pouvoir Spirituel, dans le monde. *Les Pas vers la Connaissance* vise à accomplir cette tâche pas-à-pas, à mesure que les étudiants sont introduits aux idées et aux pratiques essentielles qui rendent une telle entreprise possible. Pratiquer quotidiennement permet d'acquérir une solide base d'expériences et de développer la pensée, la perception et l'auto-motivation qui sont nécessaires à la fois pour la réussite dans le monde et pour l'avancement spirituel.

QU'EST-CE-QUE LA CONNAISSANCE ?

Les Pas vers la Connaissance décrit la Connaissance de la façon suivante :

« *La Connaissance représente votre Véritable Soi, votre Véritable Esprit et vos Véritables Relations dans l'Univers. Elle détient aussi votre plus grand appel dans le monde et une parfaite utilisation de votre nature, de l'ensemble de vos capacités et talents intrinsèques, et même de vos limitations – le tout destiné à être donné pour le bien dans le monde.* » (2ème PAS)

La Connaissance est la profonde conscience spirituelle que le Créateur a donnée à chaque personne. Elle est la source de toute action, de toute contribution et de toute relation significatives. Elle est notre système naturel de gouverne intérieure. Sa réalité est mystérieuse, mais sa Présence peut être directement expérimentée. La Connaissance est remarquablement sage et efficace dans sa façon de guider chaque personne pour trouver les bonnes relations, le bon emploi et la bonne contribution. Elle est également efficace pour se préparer à reconnaître les nombreux pièges et impostures qui existent tout au long de la voie. Elle est la base pour voir, savoir et agir avec certitude et force. Elle est la fondation de la vie.

À QUI LES PAS VERS LA CONNAISSANCE EST-IL DESTINÉ ?

Les Pas vers la Connaissance a été offert comme une voie pour ces individus qui ressentent l'émergence d'un appel et d'un but spirituel dans leur vie, mais qui ont besoin d'une nouvelle approche pour pleinement comprendre ce que cela signifie. Souvent ces individus ont ressenti cette attraction depuis longtemps. *Les Pas* fournit la fondation sur laquelle ils peuvent commencer à répondre à cet appel. Le seul critère requis pour entrer est la détermination à connaître son but, son sens et sa direction.

DANS QUEL BUT A-T-IL ÉTÉ CONÇU ?

Les Pas vers la Connaissance représente à la fois un chemin vers Dieu et un chemin pour œuvrer dans le monde. Il amène l'étudiant à résoudre les deux

questions les plus fondamentales de la vie : « *Qui suis-je ?* » et « *Pourquoi suis-je ici ?* ». *Les Pas* traite de ces questions dans le cadre de la raison d'être, des relations et de la communauté. Il souligne que chacun cherche celles-ci dans le monde, et que cette quête sous-tend tout désir et tout effort considérés comme ayant du sens. A chaque instant, faire l'expérience de son but, des relations et de la communauté procure à chacun sens et identité. *Les Pas* indique que ces besoins nous sont intrinsèques et que chacun a amené la réponse à ces besoins avec soi de son Ancienne Demeure. Ainsi, il affirme que chacun porte en soi, sans le savoir, son propre épanouissement, au sein de sa Connaissance de Soi.

Grâce à la pratique et à la révélation, *les Pas vers la Connaissance* donne aux étudiants la structure nécessaire pour trouver la Connaissance, s'engager avec la Connaissance et suivre la Connaissance dans chaque situation. Ainsi, ils commencent à trouver leur véritable direction dans la vie. Étudier quotidiennement développe l'habileté et la confiance que seule l'application assidue de soi peut fournir.

La reconquête et l'application de la Connaissance de Soi constituent le but de ce livre de pratique spirituelle et de ses enseignements. Chaque pas met l'accent sur le développement conjoint de la vie intérieure et la vie extérieure de l'étudiant, car la Connaissance (la Réalisation de Soi) et la Sagesse (l'Application de Soi) doivent émerger ensemble. Ainsi, en étudiant et en appliquant La Voie de la Connaissance, l'étudiant développe naturellement la patience, l'objectivité, la perspicacité, la force, la tolérance et une sensation durable d'estime de soi.

COMMENT IL FUT DONNÉ :

Les Pas vers la Connaissance a été révélé à l'enseignant Marshall Vian Summers durant le printemps de 1989. Il a été reçu au cours d'une période de quatorze jours, dans un état de révélation. *Les Pas vers la Connaissance* fut offert par un groupe d'enseignants spirituels invisibles qui se décrivent comme des Enseignants de la Grande Communauté. Leur message est universel et pourtant leurs méthodes sont uniques pour notre temps et notre monde.

POURQUOI IL FUT ÉCRIT :

Notre monde se trouve au seuil de son émergence au sein d'une plus grande communauté de vie intelligente dans l'univers qui nous entoure. Par conséquent, une compréhension et une perspective plus universelles des relations, de la spiritualité et du progrès humain sont à présent nécessaires. *Les Pas vers la Connaissance* a été offert pour ceux qui démontrent la promesse d'être les donateurs principaux au cours de la prochaine grande époque de l'histoire humaine, où l'humanité commencera à rencontrer d'autres races intelligentes de la Grande Communauté. C'est le plus grand seuil auquel nous ayons jamais fait face. Or, dans la perspective de la Grande Communauté, il est évident que l'humanité n'est pas préparée. Ceci a créé les conditions pour qu'un nouvel entendement et qu'un nouvel enseignement spirituels soient donnés au monde, car le Créateur ne nous abandonnerait pas seuls et sans préparation à notre émergence dans la

Grande Communauté. Ainsi, une préparation spirituelle tout à fait unique a été donnée pour permettre aux hommes et aux femmes d'acquérir le pouvoir, la compassion et l'habileté nécessaires pour servir un monde en transition. *Les Pas vers la Connaissance* et les livres qui l'accompagnent ont été fournis en tant que guide et ressource pour préparer ces individus à trouver leur plus grand appel dans la vie.

COMMENT TRAVAILLER AVEC LES PAS :

S'il vous plaît, prenez en considération les recommandations suivantes qui vous permettront de recevoir le maximum de bienfaits de votre étude des *Pas vers la Connaissance* :

- *Les Pas vers la Connaissance* est un programme d'étude complet. Chaque pas vous élève et vous rapproche de votre découverte de soi. Comptez donc aller jusqu'au bout. Si vous n'arrêtez pas, vous avancerez.
- Bien que *les Pas vers la Connaissance* soit un programme auto-didactique, il est recommandé de chercher d'autres étudiants avec lesquels vous pouvez partager votre pratique et votre expérience. Ceci augmente vos possibilités d'apprentissage et fournit une base significative pour l'établissement de nouvelles relations.
- Suivez les « pas » dans *Les Pas vers la Connaissance* exactement comme ils sont donnés. Ne modifiez les exercices d'aucune façon. Ceci est très important. Vous pouvez demeurer sur une leçon plus d'un jour si vous le souhaitez, mais ne restez sur aucune leçon trop longtemps, sinon vous pourriez perdre le rythme du programme d'enseignement.
- Ne sautez pas en avant et ne changez pas la séquence afin de pratiquer des leçons que vous trouvez attrayantes. Chaque leçon est conçue pour vous faire faire un seul pas à la fois. Cela fournit un passage sûr et réussi pour votre approche de la Connaissance. Suivez et utilisez le pas du jour. Il est parfait pour ce jour.
- Lisez la leçon à la fois le matin quand vous vous levez, et plus tard au cours de la journée. A l'occasion, vous pouvez aussi lire la leçon à la première personne, si vous souhaitez en personnaliser le message pour vous-même.
- *Les Pas vers la Connaissance* vous enseignera comment pratiquer et comment développer des habitudes d'étude efficaces. Par moment, vous trouverez peut-être que persévérer dans les pratiques est un réel défi. Cependant, souvenez-vous que *Les Pas* édifiera à la fois votre force et votre conscience de vous-même à travers ses pratiques. Vous êtes capable de faire ces pratiques et votre vie en sera harmonisée et transformée.
- Réservez des horaires de pratique réguliers chaque jour. Ne permettez pas aux circonstances de vous dicter votre disponibilité à vous exercer. La pratique est essentielle pour construire un environnement permettant l'émergence de la Connaissance. Des durées d'exercice ont été ajoutées au-dessous de chaque pas pour vous aider à intégrer votre pratique dans votre journée.
- Tenir un journal est très précieux pour suivre votre progression et voir comment chaque pas joue son rôle quotidien pour vous. Le journal est un puissant outil pour la découverte de soi et vous assistera dans l'application des pas. Tenir un journal vous aidera aussi énormément lors des exercices

de révision qui se trouvent tout au long du programme d'enseignement.

- Soyez patient et laissez les pas produire leurs effets sur vous. Si vous suivez la séquence des pas telle qu'elle est donnée, leur puissance est formidable. Cela prend du temps. Un grand voyage est constitué de nombreux petits pas. Chacun d'eux est nécessaire.
- Si vous ratez un jour, retournez simplement à la pratique. Ne vous condamnez pas (ni le programme). Vous n'avez qu'à continuer avec *Les Pas* pour recevoir tous ses bienfaits.
- *Les Pas vers la Connaissance* peut remettre en question des croyances et des suppositions qui vous sont chères. Si cela survient, acceptez ce défi et voyez ce qu'il renferme pour vous. Vous devez voir au-delà d'un point de vue limité afin de l'élargir. C'est là que vous trouverez satisfaction.
- *Les Pas vers la Connaissance* est un don pour vous de Dieu par le biais des enseignants invisibles qui servent l'humanité. C'est un don pour vous, à recevoir et à donner.

EN CONCLUSION

Le pouvoir et la portée des *Pas vers la Connaissance* sont aussi grands que son but. Sa Source est au-delà de ce monde. Il enseigne que le monde est dans le processus d'entrée dans une Grande Communauté de Mondes. Il offre un nouvel entendement et une nouvelle préparation spirituels qui sont nécessaires pour activer les pouvoirs spirituels et les talents mondains de chaque personne. Cela rachètera son passé et la préparera pour l'avenir. *Les Pas vers la Connaissance* prône une perspective plus large que celle d'un point de vue purement humain en ce qui concerne la compréhension des événements qui ont lieu dans le monde et au-delà de celui-ci. Il serait ainsi juste de dire que le programme d'enseignement des *Pas vers la Connaissance* représente la Sagesse Universelle dans son sens le plus authentique.

Comme *Les Pas vers la Connaissance* l'indique si souvent, il s'agit de faire pleinement l'expérience de la Vérité pour la réaliser et l'appliquer correctement, peu importe la manière dont elle est conceptualisée. C'est un processus pas-à-pas. *Les Pas vers la Connaissance* a été donné pour servir ceux qui sont appelés à prendre conscience de leur héritage et de leur but spirituels dans le monde et à cette époque.

DÉDICACE



*Cette méthode est donnée
à tous les étudiants de la Connaissance dans le monde
avec gratitude et grande espérance
de la part de votre Famille Spirituelle.
Suivez les instructions telles qu'elles sont données.
De cette façon, le pouvoir et l'efficacité de ce travail
vous seront révélés et, ainsi,
le cadeau que nous avons pour vous aura été donné.
C'est avec une grande excitation
que nous vous offrons cela
et, à travers vous, que nous l'offrons au monde.*



LES PAS VERS LA CONNAISSANCE

PREMIÈRE PARTIE

Premier Pas

À PRÉSENT, JE SUIS SANS LA CONNAISSANCE.

Il doit y avoir un commencement à toute étape de développement. Vous devez partir de là où vous êtes, et non pas de là où vous voulez être. Vous débutez ici, dans la compréhension que vous êtes sans la Connaissance. Cela ne veut pas dire que la Connaissance n'est pas avec vous. Cela veut simplement dire que vous n'êtes pas avec la Connaissance. La Connaissance vous attend pour avancer. La Connaissance attend pour se donner à vous. Ainsi, vous commencez à présent à vous préparer à entrer en relation avec la Connaissance, l'aspect supérieur de l'esprit que vous avez apporté avec vous de votre Ancienne Demeure.

Aujourd'hui, passez trois fois dix minutes à réfléchir à ce qu'est la Connaissance. Pas simplement à appliquer vos propres idées, pas simplement à appliquer votre compréhension passée, mais à réfléchir à ce qu'est réellement la Connaissance.

PRATIQUE 1: *Trois séances de pratique de 10 minutes.*

2ème PAS

LA CONNAISSANCE EST AVEC MOI. OÙ SUIS-JE ?

La Connaissance est avec vous, complètement, mais elle réside dans une partie de votre esprit à laquelle vous n'avez pas encore accès. La Connaissance représente votre Véritable Soi, votre Véritable Esprit et vos Véritables Relations dans l'univers. Elle détient aussi votre plus grand appel dans le monde et une parfaite utilisation de votre nature, de l'ensemble de vos capacités et talents intrinsèques, et même de vos limitations ; le tout destiné à être donné pour le bien dans le monde.

La Connaissance est avec vous, mais où êtes-vous ? Aujourd'hui, réfléchissez à là où vous êtes. Si vous n'êtes pas avec la Connaissance, où êtes-vous ? Ainsi, trois fois aujourd'hui, durant 10 minutes, réfléchissez à là où vous êtes, pas seulement physiquement ou géographiquement, mais à là où vous êtes en termes de la conscience que vous avez de vous-même dans le monde. Réfléchissez très, très attentivement. Ne laissez pas votre mental vous distraire de cette orientation. Il est essentiel à présent, au début de votre préparation, que vous vous posiez ces questions très sérieusement.

PRATIQUE 2: *Trois séances de pratique de 10 minutes.*

3ème PAS

QUE SAIS-JE VRAIMENT ?

Aujourd'hui demandez-vous ce que vous savez vraiment, et distinguez ce que vous savez, de ce que vous pensez savoir, de ce que vous espérez, de ce que vous désirez pour vous ou pour votre monde, de ce dont vous avez peur, de ce à quoi vous croyez, de ce que vous choyez, et de ce à quoi vous accordez de la valeur. Distinguez cette question de toutes ces orientations au meilleur de votre capacité, et demandez-vous : « *Que sais-je vraiment ?* ». Vous devez examiner continuellement les réponses que vous donnez à cette question pour voir si elles représentent vos croyances ou vos suppositions, ou les croyances et les suppositions des autres, ou peut-être même de l'humanité dans son ensemble.

A trois reprises aujourd'hui, pendant dix minutes, posez-vous cette question et réfléchissez très sérieusement à votre réponse et au sens de cette question : « *Que sais-je vraiment ?* ».

PRATIQUE 3: *Trois séances de pratique de 10 minutes.*

4ème PAS

JE DÉSIRE CE QUE JE PENSE SAVOIR

Vous désirez ce que vous pensez savoir, et ceci constitue le fondement de votre compréhension de vous-même et de votre monde. En fait, cela constitue le fondement de votre identité toute entière. Par un examen honnête, vous découvrirez cependant que votre compréhension est basée principalement sur des suppositions et que ces suppositions n'ont pas été, dans une grande mesure, sinon pas du tout, fondées sur votre expérience.

Aujourd'hui lors de vos trois brèves séances de pratique, durant lesquelles vous consacrerez toute votre attention à examiner vos suppositions, réfléchissez à ce que vous pensez vraiment savoir, incluant tout ce sur quoi vous n'avez pas songé à vous questionner auparavant ; ces choses que vous pensez savoir. L'exercice d'aujourd'hui poursuit ce qui a été abordé dans les pas précédents, dans lesquels vous avez commencé à percevoir la différence entre ce que vous pensez savoir et la véritable Connaissance elle-même, ainsi que la relation qui existe entre ce que vous pensez être la Connaissance et vos propres suppositions, croyances ou espoirs.

Lors de chaque séance de pratique, il est donc essentiel que vous réfléchissiez aux choses que vous pensez savoir. Quand vous réaliserez qu'elles sont principalement basées sur vos suppositions, vous réaliserez à quel point votre fondation dans le monde est fragile. Le comprendre peut être bouleversant et déconcertant, mais ceci vous est absolument essentiel, afin de vous donner l'impulsion et le désir de découvrir votre véritable fondation dans le monde.

PRATIQUE 4: *Trois séances de pratique de 10 minutes.*

5ème PAS

JE CROIS CE QUE JE VEUX CROIRE.

Cette affirmation représente la grande folie de l'humanité et la plus dangereuse forme d'aveuglement de l'humanité. Les croyances sont fondées essentiellement sur ce qui est souhaité, pas sur ce qui se passe réellement, ni sur ce qui est authentique. Elles peuvent effectivement représenter les idéaux plus grands de l'humanité et en cela, elles sont le reflet de quelque chose de vrai. Cependant, au jour le jour et pour la plupart des questions pratiques, les gens basent leurs croyances sur des choses qu'ils espèrent, pas sur des choses qui existent vraiment. Vous devez avoir une compréhension très solide du fait que l'approche de toute décision et de toute entreprise constructive doit commencer avec la réalité actuelle. Ce que vous êtes et ce que vous avez aujourd'hui doivent constituer votre point de départ.

Ainsi, lors de vos trois séances de pratique aujourd'hui, réfléchissez à cette affirmation. Examinez ce que vous croyez et examinez ensuite ce que vous voulez. Vous découvrirez que même vos croyances craintives ou négatives sont associées à vos ambitions. Seule une application attentive de la pratique d'aujourd'hui vous révélera cela.

PRATIQUE 5: *Trois séances de pratique de 10 minutes.*

6ème PAS

JE POSSÈDE UNE VÉRITABLE FONDATION DANS LE MONDE.

Au-delà des croyances et des suppositions qui masquent vos propres peurs et incertitudes, il existe pour vous une véritable fondation dans le monde. Cette fondation est établie sur votre vie au-delà de ce monde, car c'est de là que vous êtes venu et c'est là que vous retournerez. Vous êtes venu d'un endroit où vous retournerez et vous n'êtes pas venu les mains vides.

À deux reprises aujourd'hui, passez une séance plus longue de 15 à 20 minutes à considérer ce que peut être votre véritable fondation.

Envisagez toutes vos idées à ce sujet. C'est une question très importante. Vous devez réaliser votre grand besoin d'elle pour poser cette question avec sincérité et avec une profondeur pénétrante.

Sans véritable fondation, vos accomplissements et votre avancement réels seraient sans espoir. C'est donc une grande bénédiction que vous en possédiez une, même si celle-ci vous est inconnue.

PRATIQUE 6: *Deux séances de pratique de 15 à 20 minutes.*

7ème PAS

RÉVISION

Lors des deux séances de pratique d'aujourd'hui, révisez tout ce que nous avons parcouru jusqu'ici, en commençant par le premier pas et en continuant progressivement jusqu'à inclure le pas de la veille. Ensuite, considérez la séquence des pas dans son ensemble. Il est très important à cette étape que vous ne cherchiez pas à tirer de conclusions, mais que vous vous posiez des questions et que vous réalisiez à quel point vous avez besoin de la vraie Connaissance. Si vous entreprenez sincèrement cette pratique aujourd'hui, ce grand besoin vous sera très évident. Vous êtes vulnérable sans vos suppositions et cependant vous vous trouvez aussi en position de recevoir la vérité et la certitude dans la vie.

Passez deux séances de pratique aujourd'hui, chacune de 30 minutes, à considérer ces choses.

PRATIQUE 7: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

8ème PAS

AUJOURD'HUI, JE SERAI DANS LA QUIÉTUDE.

Lors de vos deux pratiques de méditation aujourd'hui, pratiquez la quiétude pendant 15 minutes. Commencez par prendre trois respirations profondes et ensuite focalisez votre attention sur un point interne. Cela peut être un point imaginaire ou bien un point de votre corps physique. Les yeux fermés, accordez simplement toute votre attention à cela, sans jugement et sans évaluation. Ne soyez pas découragé si vos tentatives s'avèrent difficiles au début. Commencer quelque chose d'important dans la vie peut être difficile au départ, pourtant si vous persistez, vous accomplirez ce grand but, car dans la quiétude tout peut être su.

PRATIQUE 8: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

9ème PAS

DANS LA QUIÉTUDE TOUT PEUT ÊTRE SU.

La quiétude du mental permet à un Esprit Supérieur d'émerger et de révéler sa sagesse. Ceux qui cultiveront la quiétude avec le désir de la Connaissance se prépareront à une plus grande révélation et à la manifestation d'une véritable perspicacité, qui peut émerger durant une pratique ou durant n'importe quelle activité normale. Le point important ici est que la préparation ait été accomplie.

À deux reprises aujourd'hui, pratiquez à nouveau la quiétude, comme vous l'avez fait hier, mais pratiquez sans attendre un résultat.

Ne vous servez pas de cette pratique pour vous poser une quelconque question, car vous pratiquez la quiétude, au sein de laquelle toute spéculation, toute question et toute recherche prennent fin. Pendant 15 minutes, à deux reprises aujourd'hui, pratiquez de nouveau la quiétude.

PRATIQUE 9: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

APRÈS TOUT, POURQUOI EST-CE QUE JE FAIS CECI ?

Très bonne question ! Pourquoi faites-vous ceci, après tout ? Pourquoi vous posez-vous de telles questions ? Pourquoi cherchez-vous de plus grandes choses ? Pourquoi faites-vous cet effort ? Ces questions sont inévitables. Nous les anticipons. Pourquoi faites-vous cela ? Vous faites cela parce que c'est essentiel. Si vous désirez vivre quelque chose de plus grand qu'une vie purement superficielle et instable, vous devez pénétrer plus en profondeur et ne pas vous contenter d'une confiance basée seulement sur des suppositions fragiles et sur des attentes pleines d'espoir. Il existe un plus grand don qui vous attend, cependant vous devez vous y préparer mentalement, émotionnellement et physiquement. Sans la Connaissance, vous êtes inconscient de votre but. Vous êtes inconscient de votre origine et de votre destinée, et vous traverserez cette vie comme si elle n'était qu'un rêve tourmenté et rien de plus.

10ème PAS

QU'EST CE QUE LA CONNAISSANCE ?

Disons que la Connaissance n'est pas ces choses auxquelles on l'associe en général. Elle n'est pas un ensemble d'idées. Elle n'est pas un corpus d'informations. Elle n'est pas un système de croyances. Elle n'est pas un procédé d'auto-évaluation. Elle est le grand mystère de votre vie. Ses manifestations extérieures sont une profonde intuition, une grande perspicacité, un savoir inexplicable, une sage perception dans le présent et dans l'avenir, et aussi une compréhension du passé empreinte de sagesse. Or, malgré ces grandes réalisations de l'esprit, la Connaissance est encore plus grande que cela. Elle est votre Soi véritable, un Soi qui n'est pas séparé de la vie.

PRATIQUE 10: *Lisez trois fois la leçon aujourd'hui.*

11ème PAS

JE NE SUIS PAS SÉPARÉ DE LA VIE.

Quelles que soient les grandes réalisations qui ont été bâties sur votre individualité et de tout ce qui se trouve associé à votre personne (votre corps, vos idées, vos difficultés, vos manières spécifiques de vous exprimer, vos particularités, vos talents), vous n'êtes pas séparé de la vie. Ceci est si évident si vous vous regardez avec simplicité et si vous réalisez que la composition même de votre corps, tout ce qui constitue le tissu même de votre vie physique, est entièrement constitué de ce qu'est la vie dans son état physique. Il est tout à fait évident que vous êtes fait de la même substance que toutes les autres choses autour de vous. Ce qui est mystérieux est votre mental. Il semble être un point de compréhension distinct, mais il fait autant partie de la vie que votre fabrique physique. Vous êtes un individu inconscient de votre Source et de votre inclusion complète dans la

vie. Votre individualité est actuellement un fardeau, mais elle vous sera un grand bonheur lorsqu'elle pourra exprimer la vie-même.

PRATIQUE 11: *Lisez trois fois la leçon aujourd'hui.*

12ème PAS

MON INDIVIDUALITÉ EXISTE POUR EXPRIMER LA VIE MÊME.

Ici, le caractère unique de votre individualité est un grand avantage et une source de joie, et non une source d'aliénation douloureuse, ni une source de jugements pénibles sur vous-même ou sur les autres. Cette distinction ne vous élève pas au-dessus de qui que ce soit, pas plus qu'elle ne vous place en dessous. Elle identifie simplement le but réel derrière votre individualité et sa grande promesse pour l'avenir. Vous êtes ici pour exprimer quelque chose. C'est le sens véritable donné à votre individualité, car vous ne voulez plus être séparé.

A deux occasions aujourd'hui, demeurez dans le silence, en exerçant la pratique que nous avons illustrée jusqu'ici.

PRATIQUE 12: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

13ème PAS

JE VEUX ÊTRE SÉPARÉ POUR ÊTRE UNIQUE.

Cette pensée représente la véritable motivation de la séparation, cependant elle est inutile. Nous ne la donnons pas ici en tant qu'affirmation, mais en tant qu'expression de votre état actuel. Vous voulez être séparé parce que cela définit votre soi : votre soi est défini en termes de séparation, pas en termes d'inclusion. La séparation est la source de toute votre souffrance et de toute votre confusion mentale. Votre vie physique témoigne d'une vie séparée mais seulement d'un certain point de vue. Vue sous un autre angle, elle ne témoigne pas du tout de la séparation. Elle manifeste une expression unique d'une Réalité Supérieure.

À deux occasions aujourd'hui, passez 15 minutes à vous concentrer sur l'idée du jour. Réfléchissez sérieusement à ce que signifie cette leçon et faites appel à votre propre expérience pour réfléchir à sa pertinence dans votre vie. Réfléchissez à ce que votre désir pour la séparation vous a coûté en termes de temps, d'énergie et de souffrance. Prenez conscience de votre motivation pour la séparation et vous saurez que vous voulez être libre.

PRATIQUE 13: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

14ème PAS

RÉVISION

Une fois encore révisez toutes les leçons données précédemment. Dans cette Révision, relisez les instructions qui ont été

fournies à chacun des pas. Révisez aussi l'ensemble de vos séances de pratique, afin de déterminer la profondeur de votre implication dans la pratique et les résultats dont vous avez fait l'expérience. Tout au long de votre plan d'étude, vous allez explorer le contenu de votre propre expérience. Cela croîtra de soi-même et finira par vous révéler la réalisation de votre propre Connaissance.

Aujourd'hui, passez une séance de pratique d'environ 45 minutes à réviser l'ensemble des instructions et à réviser les résultats et la qualité de votre pratique. Demain, nous commencerons ensemble la prochaine étape de notre préparation.

PRATIQUE 14: *Une séance de pratique de 45 minutes.*

15ème PAS

J'ÉCOUTERAI MON EXPÉRIENCE AUJOURD'HUI.

« Aujourd'hui, j'écouterai mon expérience afin de découvrir le contenu de mon esprit. »

Réalisez que le véritable contenu de votre esprit est enfoui sous tout ce que vous avez accumulé depuis le jour où vous êtes né. Ce véritable contenu souhaite s'exprimer dans le cadre de votre vie et de votre situation actuelles. Pour le discerner, vous devez écouter attentivement et vous devez différencier avec le temps le véritable contenu de votre esprit et ses messages pour vous de l'ensemble des autres impulsions et désirs que vous ressentez. Distinguer les pensées de la Connaissance constitue un des grands accomplissements que vous avez l'opportunité d'apprendre dans ce cours.

L'unique pratique de 45 minutes d'aujourd'hui sera consacrée à l'écoute intérieure. Ceci nécessitera de votre part d'écouter sans jugement, même si le contenu de vos pensées est dérangeant. Même si le contenu de vos pensées est désagréable, vous devrez écouter sans jugement pour permettre à votre mental de s'ouvrir. Vous écouterez quelque chose de plus profond que le mental, mais vous devrez traverser le mental pour y arriver.

PRATIQUE 15: *Une séance de pratique de 45 minutes.*

16ème PAS

AU-DELÀ DE MON MENTAL SE TROUVE LA CONNAISSANCE.

Au-delà de votre mental se trouve la Connaissance, le véritable cœur de votre être, votre véritable Soi, non pas celui que vous avez construit pour négocier avec le monde, mais votre véritable Soi. De ce véritable Soi, viennent des pensées et des impressions, des inclinations et une direction. La plupart de ce que votre véritable Soi vous communique, vous ne pouvez pas encore l'entendre, mais avec le temps vous apprendrez à le faire, à

mesure que votre mental deviendra silencieux, et que vous développerez le raffinement nécessaire dans l'écoute et dans le discernement.

Aujourd'hui pratiquez pendant trois séances de 15 minutes chacune. Écoutez plus attentivement que le jour précédent. Écoutez les inclinations plus profondes. A nouveau, vous devez écouter sans jugement. Vous ne devez rien modifier. Vous devez écouter profondément, afin que vous puissiez apprendre à entendre.

PRATIQUE 16: *Trois séances de pratique de 15 minutes.*

17ème PAS

AUJOURD'HUI JE VEUX ENTENDRE LA VÉRITÉ.

Le désir d'entendre la vérité est quelque chose qui est à la fois un processus et le résultat d'une véritable préparation. Développer la capacité et le désir d'entendre vous conduira à ce que vous recherchez. La vérité vous est totalement bénéfique, mais elle peut au premier abord être très choquante et décevante vis-à-vis de vos autres plans et objectifs. C'est un risque qu'il vous faut courir si vous souhaitez acquérir la certitude, l'autonomie et la responsabilité que la vérité vous apporte. La vérité apporte toujours la résolution des conflits, toujours elle vous offre une expérience de soi, toujours elle vous donne une perception de la réalité actuelle et toujours elle vous fournit une direction pour avancer.

Aujourd'hui lors de vos trois pratiques de 15 minutes, pratiquez l'écoute de la vérité, en essayant d'écouter au-delà de la pensée et des émotions. A nouveau, ne vous inquiétez pas si tout ce que vous entendez est la course désordonnée de vos propres pensées. Rappelez-vous : vous êtes en train de développer l'écoute. C'est la chose la plus importante. De même que vous exercez un muscle dans le corps, vous exercez la faculté du mental appelée : *l'écoute*. Aussi, en ce jour, pratiquez l'écoute en utilisant ces séances de pratique pour vous y consacrer, de sorte que vous puissiez sentir en vous la vérité se lever.

PRATIQUE 17: *Trois séances de pratique de 15 minutes.*

18ème PAS

AUJOURD'HUI JE SENS LA VÉRITÉ SE LEVER EN MOI.

La vérité doit être pleinement expérimentée. Elle n'est pas simplement une idée ; elle n'est pas simplement une image bien que des images et des idées puissent l'accompagner. Elle est une expérience et par conséquent elle est quelque chose qui est profondément ressenti. Elle peut se manifester sous des formes légèrement différentes à ceux qui commencent à la pénétrer, néanmoins, elle se lèvera. Elle est quelque chose que vous devez ressentir. Pour posséder cette capacité à ressentir, votre mental doit être silencieux. La vérité est quelque chose que vous sentirez avec tout votre corps, avec tout votre être.

La Connaissance ne vous parle pas à tout moment, mais elle possède toujours un message pour vous. Se rapprocher de la Connaissance signifie que vous ressemblez de plus en plus à la Connaissance elle-même – plus entier, plus constant, plus honnête, plus dévoué, plus concentré, plus auto-discipliné, plus compatissant et plus aimant envers vous-même. Toutes ces qualités sont développées à mesure que vous vous approchez de ce qui est la source de ces qualités.

C'est dans cette direction que vous vous exercerez à avancer aujourd'hui, à mesure que vous sentirez la vérité se lever en vous. Ceci unifiera tous vos différents aspects, vous procurant une expérience entière de vous-même. Durant vos trois pratiques de 15 minutes, accordez toute votre attention à sentir la vérité se lever en vous. Pratiquez dans la quiétude et ne soyez pas découragé si c'est difficile au début. Pratiquez simplement et vous avancerez.

Ainsi, tout au long de la journée, sans doute ni hésitation, poursuivez votre vrai but dans la vie. De ce vrai but, proviendront toutes les choses importantes que vous aurez à accomplir et le grand pouvoir de vision et de discernement qui vous permettra de découvrir ces individus que vous êtes venu trouver dans le monde.

PRATIQUE 18: *Trois séances de pratique de 15 minutes.*

19ème PAS

AUJOURD'HUI JE SOUHAITE VOIR.

Le désir de voir est comme le désir de savoir. Lui aussi requiert un affinement de vos facultés mentales. Voir avec une vision claire signifie que vous ne regardez pas avec préférence. Cela signifie que vous êtes capable de percevoir ce qui se passe réellement plutôt que ce que vous souhaitez voir. Il existe quelque chose qui se passe au-delà de vos souhaits. Cela est effectivement vrai. Le désir de voir, alors, est le désir de regarder une plus grande vérité. Ceci requiert une plus grande honnêteté et une plus grande ouverture d'esprit.

Aujourd'hui lors de vos deux séances de pratique, entraînez-vous à porter votre regard sur un simple objet ordinaire. Ne décollez pas vos yeux de cet objet, mais regardez et exercez-vous à regarder très consciencieusement. Vous n'essayez pas de voir quelque chose. Vous regardez simplement avec votre esprit ouvert. Quand l'esprit est ouvert, il fait l'expérience de sa propre profondeur et il fait l'expérience de la profondeur de ce qu'il perçoit.

Choisissez un objet simple qui a très peu de signification pour vous et fixez votre attention sur lui, deux fois aujourd'hui pendant au moins 15 minutes. Laissez votre mental devenir très calme. Respirez profondément et régulièrement tandis que vous fixez votre attention sur cet objet. Laissez votre mental se calmer.

PRATIQUE 19: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

20ème PAS

JE NE LAISSERAI PAS LE DOUTE ET LA CONFUSION RALENTIR MON PROGRÈS.

Qu'est ce qui peut ralentir votre progrès, sinon votre propre indécision, et qu'est ce qui peut engendrer l'indécision sinon la confusion du mental ? Vous avez un but supérieur qui est illustré dans ce programme de préparation. Ne laissez pas le doute et la confusion être un obstacle pour vous. Être un véritable étudiant signifie que vous faites très peu de suppositions et que vous vous dirigez d'une manière que vous ne prescrivez pas pour vous-même, mais qui vous est donnée par une Puissance Supérieure. Cette Puissance Supérieure désire vous élever à son propre niveau de capacité. De cette manière, vous recevez le don de la préparation, afin que vous puissiez le transmettre aux autres. De cette manière, il vous est donné ce que vous-même ne pouvez pas vous apporter. Vous réalisez votre pouvoir personnel et votre capacité, parce qu'ils doivent être développés afin que vous puissiez poursuivre un programme de cette nature. Vous réalisez également votre inclusion dans la vie, à mesure que la vie s'efforce de vous servir dans votre véritable développement.

Aussi, effectuez le même exercice que celui que vous avez essayé hier lors de vos deux séances de pratique et ne laissez pas le doute ou la confusion vous dissuader. Soyez aujourd'hui un véritable étudiant. Veillez à vous concentrer sur votre pratique. Donnez-vous à la pratique. Soyez un véritable étudiant aujourd'hui.

PRATIQUE 20: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

21ème PAS

RÉVISION

Dans votre troisième révision, revoyez l'ensemble des leçons de la semaine passée et les résultats de ces leçons. Pratiquez aujourd'hui sans tirer aucune conclusion, mais reconnaissez simplement la ligne de développement et prenez note du progrès que vous avez accompli jusqu'ici. Il est trop tôt pour tirer de véritables conclusions, bien que cela puisse être très tentant de le faire. Les étudiants débutants ne sont pas en position de juger leur programme. Ce droit doit être gagné et viendra plus tard si vous désirez que vos jugements possèdent un véritable effet et qu'ils soient sages.

Ainsi, lors de votre unique séance, révisez la section passée de pratique et tout ce qui a été expérimenté jusqu'ici.

PRATIQUE 21: *Une séance de pratique de 45 minutes.*

22ème PAS

JE SUIS ENTOURÉ PAR LES ENSEIGNANTS DE DIEU.

Vous êtes effectivement entouré par les Enseignants de Dieu, qui ont suivi une préparation semblable sous bien des aspects à celle que vous entreprenez à présent. Bien que donnée sous de multiples et différentes formes, à diverses époques, en différents mondes, un entraînement très similaire à celui-ci leur fut donné, lequel était adapté avec sagesse à leur état d'esprit et aux circonstances de leur vie d'autrefois.

Aujourd'hui, lors des deux séances de pratique de 15 minutes, ressentez la présence des Enseignants de Dieu. Vous ne pouvez pas encore les voir avec vos yeux, ni les entendre avec vos oreilles, parce que ces facultés sensorielles n'ont pas encore été suffisamment raffinées, mais vous pouvez ressentir leur présence, car leur présence vous entoure et vous protège. Lors de votre pratique, ne laissez pas interférer d'autres pensées.

Ne vous adonnez pas au doute ou à la confusion, car vous devez vous préparer à recevoir la récompense que vous recherchez et vous devez savoir que vous n'êtes pas seul dans le monde, afin d'avoir la force, la confiance et la ressource de Sagesse nécessaires pour accomplir ce pour quoi vous avez été envoyé ici.

Vous êtes entouré des Enseignants de Dieu. Ils sont ici pour vous aimer, vous soutenir et vous guider.

PRATIQUE 22 : *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

23ème PAS

JE SUIS AIMÉ, ENTOURÉ ET SOUTENU PAR LES ENSEIGNANTS DE DIEU.

Cette vérité deviendra une évidence même à mesure que vous vous préparerez, mais pour le moment elle peut demander une grande foi. Cette idée peut défier des pensées ou croyances existantes, mais elle est néanmoins vraie. Le plan de Dieu est invisible et il est reconnu par très peu de personnes, car très peu de personnes ont l'ouverture d'esprit et la qualité d'attention leur permettant de voir ce qui se passe effectivement autour d'eux et qui, à ce stade, ne leur est pas du tout évident. Vos Enseignants vous aiment, vous entourent et vous soutiennent, car vous émergez dans la Connaissance. Cela les appelle à vos côtés. Vous êtes parmi les rares qui possèdent la promesse et l'opportunité d'émerger du sommeil de votre propre imagination dans la grâce de la Réalité.

Ainsi, lors de vos deux séances de pratique aujourd'hui, ressentez cet amour, ce soutien et cette direction. C'est une sensation. Ce ne sont pas des idées. C'est une sensation. C'est quelque chose que vous devez ressentir. L'amour est quelque chose que vous devez ressentir pour le connaître. Vous êtes effectivement aimé, entouré et soutenu par vos Enseignants, et vous êtes tout à fait digne du grand don qu'ils vous font.

PRATIQUE 23 : *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

24ème PAS

JE SUIS DIGNE DE L'AMOUR DE DIEU.

Vous êtes effectivement digne de l'amour de Dieu. En réalité, vous êtes véritablement l'amour de Dieu. Sans aucune prétention, au cœur de vous-même, c'est votre Soi Véritable. Ce n'est pas le Soi dont vous faites l'expérience pour l'instant, et jusqu'à ce que vous en fassiez effectivement l'expérience, ne prétendez pas que cela soit votre expérience. Mais soyez vraiment conscient que ceci est votre Soi. Vous êtes une personne, mais vous êtes plus grand qu'une personne. Comment pouvez-vous être indigne de l'amour de Dieu, si cela est ce que vous êtes ? Vos Enseignants vous entourent et vous procurent ce que vous êtes, afin que vous puissiez faire l'expérience de vous-même et de votre véritable relation avec la vie.

Lors de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, exercez-vous une fois encore à recevoir l'amour, le soutien et la direction de vos Enseignants, et si une quelconque pensée obstrue cela, si une quelconque émotion empêche cela, rappelez-vous votre grande valeur. Vous êtes digne, non pas du fait de ce que vous avez accompli dans le monde. Vous êtes digne du fait de qui vous êtes, du fait de là d'où vous venez et du fait de là où vous allez. Votre vie est peut-être remplie d'erreurs et de fautes, de mauvaises décisions et de choix sans valeur, mais il n'en reste pas moins que vous êtes venu de votre Ancienne Demeure, à laquelle vous allez retourner. Votre dignité aux yeux de Dieu demeure inchangée. Il n'y a qu'un grand effort à faire pour réparer vos erreurs afin que vous puissiez faire l'expérience de votre Soi Véritable, et qu'ainsi il puisse être rendu dans le monde.

Ainsi, lors de vos séances de pratique, pratiquez la réceptivité et faites l'expérience de la véritable dignité. Ne laissez aucune pensée entrer en conflit avec la plus grande vérité de la vie.

PRATIQUE 24 : Deux séances de pratique de 15 minutes.

25ème PAS

JE NE FAIS QU'UN AVEC LA PLUS GRANDE VÉRITÉ DE LA VIE.

Quelle est la plus grande des vérités de la vie ? C'est quelque chose dont il faut faire l'expérience, car aucune grande vérité ne peut être contenue dans une idée seule, bien que des idées puissent la refléter au sein de votre expérience actuelle. Une grande vérité est le produit d'une grande relation. Vous avez une grande relation avec la vie. Vous avez une grande relation avec vos véritables Enseignants qui sont en vous. En fin de compte, vous pourrez faire l'expérience d'une grande relation avec ceux qui sont dans votre vie extérieure, mais vous devez en premier lieu faire l'expérience de la source de votre grande relation dans sa véritable fondation. Ensuite, il s'agira seulement de pouvoir transférer cela dans le monde extérieur, ce que vous ferez naturellement le moment venu.

Lors de vos deux séances de pratique, exercez-vous à ressentir cette relation. Il vous est à nouveau demandé de recevoir, parce que vous devez

d'abord recevoir cette relation pour la donner. Une fois reçue, elle se donnera d'elle-même naturellement. En procédant ainsi, votre valeur est rétablie car elle est tout à fait apparente. Vous n'avez pas à vous donner une fausse image de vous-même ou de votre expérience. Partager un grand amour avec honnêteté signifie que vous devez être en train d'en faire l'expérience. C'est cette expérience que nous souhaitons vous donner en ce jour.

PRATIQUE 25 : *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

26ème PAS

MES ERREURS DONNENT NAISSANCE A MA CONNAISSANCE.

Il est inutile de justifier l'erreur, mais l'erreur peut vous amener à valoriser la vérité, et en cela elle peut mener à la véritable Connaissance. C'est sa seule et unique valeur possible. Nous ne défendons pas l'erreur, mais si une erreur survient, nous souhaitons la mettre au service de votre besoin le plus véritable, afin que vous puissiez apprendre d'elle et ne plus la répéter. Il ne s'agit pas pour vous de simplement oublier vos erreurs, car vous ne pouvez pas faire cela. Il ne s'agit pas pour vous de simplement justifier vos erreurs, car cela vous rendra malhonnête. Il ne s'agit pas pour vous de simplement considérer vos erreurs comme si elles vous avaient purement et simplement rendu service, car elles ont vraiment été douloureuses. Ce que cela signifie vraiment, c'est que vous reconnaissez qu'une erreur est une erreur et que vous essayez ensuite d'en tirer parti. Il faut accepter la souffrance de l'erreur et la tribulation de l'erreur, car cela vous enseignera ce qui est réel et ce qui ne l'est pas, ce à quoi accorder de la valeur et ce à quoi ne pas accorder de valeur. Utiliser l'erreur pour se développer signifie que vous avez accepté l'erreur et qu'à présent vous cherchez à en tirer de la valeur, parce que jusqu'à ce qu'une valeur soit tirée de l'erreur, elle ne sera qu'une erreur et elle sera pour vous une source de souffrance et de malaise.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique de 30 minutes, examinez des erreurs précises que vous avez commises qui ont été très douloureuses. Ne tentez pas de minimiser la souffrance occasionnée par celles-ci, mais voyez de quelle manière, dans vos circonstances de vie actuelle, vous pouvez les utiliser dans votre propre intérêt. Vous servir des erreurs de cette façon peut vous indiquer ce que vous avez à faire et quelles corrections ou ajustements doivent être faits pour améliorer la qualité de votre vie. Souvenez-vous que toute résolution apportée à une erreur engendre toujours une véritable reconnaissance et un véritable discernement dans les relations.

Lors de vos séances de pratique, reconsidérez les erreurs qui vous viennent à l'esprit alors que vous êtes seul et tranquillement assis, et voyez ensuite comment chacune d'elle peut être utilisée dans votre intérêt actuel. Que devez-vous apprendre d'elles ? Qu'est-ce qui doit être fait et qui n'a pas été fait auparavant ? Qu'est-ce qui ne doit pas être fait et qui a été

fait auparavant ? Comment ces erreurs peuvent-elles être reconnues à l'avance ? Quels furent les signes qui les ont précédées et comment de tels signes peuvent-ils être reconnus avant que l'erreur ne se produise à l'avenir ?

Dédiez ces séances de pratique à ce processus d'introspection et quand vous l'aurez fait, ne parlez à personne des résultats, mais laissez cette investigation se poursuivre naturellement, comme elle se fera naturellement.

PRATIQUE 26 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

27ème PAS

J'AI UNE SAGESSE QUE JE DÉSIRE DÉCOUVRIR.

Cette affirmation représente votre véritable volonté. Si vous ne ressentez pas cela, cela signifie que vous êtes en train d'entretenir quelque chose de faux et sans véritable fondement en votre être. Si vous avez jamais ressenti auparavant que la vérité vous a trahi, alors vous n'avez pas reconnu sa valeur. Peut-être a-t-elle déçu vos plans et vos objectifs. Peut-être avez-vous perdu quelque chose que vous vouliez vraiment. Peut-être vous a-t-elle empêché de rechercher quelque chose qui était désirable. Mais dans tous les cas, elle vous a sauvé de la souffrance et de la misère. Jusqu'à ce que votre véritable fonction ait été reconnue, vous ne pourrez pas apprécier la manière dont la vérité vous a servi, car jusqu'à ce que votre fonction ait été découverte, vous essayerez de faire appel à d'autres fonctions et de les justifier. Si ces autres fonctions sont dissuadées ou niées par la vérité, une grande confusion et un grand conflit peuvent exister. Pourtant, souvenez-vous que la vérité vous a toujours sauvé d'une plus grande erreur que vous auriez sinon commise.

Les gens ne peuvent pas faire l'expérience de la Connaissance, parce qu'ils sont préoccupés par des pensées et des jugements. Ces pensées et ces jugements créent chez l'individu un monde replié sur lui-même, un monde enclavé, à partir duquel celui-ci ne peut pas percevoir l'extérieur. Il peut seulement voir le contenu de ses pensées et cela colore entièrement son expérience de la vie, à un point tel qu'il ne peut pas voir la vie du tout.

Ainsi, lors de vos deux séances de pratique de 30 minutes, observez et voyez comment la vérité vous a servi. Regardez les expériences qui ont été heureuses. Regardez les expériences qui ont été pénibles. En particulier à travers ces expériences pénibles, regardez comment la vérité vous a servi. Regardez avec l'esprit ouvert. Ne défendez pas une ancienne position, même si vous êtes tenté de le faire. Si la souffrance d'une perte à une époque passée persiste, acceptez cette douleur et son découragement, mais essayez d'observer et de voir de quelle façon vous avez été vraiment servi par cette perte.

Vous devez cultiver l'idée que votre expérience vous sert. Cela ne justifie pas l'expérience en elle-même. Comprenez-le. Cela vous donne simplement une opportunité d'utiliser votre expérience pour votre avancement et pour vous fortifier. La vérité opère dans le monde des illusions pour aider ceux qui répondent à la vérité dans leur vie. Vous répondez à la vérité, sinon vous n'auriez pas entrepris ce programme de développement. Ainsi, vous êtes arrivé au point où il semble que la vérité entre en compétition avec d'autres choses et qu'elle est, par conséquent, très difficile à reconnaître. Dans ce programme de développement, la vérité sera distinguée de toute autre chose d'une manière telle que vous pourrez en faire directement l'expérience et que vous ne serez pas confus quant à son apparence ou à son existence bénéfique dans votre vie. Car la vérité est ici pour vous servir de même que vous êtes ici pour servir la vérité.

PRATIQUE 27 : *Deux exercices de 30 minutes.*

28ème PAS

RÉVISION

Nous commencerons notre quatrième séance de révision par une prière spéciale.

« J'accepte ma Connaissance comme un don de Dieu.

J'accepte mes Enseignants comme mes frères et mes sœurs aînés.

J'accepte mon monde comme un endroit où la Connaissance peut contribuer et être rétablie.

J'accepte mon passé comme une démonstration d'une vie sans la Connaissance.

J'accepte les miracles de ma vie comme une démonstration de la présence de la Connaissance et je me consacre désormais à cultiver ce qu'il y a de meilleur en moi pour le donner au monde. »

Une fois encore nous allons réviser la semaine passée de pratique, en relisant l'ensemble des enseignements et en revoyant pour chaque pas ce qui a surgi dans vos temps de pratique. Demandez-vous à quel point vous vous êtes appliqué à la pratique, à quel point vous avez voulu chercher et explorer, avec quel soin vous avez examiné votre propre expérience et avec quelle intensité vous étiez motivé à pénétrer les barrières qui ont pu exister.

Notre unique séance de 45 minutes de révision commencera à vous donner une perspective de votre développement dans cette préparation. C'est un bénéfice non seulement pour vous-même, mais également pour ceux que vous servirez à l'avenir, car de même que vous recevez à présent, vous souhaitez donner dans le contexte et la forme qui vous seront appropriées. Vous devez comprendre de quelle façon les gens apprennent et de quelle façon ils se développent. Cela doit venir de votre propre expérience et doit représenter l'amour et la compassion qui sont les

émanations naturelles de votre Connaissance. A nouveau, ne laissez aucun doute ni aucune confusion vous dissuader de votre véritable application.

PRATIQUE 28 : *Une séance de pratique de 45 minutes.*

29ème PAS

AUJOURD'HUI, JE M'OBSERVERAI POUR APPRENDRE DE LA CONNAISSANCE.

Durant ce jour spécial de pratique, observez-vous au cours de la journée en conservant une conscience de vos pensées et de votre comportement aussi éveillée que possible. Afin de développer cette qualité d'auto-observation, vous devez être aussi libre du jugement que possible, car le jugement vous rend incapable d'observer. Vous devez vous étudier vous-même comme si vous étiez quelqu'un d'autre, envers qui vous pouvez être bien plus objectif.

Nous pratiquerons aux heures aujourd'hui. A chaque heure, vous aurez à prendre un moment pour percevoir vos pensées et observer votre comportement. Cette conscience de soi constante vous rendra capable de devenir beaucoup plus engagé dans votre expérience actuelle et elle permettra à votre Connaissance d'exercer son influence bénéfique sur vous à un degré bien plus élevé. La Connaissance sait ce dont vous avez besoin et elle sait comment vous servir, cependant il vous faut apprendre comment recevoir. Avec le temps, il vous faudra apprendre également comment donner, de sorte que vous puissiez recevoir davantage. Votre réceptivité est importante car elle vous rend capable de donner, et donner est l'essence de l'accomplissement dans ce monde. Cependant, vous ne pouvez pas donner à partir d'un état appauvri. Ainsi, votre don doit être authentique, né de la réceptivité débordante que vous avez cultivée en vous, dans vos relations avec les autres et avec la vie.

Chaque pratique ne nécessite que quelques minutes, mais toute votre attention devrait y être portée. Vous n'avez pas à fermer les yeux pour le faire. Cependant, si cela s'avère approprié, ce peut-être utile. Vous pouvez pratiquer au milieu d'une conversation avec autrui. En fait, il y a très peu de circonstances qui empêcheront ce moment d'introspection. En pratique, demandez-vous simplement : « *Comment est-ce que je me sens ?* » – « *Que suis-je en train de faire en ce moment ?* ». C'est tout. Ressentez alors s'il y a quelque chose qu'il vous faut faire et que vous n'êtes pas en train de faire. S'il n'y a aucune correction à apporter, continuez à faire ce que vous êtes en train de faire. S'il y a des corrections à apporter, faites-les aussitôt que possible. Laissez votre gouverne intérieure vous influencer, ce qu'elle fera si vous n'êtes pas gouverné par des impulsions, par la peur ou par l'ambition. Observez-vous aujourd'hui.

PRATIQUE 29 : *Pratique horaire.*

30ème PAS

AUJOURD'HUI, J'OBSERVERAI MON MONDE.

En ce jour, observez votre monde, en suivant le même plan pratique que celui appliqué le jour précédent. Observez votre monde sans jugement et observez ce que vous êtes occupé à faire dans le monde, sans jugement.

Ressentez alors si quelque chose a besoin d'être fait. A nouveau, vos pratiques à chaque heure ne vous prendront que quelques minutes de votre temps, et avec l'entraînement, elles deviendront plus rapides, plus pointues et plus efficaces.

Nous désirons que vous regardiez le monde sans jugement, car cela vous rendra capable de voir le monde tel qu'il est en réalité. Ne croyez pas avoir déjà vu le monde tel qu'il est réellement, car ce que vous avez vu était votre jugement sur lui. Le monde que vous verrez sans jugement est un monde différent, que vous n'avez encore jamais vu.

PRATIQUE 30: *Pratique horaire.*

31ème PAS

JE DÉSIRE VOIR UN MONDE QUE JE N'AI JAMAIS VU AUPARAVANT.

Ceci représente votre désir pour la Connaissance. Ceci représente votre désir pour la paix. C'est exactement le même désir. Ce désir émane de votre Connaissance. Il peut entrer en concurrence avec d'autres désirs. Il peut représenter une menace pour d'autres choses, bien qu'il n'ait pas nécessairement à le faire. Ainsi, l'affirmation d'aujourd'hui reflète votre véritable volonté dans la vie. À mesure qu'elle s'affirmera, elle vous deviendra plus évidente et avec le temps, vous serez de plus en plus capable d'en faire l'expérience.

Aujourd'hui, à chaque heure, ressentez votre désir de voir un monde différent. Regardez le monde sans jugement et dites-vous : « *Je désire voir un monde différent* ». Faites cela à chaque heure. Essayez de ne manquer aucune séance de pratique. Pratiquez, peu importe comment vous vous sentez, peu importe ce qu'il se passe. Vous êtes plus grand que vos états émotionnels, vous n'avez donc pas à les renier, bien qu'avec le temps, ils auront à être contrôlés. Vous êtes plus grand que les images que vous voyez autour de vous, car elles représentent, pour la plupart, votre jugement sur le monde. Employez cette journée à regarder sans jugement et à ressentir alors que vous regardez.

PRATIQUE 31: *Pratique horaire.*

32ème PAS

LA VÉRITÉ EST AVEC MOI. JE PEUX LA RESENTIR.

La vérité est avec vous. Vous pouvez la ressentir et elle peut briller dans votre conscience et dans vos émotions si vous le permettez.

Aujourd'hui, poursuivez votre préparation en développant le désir pour la vérité et l'aptitude à faire l'expérience de la vérité.

Lors de vos deux plus longues séances de pratique, chacune d'une durée de 30 minutes, asseyez-vous tranquillement, les yeux fermés, en respirant profondément et régulièrement, et essayez de ressentir la vérité au-delà de l'agitation constante de vos pensées. Servez-vous de votre respiration pour vous amener plus en profondeur, car votre respiration vous amènera toujours au-delà de vos pensées si vous la suivez consciencieusement. Ne laissez rien vous distraire ou vous dissuader. Si quelque chose pénètre votre mental et que vous éprouvez de la difficulté à vous en dégager, dites-vous que vous regarderez cela un peu plus tard, mais que pour l'instant, vous prenez un peu de répit par rapport à vos pensées. Exercez-vous à ressentir la vérité. Ne pensez pas à la vérité. Exercez-vous à ressentir la vérité.

PRATIQUE 32: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

33ème PAS

J'AI UNE MISSION À ACCOMPLIR DANS MA VIE.

Vous avez une mission à accomplir dans la vie, une mission qui vous a été confiée avant que vous ne veniez ici, une mission que vous passerez en revue une fois parti. Elle concerne le rétablissement de la Connaissance et l'engagement juste avec d'autres afin de produire des résultats spécifiques dans le monde. Il n'est pas tellement important que vous évaluiez maintenant votre vie actuelle pour voir si elle reflète ce but supérieur, car vous êtes engagé pour le moment dans le rétablissement de la Connaissance. À mesure que votre Connaissance deviendra plus forte, elle rayonnera son bienfait sur vous et à travers vous. Vos activités seront alors ajustées selon la nécessité. Par conséquent, vous n'avez pas besoin de blâmer ni d'excuser le passé ou vos activités en cours, car vous adhérez maintenant à un plus grand pouvoir en vous.

Lors de vos deux longues séances de pratique d'aujourd'hui, approfondissez l'idée qu'il existe une grande mission dans la vie vous concernant. Réfléchissez-y. Ne vous laissez pas immédiatement convaincre par vos propres premières réponses. Pensez-y attentivement. Pensez à ce que cela pourrait signifier. Pensez aux moments dans votre vie durant lesquels vous avez déjà réfléchi ou considéré cette possibilité. Lors de vos deux séances de pratique, vous aurez alors une occasion de prendre cela en considération, mais attention – ne tirez pas de conclusion pour l'instant.

PRATIQUE 33: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

34ème PAS

JE SUIS UN ÉTUDIANT DÉBUTANT DE LA CONNAISSANCE.

Vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. Aussi intuitif que vous pensiez être, aussi capable que vous pensiez être mentalement, aussi honnête que vous pensiez être émotionnellement, quelle que soit la reconnaissance de votre avancement, vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. Soyez heureux qu'il en soit ainsi, car les étudiants débutants sont en situation de tout apprendre et n'ont pas à défendre leurs accomplissements. Nous ne rabaissons pas vos accomplissements, mais souhaitons au lieu de cela projeter la lumière de la vérité sur la grandeur qui attend d'être découverte en vous, une grandeur qui vous offrira une véritable égalité dans la vie et qui, avec le temps, révélera ce que vous êtes spécifiquement venu faire ici.

Lors de vos deux séances de pratique, commencez par reconnaître que vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance et rappelez-vous de ne tirer aucune conclusion prématurée, que ce soit au sujet de ce cours ou au sujet de vos capacités en tant qu'étudiant. De tels jugements sont hâtifs et reflètent rarement la vérité d'une quelconque manière. Ils sont généralement une forme d'auto-découragement et ne servent alors aucun but valable du tout.

Après avoir affirmé à vous-même l'idée d'aujourd'hui et vous être rappelé de ne pas juger, pratiquez 15 minutes de quiétude intérieure durant vos deux séances de pratique. Tentez de ressentir la vérité en vous. Concentrez votre mental sur un point, que ce soit un point physique ou un point imaginaire si nécessaire. Laissez toutes choses se poser en vous. Laissez-vous devenir aussi tranquille que possible et ne soyez pas découragé en cas de difficulté. Vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance et par conséquent vous pouvez tout apprendre.

PRATIQUE 34: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

35ème PAS

RÉVISION

Cette révision vous offre l'occasion d'apprendre quelque chose sur la Voie de la Connaissance de la grande Communauté. Lors de deux séances de pratique de 30 minutes, passez en revue vos leçons et vos expériences durant les pratiques de la semaine précédente. Faites cela avec aussi peu de jugement que possible. Simplement, observez et voyez ce qui a été enseigné, ce que vous avez fait et quel en a été le résultat. Cette révision objective vous donnera le plus grand accès à la perspicacité et à la compréhension, avec un minimum d'effort et d'exigence envers vous-même. Vous apprenez à présent à devenir objectif par rapport à votre vie, sans réprimer le contenu de vos émotions. Au lieu d'essayer de détruire un aspect de vous-même, vous essayez simplement d'en cultiver un autre.

Ainsi, dans votre révision, servez-vous de cette phrase-ci comme guide : « *Je regarderai, mais je ne jugerai pas* ». De cette façon, vous serez capable de reconnaître des choses. Rappelez-vous combien il vous est plus

aisé d'être perspicace par rapport à la vie des autres et combien peu vous pouvez l'être pour la vôtre. Une plus grande objectivité est possible envers les autres, parce que vous n'essayez pas de vous servir de leur existence dans un but précis, sans quoi vous serez incapable de les comprendre, de comprendre leur nature, leur développement et leur destinée. Ainsi, moins vous essayez de vous servir de votre vie, plus vous serez capable de la comprendre, de l'apprécier et de travailler avec son mécanisme intrinsèque pour votre plus grand avancement.

PRATIQUE 35 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

36ème PAS

MA VIE EST UN MYSTÈRE À EXPLORER.

En vérité, votre vie est un mystère, et oui, elle requiert vraiment que vous l'exploriez si vous désirez comprendre son but, son sens et sa véritable direction. Ceci est essentiel à votre bonheur et à votre accomplissement dans le monde, car si vous regardez votre vie attentivement, vous réalisez que vous n'avez pas été satisfait par de petites choses. Pour vous qui recherchez la Connaissance, quelque chose de plus grand doit être donné. Il vous faut pénétrer au-delà de la simple surface des choses, qui semble suffire pour stimuler la plupart des gens. Il vous faut accepter votre aspiration la plus profonde, sans quoi vous vous causerez une peine et un conflit inutiles. Ce que les autres valorisent n'est pas important. Ce que vous valorisez est important. Si vous recherchez un sens plus profond, qui est le sens véritable, vous devez pénétrer au-delà de la surface de votre mental.

Durant vos deux séances pratiques aujourd'hui, dans la méditation, concentrez-vous à nouveau pour ressentir la présence de vos Enseignants Spirituels. Vous n'avez rien de particulier à faire sinon vous détendre, respirer et permettre à votre mental de s'ouvrir. La qualité de votre relation avec vos Enseignants est essentielle pour vous donner force et encouragement, car vous pouvez avec raison douter de vos propres compétences. Néanmoins vous avez une bonne raison de vous fier pleinement aux talents de vos Enseignants, qui ont parcouru ce chemin avant vous sur leur route vers la Connaissance. Ils connaissent la voie qu'ils cherchent à présent à partager avec vous.

PRATIQUE 36: *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

37ème PAS

IL EXISTE UNE VOIE VERS LA CONNAISSANCE.

Comment peut-il ne pas y avoir une voie vers la Connaissance quand la Connaissance est votre vrai Soi ? Comment peut-il ne pas y avoir une voie pour que la Connaissance s'exprime quand elle est la forme la plus naturelle d'expression ? Comment peut-il ne pas y avoir une voie pour que la Connaissance vous guide dans vos relations quand la Connaissance est la source parfaite de toutes vos relations ? Il existe une

voie vers la Connaissance. Elle requiert capacité et désir. Tous deux demanderont du temps pour se développer. Vous devez apprendre à valoriser le vrai et à ne pas valoriser le faux. Et savoir les séparer et les reconnaître demandera du temps. Il vous faudra du temps pour comprendre que le faux ne vous satisfait pas et que le vrai vous satisfait. Cela doit être appris au travers des épreuves, des erreurs et du contraste. A mesure que vous vous approchez de la Connaissance, votre vie deviendra plus pleine, plus certaine et plus directe. Lorsque vous vous en éloignerez, vous retournerez à la confusion, la frustration et la colère.

Lors de vos deux séances d'aujourd'hui, qui ne sont pas des pratiques de méditation, passez au moins 15 minutes à réfléchir à toutes les façons d'accéder à la Connaissance. Notez sur une feuille de papier tous les moyens d'accéder à la Connaissance. Passez l'ensemble des deux séances de pratique à noter ces moyens et à épuiser toutes les possibilités que vous pouvez imaginer. Essayez d'être très explicite. Servez-vous de votre imagination, cependant soulignez les propositions qui vous semblent vraiment réalistes et signifiantes. Ainsi, vous saurez ce que vous pensez sur la manière de trouver une voie vers la Connaissance et à partir de cela vous réaliserez que Dieu connaît la voie vers la Connaissance.

PRATIQUE 37 : *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

38ème PAS

DIEU CONNAÎT LA VOIE VERS LA CONNAISSANCE.

Comment pouvez-vous trouver votre voie, alors que vous êtes perdu ? Comment pouvez-vous connaître la certitude, alors que vous valorisez tant ce qui est temporaire ? Comment pouvez-vous connaître le pouvoir de votre vie, alors que vous êtes si intimidé par des menaces de perte et de destruction ? La vie vous est favorable, car elle n'offre pas seulement la récompense mais aussi la voie vers la récompense. Si cela dépendait de vous, ce serait vraiment cruel, car il vous faudrait essayer chacune des possibilités que vous pourriez concevoir et ensuite essayer les possibilités que les autres auraient conçues, et même les opportunités d'atteindre la Connaissance que d'autres auraient utilisées avec succès, mais qui en fin de compte pourraient ne pas vraiment fonctionner pour vous. Durant votre bref laps de temps dans le monde, comment pourriez-vous accomplir tout cela et continuer à maintenir votre vitalité ? Comment pourriez-vous maintenir votre motivation pour la Connaissance quand tant de chemins décevraient vos espoirs ?

Ayez foi aujourd'hui en sachant que Dieu connaît la voie vers la Connaissance et que vous avez seulement à suivre la voie qui vous est offerte. Dans cette voie, la Connaissance émerge simplement en vous parce qu'elle est reconnue, car seul Dieu connaît la Connaissance en vous et seule la Connaissance en vous connaît Dieu. A mesure que les deux résonnent ensemble, ils deviennent tous deux plus apparents. En cela, vous trouverez la paix.

Au cours de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, chacune d'une durée de trente minutes, exercez-vous à ressentir la présence de Dieu, silencieusement, dans la quiétude, sans réfléchir à Dieu, sans spéculer, sans vous interroger, sans douter, mais seulement en ressentant. Ce n'est pas sur l'imaginaire que vous devez vous concentrer maintenant, bien que vous ayez l'habitude de vous concentrer sur de l'imaginaire. Dans le silence et la quiétude, tout devient apparent. Dieu est très calme, car Dieu ne va nulle part. En devenant calme, vous ressentirez le pouvoir de Dieu.

PRATIQUE 38: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

39ème PAS

LE POUVOIR DE DIEU EST AVEC MOI.

Le pouvoir de Dieu est avec vous. Il est au sein de votre Connaissance. Apprenez alors à rétablir votre Connaissance et vous apprendrez à rétablir le pouvoir que Dieu vous a donné, et vous rétablirez également votre pouvoir, car votre pouvoir vous sera nécessaire pour approcher le pouvoir de Dieu. Ainsi, tout ce qui est authentiquement puissant et tout ce qui est authentiquement bon sera reconnu en vous et en Dieu. Faites ainsi de ce jour un jour dédié à expérimenter cette présence et ce pouvoir dans votre vie. Vous n'avez pas besoin de vous représenter Dieu dans votre imagination. Vous n'avez pas besoin d'avoir des représentations ou des images pour renforcer votre compréhension ou votre croyance. Il vous faut seulement vous servir des pratiques qui sont données ici.

Lors de vos deux pratiques approfondies de méditation de 30 minutes chacune, entrez à nouveau dans la quiétude et permettez-vous de ressentir le pouvoir de Dieu. Servez-vous de votre propre pouvoir pour diriger votre mental et ne laissez pas les doutes et les peurs vous dissuader. Le pouvoir de Dieu représente le mystère de votre vie, car il représente le pouvoir que vous avez amené avec vous et qui provient de Dieu, afin qu'il soit utilisé correctement dans le monde selon le Grand Plan. Permettez-vous alors d'entrer dans la pratique avec dévouement, simplicité et humilité, afin que vous puissiez ressentir le pouvoir de Dieu.

PRATIQUE 39: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

40ème PAS

AUJOURD'HUI JE RESSENTIRAI LE POUVOIR DE DIEU.

Le pouvoir de Dieu est si total et inclusif qu'il inspire chaque chose. Seules ces consciences séparées et perdues dans la valorisation de leurs propres pensées peuvent être séparées de la grande bienveillance de Dieu. Ceux qui ont répondu à Dieu deviennent avec le temps des Messagers de Dieu afin qu'ils puissent ainsi accorder les dons de Grâce à ceux qui demeurent en arrière dans la confusion. Toutes les forces apparentes de votre monde – les forces de la nature, le caractère inévitable de votre mort, la menace toujours présente de la maladie, la perte et la destruction, et

toutes les formes de conflit – constituent tous des mouvements temporaires dans la grande quiétude de Dieu. C'est cette grande quiétude qui vous appelle à revenir à la paix et à la jouissance totale de Dieu, cependant il faut vous préparer.

Aujourd'hui vous vous préparez durant vos deux séances pratiques de 30 minutes. Dans une méditation silencieuse, essayez de ressentir le pouvoir de Dieu. Vous n'avez pas à évoquer des images magiques, car ce pouvoir est quelque chose que vous pouvez ressentir, étant donné qu'il est partout. Quelles que soient vos circonstances ou votre condition, qu'elles soient favorables ou pas à votre développement, aujourd'hui vous pouvez ressentir le pouvoir de Dieu.

PRATIQUE 40: *Deux séances pratiques de 30 minutes.*

41ème PAS

JE N'AI PAS PEUR DU POUVOIR DE DIEU.

Cette affirmation est si importante pour votre bonheur, car il vous faut réapprendre à faire confiance au pouvoir de l'amour et au pouvoir de Dieu. Pour cela, vous devez abandonner vos anciennes idées, vos suppositions et vos jugements issus d'expériences passées pénibles. Il est douloureux de se trouver séparé de ce que vous aimez par-dessus tout et la seule manière de maintenir cette séparation est de calomnier ce que vous aimez, de lui donner une intention malveillante et ainsi d'engendrer en vous de la culpabilité. Pour ressentir et accepter le pouvoir de Dieu, le mal et la culpabilité doivent vous quitter. Vous devez vous risquer et aller de l'avant, explorer ce qui est le plus naturel. C'est comme découvrir de nouvelles terres inconnues et en même temps rentrer chez soi.

Dans la quiétude, à deux reprises aujourd'hui, exercez-vous à ressentir le pouvoir de Dieu. Ne demandez pas des réponses à Dieu. Vous n'avez pas à parler du tout mais seulement à être présent, car en apprenant à être en relation avec ce qui est la source de toutes vos relations, l'information qu'il vous faut peut facilement venir à vous pour vous guider, vous reconforter et vous corriger chaque fois que cela est nécessaire. Cependant, vous devez d'abord ressentir le pouvoir de Dieu et en ceci vous trouverez votre propre force.

PRATIQUE 41: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

42ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision d'aujourd'hui, revoyez toutes les instructions transmises la semaine passée, ainsi que vos expériences issues de la pratique. Aujourd'hui, prenez un soin particulier à voir avec quelle profondeur et avec quelle attention vous pratiquez. Assurez-vous que vous ne changez rien, ni n'ajustez les leçons pour satisfaire vos goûts ou vos

attentes. Souvenez-vous qu'il vous faut seulement suivre le programme pour recevoir ses véritables récompenses. Votre part est petite. Notre part est grande. Nous donnons les moyens. Vous avez simplement à les suivre en confiance et avec des attentes véritables. En faisant cela, vous développerez la patience, le discernement, la confiance, la cohérence et l'estime de soi. Pourquoi l'estime de soi ? Parce que vous devez vous accorder une grande valeur pour vous permettre d'approcher les grands dons de la Connaissance.

Rien d'autre ne désamorçera la haine de soi et le doute de soi plus convenablement et plus complètement que le fait de recevoir les dons qui vous sont destinés.

Par conséquent lors de votre unique longue séance

d'aujourd'hui, révisez la semaine passée de pratique. Sans jugement, regardez et voyez ce qui a été transmis, ce que vous avez fait et ce qu'il serait possible de faire pour approfondir votre pratique, afin que vous puissiez en tirer plus directement des avantages. Si vous avez des difficultés, reconnaissez les problèmes et tentez de les corriger. Impliquez-vous davantage durant la semaine à venir. En faisant cela, vous corrigerez le doute de soi et la confusion, simplement en dirigeant votre volonté.

PRATIQUE 42: *Une longue séance d'exercice.*

43ème PAS

MA VOLONTÉ EST DE CONNAÎTRE DIEU.

Votre volonté est de connaître Dieu. C'est votre volonté véritable. Tout autre désir ou toute autre motivation est de vous soustraire à ce qui représente votre volonté. C'est votre volonté qui est devenue effrayante pour vous. Vous avez peur de ce que vous connaissez et de ce que vous ressentez le plus profondément. Cela vous amène à prendre refuge dans des choses qui ne vous représentent pas ; en cela, vous perdez votre identité et tentez de la reconstruire par le biais de ces choses dans lesquelles vous vous êtes efforcé de vous échapper. Vous êtes malheureux lorsque vous êtes isolé, mais lorsque vous êtes en relation vous retrouvez le bonheur.

Votre volonté est de connaître Dieu. N'ayez pas peur de votre volonté. Vous êtes créé par Dieu. La volonté de Dieu est de vous connaître. Votre volonté est de connaître Dieu. Nulle autre volonté n'existe. Toute autre motivation ne vient que de la confusion et de la peur. Connaître Dieu donne du pouvoir à Dieu et vous donne du pouvoir également.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, en méditation silencieuse, exercez-vous à ressentir la force de votre propre volonté. Ne laissez ni la peur ni le doute obscurcir votre mental. Il vous est inutile d'essayer de ressentir la volonté de Dieu. Elle est simplement là. Elle ne demande que votre attention pour que vous en preniez conscience. Par conséquent, pratiquez profondément en étant simplement présent à cette expérience.

PRATIQUE 43 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

JE DÉSIRES CONNAÎTRE MA PROPRE FORCE.

Vous pouvez trouver cette affirmation bien opportune, à cause de sa nécessité immédiate dans vos circonstances actuelles, mais cette affirmation est bien plus profonde que vous ne pouvez le réaliser au premier abord. Vous possédez bien plus de force que vous ne le prétendez. Cependant, vous ne pouvez en prendre pleinement conscience que lorsque son application est dirigée d'une manière qui vous régénère vraiment et qui met en avant vos véritables capacités.

Comment pouvez-vous vous approcher de votre force si vous vous sentez fragile et impuissant, si vous vous sentez indigne, si vous êtes lourd de culpabilité ou de confusion, ou si dans la colère, vous accusez les autres de vos échecs apparents ? Affirmer votre force signifie vous libérer de tout ce qui vous retient en arrière. Vous ne pouvez pas vous libérer de vos entraves en prétendant qu'elles n'existent pas. Vous vous libérez d'elles parce que vous accordez de la valeur à quelque chose de plus grand. Leur obstruction est simplement le signe que vous devez les traverser. Votre propre force est alors cultivée. Vous recherchez votre force et vous l'utilisez pour trouver votre force elle-même. Nous désirons que vous connaissiez votre force et l'utilisiez à votre propre bénéfice.

Lors de vos deux séances de pratique de méditation aujourd'hui, en silence et dans la quiétude, essayez de ressentir votre propre force. Ne laissez pas les pensées seules vous dissuader, car les peurs et les doutes ne sont que des pensées ; des choses vaporeuses qui traversent votre mental comme des nuages. Au-delà des nuages de votre mental se tient le grand univers de la Connaissance. Ainsi, ne laissez pas les nuages faire obstacle à votre vision des étoiles au-delà.

PRATIQUE 44 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

SEUL, JE NE PEUX RIEN FAIRE.

Seul, vous ne pouvez rien faire. Rien n'a jamais été accompli seul, même dans votre monde. Rien n'a jamais été créé seul, même dans votre mental. Il n'y a aucun mérite à tirer en faisant quelque chose seul. Tout est un effort commun. Tout est le produit de relations.

Est-ce que cela vous rabaisse en tant qu'individu ? Absolument pas. Cela vous offre l'environnement et la compréhension pour réaliser vos véritables accomplissements. Vous êtes plus grand que votre individualité et vous pouvez donc être libre de ses limitations. Vous opérez par le biais de l'individu que vous êtes personnellement, mais vous êtes plus grand que cela. Acceptez les limitations d'un soi limité et ne demandez pas à un soi limité d'être Dieu, sans quoi vous lui donneriez de grandes charges et de grandes attentes, puis vous le puniriez pour ses échecs. Cela mène à la haine

de soi. Cela vous conduit à éprouver du ressentiment envers votre vie physique et à vous maltraiter personnellement, émotionnellement et physiquement. Acceptez vos limitations pour pouvoir accepter la grandeur au sein de votre vie.

Ainsi, lors de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, les yeux ouverts, concentrez-vous à présent sur vos limitations. Reconnaissez-les. Ne les jugez pas en bien ou en mal. Reconnaissez-les simplement. Cela produit de l'humilité, et dans l'humilité vous êtes en position de recevoir la grandeur. Si vous défendez vos limitations, comment pouvez-vous recevoir ce qui les transcende ?

PRATIQUE 45 : *Deux séances de pratique de 15 minutes.*

46ème PAS

JE DOIS ÊTRE PETIT POUR ÊTRE GRAND.

Est-ce une contradiction si vous devez être petit pour être grand ? Ce n'est pas une contradiction si vous en comprenez le sens. Reconnaître vos limitations vous permet d'opérer à l'intérieur d'un contexte limité avec beaucoup de succès. Cela démontre une réalité plus grande que vous ne pouviez le réaliser auparavant. Votre grandeur ne doit pas simplement être fondée sur l'espoir ou sur une attente forte. Elle ne doit pas être fondée sur de l'idéalisme, mais sur une véritable expérience. Permettez-vous d'être petit, et vous réaliserez que la grandeur est avec vous et que la grandeur fait partie de vous.

Lors de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, permettez-vous d'être limité, mais sans jugement. Il n'y a aucune condamnation.

Occupez activement votre mental à se focaliser sur vos limitations. Concentrez-vous sans condamnation. Regardez objectivement. Vous êtes destiné à être un véhicule pour qu'une plus grande Réalité s'exprime dans ce monde. Votre véhicule d'expression est assez limité, mais il s'accorde parfaitement à la réalisation de la tâche qu'il vous revient d'accomplir. En acceptant ses limitations, vous pouvez comprendre son mécanisme et apprendre à fonctionner avec lui de façon constructive. Il ne vous est alors plus une limitation mais une joyeuse forme d'expression.

PRATIQUE 46 : *Deux séances pratiques de 15 minutes.*

47ème PAS

POURQUOI AI-JE BESOIN D'ENSEIGNANTS ?

Vous vous poserez cette question tôt ou tard et peut-être en de nombreuses occasions. C'est votre exigence envers vous-même qui vous fait vous poser cette question. Pourtant, lorsque vous regardez attentivement votre vie, vous verrez que vous avez demandé de l'instruction pour tout ce que vous avez appris. Peut-être que les choses que vous ressentez en vous semblent être créées par vous, mais elles aussi résultent d'une instruction.

Vous avez été préparé grâce à des relations pour tout ce que vous avez appris, que ce soit une habileté pratique ou une perspicacité plus profonde. Prendre conscience de cela engendre une grande estime pour les relations et une totale affirmation du pouvoir de la contribution dans le monde.

Si vous avez l'intention d'aborder honnêtement l'apprentissage de quelque habileté, vous devez tout d'abord prendre conscience de l'étendue de ce que vous ne connaissez pas, ensuite vous devez prendre conscience de l'étendue de ce que vous avez besoin d'apprendre, et enfin vous devez rechercher la meilleure forme d'instruction possible. Cela doit s'appliquer au rétablissement de la Connaissance. Il vous faut réaliser combien peu vous savez, combien vous avez besoin de savoir, et ensuite recevoir l'instruction qui est fournie. Est-ce une faiblesse d'avoir besoin d'un enseignant ? Non. C'est une reconnaissance honnête basée sur une évaluation honnête. Si vous réalisez combien peu vous savez, combien vous avez besoin de savoir et le pouvoir de la Connaissance elle-même, vous comprendrez à quel point cela est une évidence. Comment pouvez-vous donner à ceux qui pensent qu'ils ont déjà, quand en réalité ils sont pauvres ? Vous ne pouvez pas. Et ils cultiveront et entretiendront eux-mêmes leur propre pauvreté.

Pourquoi avez-vous besoin d'enseignants ? Parce que vous avez besoin d'apprendre. Et vous avez besoin de désapprendre ce que vous avez appris et qui vous retient en arrière. Lors de vos deux pratiques d'aujourd'hui, en méditation, les yeux fermés, examinez pourquoi vous avez besoin d'enseignants. Observez toute pensée qui semblerait indiquer que vous pourriez faire cela vous-même si vous étiez assez intelligent ou assez fort, ou si vous pouviez faire preuve d'autres compétences. Si ces espérances surgissent, reconnaissez-les pour ce qu'elles sont. Elles sont une obstination à demeurer ignorant en vous autoproclamant comme un enseignant adéquat. Vous ne pouvez pas vous enseigner ce que vous ne savez pas et la tentative de le faire ne fait que faire circuler à nouveau une ancienne information et vous garde encore plus prisonnier de là où vous êtes en ce moment.

Ainsi, aujourd'hui exercez-vous à reconnaître à la fois votre besoin de recevoir une véritable instruction, et à la fois, si elle existe, votre résistance à la présence d'une véritable instruction, laquelle vous est disponible actuellement.

PRATIQUE 47 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

48ème PAS

UNE VÉRITABLE INSTRUCTION M'EST DISPONIBLE.

Une véritable instruction est disponible. Elle vous a attendu jusqu'à ce que vous parveniez au point de maturité où vous avez pris conscience de sa nécessité dans votre vie. Ceci engendre une vraie motivation pour apprendre. Elle provient de la reconnaissance de vos limites, à la lumière de

ce qui constitue votre véritable besoin. Il vous faut vous aimer pour devenir un étudiant de la Connaissance et il faut vous aimer sans cesse pour avancer. Pour apprendre, il n'existe nul autre obstacle que celui-ci. Sans amour, il y a la peur, car rien d'autre ne peut remplacer l'amour. Mais l'amour n'a pas été remplacé et une véritable assistance vous est disponible.

Lors de vos deux séances de pratique de méditation d'aujourd'hui, essayez de ressentir la présence de cette véritable assistance. Dans la quiétude et le silence, ressentez-la dans votre vie et autour de vous. Ces pratiques de méditation commenceront à faire éclore en vous une plus grande sensibilité, une perception totalement nouvelle. Vous commencerez à discerner des choses qui sont présentes, bien que vous soyez incapable de les voir. Vous serez capable de répondre à des idées ou à des informations, même si vous ne pouvez pas encore entendre la source du message. Ceci est le processus même de la pensée créatrice, car les gens reçoivent des idées, ils ne les créent pas. Vous faites partie d'une plus grande vie. Votre vie personnelle est le véhicule pour son expression. Votre individualité devient alors plus hautement cultivée et plus joyeuse, et non plus une prison pour vous, mais plutôt la forme de votre joyeuse expression.

Une véritable assistance vous est disponible. Exercez-vous en ce jour à ressentir sa continuelle présence dans votre vie.

PRATIQUE 48 : *Deux séances pratiques de 30 minutes.*

49ème PAS

RÉVISION

Ceci marque l'achèvement de votre septième semaine de pratique. Dans cette révision, il vous est demandé de revoir l'ensemble des sept semaines de pratique, en reprenant toutes les leçons et en vous rappelant votre expérience de l'utilisation de chacune d'elle. Cela peut nécessiter plusieurs longues séances de pratique, pourtant il est tout à fait essentiel pour vous d'acquérir une compréhension de ce que signifie être un étudiant et de la manière dont se réalise l'apprentissage en réalité.

Faites attention à ne pas vous juger en votre qualité d'étudiant. En tant qu'étudiant, vous n'êtes pas en mesure de vous juger. Vous n'en possédez pas les critères, car vous n'êtes pas un enseignant de la Connaissance de Soi. A mesure que vous avancerez, vous découvrirez que certains de vos échecs vous mèneront vers de plus grands succès, et que certaines choses que vous aurez tendance à considérer comme des succès pourront mener à des échecs. Ceci va souligner l'ensemble de votre système d'évaluation et vous conduira à une prise de conscience plus grande. Ceci vous rendra capable de compassion envers vous-même et envers les autres que vous jugez actuellement par leurs succès et leurs échecs.

Révisez ainsi les quarante-huit premières leçons de pratique. Essayez de vous rappeler de quelle façon vous avez répondu à chaque pas et avec quelle profondeur vous vous êtes impliqué. Essayez de

regarder vos réussites, vos accomplissements et vos obstacles. Vous êtes parvenu jusqu'ici. Félicitations ! Vous avez passé la première épreuve. Soyez encouragé à avancer à présent, car la Connaissance est avec vous.

PRATIQUE 49 : *Plusieurs longues séances.*

50ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI AVEC LA CONNAISSANCE.

Aujourd'hui, soyez avec la Connaissance, afin que sa certitude et son pouvoir vous soient disponibles. Laissez la Connaissance vous apporter la quiétude. Laissez la Connaissance vous donner force et compétence. Laissez la Connaissance vous enseigner. Laissez la Connaissance vous révéler l'Univers tel qu'il existe vraiment et non tel que vous le jugez.

Lors de vos deux séances de pratique, entrez dans la quiétude et ressentez le pouvoir de la Connaissance. Ne posez aucune question. Ce n'est pas nécessaire à cet instant. Ne débattiez pas avec vous-même quant à la réalité de votre quête, car cela est en pure perte et dénué de sens. Vous ne pouvez pas savoir jusqu'à ce que vous receviez, et pour recevoir, vous devez avoir confiance en votre aspiration à savoir.

Aujourd'hui soyez avec la Connaissance. Durant vos séances de pratique, ne laissez rien vous dissuader. Il suffit de vous détendre et d'être présent. Par ces pratiques, une plus grande présence sera reconnue et ceci commencera à dissiper vos peurs.

PRATIQUE 50 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

51ème PAS

LAISSEZ-MOI IDENTIFIER MES PEURS AFIN QUE JE PUISSE VOIR LA VÉRITÉ QUI SE TROUVE AU-DELÀ.

Vos obstacles doivent être identifiés, afin que vous puissiez voir au-delà d'eux. Vous ne réaliserez pas la nature de vos entraves si elles sont ignorées ou niées, si elles sont protégées ou nommées autrement. Vous ne comprendrez pas ce qui vous oppresse. Votre vie n'est pas issue de la peur. Votre Source n'est pas issue de la peur. Être en mesure d'identifier vos peurs signifie que vous devez réaliser votre appartenance à quelque chose de plus grand. En réalisant cela, vous pouvez apprendre à être objectif vis-à-vis de votre vie et comprendre vos circonstances actuelles sans vous condamner, car c'est au sein de ces circonstances que vous devez vous développer. Vous devez commencer de là où vous êtes. Pour cela, vous devez faire l'inventaire de vos forces et de vos faiblesses.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, constatez l'existence de vos peurs et rappelez-vous que votre réalité se trouve au-delà d'elles, mais que vous devez les identifier afin de comprendre les dommages que leur présence cause à votre vie. Fermez les yeux et répétez l'idée d'aujourd'hui, puis considérez chaque peur qui apparaît dans votre mental.

Rappelez-vous alors que la vérité est au-delà de cette peur particulière.
Laissez toutes les peurs apparaître et être évaluées de cette manière.

Pour être sans peur, vous devez comprendre la peur ; son mécanisme, son influence sur les gens et son résultat dans le monde. Vous devez reconnaître tout cela, sans duperie ni préférence. Vous êtes un grand être travaillant dans un contexte limité, dans un environnement limité. Comprenez les limites de votre environnement et celles de votre véhicule, et vous cesserez alors de vous haïr à cause de votre état limité.

PRATIQUE 51 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

52ème PAS

JE SUIS LIBRE DE TROUVER LA SOURCE DE MA CONNAISSANCE.

La source de votre Connaissance existe en vous et également au-delà de vous. Il n'existe aucun endroit où la source de la Connaissance ne serait pas, car elle est partout. Votre vie est sauvée, parce que Dieu a implanté la Connaissance en vous. Cependant, vous ne réaliserez pas votre salut jusqu'à ce que vous permettiez à la Connaissance d'émerger et de vous accorder ses dons. Existe-t-il d'autre liberté que celle qui vous rend apte à recevoir le don de votre vraie vie ? Toute autre liberté est la liberté d'être chaotique, la liberté de vous nuire. La grande liberté est de trouver votre Connaissance et de la laisser s'exprimer à travers vous. Aujourd'hui vous êtes libre de découvrir la source de votre Connaissance.

Lors de vos deux séances de pratique de quiétude, recevez la source de votre Connaissance. Rappelez-vous que vous êtes libre de faire cela. Sans considération pour la peur ou l'anxiété, sans considération pour la culpabilité ou la honte, acceptez de recevoir la source de votre Connaissance. Aujourd'hui, vous êtes libre de recevoir la source de votre Connaissance.

PRATIQUE 52 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

53ème PAS

MES DONNS SONT POUR LES AUTRES.

Vos dons sont destinés à être offerts aux autres, mais vous devez d'abord les reconnaître et les séparer des idées qui les retiennent, les déforment ou les renient. Comment pouvez-vous vous comprendre en dehors du contexte de votre contribution aux autres ? Seul, vous ne pouvez rien faire. Seul, vous n'avez pas de sens. C'est parce qu'en vérité, vous n'êtes pas seul. Vous percevrez cette situation comme un fardeau et une menace, jusqu'à ce que vous en réalisiez le sens profond et le cadeau qu'elle représente réellement. C'est le salut de votre vie. Quand la vie vous réclame, vous réclamez la vie et recevez toutes ses récompenses qui dépassent de loin tout ce que vous pourriez vous offrir vous-même. La valeur de votre vie est

couronnée et est pleinement démontrée grâce à votre contribution aux autres, parce que jusqu'à ce que cette contribution existe, vous ne pouvez vous accomplir que partiellement en ce qui concerne votre valeur, votre but, votre sens et votre direction.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, ressentez votre désir d'apporter aux autres. Il ne vous est pas nécessaire de déterminer maintenant de quelle manière vous souhaitez contribuer. Cela n'a pas autant d'importance que votre désir de contribuer, car la forme de votre contribution se révélera à vous dans le temps et évoluera également. C'est votre désir de contribuer, issu d'une motivation authentique, qui vous procurera de la joie en ce jour.

PRATIQUE 53 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

54ème PAS

JE NE VIVRAI PAS DANS L'IDÉALISME.

Qu'est-ce l'idéalisme, si ce n'est un ensemble d'idées sur des choses que l'on espère et qui sont fondées sur des déceptions ? Votre idéalisme vous englobe vous-même, vos relations et le monde dans lequel vous vivez. Il inclut Dieu et la vie, et tous les domaines d'expérience que vous êtes capables d'imaginer. Sans l'expérience, il y a l'idéalisme.

L'idéalisme peut être utile au départ, car il peut vous lancer dans une direction juste, mais vous ne devez pas fonder vos conclusions ou votre identité sur cela. En effet, seule l'expérience peut vous procurer ce qui est vrai pour vous et ce que vous pouvez pleinement accepter. Ne laissez pas l'idéalisme vous guider, car la Connaissance est là pour le faire.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, prenez conscience de l'étendue de votre propre idéalisme. Observez attentivement ce que vous voulez être, ce que vous attendez de votre monde et ce que vous attendez de vos relations. Répétez l'idée d'aujourd'hui et, les yeux fermés, examinez chacun de vos idéaux. Bien que vos idéaux puissent paraître bénéfiques et semblent représenter votre désir pour l'amour et l'harmonie, en réalité ils vous retiennent en arrière, car ils remplacent ce qui peut véritablement vous apporter les dons que vous recherchez.

PRATIQUE 54 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

55ème PAS

J'ACCEPTERAI LE MONDE TEL QU'IL EST.

L'idéalisme est la tentative de ne pas accepter le monde tel qu'il est. Il justifie le reproche et la condamnation. Il génère des attentes concernant une vie qui n'existe pas encore, vous rendant ainsi vulnérable à une grave déception. Votre idéalisme renforce votre condamnation.

Aujourd'hui, acceptez le monde tel qu'il est, et non tel que vous voudriez qu'il soit. Avec l'acceptation vient l'amour, car vous ne pouvez pas

aimer un monde dont vous désirez l'existence. Vous pouvez seulement aimer un monde qui existe tel qu'il est. A présent, acceptez-vous vous-même tel que vous existez et un vrai désir de changement et d'avancement émergera naturellement en vous. L'idéalisme justifie la condamnation.

Prenez conscience de cette grande vérité et vous commencerez à faire l'expérience de la vie de manière plus immédiate et plus profonde, de ce qui est authentique et qui n'est pas basé sur l'espoir ou l'attente, mais sur un engagement véritable.

Ainsi, lors de vos deux séances de pratique de 30 minutes aujourd'hui, concentrez-vous sur l'acceptation des choses exactement telles qu'elles sont. En faisant cela, vous n'excusez pas la violence, le conflit ou l'ignorance. Vous acceptez simplement les conditions existantes, afin d'œuvrer de façon constructive. Sans cette acceptation, vous n'avez aucun point de départ pour un véritable engagement. Laissez le monde être exactement tel qu'il est, car c'est ce monde que vous êtes venu servir.

PRATIQUE 55 : Deux séances de pratique de 30 minutes.

56ème PAS

RÉVISION

Durant la révision d'aujourd'hui, revisitez les leçons de la semaine passée et votre implication avec elles. Essayez de comprendre que bien qu'à première vue le progrès puisse paraître lent, ce qui est lent et régulier progressera fortement. L'engagement appliqué avec régularité vous mènera droit à votre accomplissement.

Dans votre révision, nous vous rappelons à nouveau de vous abstenir de vous juger vous-même si vous n'avez pas été à la hauteur de vos attentes. Prenez simplement conscience de ce qui est nécessaire pour suivre les instructions telles qu'elles sont données et engagez-vous à les appliquer aussi complètement que possible. Rappelez-vous que vous êtes en train d'apprendre à apprendre et rappelez-vous que vous êtes en train d'apprendre à rétablir votre valeur personnelle et vos véritables capacités.

PRATIQUE 56 : Une longue séance de pratique.

57ème PAS

LA LIBERTÉ EST AVEC MOI.

La liberté demeure en vous, attendant de naître en vous, attendant d'être réclamée et acceptée, attendant d'être vécue et appliquée et attendant d'être honorée et suivie. Vous qui avez vécu sous le poids de votre propre imagination, vous qui avez été prisonnier de vos propres pensées et de celles des autres, vous qui avez été intimidé et menacé par les apparences de ce monde, à présent vous avez de l'espoir, car la véritable liberté demeure en vous. Elle vous attend. Vous l'avez amenée avec vous depuis votre Ancienne Demeure. Vous la portez en vous chaque jour, à chaque moment.

Dans ce programme de développement, vous apprenez maintenant à vous tourner vers la liberté et à vous écarter de la peur et de l'obscurité de votre propre imagination. Dans la liberté, vous trouverez stabilité et constance. Ceci vous fournira la fondation sur laquelle bâtir votre amour et votre valeur personnelle. Et cette fondation ne sera pas ébranlée par le monde, car elle est plus grande que le monde. Elle n'est pas issue des craintes de la séparation. Elle est issue de la vérité de votre totale inclusion dans la vie.

A chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui et prenez un moment pour ressentir que la liberté est avec vous. A mesure que vous vous rapprocherez de la liberté au cours de la journée, vous serez capable de prendre conscience de ce qui vous retient en arrière. Ainsi vous réaliserez que ce qui vous retient en arrière n'est autre que votre attachement à vos propres pensées. Ce qui vous retient est l'intérêt que vous accordez à votre propre imagination. Ceci allégera votre fardeau et vous prendrez conscience qu'un vrai choix est disponible. Cette réalisation vous donnera la force d'aller vers la liberté aujourd'hui.

Lors de vos deux séances de méditation profonde, répétez l'idée d'aujourd'hui et essayez de laisser votre conscience reposer dans la quiétude, ce qui est le début de sa liberté. Cette pratique de la quiétude permettra à votre conscience de défaire les nœuds des chaînes qui l'attachent – ses rancœurs envers le passé, son anxiété vis à vis de l'avenir et sa fuite du présent. Dans la quiétude, votre conscience s'élèvera au dessus de tout ce qui la maintient petite, cachée et isolée dans sa propre obscurité. Combien est proche de vous la liberté aujourd'hui, vous qui avez juste à reposer dans la quiétude pour la recevoir. Combien grande est votre récompense, vous qui êtes venu en ce monde, car la liberté est avec vous.

PRATIQUE 57 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

58ème PAS

LA CONNAISSANCE EST AVEC MOI.

Aujourd'hui, nous affirmons la présence de la Connaissance dans votre vie. A chaque heure, évoquez cette affirmation puis prenez un moment pour essayer de ressentir cette présence. Il vous faut la sentir. Il ne suffit pas de seulement la concevoir, car vous devez faire l'expérience de la Connaissance. Aujourd'hui, quelles que soient les circonstances dans lesquelles vous vous trouverez au cours de la journée, répétez cette affirmation à chaque heure, et essayez de ressentir sa signification. Vous découvrirez qu'il vous est possible de pratiquer dans des situations que vous pensiez inappropriées à la pratique. Ainsi, vous comprendrez que vous avez le pouvoir de contrôler votre expérience pour répondre à vos aspirations véritables et vous trouverez que toute circonstance est un environnement adéquat pour une véritable préparation et application de soi.

Essayez de pratiquer à chaque heure. Demeurez conscient de votre horaire. Si vous manquez une heure, ne vous tracassez pas, mais dévouez-vous à pratiquer de nouveau dans les heures qui suivent. La Connaissance est avec vous aujourd'hui. Aujourd'hui, soyez avec la Connaissance.

PRATIQUE 58 : *Pratique horaire.*

59ème PAS

AUJOURD'HUI, J'APPRENDRAI LA PATIENCE.

Il est très difficile pour un mental tourmenté d'être patient. Il est très difficile pour un mental agité d'être patient. Il est très difficile pour un mental qui a recherché sa valeur dans des choses temporaires d'être patient.

C'est seulement dans la poursuite de quelque chose de plus grand que la patience se révèle nécessaire, parce que cela requiert une plus grande application. Pensez à votre vie en termes de développement dans la durée et non en termes de sensations et de résultats immédiats. La Connaissance n'est pas que stimulation. Elle est la profondeur d'un pouvoir qui est universel et éternel, et sa grandeur vous est donnée pour que vous receviez et pour que vous donniez.

Aujourd'hui, pratiquez à chaque heure, en affirmant que vous apprendrez à être patient et que vous deviendrez un observateur de votre vie, plutôt qu'un critique de celle-ci. Affirmez que vous serez objectif envers vos capacités et vos circonstances, afin de les considérer avec une plus grande assurance.

Apprenez la patience aujourd'hui et avec patience, apprenez. De cette façon, vous progresserez plus rapidement, avec plus de certitude et avec plus d'amour.

PRATIQUE 59 : *Pratique horaire.*

60ème PAS

JE NE JUGERAI PAS LE MONDE AUJOURD'HUI.

Sans vos jugements, la Connaissance peut vous indiquer ce que vous devez faire et ce que vous devez comprendre. La Connaissance représente un plus grand jugement, mais il s'agit d'un jugement qui est très différent du vôtre, car il n'est pas issu de la peur. Il est dépourvu de colère. Il est toujours destiné à servir et à nourrir. Il est légitime, car il permet une prise de conscience exacte de la situation actuelle de chacun sans déprécier leur valeur ou leur destin.

Ne jugez pas le monde aujourd'hui, afin de pouvoir le voir tel qu'il est. Ne jugez pas le monde aujourd'hui, afin que vous puissiez l'accepter tel qu'il est. Permettez au monde d'être exactement tel qu'il est, afin que vous puissiez le reconnaître. Lorsque le monde sera reconnu, vous réaliserez combien il a besoin de vous et combien vous désirez lui contribuer. Le

monde n'a pas besoin de reproche. Il a besoin de service. Il a besoin de vérité. Et par-dessus tout, il a besoin de la Connaissance.

A chaque heure aujourd'hui, prenez un moment et observez le monde sans jugement. Répétez l'affirmation d'aujourd'hui et passez un moment à contempler le monde sans le juger. Quelque soit l'apparence que vous y verrez, qu'elle vous plaise ou vous déplaise, qu'elle vous paraisse belle ou laide, que vous pensiez qu'elle ait de la valeur ou point du tout, regardez-la sans aucun jugement.

PRATIQUE 60 : *Pratique horaire.*

61ème PAS

L'AMOUR SE DONNE À TRAVERS MOI.

L'amour se donnera à travers vous quand vous serez prêt à être son véhicule d'expression. Vous n'avez pas à essayer d'être aimant pour apaiser votre sentiment d'être insuffisant ou coupable. Vous n'avez pas à essayer d'être aimant pour gagner l'approbation des autres. Ne renforcez pas votre sensation d'impuissance ou d'indignité en essayant de la camoufler sous un air joyeux ou bienveillant. L'amour qui est en vous s'exprimera, car il est issu de la Connaissance en vous, dont il est une partie.

A chaque heure aujourd'hui, en regardant le monde, prenez conscience du fait que l'amour en vous parlera de lui-même. Si vous êtes sans jugement, si vous êtes capable d'être avec le monde tel qu'il est vraiment et si vous êtes capable d'être présent aux autres tels qu'ils sont vraiment, l'amour en vous parlera de lui-même. N'essayez pas de faire parler l'amour pour votre propre compte. N'essayez pas de vous en servir pour exprimer vos souhaits et vos besoins, car l'amour parlera à travers vous de lui-même. Si vous êtes présent à l'amour, alors vous serez présent au monde et l'amour s'exprimera à travers vous.

PRATIQUE 61 : *Pratique horaire*

62ème PAS

AUJOURD'HUI, J'APPRENDRAI A ÉCOUTER LA VIE.

Si vous êtes présent au monde, vous serez capable d'entendre le monde. Si vous êtes présent à la vie, vous serez capable d'entendre la vie. Si vous êtes présent à Dieu, vous serez capable d'entendre Dieu. Si vous êtes présent à vous-même, vous serez capable de vous entendre.

Aujourd'hui, exercez-vous ainsi à écouter. À chaque heure, exercez-vous à écouter le monde autour de vous et le monde en vous. Répétez l'affirmation et mettez ensuite cette écoute en pratique. Cela ne prend qu'un moment. Vous découvrirez qu'indépendamment de vos circonstances, vous trouverez un moyen pour pratiquer cela aujourd'hui. Ne laissez pas vos circonstances vous dominer. Vous pouvez pratiquer au sein de celles-ci. Vous pouvez trouver une façon de pratiquer qui ne cause pas d'embarras ni

de gêne aux autres. Que vous soyez seul ou en relation avec d'autres personnes, vous pouvez pratiquer aujourd'hui. Pratiquez à chaque heure. Exercez-vous à écouter. Exercez-vous à être présent. Écouter vraiment signifie que vous ne jugez pas. Cela signifie que vous observez. Souvenez-vous : vous êtes en train de développer une faculté mentale qui vous sera nécessaire pour être en mesure de donner et de recevoir la grandeur de la Connaissance.

PRATIQUE 62 : *Pratique horaire.*

63^{ème} PAS

RÉVISION

Comme précédemment, dans votre révision, revoyez la semaine passée de pratique et évaluez la mesure de votre engagement et comment celui-ci peut être accru et renforcé. Durant cette semaine, votre pratique a été étendue. Elle a été amenée dans le monde avec vous, afin d'y être appliquée dans toutes sortes de situations, quels que soient vos états émotionnels, quels que soient les états émotionnels de ceux qui vous influencent et qu'il importe où vous vous trouvez et ce que vous êtes en train de faire. Ainsi, tout fait partie de votre pratique. Ainsi, au lieu d'être un endroit effrayant qui vous oppresse, le monde devient un lieu utile pour cultiver la Connaissance.

Réalisez la force qui vous est donnée lorsque vous êtes capable de pratiquer quels que soient vos états émotionnels, car vous êtes plus grand que vos émotions et vous n'avez pas à les réprimer afin de réaliser cela. Pour devenir objectif envers vos états intérieurs, vous devez œuvrer d'une position d'où vous pouvez les observer sans être dominé par eux. Ceci vous permettra d'être présent à vous-même et de ressentir une véritable compassion et une véritable compréhension. Vous ne serez alors plus un tyran envers vous-même, et la tyrannie dans votre vie prendra fin.

Lors de votre longue séance de pratique, évaluez la semaine passée aussi attentivement que possible, sans condamnation. Rappelez-vous que vous êtes en train d'apprendre comment pratiquer. Rappelez-vous que vous êtes en train d'apprendre à développer vos talents. Rappelez-vous que vous êtes un étudiant. Soyez un étudiant débutant, car un étudiant débutant fait peu de suppositions et désire tout apprendre.

PRATIQUE 63: *Une longue séance de pratique.*

64^{ème} PAS

AUJOURD'HUI, J'ÉCOUTERAI AUTRUI.

Aujourd'hui, à trois reprises différentes, pratiquez l'écoute d'une autre personne. Écoutez sans évaluation et sans jugement. Écoutez sans que votre mental ne soit distrait par quoi que ce soit. Écoutez simplement. Pratiquez avec trois personnes différentes aujourd'hui. Exercez-vous à

l'écoute. Soyez dans la quiétude lorsque vous écoutez. Essayez d'entendre au-delà de leurs mots. Essayez de regarder au-delà de leur apparence. Ne projetez pas d'images sur eux. Écoutez simplement.

Exercez-vous à écouter autrui aujourd'hui. Ne vous impliquez pas dans ce qu'ils disent. Pour pratiquer avec eux, vous n'avez pas besoin de leur répondre d'une façon inappropriée lorsqu'ils vous parlent directement. Vous engagerez la totalité de votre esprit dans votre conversation. Prenez ainsi le temps de pratiquer l'écoute, sans parler. Permettez aux autres de s'exprimer à vous. Vous réaliserez qu'ils vous communiquent plus que ce qu'à première vue vous aviez peut-être anticipé. Vous n'avez pas besoin de comprendre ce qu'il en est. Exercez-vous simplement à écouter aujourd'hui, afin que vous puissiez entendre la présence de la Connaissance.

PRATIQUE 64 : *Trois séances de pratique.*

65ème PAS

JE SUIS VENU POUR TRAVAILLER DANS LE MONDE.

Vous êtes venu dans le monde pour travailler. Vous êtes venu dans le monde pour apprendre et pour contribuer. Vous êtes venu d'un lieu de repos vers un lieu de travail. Quand le travail est fait, vous rentrez à votre Demeure dans un lieu de repos. Cela ne peut qu'être su, et votre Connaissance vous le révélera lorsque vous serez prêt.

Pour le moment, pratiquez à chaque heure. Dites-vous que vous êtes venu dans le monde pour travailler et ensuite prenez un moment pour ressentir la réalité de cela. Votre travail est plus grand que votre emploi actuel. Votre travail est plus grand que ce que vous essayez actuellement de faire avec les gens et pour les gens. Votre travail est plus grand que ce que vous essayez de faire pour vous-même. Comprenez que vous ne savez pas ce qu'est votre travail. Cela vous sera révélé et évoluera pour vous, mais aujourd'hui, comprenez que vous êtes venu dans le monde pour travailler. Cela affirmera votre force, votre but et votre destinée. Cela affirmera la réalité de votre Demeure Véritable, d'où vous avez apporté vos dons.

PRATIQUE 65 : *Pratique horaire.*

66ème PAS

JE CESSERAI DE ME PLAINDRE DU MONDE.

Si vous vous plaignez du monde, cela signifie que celui-ci ne satisfait pas votre idéalisme. Si vous vous plaignez du monde, cela signifie que vous n'avez pas conscience du fait que vous êtes venu ici pour travailler. Si vous vous plaignez du monde, cela ne vous aide pas à comprendre ses difficultés. Si vous vous plaignez du monde, cela veut dire que vous ne comprenez pas le monde tel qu'il est. Vos plaintes indiquent que certaines de vos attentes ont été déçues. Ces déceptions sont

nécessaires afin que vous commenciez à comprendre le monde tel qu'il est et que vous commenciez à vous comprendre tel que vous êtes vraiment.

À chaque heure aujourd'hui, rappelez-vous cette affirmation et mettez-la ensuite en pratique. À chaque heure, passez une minute à ne pas vous plaindre du monde. Ne laissez pas les heures passer sans que vous y portiez votre attention. Soyez présent pour pratiquer. Réalisez dans quelle mesure les autres se plaignent du monde, combien peu cela leur apporte et combien peu cela apporte au monde. Le monde a déjà été condamné par ceux qui y habitent. S'il doit être aimé et cultivé, ses difficultés doivent être reconnues et ses opportunités doivent être acceptées. Qui peut se plaindre, alors qu'est offert un environnement où la Connaissance peut être rétablie et apportée ? Le monde a seulement besoin de la Connaissance et des démonstrations de la Connaissance. Comment peut-il mériter la condamnation ?

PRATIQUE 66 : *Pratique horaire.*

67ème PAS

JE NE SAIS PAS CE QUE JE VEUX POUR LE MONDE.

Vous ne savez pas ce que vous voulez pour le monde car vous ne comprenez pas le monde et car vous n'avez pas encore réussi à discerner ses difficultés. Quand vous réaliserez que vous ne savez pas ce que vous voulez pour le monde, cela vous apportera la motivation et l'opportunité pour observer le monde, pour le regarder à nouveau. Ceci est essentiel à votre compréhension. Ceci est essentiel à votre bien-être. Le monde ne fera que vous décevoir s'il est mal compris. Vous ne ferez que vous décevoir si vous êtes mal compris. Vous êtes venu au monde pour travailler. Reconnaissez l'opportunité que cela vous apporte.

Pratiquez à chaque heure aujourd'hui, en toutes circonstances. Prononcez cette affirmation et essayez ensuite de prendre conscience de sa vérité. Vous ne savez pas ce que vous voulez pour le monde, mais votre Connaissance sait ce qu'elle doit contribuer. Sans vos tentatives de remplacer la Connaissance par vos propres desseins pour le monde, la Connaissance s'exprimera librement, sans obstruction. Alors vous-même et le monde serez les grands bénéficiaires de ses dons.

PRATIQUE 67 : *Pratique horaire.*

68ème PAS

AUJOURD'HUI, JE NE PERDRAI PAS CONFIANCE EN MOI.

Ne perdez pas confiance en vous aujourd'hui. Maintenez votre pratique. Maintenez votre intention d'apprendre. Demeurez sans conclusion. Ayez cette ouverture et cette vulnérabilité. La Vérité existe sans votre tentative de vous fortifier. Permettez-vous d'en être un destinataire.

À chaque heure aujourd'hui, votre pratique consistera à vous rappeler de ne pas perdre confiance en vous aujourd'hui. Ne perdez pas confiance en la Connaissance, en la présence de vos Enseignants, en la bienfaisance de la vie ou en votre mission dans le monde. Permettez à toutes ces choses d'être affirmées, afin qu'elles puissent se révéler pleinement à vous avec le temps. Si vous y êtes présent, elles vous apparaîtront si évidentes que vous les verrez et les ressentirez en toutes choses. Votre vision du monde sera transformée. Votre expérience du monde sera transformée. Et tout votre pouvoir et toute votre énergie s'uniront pour s'exprimer.

Ne perdez pas confiance en vous aujourd'hui.

PRATIQUE 68 : *Pratique horaire.*

69ème PAS

AUJOURD'HUI JE PRATIQUERAI LA QUIÉTUDE.

Lors de vos deux séances de pratique de 30 minutes aujourd'hui, pratiquez la quiétude. Permettez à votre méditation d'être profonde. Donnez-vous à elle. N'entrez pas en méditation avec des demandes et des requêtes. Entrez en méditation pour vous donner à elle. Elle est le temple du Véritable Esprit en vous, auquel vous vous donnez. Lors de vos séances de pratique, soyez donc présent et dans la quiétude. Permettez-vous de vous immerger dans le luxe de la vacuité. Car la présence de Dieu est d'abord expérimentée en tant que vacuité, car elle est absence de mouvement. Et ainsi, dans cette vacuité, vous commencez à ressentir la présence qui imprègne toutes choses et donne à la vie tout son sens.

Pratiquez la quiétude aujourd'hui afin que vous puissiez savoir.

PRATIQUE 69 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

70ème PAS

RÉVISION

Vous cumulez aujourd'hui dix semaines de pratique. Félicitations ! Vous êtes arrivé jusqu'ici. Être un véritable étudiant signifie que vous suivez les pas tels qu'ils sont donnés. Pour cela, vous devez apprendre à vous honorer, à honorer la source de votre enseignement, à reconnaître vos limitations et à valoriser votre grandeur. Ainsi, en ce jour, vous êtes honoré et reconnu.

Réviser les trois dernières semaines de pratique. Relisez les instructions et remémorez-vous chaque séance de pratique. Rappelez-vous ce que vous avez donné et ce que vous n'avez pas donné. Honorez votre participation et tentez de la renforcer aujourd'hui. Approfondissez la détermination que vous avez à avoir la Connaissance et approfondissez votre expérience en tant que personne qui suit vraiment, afin qu'à l'avenir vous puissiez apprendre à quelqu'un qui guide vraiment. Approfondissez

votre expérience en tant que personne qui reçoit vraiment, afin que vous puissiez être quelqu'un qui contribue vraiment.

Laissez ainsi ce jour de révision être un jour en votre honneur et un jour qui fortifie votre engagement. Évaluez honnêtement votre participation. Estimez vos succès et vos échecs apparents. Vos succès vous encourageront et vos échecs vous enseigneront sur ce que vous avez besoin de faire pour approfondir votre expérience. C'est un jour en votre honneur, vous qui êtes honoré.

PRATIQUE 70 : *Plusieurs longues séances de pratique.*

71ème PAS

JE SUIS ICI POUR SERVIR UN BUT SUPÉRIEUR.

Vous êtes ici pour servir un but supérieur, au-delà de la simple survie et de la gratification liée à l'obtention des choses que vous pensez peut-être vouloir. Ceci est vrai parce que vous avez une nature spirituelle. Vous avez une origine spirituelle et une destinée spirituelle. Votre échec dans cette vie est de faillir à l'appel de votre nature spirituelle, qui a été déformée et calomniée par les religions de votre monde, négligée et niée par la science de votre monde. Vous avez une nature spirituelle. Vous avez un but supérieur à servir. Lorsque vous vous ferez à votre inclination pour ce but, vous pourrez vous en approcher. Lorsque vous serez confiant dans le fait qu'il représente une source d'amour authentique, vous commencerez alors à vous ouvrir à lui et ce sera pour vous un grand retour chez soi.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, permettez-vous de vous ouvrir à la présence de l'amour dans votre vie. Assis en silence et respirant profondément, laissez-vous vraiment ressentir la présence de l'amour, qui représente la présence d'un but supérieur dans votre vie.

PRATIQUE 71 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

72ème PAS

J'AURAI CONFIANCE EN MES INCLINATIONS LES PLUS PROFONDES AUJOURD'HUI.

Ayez confiance en vos inclinations les plus profondes car elles sont dignes de confiance, mais vous devez apprendre à les discerner et à les distinguer des nombreux autres désirs, compulsions et souhaits que vous ressentez et qui vous affectent. Vous ne pouvez apprendre cela que par l'expérience. Vous pouvez apprendre cela parce que vos inclinations les plus profondes vous conduisent toujours dans des relations significatives, loin de l'isolement ou des engagements discordants. Vous devez pratiquer cela pour le comprendre, et cela prendra du temps, mais chaque pas que vous ferez dans cette direction vous rapprochera de la source d'amour dans votre vie et vous démontrera le Pouvoir Supérieur qui demeure avec vous et que vous devez servir et apprendre à recevoir.

Aujourd'hui, lors vos deux séances de pratique, dans la quiétude et le silence, recevez ce Pouvoir Supérieur, et ce faisant ayez confiance en vos inclinations les plus profondes. Permettez-vous d'accorder votre entière attention à ces deux séances de pratique en laissant toutes les autres choses de côté pour les considérer ultérieurement. Permettez-vous de reconnaître vos inclinations les plus profondes en lesquelles vous devez apprendre à avoir confiance.

PRATIQUE 72: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

73ème PAS

JE LAISSERAI MES ERREURS M'INSTRUIRE.

Laisser vos erreurs vous instruire leur donnera de la valeur. A défaut de cela, elles n'auraient aucune valeur et constitueraient un élément à votre rencontre dans votre propre estime. Utiliser les erreurs pour vous instruire, c'est tirer avantage de vos limites pour qu'elles montrent le chemin vers la grandeur. Dieu souhaite que vous appreniez de vos erreurs, afin que vous puissiez apprendre de la grandeur de Dieu. Ceci est fait non dans le but de vous déprécier mais dans celui de vous élever. Vous avez commis beaucoup d'erreurs, et il y a des erreurs que vous continuerez à commettre. C'est pour vous protéger de la répétition d'erreurs néfastes et pour que vous appreniez de l'erreur que nous souhaitons vous instruire à présent.

A chaque heure de cette journée, répétez-vous que vous souhaitez apprendre de vos erreurs et pendant un moment ressentez ce que cela signifie. Ainsi, grâce à plusieurs moments de pratique aujourd'hui, vous commencerez à comprendre l'affirmation que vous faites et peut-être percevrez-vous alors la manière dont elle peut être appliquée. Si vous voulez apprendre de vos erreurs, vous ne serez pas tant effrayé de les reconnaître. Ainsi, vous souhaitez les comprendre, ne pas les nier, ne pas les falsifier, ne pas les appeler par d'autres noms, mais les admettre pour votre bien. A partir de cette reconnaissance, vous serez capable d'assister les autres dans le rétablissement de la Connaissance, car eux aussi doivent apprendre comment apprendre de leurs erreurs.

PRATIQUE 73: *Pratique horaire.*

74ème PAS

LA PAIX DEMEURE AVEC MOI AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui la paix demeure avec vous. Demeurez avec la paix et recevez ses bénédictions. Venez à la paix avec tout ce qui vous trouble. Venez avec votre lourd fardeau. Ne venez pas chercher des réponses. Ne venez pas pour chercher à comprendre. Venez chercher ses bénédictions. La paix ne peut pas intervenir dans une vie de conflit, mais vous pouvez entrer dans une vie de paix. Vous venez à la paix qui vous attend et en cela vous serez libéré de vos fardeaux.

Lors de vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, dans la quiétude, exercez-vous à recevoir la paix. Permettez-vous ce don, et si quelque pensée vient vous en dissuader, rappelez-vous de votre grande valeur : la valeur de votre Connaissance et la valeur de votre être. Sachez désormais que vous voulez apprendre de vos erreurs, que vous n'avez pas à vous identifier à elles, mais simplement à les utiliser comme une ressource précieuse à votre développement, car c'est ce qu'elles peuvent devenir pour vous.

Ainsi, pratiquez à recevoir. Ouvrez-vous un petit peu plus aujourd'hui. Mettez de côté tout ce qui vous préoccupe pour le considérer plus tard si nécessaire. La paix demeure avec vous aujourd'hui. Aujourd'hui demeurez avec la paix.

PRATIQUE 74 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

75ème PAS

AUJOURD'HUI J'ÉCOUTERAI MON SOI.

Aujourd'hui, écoutez votre Soi, pas le petit soi en vous qui se plaint et s'inquiète, s'interroge et désire, mais le grand Soi en vous. Écoutez le grand Soi en vous qui est la Connaissance, qui est uni avec vos Enseignants Spirituels, qui est uni avec votre Famille Spirituelle, et qui contient votre but et votre appel dans la vie. N'écoutez pas pour poser des questions, mais pour apprendre à écouter. Et lorsqu'avec le temps votre écoute s'approfondira, votre véritable Soi vous parlera chaque fois que cela s'avérera nécessaire et vous aurez alors la capacité d'entendre et de répondre sans confusion.

Lors de vos deux séances de pratique aujourd'hui, exercez-vous à l'écoute de votre Soi. Il n'y a pas de questions à poser. Ceci n'est pas nécessaire. L'écoute est à développer. Écoutez votre véritable Soi aujourd'hui, de sorte que vous puissiez apprendre de ce que Dieu connaît et aime.

PRATIQUE 75 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

76ème PAS

AUJOURD'HUI JE NE JUGERAI PAS AUTRUI.

Sans jugement, vous pouvez voir. Sans jugement, vous pouvez apprendre. Sans jugement, votre esprit devient réceptif. Sans jugement, vous vous comprenez. Sans jugement, vous pouvez comprendre autrui.

A chaque heure aujourd'hui, répétez cette phrase alors que vous vous observez et observez le monde autour de vous. Répétez cette phrase et ressentez son impact. Renoncez à vos jugements pendant un moment, puis ressentez le contraste et l'expérience que cela vous procure. Ne jugez pas autrui aujourd'hui. Permettez aux autres de se révéler à vous. Sans

jugement, vous ne souffrirez pas sous votre propre couronne d'épines. Sans jugement, vous sentirez la présence de vos Enseignants qui vous assistent.

Que votre pratique horaire soit constante. Si vous manquez une heure, pardonnez-vous et consacrez-vous à nouveau à votre pratique. Les erreurs sont là pour vous enseigner, vous fortifier et vous montrer ce que vous avez besoin d'apprendre.

Qu'importe ce que l'autre fait, qu'importe comment il ou elle a pu offenser votre sensibilité, vos idées ou vos valeurs, ne jugez pas autrui aujourd'hui.

PRATIQUE 76 : *Pratique horaire.*

77ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision aujourd'hui, révisez encore une fois la semaine passée de pratique et d'enseignement. Une fois encore, examinez en vous les qualités qui vous aident dans votre préparation et celles qui rendent votre préparation plus difficile. Observez ces choses objectivement. Apprenez à renforcer ces qualités en vous qui encouragent et renforcent votre participation à la réclamation de la Connaissance, et apprenez à ajuster ou corriger ces aspects de vous qui y interfèrent. Pour posséder de la Sagesse, vous devez identifier les deux à la fois, Vous devez apprendre de la vérité et vous devez apprendre de l'erreur. Vous devez faire cela pour progresser et vous devez faire cela pour servir les autres. A moins d'avoir appris de l'erreur, de pouvoir la regarder objectivement et de comprendre comment elle a surgi et de quelle façon elle peut être soulagée – jusqu'à ce que vous ayez appris ces choses – vous ne saurez pas comment servir les autres, et leurs erreurs vous mettront en colère et vous frustreront. Avec la Connaissance, vos attentes seront en harmonie avec la nature d'autrui. Avec la Connaissance, vous apprendrez comment servir et vous oublierez comment condamner.

PRATIQUE 77 : *Une longue séance de pratique.*

78ème PAS

JE NE PEUX RIEN FAIRE SEUL.

Vous ne pouvez rien faire seul, car vous n'êtes pas seul. De plus grande vérité, vous ne trouverez point. Mais vous ne trouverez aucune vérité exigeant de plus grandes considération et investigation. Ne la prenez pas à la légère, car cette vérité est très profonde. Il est important que vous l'étudiez.

Aujourd'hui à chaque heure, répétez cette affirmation et considérez son impact. Faites cela en toutes circonstances, car vous découvrirez avec le temps comment apprendre en toutes circonstances, comment pratiquer en

toutes circonstances, comment chaque circonstance peut bénéficier à votre pratique et comment votre pratique peut bénéficier à chaque circonstance.

Vous ne pouvez rien faire seul et dans votre pratique aujourd'hui vous recevrez l'assistance de vos Enseignants Spirituels qui vous prêteront leur force. Vous ressentirez cela en même temps que vous prêterez votre propre force. Vous réaliserez qu'une plus grande force que la vôtre vous permettra d'avancer, de pénétrer le voile de l'ignorance, de réaliser la source de votre Connaissance et la source de vos relations dans la vie. Acceptez vos limites, car seul vous ne pouvez rien faire, mais avec la vie, tout vous est donné pour servir. Avec la vie, votre véritable nature est valorisée et glorifiée dans son service aux autres.

PRATIQUE 78 : *Pratique horaire.*

79ème PAS

JE LAISSERAI L'INCERTITUDE EXISTER AUJOURD'HUI.

Laisser l'incertitude exister signifie qu'il existe une grande foi. Cela signifie qu'une autre forme de certitude est en train d'émerger. Lorsque vous laissez l'incertitude exister, cela signifie que vous devenez honnête, car en vérité vous êtes incertain. En laissant l'incertitude exister, vous devenez patient, car la patience est nécessaire pour retrouver votre certitude. En laissant l'incertitude exister, vous devenez tolérant. Vous vous retenez de juger et devenez un observateur de votre vie intérieure et de la vie autour de vous. Acceptez l'incertitude aujourd'hui afin que vous puissiez apprendre. Sans présomption, vous chercherez la Connaissance. Sans jugement, vous réaliserez votre véritable besoin.

Aujourd'hui à chaque heure, répétez l'affirmation de ce jour et examinez ce qu'elle signifie. Examinez-la à partir de vos propres sentiments et à la lumière de ce que vous voyez dans le monde autour de vous. L'incertitude existe jusqu'à ce que vous soyez certain. Si vous acceptez son existence, vous permettez à Dieu de vous servir.

PRATIQUE 79 : *Pratique horaire.*

80ème PAS

JE NE PEUX QUE PRATIQUER.

Vous ne pouvez que pratiquer. La vie est pratique. Nous redirigeons seulement votre pratique afin qu'elle vous serve et qu'elle puisse servir les autres. Vous pratiquez tout le temps, de façon répétitive, encore et encore. Vous pratiquez la confusion et le jugement, vous pratiquez la projection du blâme, vous pratiquez la culpabilité, vous pratiquez la dissociation et vous pratiquez l'inconstance. Vous renforcez vos jugements en continuant à les exercer. Vous renforcez vos incertitudes en continuant à les souligner. Vous pratiquez votre haine de vous-même en continuant à la nourrir.

Si vous regardez objectivement votre vie rien que pour un moment, vous verrez que votre vie entière est une pratique. Ainsi, vous pratiquerez, que vous suiviez ou non un programme qui vous bénéficie. Nous donnons ainsi un programme que vous pouvez dès à présent mettre en pratique. Il remplacera les pratiques qui vous ont embrouillé et déprécié, qui vous ont tourmenté, qui vous ont conduit à l'erreur et au danger. Nous vous offrons une pratique plus grande, afin que vous ne pratiquiez plus ces choses qui sapent votre valeur et votre certitude.

Lors de vos deux séances de méditation d'aujourd'hui, répétez cette affirmation : vous ne pouvez que pratiquer, et ensuite, pratiquez la quiétude et la réceptivité. Renforcez votre pratique et vous confirmerez ce que nous disons. Vous ne pouvez que pratiquer. Par conséquent, pratiquez pour le bien.

PRATIQUE 80 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

81ème PAS

JE NE ME DUPERAI PAS MOI-MÊME AUJOURD'HUI.

A chaque heure, répétez cette affirmation et ressentez son impact. Renforcez votre engagement envers la Connaissance. Ne tombez pas dans l'apparente facilité de vous duper vous-même. Ne vous contentez pas de simples suppositions et croyances provenant des autres. N'acceptez pas les généralités en tant que vérité. N'acceptez pas la simple apparence des autres comme représentative de leur réalité. N'acceptez pas votre propre simple apparence. L'acceptation de ces choses démontre que vous ne vous estimez pas, ni n'estimez votre vie, et que vous êtes trop indolent pour faire des efforts en votre faveur.

Vous devez entrer dans l'incertitude pour trouver la Connaissance. Qu'est ce que cela veut dire ? Cela veut simplement dire que vous renoncez à de fausses présomptions, aux idées qui vous rassurent et au luxe de la condamnation de soi. Pourquoi la condamnation de soi est-elle un luxe ? Parce qu'elle est facile et n'exige pas que vous examiniez la vérité. Vous l'acceptez parce qu'elle est acceptable dans ce monde et vous donne de quoi meubler de longues conversations avec vos amis. Elle provoque la sympathie. En conséquence, elle est facile et faible.

Ne vous dupez pas vous-même aujourd'hui. Permettez-vous d'examiner le mystère et la vérité de votre vie. A chaque heure, répétez l'idée du jour et ressentez ce qu'elle signifie. Lors de vos deux plus longues séances de pratique, répétez l'affirmation, puis consacrez-vous à la pratique de la tranquillité et de la réceptivité. A partir de maintenant, vous commencez à apprendre comment vous préparer à être tranquille – en utilisant votre respiration, en concentrant votre mental, en renonçant à vos pensées et en vous rappelant que vous êtes digne d'un tel effort. Souvenez-vous du but que vous cherchez à atteindre. Ne vivez pas dans l'illusion aujourd'hui. Ne vous abandonnez pas à ce qui est facile et douloureux.

PRATIQUE 81 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

82ème PAS

JE NE JUGERAI PAS AUTRUI AUJOURD'HUI.

Nous pratiquons une nouvelle fois cette leçon, que nous répéterons à certains intervalles à mesure que vous avancerez. Le jugement est la décision de ne pas savoir. C'est la décision de ne pas regarder. C'est la décision de ne pas écouter. C'est la décision de ne pas être tranquille. C'est la décision de suivre une forme conventionnelle de pensée qui endort votre conscience et vous maintient égaré dans le monde. Le monde est plein d'erreurs. Comment pourrait-il en être autrement ? Par conséquent, il n'a pas besoin de votre condamnation mais de votre assistance constructive.

Aujourd'hui, ne jugez pas autrui. Rappelez-vous de cela à chaque heure et considérez-le brièvement. Souvenez-vous en lors de vos deux pratiques de méditation durant lesquelles vous ferez cette affirmation et entrerez ensuite dans la quiétude et la réceptivité. Ne jugez pas autrui aujourd'hui, afin que vous puissiez être heureux.

PRATIQUE 82 : *Deux séances pratiques de 30 minutes. Pratique horaire.*

83ème PAS

J'ESTIME LA CONNAISSANCE PAR-DESSUS TOUT.

Si vous pouviez expérimenter la profondeur et le pouvoir de cette affirmation, elle vous libérerait de toute forme d'attachement. Elle éliminerait tout conflit de votre pensée. Elle mettrait définitivement fin à tout ce qui vous trouble et vous rend perplexe. Vous ne considéreriez pas les relations comme une forme de domination ou de punition. Ceci vous fournirait une toute nouvelle base pour comprendre votre participation avec les autres. Ceci vous fournirait un cadre de référence à l'intérieur duquel vous pourriez vous développer mentalement et physiquement, tout en conservant une perspective plus vaste. Qu'est-ce qui vous a déçu, si ce n'est l'utilisation inadéquate de vos capacités ? Qu'est-ce qui vous chagrine et vous irrite, si ce n'est l'utilisation inadéquate des capacités des autres ?

Estimez la Connaissance. Elle se trouve au-delà de votre compréhension. Suivez la Connaissance. Elle vous guide d'une manière dont vous n'avez jamais fait l'expérience. Ayez confiance en la Connaissance. Elle vous rend à vous-même. La confiance vient avant la compréhension, toujours. La participation vient avant la confiance, toujours. Donc, participez avec la Connaissance.

Rappelez-vous de votre affirmation à chaque heure. Essayez d'être très constant. Aujourd'hui, n'oubliez pas d'insister sur le fait que vous estimez la Connaissance par-dessus tout. Lors de vos deux pratiques de méditation, servez-vous de cette formulation comme d'une déclaration, puis dans la quiétude, permettez-vous de recevoir. N'utilisez pas ces pratiques

pour obtenir des réponses ou de l'information, mais permettez-vous de devenir silencieux, car un esprit silencieux peut tout apprendre et tout savoir. Les mots ne sont qu'une des formes de communication. Vous apprenez à présent à communiquer, car votre esprit s'ouvre désormais à une plus grande association.

PRATIQUE 83 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

84ème PAS

RÉVISION

Réviser les pratiques et les instructions de la semaine précédente. Réviser votre progression de façon objective. Réalisez combien grand est votre apprentissage. Vos pas actuels sont petits, mais substantiels. Vous serez mené jusqu'au bout du chemin par des petits pas. Il ne sera pas exigé de vous que vous fassiez de grands bonds, et pourtant chaque petit pas ressemblera à un grand bond, car il vous donnera bien plus que tout ce que vous n'avez jamais eu auparavant. Laissez votre vie extérieure être réorganisée à mesure que votre vie intérieure commence à émerger et à irradier sa lumière sur vous. Maintenez votre objectif et acceptez le changement dans votre vie extérieure, car il est en votre faveur. Ce n'est que lorsque la Connaissance est bafouée que l'indication de l'erreur vous sera évidente. Ceci vous conduira à une véritable action. Si la Connaissance n'est pas agressée par le changement autour de vous, alors vous n'avez pas à l'être. Avec le temps, vous réaliserez la paix de la Connaissance. Vous partagerez sa paix, sa certitude et ses véritables dons.

Menez ainsi votre révision durant une longue séance de pratique aujourd'hui. Réviser avec une grande intensité et avec discernement. Ne vous permettez pas de manquer cette reconnaissance de votre processus d'apprentissage.

PRATIQUE 84 : *Une longue séance pratique.*

85ème PAS

AUJOURD'HUI JE TROUVE LE BONHEUR DANS DE PETITES CHOSES.

Vous trouverez le bonheur dans de petites choses car le bonheur est avec vous. Vous trouverez le bonheur dans de petites choses, car vous apprenez à être tranquille et observateur. Vous trouverez le bonheur dans de petites choses, car votre esprit devient réceptif. Vous ferez l'expérience du bonheur dans de petites choses, car vous êtes présent à vos circonstances actuelles. Les petites choses peuvent véhiculer de grands messages si vous leur accordez votre attention. Les petites choses ne vous contrarieront alors plus.

Un esprit tranquille est un esprit conscient. Un esprit tranquille est un esprit qui apprend à être en paix. La paix n'est pas un état passif. C'est

un état de très grande activité, car il engage votre vie avec une grande intensité vers un but supérieur, en activant tous vos pouvoirs et en leur procurant une direction uniforme. Ceci vient de la paix. Dieu est tranquille, mais tout ce qui provient de Dieu est transformé en action constructive et uniforme. C'est ce qui donne forme et sens à toute relation significative. C'est pourquoi vos Enseignants sont avec vous, parce qu'il existe un Plan.

Exercez-vous à la quiétude deux fois aujourd'hui dans la méditation profonde. Reprenez l'affirmation de votre leçon à chaque heure et considérez-la brièvement. Permettez à votre journée d'être dédiée à la pratique, afin que la pratique puisse s'insuffler dans l'ensemble de vos autres activités.

PRATIQUE 85 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

86ème PAS

J'HONORE CEUX QUI M'ONT DONNÉ.

Honorer ceux qui vous ont donné éveillera la gratitude, qui est le début du véritable amour et de la véritable appréciation. Aujourd'hui lors de vos deux séances de pratique profondes, il vous est demandé de penser à ces personnes qui vous ont donné, de ne penser qu'à eux pendant ces moments. Il vous est demandé de considérer avec une très grande profondeur ce qu'ils ont fait pour vous. En ce qui concerne ceux contre lesquels vous ressentez de la colère et de l'irritation, essayez de voir comment eux aussi vous ont rendu service dans la réclamation de la Connaissance. Ne dénigrez pas vos émotions, mais malgré vos émotions envers ces individus, et surtout si elles sont négatives, essayez néanmoins de reconnaître le service qu'ils vous ont rendu. En effet, vous pouvez être fâché et choqué par une personne qui vous a rendu service et dont vous reconnaissez la contribution. C'est souvent le cas. Il se peut même que vous ressentiez de la colère contre ce programme qui ne cherche qu'à vous servir. Pourquoi seriez-vous irrité envers ce programme ? Parce que la Connaissance débusque tout ce qui lui fait obstacle. C'est pourquoi, par moment vous êtes irrité sans même savoir pourquoi.

Que vos deux séances de pratique soient très attentives. Concentrez-vous. Servez-vous du pouvoir de votre mental. Pensez à ces individus qui vous ont servi. Si des individus surgissent dans votre esprit et que vous ne les considérez pas comme vous ayant rendu service, alors réfléchissez à la manière dont ils vous ont également servi. Que ce jour soit un jour de remerciement. Que ce jour soit un jour de restitution.

PRATIQUE 86 : *Deux séances pratiques de 30 minutes.*

87ème PAS

JE N'AURAI PAS PEUR DE CE QUE JE SAIS.

A chaque heure de la journée, exercez-vous à répéter cette affirmation et considérez son sens. A chaque heure, vous apprendrez à libérer votre vie de la peur car la Connaissance dissipera toute peur, et vous dissiperez la peur pour permettre à la Connaissance de s'exprimer. Ayez foi en ce que vous savez. Ceci existe pour le plus grand bien. Vous pouvez éprouver une grande colère et de la défiance envers vous-même, mais cela ne s'adresse pas à la Connaissance. Cela concerne votre mental personnel, qui n'a certainement pas la capacité de comprendre votre but supérieur. Il lui est impossible de répondre à vos questions les plus fondamentales ou de fournir une certitude, un but, un sens et une direction à votre vie. Pardonnez à ce qui est faillible. Honorez ce qui est infallible. Et apprenez à les distinguer.

Lors de vos deux plus longues séances de pratique aujourd'hui, exercez-vous à laisser la peur s'en aller, afin que vous puissiez savoir. En permettant à votre mental d'être silencieux et réceptif sans formuler aucune demande, vous démontrerez votre confiance en la Connaissance. Ceci vous procurera un répit face aux tribulations et aux animosités de ce monde. En cela, vous commencerez à voir un monde différent.

PRATIQUE 87 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

88ème PAS

MON SOI SUPÉRIEUR N'EST PAS UN INDIVIDU.

Il existe souvent une confusion à propos de votre Soi supérieur et de vos Enseignants Spirituels. Cette confusion est très difficile à résoudre à partir de la perspective de la séparation. Mais lorsque vous envisagez la vie comme un réseau incluant un ensemble de relations évolutives, vous commencez alors à expérimenter et à reconnaître votre Soi supérieur comme faisant effectivement partie d'une plus grande matrice de relations. Il est la partie de vous qui n'est pas séparée mais se trouve reliée aux autres de façon significative. Par conséquent, votre Soi supérieur est relié au Soi supérieur de vos Enseignants. Ces derniers ne vivent pas dans la séparation à présent, car ils n'ont pas d'autre Soi. Il y a deux parties en vous : le Soi qui a été créé et le soi que vous avez créé. Amener le soi que vous avez créé à servir votre véritable Soi les unit dans un mariage riche de but et de service, mettant définitivement fin aux conflits internes.

Aujourd'hui, répétez votre affirmation à chaque heure et ressentez son impact. Dans vos deux plus longues séances de pratique, utilisez votre affirmation comme introduction à votre pratique du silence et de la réceptivité.

PRATIQUE 88 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

89ème PAS

MES ÉMOTIONS NE PEUVENT PAS DISSUADER MA CONNAISSANCE.

Les émotions vous emportent comme les vents forts. Elles vous entraînent de lieu en lieu. Vous pourrez peut-être saisir plus profondément leur mécanisme avec le temps. Notre pratique aujourd'hui est de souligner qu'elles ne contrôlent pas la Connaissance. La Connaissance n'a pas besoin de détruire vos émotions. Elle désire seulement leur apporter sa contribution. Avec le temps, vous parviendrez à comprendre beaucoup de vos émotions, et réaliserez que vos émotions peuvent servir un but supérieur, tout comme votre mental et votre corps. Toutes les choses qui ont été source de souffrance, de malaise et de dissociation, une fois mises au service d'un pouvoir – qui est l'Unique Pouvoir – deviendront alors des véhicules d'expression qui serviront un but supérieur. Même la colère sert un but supérieur ici, car elle vous montre que vous avez bafoué la Connaissance. Même si votre colère n'est pas dirigée contre autrui, elle indique simplement que quelque chose a mal tourné et qu'une correction doit y être apportée. Vous comprendrez la source de votre douleur, et vous comprendrez avec le temps la source de toutes les émotions.

Pratiquez à chaque heure et au début de vos deux longues séances de méditation, répétez l'idée d'aujourd'hui, puis entrez dans la quiétude. Aujourd'hui, apprenez à apprécier ce qui est certain et à comprendre ce qui est incertain, à différencier ce qui est la source de ce qui fait obstruction à la source, mais qui avec le temps peut servir la source même.

PRATIQUE 89 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

90ème PAS

AUJOURD'HUI JE NE FERAI AUCUNE SUPPOSITION.

Ne faites aucune supposition aujourd'hui, alors que vous consacrez un jour de plus à la réclamation de la Connaissance. Ne faites aucune supposition sur votre progression dans l'apprentissage. Ne faites aucune supposition sur votre monde. Exercez-vous à conserver un mental ouvert qui observe les événements et qui cherche à apprendre. Réjouissez-vous de la liberté d'un mental sans préjugé, car le mystère vous sera une source de grâce plutôt qu'une source de peur et d'angoisse à mesure que vous apprendrez à le recevoir.

Lors de votre pratique horaire et lors de vos deux plus longues pratiques de méditation d'aujourd'hui, durant lesquelles vous pratiquerez la quiétude et la réceptivité, vous pouvez expérimenter la valeur et le pouvoir de ces mots. Ne formulez aucune présomption en ce jour. Rappelez-vous de cela tout au long de la journée, car émettre des présomptions n'est qu'une habitude et lorsque l'habitude est abandonnée, le mental peut exercer sa fonction naturelle libérée de ses vieilles entraves.

PRATIQUE 90 : *Deux séances pratiques de 30 minutes. Pratique horaire.*

RÉVISION

Notre révision se concentrera à nouveau sur les instructions et sur vos pratiques de la semaine précédente. Donnez-vous ce temps pour refaire l'expérience de ce qui s'est passé durant chacune de ces journées et aussi pour percevoir cela à partir de la perspective de votre expérience actuelle. Apprenez comment apprendre. Apprenez du processus d'apprentissage. Ne vous servez pas de l'apprentissage comme d'une forme de mise en scène. Ne vous servez pas de l'apprentissage pour essayer de prouver votre valeur à vous-même. Vous ne pouvez pas prouver votre valeur. La prouver est au-delà de vos efforts. Votre valeur se démontrera elle-même quand vous le lui permettrez, et c'est ce que vous apprenez à faire en ce moment. Pratiquez pour pratiquer. Certains jours seront plus faciles. D'autres seront plus difficiles. Certains jours, vous voudrez pratiquer. D'autres jours, vous ne voudrez peut-être pas pratiquer. Chaque jour, vous pratiquez, parce que vous représentez une Volonté Supérieure. Ceci est une démonstration de la constance, qui est une démonstration de pouvoir. Ceci est une démonstration d'un dévouement supérieur. Ceci vous procure certitude et stabilité, et vous permet de traiter avec compassion toutes choses de moindre importance.

Votre longue révision aujourd'hui sera un examen de votre processus d'apprentissage. Rappelez-vous de ne pas vous juger afin que vous puissiez apprendre.

PRATIQUE 91 : *Une longue séance pratique.*

IL Y A UN RÔLE A JOUER POUR MOI DANS LE MONDE.

Vous êtes venu dans le monde à un moment crucial. Vous êtes venu pour servir le monde dans ses besoins actuels. Vous êtes venu en préparation pour les générations futures. Est-ce que tout cela a un sens pour vous à l'heure actuelle ? Peut-être pas, mais vous travaillez pour le présent et pour l'avenir. Vous ne travaillez pas seulement pour la vie que vous allez vivre, mais aussi pour celles qui suivront la vôtre. Ceci vous accomplit à présent, car c'est le don que vous êtes venu apporter. Sans prétention, ni incertitude, ceci se révélera à travers vous et se donnera dans le monde. Tissant votre vie d'une façon très spécifique avec d'autres vies, il est destiné à vous élever, ainsi que tous ceux avec lesquels vous entrez en relation. Le Plan est supérieur à votre ambition personnelle et seule votre ambition personnelle peut brouiller la vision de ce que vous devez faire. Soyez donc reconnaissant aujourd'hui qu'il existe un rôle à jouer pour vous dans le monde. Vous êtes venu dans le monde afin de jouer ce rôle – pour votre propre réalisation, pour l'avancement de votre monde et pour servir votre Famille Spirituelle.

Lors de vos deux séances de pratique aujourd'hui, concentrez-vous et affirmez qu'il existe un rôle à jouer pour vous. Ne tentez pas de jouer ce rôle selon vos idées ou vos souhaits, mais laissez-le se réaliser de lui-même, car la Connaissance en vous le réalisera une fois que vous serez préparé. Dans la quiétude et l'acceptation, affirmez qu'il existe un rôle pour vous dans le monde et faites l'expérience du pouvoir et de la vérité de cette grande idée.

PRATIQUE 92 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

93ème PAS

JE SUIS ENVOYÉ ICI DANS UN BUT.

Vous êtes envoyé au monde dans un but, pour contribuer par vos dons, qui émaneront de la Connaissance. Vous êtes venu ici dans un but, pour vous souvenir de votre véritable Demeure alors que vous êtes dans le monde. Le but supérieur que vous portez se trouve en vous en ce moment et il émergera graduellement, à mesure que vous entreprendrez la préparation que nous vous fournissons. Ce but est supérieur à tous ceux que vous avez pu imaginer pour vous-même. Il est supérieur à tous les objectifs que vous avez essayé d'atteindre par vous-même. Il n'a nul besoin de votre imagination ou de vos créations, car il s'accomplira à travers vous et il vous intégrera parfaitement, comme il se doit. Il existe pour vous un but à accomplir dans le monde. A présent, vous vous préparez pas à pas à en faire l'expérience, à l'apprendre et à l'accepter afin qu'il puisse vous céder ses grands dons.

Lors de vos deux séances de pratique, affirmez la réalité de cette déclaration. Dans la quiétude et la réceptivité, laissez votre esprit s'établir dans sa véritable fonction. Permettez-vous d'être un étudiant, c'est-à-dire : permettez-vous d'être réceptif et responsable quant à l'utilisation de ce qui vous est donné. Laissez ce jour être une affirmation de votre véritable vie dans le monde, et non de celle que vous vous êtes fabriquée.

PRATIQUE 93 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

94ème PAS

MA LIBERTÉ EST DE TROUVER MON BUT.

Quelle valeur peut posséder la liberté autre que celle qui vous permet de découvrir votre but et de le réaliser. Sans but, la liberté n'est que le droit d'être chaotique, de vivre sans contrainte extérieure. Mais sans contrainte extérieure, vous n'agirez que sous la dureté de votre propre contrainte. Est-ce un progrès ? Globalement, il ne s'agit pas d'un progrès, bien que cela puisse créer des opportunités de découverte de soi.

N'appellez pas le chaos liberté, car ce n'est pas la liberté. Ne pensez pas que vous êtes dans un état d'exaltation parce que les autres ne vous limitent pas. Réalisez que votre liberté doit vous permettre de découvrir votre but et

de le réaliser. Comprendre la liberté de cette manière vous permettra d'utiliser tous les aspects de votre vie – votre situation actuelle, vos relations, vos engagements, vos succès, vos erreurs, vos attributs et vos limites – tout ce qui concourt à la découverte de votre but. Car à mesure qu'un but supérieur commence à s'exprimer à travers vous d'une manière que vous puissiez reconnaître et accepter, vous sentirez enfin que votre vie est en train d'être intégrée complètement. Vous ne serez plus intérieurement morcelé en entités séparées, mais une personne unique, entière et unifiée, avec tous les aspects de vous-même engagés à servir ce seul but.

La liberté de commettre des erreurs ne vous sauvera pas. Des erreurs peuvent être commises dans n'importe quelle situation et la liberté peut être trouvée dans n'importe quelle situation. Cherchez donc à apprendre de la liberté. La Connaissance s'exprimera lorsqu'elle sera désentravée et lorsque vous, en tant que personne, serez suffisamment développé pour porter sa grande mission dans le monde. Vos Enseignants Spirituels, qui demeurent à vos côtés au-delà de votre perception visuelle, sont ici pour vous initier dans la Connaissance. Ils ont leur propre méthode pour le faire, car ils comprennent le véritable sens de la liberté et son véritable but dans le monde.

Ainsi lors de vos séances de pratique, nous affirmons une fois encore le pouvoir de cette déclaration et nous vous donnons deux opportunités d'en faire profondément l'expérience en vous. Vous n'avez pas à essayer de spéculer sur ce sujet mentalement, mais simplement à vous détendre pour pouvoir en faire l'expérience. Concentrez totalement votre mental afin de lui permettre de faire l'expérience de la grandeur de la présence de Dieu, qui est avec vous et qui est en vous, car ceci est regarder dans la direction de la liberté, là où la liberté existe vraiment.

PRATIQUE 94 : *Deux séances de pratiques de 30 minutes.*

95ème PAS

COMMENT DONC POURRAIS-JE M'ACCOMPLIR ?

Comment donc pourriez-vous vous accomplir, alors que vous ne savez pas qui vous êtes, d'où vous venez, ni où vous allez ; alors que vous ne savez pas qui vous a envoyé, ni qui vous attendra à votre retour ? Comment pourriez-vous vous accomplir seul, alors que vous faites partie de la vie elle-même. Pouvez-vous vous accomplir en étant séparé de la vie ? C'est seulement dans l'illusion ou dans l'imagination que vous pouvez entretenir l'idée de vous accomplir vous-même. Il n'existe aucun accomplissement en cela, seulement une confusion accrue. Les années s'écoulant, vous sentirez une obscurité grandir en vous, comme si une opportunité cruciale avait été perdue. Ne perdez pas cette opportunité de réaliser la vie telle qu'elle est véritablement et de recevoir l'accomplissement tel qu'il vous est véritablement offert.

Vous ne pouvez vous accomplir que dans votre imagination et l'imagination n'est pas la réalité. Accepter cela peut paraître à première vue comme une limitation et une déception, car vous possédez déjà des plans et des motifs pour votre satisfaction personnelle, qu'ils aient été mis en pratique ou non. L'ensemble de vos plans en vue de votre propre réalisation doit être à présent remis en question, non pas pour vous priver de quoi que ce soit de valeur, mais pour vous dégager d'un esclavage qui ne peut que vous duper et vous décevoir avec le temps. Par conséquent, accepter le caractère désespéré de la tentative de vous réaliser vous permet finalement de recevoir le grand don qui vous est disponible et qui vous attend. Ce grand don est destiné à être offert au monde d'une façon qui répond spécifiquement à votre bonheur et au bonheur de ceux qui seront naturellement attirés vers vous.

Comment pourriez-vous vous accomplir ? Aujourd'hui, à chaque heure, répétez cette question et accordez-lui un moment de considération sérieuse, sans vous préoccuper de vos circonstances. A chaque heure de pratique, tournez votre regard à l'extérieur vers le monde et voyez comment les gens essaient de se réaliser à la fois dans leur situation actuelle et dans celle qu'ils espèrent. Comprenez à quel point cela les sépare de la vie telle qu'elle existe vraiment. Comprenez à quel point cela les sépare du mystère de leur propre existence et des merveilles de la vie qu'ils sont libres de rencontrer à chaque moment de chaque jour. Ne vous permettez pas d'être si déshérité. Les illusions peindront toujours un grand tableau pour vous, mais ne possèdent en réalité aucune fondation. Seuls ceux qui essaient de se conforter réciproquement dans leurs illusions essayeront d'établir des relations dans ce but, et leur déception sera mutuelle, parce qu'ils seront enclins à se blâmer les uns et les autres. Ne recherchez donc pas ce qui ne peut que vous apporter de la tristesse et ne peut que détruire pour vous la grande opportunité d'entrer dans une véritable relation.

A chaque heure, répétez cette affirmation. Lors de vos deux séances de pratique, entrez dans le silence et la réceptivité, afin que vous puissiez apprendre à recevoir l'accomplissement tel qu'il existe vraiment.

PRATIQUE 95 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

96ème PAS

LA VOLONTÉ DE DIEU EST QUE JE SOIS ALLÉGÉ.

Le premier pas que Dieu fait vers votre rédemption et pour vous donner pouvoir et autonomie, consiste à vous alléger de ce qui n'est pas nécessaire à votre bonheur, à vous alléger de ce qui ne peut en aucune façon vous satisfaire, à vous alléger de ce qui ne peut que vous causer de la tristesse, et à soulever de votre tête la couronne d'épines que vous portez, laquelle représente votre tentative d'accomplissement dans le monde. En vous existe une Volonté Supérieure désireuse de s'exprimer. Quand vous en ferez l'expérience, vous ressentirez finalement que vous vous connaissez. Vous ferez enfin l'expérience du vrai bonheur, car votre vie sera enfin

intégrée. Vous devez être allégé pour faire cette découverte. Rien de valeur ne vous sera pris. Il n'est pas dans l'intention de Dieu de vous rendre isolé et triste, mais plutôt de vous offrir l'opportunité de réaliser votre vraie promesse afin que vous puissiez avancer avec force et avec une vraie motivation.

Acceptez donc cette première et grande offre qui consiste à vous alléger des conflits sans espoir de tenter de les résoudre, à vous alléger des poursuites insensées qui ne vous mènent nulle part, des promesses fallacieuses de ce monde, et de votre propre idéalisme qui peint une image que le monde n'est pas en mesure de soutenir. Avec simplicité et humilité, la grandeur de la vie se révélera à vous et vous saurez que vous n'avez renoncé à rien pour ce qui possède une valeur inestimable.

A chaque heure, répétez cette affirmation et réfléchissez-y. Observez ce que cela peut signifier dans vos circonstances actuelles. Observez ses démonstrations dans la vie des gens tout autour de vous. Observez sa réalité au regard de votre propre existence, dont vous apprenez à présent à témoigner avec objectivité.

Lors de vos deux séances de pratique approfondies d'aujourd'hui, essayez de vous concentrer sur cette idée et appliquez-la spécifiquement à votre vie. Engagez activement votre mental et essayez de réfléchir au sens de cette affirmation au regard de vos ambitions et de vos plans en cours, et ainsi de suite. Il se peut que beaucoup de choses soient remises en question en faisant cela, mais réalisez que la Connaissance n'est aucunement affectée par vos schémas et vos plans, ou par vos espoirs et vos déceptions. Elle attend seulement le moment où elle pourra émerger naturellement en vous et vous serez le premier bénéficiaire de ses dons inestimables.

PRATIQUE 96 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

97ème PAS

JE NE SAIS PAS CE QU'EST L'ACCOMPLISSEMENT.

Est-ce que cette affirmation constitue un aveu de faiblesse ? Est-ce une résignation au désespoir ? Certes non. C'est le début d'une véritable honnêteté. Lorsque vous réaliserez combien peu vous comprenez, en même temps que vous réaliserez le grand don de la Connaissance qui vous est disponible, à ce moment-là seulement, vous emparerez-vous de cette opportunité avec un grand encouragement et un grand dévouement. Vous ne pouvez qu'imaginer l'accomplissement, mais la Connaissance de l'accomplissement vit et brûle en vous. Tel est le feu que vous ne pouvez pas éteindre. Tel est le feu qui vit en vous actuellement. Il représente votre plus ardent désir d'accomplissement, d'union et de contribution. Bien enfoui sous tous vos souhaits et vos peurs, bien enfoui sous vos plans et vos ambitions, ce feu brûle actuellement. Abandonnez donc vos idées au sujet de l'accomplissement, mais ne soyez pas désespéré, car vous vous placez en

position de recevoir les dons qui vous sont destinés. Vous avez amené ces dons avec vous dans le monde. Ils sont cachés en vous, à un endroit où vous ne pouvez pas les trouver.

Vous ne savez pas ce qu'est l'accomplissement. Une stimulation joyeuse ne peut être l'accomplissement, car l'accomplissement est un état de quiétude. C'est un état d'acceptation intérieure. C'est un état de complète intégration. C'est un état hors du temps qui s'exprime dans le temps. Comment la plus joyeuse même des stimulations pourrait-elle vous donner ce qui seul peut demeurer en toutes circonstances et ne cesse pas quand la stimulation s'arrête ? Nous ne souhaitons pas vous priver de joyeuses stimulations, car elles peuvent être bénéfiques, mais elles sont momentanées et ne peuvent vous apporter qu'un aperçu d'une plus grande possibilité. Ici, nous souhaitons vous mener directement à la grande possibilité en cultivant les ressources immenses de votre esprit et en vous enseignant un certain regard sur le monde, afin que vous puissiez apprendre de la véritable raison d'être ici.

Ainsi, à chaque heure d'aujourd'hui, répétez l'idée de ce jour et appliquez-la sérieusement à vous-même et au monde qui vous entoure. Lors de vos deux longues séances de pratique, passez de nouveau du temps à considérer cette idée sérieusement. Souvenez-vous de réfléchir à votre vie personnelle dans ces séances de pratique et appliquez l'idée d'aujourd'hui aux plans dont vous êtes conscient concernant votre propre accomplissement. Ces méditations contemplatives requièrent un travail mental. Ici, vous ne serez pas silencieux. Vous investiguerez. Vous explorerez. Vous utiliserez activement votre mental afin de pénétrer les choses dont vous reconnaissez l'existence. C'est un temps d'introspection intense. Lorsque vous réaliserez que ce que vous croyez savoir n'est qu'une forme d'imagination, vous réaliserez votre énorme besoin de la Connaissance.

Vous devez comprendre ce que vous avez afin d'apprendre à recevoir davantage. Si vous pensez que vous avez plus que ce que vous avez réellement, alors vous êtes appauvri sans même en avoir conscience, et vous ne comprendrez pas le Grand Plan qui a été créé en votre faveur. Vous devez démarrer de là où vous êtes, car ainsi vous pourrez avancer, chaque pas assuré, chaque pas en avant s'appuyant sur le pas précédent. Ici, il n'y aura pas de chute en arrière, car vous serez fermement établi sur votre chemin vers la Connaissance.

PRATIQUE 97 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

98ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision, révisez de nouveau toutes les instructions des leçons et tout ce que vous avez expérimenté jusqu'ici dans la semaine passée de pratique. Évaluez avec honnêteté votre engagement avec ces leçons et

reconnaissez ce qu'elles vous ont apporté en termes de compréhension. Essayez d'être très juste dans votre évaluation. Rappelez-vous que vous êtes un étudiant. Ne prétendez pas que vous avez accompli plus que ce dont vous avez réellement fait l'expérience.

La simplicité de cette approche peut sembler évidente, mais pour beaucoup de gens elle est très difficile à accomplir, car ils ont tellement l'habitude de penser qu'ils possèdent plus que ce qu'ils ont, ou bien, moins que ce qu'ils ont. Il est très difficile pour eux d'évaluer leur situation réelle, même lorsque celle-ci est tout à fait évidente.

Lors de votre longue séance de pratique, révisez ainsi vos leçons et considérez chacune d'elle en profondeur, en vous rappelant de votre travail avec elles le jour où elles ont été données et de ce que vous comprenez d'elles à ce moment. Révisez très soigneusement chacun des six pas précédents et prenez garde de ne pas tirer de conclusions qui ne représentent pas votre véritable expérience. Il vaut mieux être incertain que d'acquiescer de fausses conclusions.

PRATIQUE 98 : *Une longue séance de pratique.*

99ème PAS

JE NE BLÂMERAI PAS LE MONDE AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui, exercez-vous à ne pas accuser le monde, à ne pas juger ses erreurs flagrantes, à ne pas clamer ou attribuer aux autres la responsabilité de ces erreurs. Regardez le monde en silence. Laissez votre mental dans le calme.

Pratiquez cela à chaque heure et regardez le monde avec des yeux ouverts. Lors de vos deux plus longues séances de pratique, exercez-vous aussi à regarder le monde les yeux ouverts. Peu importe ce que vous regardez, car tout est la même chose. Votre concentration aujourd'hui consistera à regarder sans juger, car ceci développera les véritables facultés de votre esprit.

Ainsi, lors de vos séances de pratique, exercez-vous à regarder avec les yeux ouverts, à regarder sans jugement. Observez votre environnement immédiat. Ne regardez que les choses qui sont vraiment là. Ne vous engagez pas dans l'imagination. Ne laissez pas vos pensées vagabonder vers le passé ou l'avenir. Soyez témoin uniquement de ce qui est là. Lorsque des pensées s'apparentant à des jugements apparaissent, écartez-les simplement sans considération, car aujourd'hui vous vous exercez à voir – voir sans jugement, afin que vous puissiez voir ce qui est véritablement là.

PRATIQUE 99 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

100ème PAS

AUJOURD'HUI JE SUIS UN ÉTUDIANT DÉBUTANT DE LA CONNAISSANCE.

Vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. Acceptez ce point de départ. Ne clamez pas davantage vous concernant, car vous ne comprenez pas la voie vers la Connaissance. Sur la voie des plus grandes présomptions, vous avez peut-être collecté de grandes récompenses pour vous-même, mais cela mène dans une direction différente de la voie de la Connaissance, sur laquelle tout ce qui est irréel est abandonné et tout ce qui est authentique est étreint. La voie de la Connaissance n'est pas celle que les gens ont imaginée pour eux-mêmes, car elle n'est pas née de l'imagination.

Ainsi, soyez un étudiant débutant de la Connaissance. A chaque heure répétez cette affirmation et considérez-la sérieusement. Qu'importe votre opinion sur vous-même, qu'elle soit exaltée ou diminuée, qu'importe ce que vous avez fait auparavant, qu'importe ce que vous considérez être vos accomplissements, vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. En tant qu'étudiant débutant, vous voudriez apprendre tout ce qui peut être appris, et n'avez pas le fardeau de défendre ce que vous pensez avoir établi. Ceci allégera considérablement votre fardeau dans la vie et vous fournira la possibilité d'une véritable motivation et d'un véritable enthousiasme, lesquels vous font défaut actuellement.

Soyez un étudiant débutant de la Connaissance. Commencez vos deux plus longues séances de pratique par cette affirmation et permettez-vous de vous asseoir dans la quiétude et de recevoir. Sans requête ni question, sans attente ni exigence, laissez votre mental dans la quiétude car vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance et vous ne savez pas encore quoi demander ou à quoi vous attendre.

PRATIQUE 100 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

101ème PAS

LE MONDE A BESOIN DE MOI, MAIS J'ATTENDRAI.

Pourquoi attendre quand le monde a besoin de vous ? Cela ne semble-t-il pas incompatible avec l'enseignement que nous présentons ? En fait, ça n'est pas du tout incompatible si vous en comprenez le sens. Puisque le monde a besoin de vous, attendre semblerait une injustice et une irresponsabilité. Ceci n'est-il pas incompatible avec ce que nous enseignons ? Non, ça n'est pas incompatible si vous en comprenez le sens. Si vous avez considéré sérieusement ce que nous vous avons donné jusqu'à ce jour dans votre préparation, vous comprendrez ceci naturellement. La Connaissance à l'intérieur de vous répondra au monde, et vous vous sentirez poussé à donner en certains lieux et à ne pas le faire en certains autres. Cette réponse authentique en vous ne proviendra pas d'une faiblesse personnelle, ni d'une insécurité personnelle, ni du besoin d'être accepté ou d'être reconnu. Elle ne sera pas une forme d'évitement ou de culpabilité. En fait, elle n'aura rien à voir du tout avec vous. Voilà pourquoi elle est si grande, car elle n'est pas destinée à remédier à votre petitesse, mais à

démontrer le pouvoir de la Connaissance qui existe dans le monde, afin que vous puissiez lui porter témoignage et être un véhicule pour son expression.

Pourquoi attendre quand le monde a besoin de vous ? Parce que vous n'êtes pas encore prêt pour donner. Pourquoi attendre quand le monde a besoin de vous ? Parce que vous ne comprenez pas encore son besoin.

Pourquoi attendre quand le monde a besoin de vous ? Parce que vous donnerez pour de fausses raisons et ne ferez que renforcer votre dilemme. Le temps de donner viendra, et votre vie se donnera et vous serez préparé à accepter cela, à y répondre et à suivre la gouverne de la Connaissance en vous. Si vous devez servir véritablement le monde, vous devez être préparé, et c'est ce que nous entreprenons actuellement.

Ne laissez pas les tribulations du monde vous rendre trop anxieux. Ne laissez pas les menaces de destruction éveiller votre peur. Ne laissez pas les injustices de ce monde stimuler votre colère, car s'ils réussissent à le faire c'est que vous regardez sans la Connaissance. Vous voyez l'échec de votre propre idéalisme. Ce n'est pas la bonne façon de voir et par conséquent ce n'est pas non plus la bonne façon de donner. Vous avez été envoyé pour donner, et votre don vous est intrinsèque. Vous n'avez pas à le contrôler, car il se donnera lorsque vous serez préparé. Par conséquent, votre service au monde pour l'instant est votre préparation afin de devenir un donateur, et bien que cela ne satisfasse pas votre besoin immédiat de donner, cela préparera la voie au don d'un service supérieur.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, réfléchissez activement à l'idée d'aujourd'hui et considérez-la en fonction de votre comportement, de vos penchants, de vos idées et de vos croyances.

PRATIQUE 101 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

102ème PAS

IL Y A BEAUCOUP DE CHOSES QUE JE DOIS DÉSAFFRENDRE.

Votre vie est remplie de vos nécessités et de vos idées, remplie de vos exigences et de vos ambitions, remplie de vos peurs et de vos complications. Ainsi, votre véhicule pour donner se trouve alourdi et encombré, et votre énergie est en grande partie mal utilisée. C'est pourquoi, le premier pas de Dieu est de vous décharger. Jusqu'à ce que cela se fasse, vous ne ferez que tenter de résoudre votre situation sans savoir quoi faire, sans comprendre votre dilemme, et sans accepter l'assistance dont vous aurez sûrement besoin avec le temps. Par conséquent, acceptez de désapprendre, car ceci vous déchargera et vous donnera de nouveau l'assurance qu'une vie plus grande est possible et inévitable pour vous, qui êtes venu ici pour donner.

A chaque heure, répétez cette affirmation et considérez-la. Examinez sa réalité au regard de votre perception du monde. Lors de vos deux plus longues séances de pratique, pratiquez de nouveau la quiétude mentale dans le silence, où rien n'est tenté et où rien n'est évité. Vous

engagez simplement votre esprit à demeurer tranquille afin qu'il puisse apprendre à répondre de lui-même à ce qui l'appelle. A chaque pas que vous ferez dans votre désapprentissage, la Connaissance viendra prendre la place de ce qui l'avait remplacé. Ceci est instantané car vous ne faites que vous mettre en position de recevoir, afin que votre don puisse être généreux, authentique et qu'il vous accomplisse.

PRATIQUE 102 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

103ème PAS

JE SUIS HONORÉ PAR DIEU.

Vous êtes honoré par Dieu, et pourtant cette déclaration peut susciter votre incertitude, éveiller votre culpabilité, troubler votre orgueil et stimuler toute sorte de conflit qui existe réellement en vous en ce moment. Par le passé, vous avez essayé d'être quelque chose d'irréel et vous avez échoué. A présent, vous appréhendez d'être qui que ce soit de peur que l'échec une fois encore vous poursuive. Ainsi, la grandeur apparaît comme de la petitesse et la petitesse apparaît comme de la grandeur, et tout est vu à l'envers et à l'opposé de son véritable sens.

Vous êtes honoré par Dieu que vous puissiez l'accepter ou non. Ceci est vrai indépendamment de toute évaluation humaine, car seul ce qui se trouve au-delà de toute évaluation est vrai. Nous vous amenons à ce qui se trouve au-delà de toute évaluation, et ceci sera la plus grande des découvertes possibles dans cette vie ou dans n'importe quelle vie.

A chaque heure, répétez cette affirmation et considérez-la sérieusement. Lors de vos deux séances de pratique, laissez de nouveau votre esprit être silencieux et réceptif afin que vous puissiez apprendre à recevoir l'honneur que Dieu vous procure. Certes, cet honneur doit être dirigé vers une partie de vous dont vous avez à peine conscience. Ce n'est pas votre comportement qui est honoré. Ce n'est pas votre idéalisme qui est honoré. Ce ne sont pas vos croyances, vos suppositions, vos demandes ou vos peurs. Celles-ci peuvent être pour le bien ou pour le mal. Celles-ci peuvent vous servir ou vous trahir. Mais l'honneur est réservé à quelque chose de plus grand, que vous apprenez à présent à reconnaître.

PRATIQUE 103 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

104ème PAS

DIEU ME CONNAÎT DAVANTAGE QUE MOI-MÊME.

Dieu vous connaît davantage que ce que vous pouvez connaître de vous-même. Ceci doit vous être évident si vous vous êtes considéré honnêtement. Et cependant, examinez-en les implications. Si Dieu vous connaît davantage que vous-même, alors l'évaluation de Dieu ne serait-elle

pas quelque chose que vous voudriez explorer ? Bien sûr que oui. Et vos évaluations sur vous-même ne seraient-elles pas nécessairement entachées d'erreur ? En cela seulement vous avez péché, car le péché n'est que l'erreur.

L'erreur appelle la correction, non la condamnation. Vous pouvez vous condamner et ensuite penser que Dieu suivrait votre exemple et vous condamnerait plus fortement. C'est pourquoi les gens ont fait Dieu à leur image et c'est pourquoi vous devez désapprendre ce que vous avez fabriqué, afin que vous puissiez découvrir ce que vous savez et que vos créations dans ce monde puissent être pour le bien et posséder une valeur durable.

Dieu vous connaît davantage que ce que vous pouvez connaître de vous-même. Ne prétendez pas que vous pouvez vous créer, car vous avez déjà été créé et ce qui a été authentiquement créé est de loin plus grand et plus joyeux que la vie que vous avez réalisée jusque-là. C'est votre insatisfaction qui vous mène à la vérité en vous conduisant vers une véritable résolution. Ceci, bien sûr, est vrai.

A chaque heure, répétez cette affirmation et considérez-la sérieusement. Ce faisant, observez le monde autour de vous pour essayer de pénétrer le sens de l'idée d'aujourd'hui dans ce monde. Lors de vos plus longues séances de pratique dans la quiétude, laissez votre esprit devenir silencieux afin qu'il puisse apprendre à se réjouir de sa grandeur. Donnez-lui cette opportunité d'être libre, et il vous donnera la liberté en retour.

PRATIQUE 104 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

105ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision, suivez les exemples précédents et révisez la semaine d'instructions et de pratiques. Aujourd'hui, accordez une considération particulière aux idées que nous avons présentées. Comprenez que ces idées doivent être contemplées et expérimentées à de nombreux niveaux de développement. Leur sens est trop profond et trop grand pour vous être complètement évident actuellement. Cependant, elles seront comme un rappel que la Connaissance est avec vous et que vous êtes venu apporter la Connaissance dans le monde.

Notre enseignement simplifiera ainsi toutes choses, ce qui résoudra les conflits que vous portez actuellement et rendra inutile tout conflit dans l'avenir. Car, plus vous êtes avec la Connaissance, moins il y aura de conflit. Une vie sans conflit est la plus grande contribution qui puisse être donnée au monde, car c'est une vie qui éveillera la Connaissance chez tous, une étincelle qui peut se porter dans l'avenir bien au-delà de votre vie individuelle. C'est cette grande étincelle que vous êtes destiné à donner au monde, car alors votre don n'aura pas de fin et servira votre génération actuelle et les générations à venir.

Les bénédictions dont vous faites l'expérience aujourd'hui dans votre monde résultent de ces échos qui sont transmis de génération en génération alors que la Connaissance est gardée vivante dans le monde. Votre opportunité d'avoir la Connaissance est née du don de ceux qui ont vécu, de même que votre don fournira l'opportunité de la liberté à ceux qui suivront. Tel est votre but supérieur dans la vie : garder la Connaissance vivante dans le monde. Mais en premier lieu, vous devez apprendre de la Connaissance – apprendre à la reconnaître, apprendre à l'accepter, apprendre à la discerner des autres impulsions au sein de votre mental et apprendre des multiples niveaux de développement qui seront nécessaires pour suivre la Connaissance vers sa grande réalisation. C'est pourquoi vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance.

Lors de votre longue séance de pratique, entreprenez votre révision avec autant de détails que possible. Permettez à la confusion et à l'incertitude d'exister, car cela est nécessaire à ce niveau d'investigation. Soyez donc heureux de toutes les choses qui peuvent être véritablement reconnues et sachez que la Connaissance est avec vous afin que vous soyez libre d'être incertain.

PRATIQUE 105 : *Une longue séance pratique.*

106ème PAS

IL N'EXISTE PAS DE MAÎTRE VIVANT DANS LE MONDE.

Il n'existe pas de maître vivant dans le monde, car la Maîtrise est atteinte au-delà du monde. Il y a des étudiants avancés. Il y a des étudiants d'un grand accomplissement. Mais il n'y a de maîtres qui vivent dans le monde. La perfection ne se trouve pas ici, seulement la contribution. Quiconque demeure dans le monde demeure pour apprendre les leçons du monde. Les leçons du monde ne doivent pas être apprises que dans votre vie individuelle, mais également dans une vie de contribution. Votre véritable éducation dépasse de loin tout ce que vous avez réalisé jusque là. Elle ne consiste pas seulement à corriger des erreurs. Elle consiste en la contribution des dons.

Il n'existe pas de maître vivant dans le monde. Par conséquent, vous pouvez vous soulager du lourd fardeau d'essayer ou d'exiger la Maîtrise pour vous-même. Par vous-même, vous ne pouvez pas être un Maître car la vie est le Maître. Ceci constitue la grande différence qui fera pour vous toute la différence lorsque vous en saisirez le sens et la valeur véritables.

Aujourd'hui lors de vos deux séances de pratique, pensez à tous les individus que vous avez considérés comme des Maîtres – des individus que vous avez rencontrés, entendus ou imaginés, des individus du passé et ceux qui vivent actuellement. Réfléchissez à toutes ces qualités qui ont fait d'eux des Maîtres et comment vous les avez utilisées pour vous juger, pour juger votre vie et votre comportement. Ce n'est pas le but des étudiants avancés de devenir pour ceux de moindre capacité un critère de condamnation de

soi. Ce n'est pas leur don, bien qu'ils doivent comprendre qu'avec le temps, leurs dons seront ainsi mal interprétés.

Acceptez d'être allégé du fardeau, alors que nous vous rappelons qu'il n'y a pas de maîtres qui vivent dans le monde. Lors de vos deux séances plus longues de pratique, essayez de réaliser cela. Essayez de réaliser le soulagement qui vous est offert. Mais ne faites pas l'erreur de croire que cela vous mène à la passivité, car plus forte que jamais sera votre implication dans la réclamation de la Connaissance. Plus fort que jamais sera votre engagement pour l'émergence de la Connaissance. A présent, votre implication et votre engagement peuvent progresser plus rapidement, car ils sont dégagés de votre idéalisme qui ne peut que vous égarer.

PRATIQUE 106 : Deux séances de pratique de 30 minutes.

107ème PAS

AUJOURD'HUI J'APPRENDRAI A ÊTRE HEUREUX.

Apprendre à être heureux est simplement apprendre à être naturel. Apprendre à être heureux est apprendre à accepter la Connaissance aujourd'hui. La Connaissance est heureuse aujourd'hui. Si vous n'êtes pas heureux, vous n'êtes pas avec la Connaissance. Le bonheur ne veut pas toujours dire arborer un sourire sur votre visage. Il n'est pas un comportement. Le bonheur authentique est le sentiment de l'être, un sentiment de plénitude et de satisfaction. Si une perte est advenue dans votre vie, la perte d'un être aimé, vous pouvez toujours être heureux bien que vous puissiez verser des larmes. Il est tout à fait correct de verser des larmes, car cela ne désavoue pas nécessairement un plus grand bonheur en vous, et celles-ci peuvent également être des larmes de joie. Le bonheur n'est pas un certain comportement. Permettez-nous de vous le rappeler. C'est une sensation de satisfaction intérieure. La Connaissance vous la donnera car elle simplifiera votre vie et permettra à votre conscience de se concentrer sur ce qu'il lui est réellement donné à faire. Ceci vous conféra force et autonomie, vous simplifiera et apportera une plus grande harmonie que tout ce que vous aviez pu connaître auparavant.

Ainsi, lors de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, laissez votre esprit entrer dans le silence une fois encore. C'est un moment de quiétude. Ce n'est pas une pratique d'investigation mentale mais une pratique du silence du mental.

PRATIQUE 107 : Deux séances de pratique de 30 minutes.

108ème PAS

LE BONHEUR EST QUELQUE CHOSE QUE JE DOIS APPRENDRE À NOUVEAU.

Tout doit maintenant être réévalué. Tout doit maintenant être reconsidéré, car il y a regarder avec la Connaissance et il y a regarder sans la

Connaissance. Cela produit des résultats différents. Cela stimule différentes évaluations et différentes réponses. Nous avons dit que le bonheur n'est pas un certain comportement, il est beaucoup plus profond que cela. Par conséquent, n'essayez pas d'utiliser cette idée pour gagner la faveur des autres ou pour vous démontrer que vous êtes plus heureux que vous ne l'êtes en réalité. Nous ne voulons pas mettre un vernis de comportement sur votre expérience actuelle. Nous voulons vous guider jusqu'à cette expérience qui est intrinsèque à votre nature, qui exprime votre nature et qui permet à votre nature de contribuer à la vie.

Apprenez ainsi à nouveau du bonheur. Lors de vos deux séances de pratique, engagez votre mental dans l'investigation. Considérez vos idées au sujet du bonheur et les formes de comportements que vous pensez devoir adopter pour le représenter. Réfléchissez à tous les moyens que vous avez essayés pour être plus heureux que vous ne l'êtes. Réfléchissez à toutes les attentes et exigences que vous avez placées sur vous-même pour être heureux et pour vous prouver votre mérite et le prouver aux autres. Lorsque vous les reconnaîtrez, réalisez que sans ces tentatives le bonheur apparaîtra de lui-même, car vous êtes naturellement heureux. Sans entrave, votre bonheur apparaîtra de lui-même, sans que vous ne l'imposiez à votre esprit et à votre corps. Sans que l'imposiez, le bonheur apparaîtra de lui-même. Réfléchissez à ce sujet aujourd'hui, mais ne vous contentez pas de simples conclusions, car vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance et les grandes conclusions viennent plus tard.

PRATIQUE 108 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

109ème PAS

JE NE SERAI PAS PRESSÉ AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui, prenez chaque pas avec grâce. Ne soyez pas pressé. Vous n'avez pas à vous précipiter car vous êtes avec la Connaissance. Vous pouvez tenir vos engagements en temps et en heure dans le monde mais en vous, ne soyez pas pressé. Vous pouvez chercher la Connaissance, l'accomplissement et la contribution, mais ne soyez pas pressé. Lorsque vous êtes pressé, vous négligez votre pas actuel au profit d'autres pas que vous préférez, et comment peuvent-ils être préférables si ce n'est lorsque vous ignorez le pas qui se trouve juste devant vous ? Vous avez seulement à faire le pas qui se trouve devant vous, et le pas suivant émergera naturellement. Ne soyez pas pressé. Vous ne pouvez pas aller plus vite que ce dont vous êtes capable. Ne manquez pas tout ce que nous vous donnons à pratiquer. Ce qui exigera que vous ne soyez pas pressé.

Tout au long de la journée d'aujourd'hui, rappelez-vous à l'heure de ne pas être pressé. Dites-vous : « *je ne serai pas pressé aujourd'hui* » et pensez-y un moment. Vous pouvez faire face à vos responsabilités quotidiennes sans être pressé. Vous pouvez faire face à vos objectifs plus importants sans être pressé. Prenez refuge dans le fait que vous êtes un étudiant débutant, car les étudiants débutants ne savent pas où ils vont, car

ils sont en position de recevoir et non de gouverner. Ceci constitue une grande bénédiction pour vous actuellement et vous procurera avec le temps le pouvoir de gouverner votre mental et vos affaires grâce à la Connaissance. Vous serez un souverain bienveillant qui ne condamnera pas l'erreur et ne punira pas les pécheurs comme vous imaginez que Dieu le fait actuellement.

La Connaissance n'est pas pressée. Pourquoi devriez-vous l'être ? La Connaissance peut vous mouvoir rapidement ou lentement. Vous pouvez alors vous mouvoir rapidement ou lentement, cependant en vous, vous n'êtes pas pressé. Ceci fait partie du mystère de la vie, que vous pouvez maintenant apprendre à découvrir.

Pratique 109 : *Pratique horaire.*

110ème PAS

JE SERAI HONNÊTE AVEC MOI-MÊME AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui je serai parfaitement honnête, en reconnaissant ce que je sais réellement et ce que je ne fais que croire ou espérer. Je ne prétendrai pas savoir des choses que je ne sais pas. Je ne prétendrai pas que je suis plus riche que je ne le suis ou plus pauvre que je ne le suis. J'essaierai d'être exactement là où je suis aujourd'hui.

Essayez d'être exactement là où vous êtes aujourd'hui. Soyez simple. Soyez à l'aise. Observez le monde autour de vous. Exécutez vos tâches mondaines. Ne vous exaltez pas. Ne vous rabaissez pas. En ce jour, permettez à tout de fonctionner comme il se doit sans tenter de vous gouverner ou de vous manipuler. La seule exception à cela est d'utiliser votre autodiscipline afin que vous puissiez poursuivre vos pratiques de ce jour.

Lors de vos deux plus longues pratiques, répétez l'affirmation d'aujourd'hui et entrez dans la quiétude. Ici, vous devez exercer le pouvoir de votre esprit. Ici, vous ne tentez pas quoi que ce soit de trompeur ou quoi que ce soit d'irréel. Vous permettez à votre esprit d'entrer dans son état naturel, dans un état de paix.

PRATIQUE 110 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

111ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI À L'AISE.

Soyez à l'aise aujourd'hui en sachant que la Connaissance est avec vous, en sachant que vos Enseignants sont avec vous et en sachant que votre Famille Spirituelle est avec vous. Ne laissez pas l'anxiété ou le fardeau des préoccupations vous éloigner de votre pratique d'aujourd'hui.

À mesure que vous avancez dans la journée, pratiquant à l'heure, rappelez-vous d'être à l'aise, car la Connaissance est à présent votre guide. Si elle n'est pas troublée, vous n'avez pas à être troublé. Dispensez-vous des préoccupations habituelles, de l'esclavage habituel. Renforcez votre détermination à faire cela et cela deviendra plus facile avec le temps. Ainsi cela viendra tout seul, très naturellement. Votre mental a des habitudes de pensée et c'est tout ce qu'elles sont. Lorsqu'elles seront remplacées par de nouvelles habitudes, la Connaissance commencera à briller à travers la structure que vous lui avez imposée. Ainsi, la Connaissance commencera à briller au-dehors, à guider vos actions, à vous mener vers des révélations et des découvertes importantes, à vous donner une force et une certitude plus grandes que tout ce que vous avez connu auparavant.

Lors de vos pratiques à chaque heure, utilisez donc votre autodiscipline en votre faveur. Dans vos deux pratiques de méditation, restez très alerte mais avec un mental tranquille.

PRATIQUE 111 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

112ème PAS

RÉVISION

Aujourd'hui pour votre révision nous allons faire quelque chose d'un peu différent. A chaque heure pensez à vous souvenir de la Connaissance. Répétez à vous-même : « *je me souviendrai de la Connaissance. Je me souviendrai de la Connaissance.* », en gardant à l'esprit au cours de la journée que vous ne savez pas encore ce qu'est la Connaissance, bien qu'étant assuré qu'elle est avec vous. Elle est née de Dieu. Elle est la volonté de Dieu en vous. Elle est votre Vrai Soi. Ainsi, vous apprenez à suivre ce qui est grand. Dans les limites de votre état, vous parvenez à accéder à ce qui ne possède pas de limite. Ainsi, vous devenez un pont vers la Connaissance aujourd'hui.

Donc, répétez à chaque heure que vous vous souviendrez de de la Connaissance. Aujourd'hui, n'oubliez pas votre pratique afin de pouvoir vous procurer force et autonomie.

PRATIQUE 112: *Pratique horaire.*

113ème PAS

JE NE SERAI PAS PERSUADÉ PAR D'AUTRES.

N'importe quel esprit plus déterminé que le vôtre peut vous persuader et vous influencer. Ceci n'a rien de très mystérieux. Ce n'est que le résultat de l'action d'un mental plus concentré et plus déterminé sur un autre. Les mentaux ont des degrés relatifs d'influence les uns sur les autres, en fonction de leur concentration et en fonction de la nature de leur influence. Laissez la Connaissance vous persuader, car c'est la grandeur que

vous portez. Ne laissez pas les opinions ou la volonté des autres vous persuader. Laissez leur Connaissance seule vous influencer, car elle seule peut influencer votre Connaissance. Ceci sera tout à fait différent de la sensation d'être dominé, manipulé et persuadé par d'autres.

Ainsi, préservez-vous. Suivez la Connaissance. Si un autre stimule votre Connaissance, accordez alors à cet individu votre attention, afin que vous puissiez apprendre des véritables pouvoirs de la persuasion. Cependant, ne laissez pas les persuasions de ce monde – ses griefs, ses chers idéaux, sa moralité, ses exigences ou ses compromis – vous influencer, car vous suivez la Connaissance et vous n'avez pas à suivre les persuasions du monde.

Rappelez-vous de l'idée d'aujourd'hui à chaque heure, et exercez-vous au silence avec profondeur lors de vos deux pratiques de méditation aujourd'hui. Permettez seulement à la Connaissance de vous persuader, car elle est ce que vous avez à suivre en ce monde.

PRATIQUE 113 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique à l'heure.*

114ème PAS

MES VRAIS AMIS SONT AVEC MOI. JE NE SUIS PAS SEUL.

Comment pouvez-vous être seul alors que vos Enseignants sont avec vous ? Quel ami plus véritable avez-vous que celui ou celle qui demeure avec votre Connaissance ? Ces amitiés ne sont pas nées de ce monde. Elles ont été créées au-delà du monde, et à présent elles existent pour vous servir. Vous ressentirez la présence de ceux qui sont avec vous une fois que votre esprit s'apaisera. Dès que vous cesserez d'être préoccupé par vos désirs ardents et vos peurs, vous commencerez à ressentir cette présence qui est si gracieuse, si douce et si rassurante.

À chaque heure aujourd'hui, rappelez-vous que vos amis sont avec vous. Lors de vos deux séances de pratique plus profondes, laissez votre esprit accueillir leur présence afin que vous puissiez comprendre la véritable nature d'une relation dans le monde. Avec la pratique, cette compréhension deviendra si forte que vous serez capable de recevoir les idées, l'encouragement et la correction de ceux qui sont plus puissants que vous, qui existent pour vous servir dans votre véritable fonction dans le monde. Ils sont vos initiateurs dans la Connaissance, et ils sont en relation avec votre Connaissance, car votre Connaissance contient vos véritables relations avec l'ensemble de la vie.

PRATIQUE 114 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

115ème PAS

AUJOURD'HUI J'ÉCOUTERAI LE POUVOIR DE LA CONNAISSANCE.

Aujourd'hui, écoutez le pouvoir de la Connaissance. Ceci nécessite votre attention. Ceci nécessite votre désir. Ceci nécessite l'abandon de ce qui vous préoccupe et vous inquiète, de ce que vous ne pouvez pas résoudre par vous-même. Écoutez la Connaissance aujourd'hui afin qu'elle puisse vous rassurer et communier avec vous. Dans son silence, vous trouverez un solide réconfort et aussi de la confiance. Car si la Connaissance est silencieuse, vous n'avez pas à vous inquiéter sur votre vie, et si la Connaissance parle, vous avez seulement à la suivre afin d'apprendre du pouvoir de la Connaissance pour ce qui vous concerne.

Vous êtes calme parce que la Connaissance est calme. Vous êtes capable d'agir parce que la Connaissance est capable d'agir. Vous apprenez à parler avec simplicité parce que la Connaissance parle avec simplicité. Vous apprenez à être à l'aise parce que la Connaissance est à l'aise. Vous apprenez à donner parce que la Connaissance donne. C'est dans le but de vous réengager dans une relation avec votre Connaissance que vous poursuivez à présent ce programme de développement.

À chaque heure aujourd'hui, rappelez-vous d'écouter la Connaissance et prenez un moment pour cela, quelles que soient les circonstances où vous vous trouverez. La première activité dans l'écoute est de devenir silencieux. Exercez-vous à ceci avec une grande profondeur lors de vos deux séances de méditation, où vous vous exercez au silence et à la réceptivité, car vous désirez écouter la Connaissance aujourd'hui.

PRATIQUE 115 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

116ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI PATIENT AVEC LA CONNAISSANCE.

Soyez patient avec la Connaissance afin de pouvoir suivre la Connaissance. La Connaissance est bien plus calme que vous. Elle est bien plus puissante que vous. Elle est bien plus certaine que vous, et toutes ses actions sont profondes et significatives. La seule différence entre vous et la Connaissance est que vous vivez dans le soi que vous avez fabriqué pour vous-même, et que vous avez perdu temporairement votre contact avec la Connaissance. Cependant, la Connaissance demeure avec vous car vous ne pouvez jamais la laisser. Elle sera toujours présente pour vous racheter, vous sauver et vous rappeler à elle, car elle est votre Véritable Soi. Ne laissez pas les croyances et les suppositions se faire passer pour la Connaissance. Laissez votre mental devenir de plus en plus tranquille et silencieux alors que vous vazez à vos activités aujourd'hui.

Répétez cette idée à chaque heure et lors de vos deux pratiques plus profondes de méditation, permettez-vous d'entrer dans le silence et la certitude que la Connaissance possède pour vous. Ainsi, votre esprit

résonnera avec l'Esprit de l'univers et vous commencerez à retrouver vos anciennes capacités et vos anciennes mémoires. L'idée de Famille Spirituelle commencera alors à prendre un sens pour vous, et vous réaliserez que vous êtes venu dans le monde pour servir.

PRATIQUE 116 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

117ème PAS

MIEUX VAUX ÊTRE SIMPLE QU'ÊTRE PAUVRE.

La simplicité vous permet d'accéder à la vie et de jouir de son bienfait à chaque moment. La complexité est un état de dissociation qui vous rend incapable de jouir de la vie et de percevoir votre rôle en son sein. Ceci est la source de toute grande pauvreté, car aucune réalisation ni possession en ce monde ne peut bannir le sentiment d'isolement et de destitution qui accompagne une telle dissociation.

Pratiquez donc en ce jour le silence avec plus de profondeur qu'auparavant, afin que vous puissiez faire l'expérience du pouvoir de la Connaissance en vous. Permettez-vous d'être simple, car en la simplicité tout peut vous être donné. Si vous vous considérez comme complexe ou que vos problèmes sont complexes, c'est parce que vous vous regardez et regardez vos problèmes sans la Connaissance, et vous vous trouvez ainsi perdu dans vos évaluations. Ici, vous confondez ce qui est de plus grande valeur avec ce qui est de moindre valeur, ce qui est de plus grande priorité avec ce qui est de moindre priorité. La Vérité doit toujours mener à la simplicité, car la simplicité apporte la résolution et une juste compréhension ; elle établit la paix et la confiance en ceux qui peuvent la recevoir.

Pratiquez avec profondeur aujourd'hui. Répétez l'idée d'aujourd'hui à chaque heure, et lors de vos deux séances de méditation profonde, rappelez-vous que la Connaissance est avec vous, puis entrez dans le silence. Permettez-vous d'être simple et ayez foi en le fait que la Connaissance vous guidera de toutes les façons.

PRATIQUE 117 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

118ème PAS

AUJOURD'HUI JE N'ÉVITERAI PAS LE MONDE.

Il n'est pas nécessaire d'éviter le monde parce que le monde ne peut vous dominer lorsque vous êtes avec la Connaissance. Comme vous êtes avec la Connaissance, vous êtes ici pour servir le monde. Ainsi, le monde n'est plus une prison. Il n'est plus une source continue d'inconfort et de déception. Il vous fournit une opportunité pour donner et une opportunité pour rétablir votre véritable compréhension. Ne cherchez pas refuge dans

des choses spirituelles, car votre but est de donner au monde. Permettez au monde de demeurer tel qu'il est, et l'idée de le condamner ne reviendra pas vous hanter. Car sans condamnation, il n'y a que l'occasion de donner. Ceci stimulera votre Connaissance, qui se donnera, et vous serez le véhicule de son don.

Réfléchissez à cela maintenant. Lors de vos deux séances de pratique, permettez-vous de faire l'expérience de la présence de la Connaissance dans votre vie. N'exigez rien d'elle. Ne cherchez pas à l'interroger. Permettez-vous seulement d'en faire l'expérience, car en cela tout ce que vous recherchez vous reviendra naturellement, sans effort de votre part. Utilisez votre autodiscipline pour diriger votre mental dans la bonne direction. Dès qu'il y sera engagé, il retournera de son plein gré à la Connaissance car telle est sa destination, tel est son amour, telle est sa véritable compagne et tel est son véritable mariage dans la vie.

PRATIQUE 118 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

119ème PAS

RÉVISION

Dans cette révision particulière, révisez les deux semaines passées de pratique en revoyant chaque instruction et en vous souvenant de chaque journée de pratique. Essayez de vous rappeler avec quel sérieux vous avez considéré chaque pratique journalière et de quelle manière vous avez utilisé cette pratique. Ne pensez pas que vous pouvez à juste titre vous plaindre de cette préparation sans l'avoir pleinement exploitée. Votre rôle ici consiste seulement à suivre les pas tels qu'ils sont donnés et non à les modifier selon vos préférences. De cette façon, vous vous placez en position de recevoir, laquelle position est celle que vous devez actuellement acquérir pour vous-même.

Lors de vos deux longues séances de pratique d'aujourd'hui, chacune appliquée à une semaine de pratique, révisez les deux semaines passées. Essayez d'être très gentil avec vous-même, mais reconnaissez lorsque vous avez manqué aux exigences et ne vous dupez pas à ce sujet. Engagez-vous de nouveau à approfondir votre pratique et votre détermination, en vous rappelant de la simplicité de votre vie et de la véritable valeur qui vous est donnée. De cette façon, vous apprendrez une nouvelle manière de vivre. Vous apprendrez comment recevoir et comment donner, et votre vie sera libérée de l'obscurité de la complexité. En effet, la simplicité doit toujours faire partie de la lumière ; elle doit toujours faire partie du bien.

Donnez-vous ainsi à cette révision, afin que vous puissiez comprendre de quelle manière vous apprenez. Ces révisions vous montreront vos facultés d'apprentissage et vos inclinations à l'apprentissage. Elles vous enseigneront toutes les choses nécessaires que vous devrez connaître à l'avenir, lorsque vous serez en mesure d'aider les autres à apprendre aussi.

PRATIQUE 119 : *Deux longues séances de pratique.*

120ème PAS

JE ME SOUVIENDRAI DE MA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

Souvenez-vous de votre Connaissance aujourd'hui. Souvenez-vous qu'elle demeure avec vous où que vous alliez, quoi que vous fassiez.

Souvenez-vous qu'elle vous est donnée pour vous servir, vous nourrir et également pour vous élever. Souvenez-vous que vous n'avez pas à être exaspéré par le monde, parce que vous pouvez accepter le monde tel qu'il est. Souvenez-vous que vous acceptez le monde tel qu'il est pour pouvoir y contribuer, car le monde est en développement comme vous l'êtes.

Souvenez-vous que la Connaissance est avec vous et que vous avez seulement à être avec la Connaissance pour réaliser tout son impact.

Souvenez-vous aujourd'hui à chaque heure que la Connaissance est avec vous et accordez-lui un moment de réflexion. Ne laissez pas les tourments des émotions ou une dépression profonde projeter leurs ombres sur votre pratique, car votre pratique est plus grande que vos états émotionnels, lesquels fluctuent, pareils aux vents et aux nuages, mais ne peuvent pas masquer l'univers au-dessus d'eux.

Réalisez donc la petitesse de vos états émotionnels et la grandeur de la Connaissance. De cette manière, la Connaissance équilibrera vos états émotionnels et vous révélera la source de vos émotions, laquelle est la source de votre expression dans le monde. C'est le mystère de la vie que vous apprenez à explorer à présent.

PRATIQUE 120 : *Pratique horaire.*

121ème PAS

AUJOURD'HUI JE SUIS LIBRE DE DONNER.

Vous êtes libre de donner aujourd'hui, parce que votre vie devient simple et que vos besoins sont satisfaits. Ceci vous libère pour donner, car une fois que vous avez reçu, vous ne voudrez que donner.

Vous aurez une pratique spéciale à effectuer à deux moments aujourd'hui, durant lesquels vous penserez à quelqu'un dans le besoin, suite à quoi vous lui donnerez une qualité que vous souhaiteriez recevoir pour vous-même. Envoyez à cette personne cette qualité. Envoyez-lui de l'amour ou de la force ou de la foi ou du courage ou de la détermination ou du lâcher-prise ou de l'acceptation ou de l'autodiscipline – tout ce dont elle ait besoin pour avancer dans sa vie. Vous êtes libre d'offrir cela aujourd'hui, car vos besoins sont satisfaits.

Lors de vos deux pratiques, avec les yeux fermés, soyez conscient de ces personnes et donnez-leur ce dont vous savez qu'elles ont besoin. Ne cherchez pas à résoudre les problèmes à leur place. Ne cherchez pas à renforcer une issue souhaitable, car en général vous ne pouvez pas

connaître quelle est la bonne issue pour une personne. Cependant, vous pouvez toujours leur donner de la force de caractère et renforcer les facultés de leur esprit. Ceci vous éclairera votre propre but et réaffirmera ces qualités en vous-même, car vous devez les posséder pour les donner, et en les donnant, vous réalisez qu'elles sont déjà en votre possession.

Alors que vous pratiquez aujourd'hui, soyez certains que ce à quoi vous vous exercez pour d'autres sera reçu par eux, pour leur propre bien.

PRATIQUE 121 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

122ème PAS

JE DONNE SANS PERTE AUJOURD'HUI.

Ce qu'il vous est demandé de donner ne peut que s'accroître à mesure que vous le donnez. Vous ne donnez pas une chose physique, bien que des choses physiques puissent être données pour le bien. Ce n'est pas quelque chose que vous pouvez quantifier, car vous n'avez aucune idée de la portée de votre don. Vous donnez de la force et de l'encouragement.

Aujourd'hui, lors de vos deux séances de pratique, continuez à donner aux autres. C'est une forme active de prière. Ne croyez pas que son pouvoir n'est pas reçu par ceux sur qui vous avez dirigé votre concentration. Souvenez-vous aujourd'hui de ne pas essayer de déterminer l'issue de leur dilemme ou de leur besoin, mais seulement de les encourager et de leur redonner le pouvoir d'avancer avec leurs propres capacités. Vous désirez stimuler la Connaissance en eux comme la Connaissance est à présent stimulée en vous. Ce don sera ainsi sans attente de retour, car vous donnez ce qui permet aux autres d'être forts dans leur vie. Vous n'êtes pas en position de juger l'issue, car l'issue de votre don ne sera révélée que bien après qu'il ait été accepté et qu'il ait trouvé sa place en le receveur. Par conséquent, donnez librement et sans attente, et donnez afin de faire l'expérience du pouvoir de votre don aujourd'hui.

PRATIQUE 122 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

123ème PAS

AUJOURD'HUI JE NE M'APITOIERAI PAS SUR MOI-MÊME.

Comment pouvez-vous vous apitoyer sur vous-même, alors que la Connaissance est avec vous ? S'apitoyer sur soi-même ne fait que réaffirmer une vieille idée de soi dépourvue de vérité, dépourvue d'espoir et dépourvue de tout fondement significatif. Aujourd'hui, ne vous apitoyez pas sur vous-même, car vous n'êtes pas pitoyable. Si ce jour est triste ou confus, c'est seulement parce que vous avez perdu contact avec la Connaissance, ce que vous pouvez vous exercer à retrouver aujourd'hui.

Durant votre pratique d'aujourd'hui, soyez conscient des multiples formes subtiles d'apitoiement sur soi-même que vous entretenez. Soyez

conscient des multiples formes subtiles de manipulation des autres, lorsque vous essayez de les faire vous aimer ou vous accepter selon une vision de vous-même que vous tentez de revendiquer. Lorsque vous êtes avec la Connaissance, vous n'avez pas à vous proclamer, vous n'avez pas à faire étalage de vous-même, vous n'avez pas à contrôler les autres afin qu'ils vous aiment ou vous acceptent, car la Connaissance est avec vous.

Ne vous apitoyez donc pas sur vous-même, car vous n'êtes pas pitoyable. Aujourd'hui, soyez un étudiant débutant de la Connaissance, car ceci est tout sauf pitoyable. Vous ne pourrez pas imaginer de plus grande perspective.

À chaque heure, répétez ainsi cette idée. Laissez-la pénétrer votre mental et considérez-la pendant un moment. Lors de vos deux séances de pratique, répétez cette affirmation et ensuite entrez dans le silence. Aucun être pitoyable ne peut entrer dans le silence, car le silence est l'expérience de la profondeur d'une relation et le silence est l'acceptation d'un profond amour. Qui peut être pitoyable dans de telles circonstances ?

PRATIQUE 123 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

124ème PAS

AUJOURD'HUI JE NE PRÉTENDRAI PAS QUE JE SUIS HEUREUX.

Vous n'avez pas à prétendre que vous êtes heureux, car cela ne fera que masquer un sentiment d'apitoiement sur vous-même, aggraver votre confusion et approfondir votre dilemme. Aujourd'hui soyez vous-même, mais observez-vous, en gardant à l'esprit que la Connaissance est avec vous alors que vous hésitez, tantôt en vous éloignant tantôt en vous rapprochant de la Connaissance elle-même. Parce que la Connaissance n'hésite pas, elle est pour vous une source de certitude, de constance et de stabilité. Parce qu'elle n'est pas effrayée par le monde, elle est pour vous une source d'audace. Vous n'êtes pas pitoyable, vous n'avez donc pas besoin de prétendre quoi que ce soit.

Ne prétendez pas être heureux aujourd'hui, car quiconque est vraiment satisfait peut projeter n'importe quelle forme d'expression sur le monde, et en cette expression résidera le pouvoir de la Connaissance. C'est ce qui est le plus important. La Connaissance n'est pas un quelconque comportement. Elle est une expérience intense de la vie. Par conséquent, ne cherchez pas à vous persuader, ni à persuader les autres, en affichant un certain comportement, car cela n'est pas nécessaire.

Répétez cette affirmation à chaque heure et sentez sa force et son don de liberté. Permettez-vous d'être exactement tel que vous êtes aujourd'hui. Lors de vos deux séances de méditation profonde, permettez-vous d'entrer dans le silence, car lorsque vous n'essayez pas d'être quelqu'un, vous avez accès au luxe du silence, lequel est le luxe de l'amour.

PRATIQUE 124 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

125ème PAS

JE N'AI PAS BESOIN D'ÊTRE QUELQU'UN AUJOURD'HUI.

Vous êtes déjà quelqu'un, alors pourquoi donc chercher à être quelqu'un ? Mieux vaut être la personne que vous êtes déjà. La personne que vous êtes déjà est le pouvoir de la Connaissance porté dans un véhicule de nature individuelle. Ceci est déjà établi et se trouve en cours de développement dès à présent. Pourquoi essayer d'être quelque chose aujourd'hui, alors que vous êtes déjà quelque chose ? Pourquoi ne pas être ce que vous êtes ? Découvrez ce que vous êtes. Il faut un grand courage, car vous devez prendre le risque de décevoir votre vision idéaliste de vous-même et du monde. Il faut de l'encouragement, car vous devez prendre le risque de renoncer à votre haine de vous-même, laquelle est un moyen de vous séparer de la vie.

En ce jour soyez ainsi exactement ce que vous êtes. Rappelez-vous en à chaque heure. Et lors de vos deux séances de méditation d'aujourd'hui, permettez-vous d'être silencieux et réceptif, car vous ne cherchez pas à être quelqu'un aujourd'hui.

EXERCICE 125 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

126ème PAS

RÉVISION

La révision d'aujourd'hui se concentrera sur la semaine passée d'entraînement. Elle insistera encore une fois pour que vous appreniez à apprendre. Vous apprenez à comprendre la manière dont vous apprenez. Vous apprenez à comprendre vos forces et faiblesses. Vous apprenez à comprendre vos prédispositions – ces qualités en vous que vous devez cultiver et ces défauts que vous devez arrêter et placer sous contrôle conscient. Vous apprenez à être observateur de vous-même. Ainsi, vous apprenez enfin à être objectif avec vous-même. Cette objectivité est particulièrement importante, car sans votre condamnation elle vous permet d'utiliser ce qui est là pour vous servir. De cette façon, votre service envers vous-même devient immédiat et efficace.

Si vous pouvez apprendre à être objectif avec vous-même, vous pouvez apprendre à être objectif avec le monde. Ceci permettra à la Connaissance de briller à travers vous, car vous n'essayez pas de faire du monde ce que vous souhaitez qu'il soit, et vous n'essayez pas de faire de vous ce que vous souhaitez être. Ceci est le début d'une véritable résolution et d'un véritable bonheur, mais davantage que cela, c'est le début d'une contribution authentique.

Dans votre longue séance de pratique d'aujourd'hui, révisez la semaine passée en gardant ceci à l'esprit. Renforcez votre expérience de la Connaissance aujourd'hui en soutenant ses manifestations extérieures et ne doutez pas du pouvoir de cette préparation pour vous mener à la Connaissance elle-même.

PRATIQUE 126: *Une longue séance de pratique.*

127ème PAS

AUJOURD'HUI JE N'ESSAIERAI PAS DE PRENDRE MA REVANCHE SUR DIEU.

N'essayez pas de prendre votre revanche sur Dieu en étant quelqu'un de pitoyable, car Dieu ne vous connaît qu'en tant que part de la Création. N'essayez pas de prendre votre revanche sur Dieu en destituant le monde, car Dieu a créé un monde de beauté et d'opportunité. N'essayez pas de prendre votre revanche sur Dieu en refusant de vous aimer ou de vous accepter, car Dieu vous connaît toujours tel que vous êtes. N'essayez pas de prendre votre revanche sur Dieu aujourd'hui en détruisant vos relations à des fins égoïstes, car Dieu comprend la véritable raison de vos relations et leur plus grande promesse également. Vous ne pouvez pas prendre votre revanche sur Dieu. Vous ne pouvez que vous nuire.

Acceptez ainsi d'avoir perdu la bataille contre Dieu. Dans votre défaite réside votre plus grande victoire car Dieu ne vous a jamais perdu, bien que vous ayez perdu Dieu provisoirement dans votre imagination. Votre amour pour Dieu est si profond que vous en avez encore peur, car il représente le plus grand des pouvoirs qu'il vous est possible de posséder en vous. Vous devez apprendre cela par l'expérience directe. N'essayez donc pas de prendre votre revanche sur Dieu aujourd'hui en renforçant une idée de vous-même basée uniquement sur l'erreur ou la présomption, car la Connaissance est avec vous. Vous êtes l'heureux vainqueur dans votre propre défaite.

Lors de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, répétez cette idée et ensuite essayez d'y réfléchir. Nous nous exerçons aujourd'hui à engager le mental dans l'exploration et l'analyse. C'est une application utile de votre mental. Réfléchissez à ce message et à toutes vos idées le concernant, et vous commencerez à comprendre votre propre système actuel de croyance. Vous serez capable de le comprendre objectivement. Vous serez alors en mesure de travailler avec lui car le mental est figé dans une certaine structure jusqu'à ce qu'il soit mobilisé vers d'autres buts. N'acceptez pas cette structure comme votre réalité, car la manifestation extérieure de votre mental est une structure que vous lui avez imposée. Cependant, sa véritable harmonie intérieure et sa nature ne cherchent qu'à être exprimées. Pour que cela soit possible, vous devez posséder une structure adéquate dans votre mental pour lui permettre de s'exprimer dans le monde physique sans retenue, ni distorsion. C'est donc dans cette direction que nous allons travailler aujourd'hui.

PRATIQUE127: Deux séances de pratique de 30 minutes.

128ème PAS

MES ENSEIGNANTS SONT AVEC MOI. JE N'AI PAS À AVOIR PEUR.

Vos Enseignants intérieurs sont avec vous, et vous n'avez pas à avoir peur. Si vous avez une confiance suffisante en la Connaissance, fondée sur l'expérience réelle, et une confiance suffisante en la présence de vos Enseignants, fondée sur l'expérience réelle, cela vous donnera une certitude et une foi dans la vie qui contrecarreront toute peur inutile. Votre esprit sera ainsi à l'aise.

Seule l'inquiétude que votre Connaissance soit bafouée émanera de la Connaissance, et ce uniquement pour indiquer que vous devez réévaluer vos actions et vos idées. La Connaissance possède un principe d'autocorrection. C'est pourquoi elle est votre système de Gouverne Intérieure. Si vous allez à l'encontre de votre Connaissance, vous vous sentirez mal à l'aise et il en résultera de l'anxiété. Beaucoup de peurs que vous éprouvez de temps en temps sont le simple fruit de votre propre création et de votre imagination négative. Cependant, il y a aussi la peur qui naît lorsque la Connaissance est bafouée. Il s'agit davantage d'un sentiment d'inconfort que de peur, car il amène rarement une quelconque image, bien que des idées puissent vous venir à l'esprit sous forme d'avertissement si vous deviez adopter un comportement ou une ligne de pensée qui s'avérerait dangereux ou destructeur.

La peur qui vient de l'imagination négative constitue la vaste majorité des peurs que vous entretenez. Vous devez apprendre à la combattre, car il s'agit d'un usage inapproprié de votre mental. Ici, vous créez une expérience pour vous-même, vous en faites l'expérience et vous l'appellez ensuite *réalité*. Pendant ce temps, vous n'avez pas du tout été présent à la vie. Vous n'avez été que dans l'imaginaire en vous-même. L'imagination négative vous épuise émotionnellement, physiquement et mentalement. Elle peut s'accroître jusqu'à une telle intensité qu'elle peut dominer totalement votre pensée. Comment pouvez-vous être séparé de l'univers autrement que dans vos pensées ? Vous ne pouvez pas réellement être séparé de Dieu. Vous ne pouvez pas réellement être séparé de la Connaissance. Vous ne pouvez que vous dissimuler dans vos pensées, les tisser ensemble pour créer une identité séparée et en faire l'expérience pour vous-même, ce qui, quoique très démonstratif, ne constitue en réalité qu'une complète illusion.

Aujourd'hui, lors de vos deux pratiques de méditation, entrez à nouveau dans le silence. Aujourd'hui, il n'y aura pas de spéculation ni d'activité mentale, car l'esprit se mettra une fois encore au repos afin de pouvoir faire l'expérience de sa réalité. Ne laissez pas la peur ou l'inquiétude vous dissuader. Rappelez-vous qu'elles ne sont que de l'imagination négative. Seule la Connaissance peut signaler si ce que vous faites est

inapproprié, et ce sera face aux événements immédiats. Vous découvrirez que ce sera tout à fait différent de l'imagination négative et que cela exigera de vous une réponse différente.

PRATIQUE128 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

129ème PAS

MES ENSEIGNANTS SONT AVEC MOI. JE SERAI AVEC EUX.

Vos Enseignants sont avec vous. Ils ne vous parlent pas, sauf en de très rares occasions, et seulement si vous êtes capable d'entendre. De temps en temps, ils enverront leurs pensées dans votre mental et elles seront dans votre expérience comme votre propre étincelle d'inspiration. Vous n'êtes pas encore conscient de la façon dont votre mental est associé à tous les autres mentaux, mais avec le temps vous commencerez à en faire l'expérience dans le contexte de votre propre monde. Cette démonstration deviendra si évidente que vous vous demanderez comment vous avez pu en douter.

Vos Enseignants sont avec vous et aujourd'hui lors de vos deux longues séances de pratique, exercez-vous à être avec eux. Vous n'avez pas à créer une image d'eux afin de faire cette expérience. Vous n'avez pas à entendre une voix ou à voir un visage, car leur présence est suffisante pour que vous puissiez pleinement faire l'expérience d'être effectivement avec eux. Si vous pouviez demeurer dans le silence, respirer profondément et ne pas partir dans vos rêveries – ni dans vos rêveries joyeuses, ni dans vos rêveries effrayantes – vous commencerez à faire l'expérience de ce qui est effectivement là. Vos Enseignants sont vraiment là. Et aujourd'hui, vous pouvez vous exercer à être avec eux.

PRATIQUE129 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

130ème PAS

LES RELATIONS VIENDRONT A MOI LORSQUE JE SERAI PRÉPARÉ.

Pourquoi courir après des relations dans le monde alors que des relations authentiques viendront à vous lorsque vous serez préparé ? Pour comprendre ceci, vous devez avoir une grande foi en le pouvoir de la Connaissance en vous et en les autres. A mesure que cette conscience s'accroîtra, le fondement de vos luttes et de vos poursuites désespérées se délitéra, ce qui rendra la véritable paix et l'accomplissement possibles pour vous.

Des individus viendront à vous par des voies mystérieuses, parce que vous cultivez la Connaissance. De même que vous êtes en relation au niveau personnel, vous êtes aussi en relation au niveau de la Connaissance. C'est ce dernier niveau dont vous commencerez à faire l'expérience, par petites progressions au début. Au final, si vous poursuivez votre préparation

de façon appropriée, cette expérience s'accroîtra et deviendra très profonde pour vous.

Vous n'avez pas à chercher des relations. Vous avez seulement à vous consacrer à votre préparation et à être confiant que des gens viendront à vous quand vous aurez besoin d'eux. Il faudra que vous évaluiez la part de vos besoins et celle de vos désirs. Si vos désirs ne correspondent pas à vos besoins véritables, vous rendrez alors votre vie très confuse. Vous placerez un fardeau sur vous-même et sur ceux avec qui vous êtes engagé. Ceci ne peut que les opprimer, ainsi que vous-même. Sans cette oppression, les gens seront libres de venir à vous lorsque vous aurez vraiment besoin d'eux.

Rappelez-vous en à chaque heure aujourd'hui et lors de vos deux longues séances de pratique, laissez votre mental entrer dans la réceptivité. Permettez-vous de ressentir la présence de vos Enseignants. N'exacerbez pas vos désirs de relation et vos exigences envers des individus ou envers ce qu'ils posséderaient. En ce jour, ayez foi dans le fait que la Connaissance attirera à vous tous ceux dont vous aurez véritablement besoin.

PRATIQUE130 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

131ème PAS

AUJOURD'HUI JE CHERCHERAI L'EXPÉRIENCE DU VÉRITABLE BUT DE LA VIE.

Cherchez l'expérience du véritable but. Ceci constitue la fondation de toute relation significative. Ne cherchez pas de relations en dehors de ce contexte, car il leur manquera une fondation et, malgré leur pouvoir de séduction, elles se révéleront très difficiles pour vous. Si vous cherchez le mariage, une grande amitié ou quelqu'un pour vous aider dans votre travail, rappelez-vous que la Connaissance attirera vers vous tous les individus qui répondront véritablement à vos besoins.

Aujourd'hui concentrez-vous ainsi sur le but et non sur les relations. Plus grande sera votre expérience du but, plus grande sera votre compréhension de la relation. Bien que vous voyiez des gens se rassembler pour le plaisir et la stimulation, une bien plus grande composante existe dans leur rencontre. Peu de gens la reconnaissent, mais il vous est donné de la discerner à travers la pratique et l'expérience. Vous pouvez être certain que si vous n'essayez pas d'adapter les gens à votre propre conception du but, vous serez ouvert à l'expérience authentique du but même. A mesure que vous commencez à vous observer objectivement, vous commencerez à percevoir le contraste entre les manifestations de votre propre volonté et la Connaissance elle-même, et ceci sera très essentiel à votre apprentissage.

Aujourd'hui, rappelez-vous à chaque heure votre intention de réaliser votre but. Laissez cette journée être un pas dans cette direction – un pas qui vous épargnera des années et des années, un pas qui vous avancera toujours plus avant vers votre objectif de la Connaissance, car la

Connaissance vous attire. Lors de vos deux séances de pratique plus profonde aujourd'hui, permettez à la Connaissance de vous attirer. Ressentez en vous sa plus grande attraction, ce que vous ressentirez naturellement si vous n'êtes pas préoccupé par de petites choses.

PRATIQUE131: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

132ème PAS

LAISSEZ-MOI APPRENDRE À ÊTRE LIBRE AFIN QUE JE PUISSE ME JOINDRE AUX AUTRES.

Votre indépendance par rapport au passé – par rapport à vos jugements passés, vos relations passées, vos souffrances passées, vos blessures passées et vos difficultés passées – vous donne de l'indépendance dans le présent. Le but de cela n'est pas d'accentuer votre séparation ou de la rendre plus définitive, mais de vous donner la capacité de vous joindre aux autres dans les relations d'une manière qui ait un sens. Que ceci soit une compréhension tacite : vous ne pouvez rien faire dans le monde sans relation. Vous ne pouvez rien accomplir ; vous ne pouvez avancer dans aucune direction ; vous ne pouvez prendre conscience d'aucune vérité ; vous ne pouvez rien apporter de valeur sans relation. Aussi, à mesure que votre indépendance par rapport au passé grandira, la promesse de votre inclusion dans le présent et dans l'avenir grandira également. En effet, le but de la liberté est de vous donner le pouvoir de vous joindre aux autres.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure et prenez-la en considération à la lumière de toutes vos expériences de ce jour. Lors de vos deux pratiques de méditation, permettez à l'attraction de la Connaissance de vous aspirer plus profondément en vous-même. Permettez-vous cette expérience de liberté.

PRATIQUE 132 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

133ème PAS

RÉVISION

Aujourd'hui nous allons réviser la semaine passée de préparation. Révisez objectivement. Sans condamnation, prenez conscience une fois encore de vos avancements et de vos limites et renforcez votre résolution. En effet, nous souhaitons cultiver tout autant votre désir que votre capacité pour la Connaissance. C'est la pensée juste, l'action juste et la motivation véritable qui vous feront avancer naturellement dans la direction que vous êtes destiné à prendre. Chaque pas en avant vous procurera un sentiment plus grand du but, un sens et une direction dans la vie ; il vous libérera de votre tentative de résoudre des problèmes qui ne nécessitent pas de résolution et de votre tentative de comprendre les choses par la crainte et l'anxiété. Plus vous êtes en paix avec votre nature et plus votre nature peut exprimer la grandeur que vous avez apportée avec vous.

Ainsi, vous deviendrez une lumière pour tous ceux autour de vous et vous vous émerveillerez des événements de votre propre vie, qui sera elle-même un miracle.

Aujourd'hui dans votre longue séance de pratique, entreprenez votre révision avec profondeur et sincérité. Ne laissez rien vous dissuader de votre pratique aujourd'hui. C'est votre pratique qui est votre don à Dieu, car vous vous donnez dans votre pratique, tout comme vous recevez votre don.

PRATIQUE 133 : *Une longue séance de pratique.*

134ème PAS

JE NE DÉFINIRAI PAS MON BUT POUR MOI-MÊME.

Vous n'avez pas à définir votre but, car votre but émergera avec le temps et vous le reconnaîtrez. Ne vivez pas avec des définitions. Vivez par l'expérience et par la compréhension. Vous n'avez pas à définir votre but, et si vous le faites, rappelez-vous toujours que ce n'est qu'un expédient temporaire. Ne lui accordez pas une grande crédibilité. Ainsi, le monde ne peut pas vous mettre en colère, car que peut vous faire le monde sinon ébranler votre propre définition de vous-même ? Si vous ne vivez pas selon vos définitions, le monde ne peut pas vous nuire, car il ne peut pas toucher la place de la Connaissance qui est en vous. Seule la Connaissance peut toucher la Connaissance. Seule la Connaissance en l'autre peut toucher la Connaissance en vous. Seule la Connaissance en vous peut toucher la Connaissance en l'autre.

Ainsi, ne définissez pas aujourd'hui votre but. Soyez sans définition afin que l'expérience du but puisse s'accroître. Et à mesure qu'elle s'accroîtra, elle vous fournira le contenu de votre but, sans distorsion ni tromperie. Vous n'aurez pas à le défendre dans le monde, mais seulement à le porter tel un joyau dans votre cœur.

Rappelez-vous à chaque heure de ne pas définir votre but, et commencez à réfléchir à ce que cela vous a coûté par le passé. Lors de vos deux pratiques de méditation, permettez-vous d'être calme. Sur chaque expiration, prononcez le mot RAHN, RAHN, RAHN. Vous avez seulement à dire le mot RAHN sur chaque expiration durant votre méditation. Que cela retienne toute votre attention. Ce mot servira à stimuler l'Ancienne Connaissance en vous et vous donnera la force dont vous avez le plus besoin en ce moment.

PRATIQUE 134 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

135ème PAS

JE NE DÉFINIRAI PAS MA DESTINÉE AUJOURD'HUI.

Tout comme votre but, votre destinée demeure au-delà de votre définition. Vous avez seulement à faire un pas dans sa direction pour ressentir la présence croissante de la Connaissance dans votre vie. Plus vous serez proche de la Connaissance, plus vous en ferez l'expérience. Plus vous en ferez l'expérience, plus vous voudrez devenir comme elle, car c'est une attraction naturelle. C'est le véritable amour, l'attraction du semblable à son semblable. C'est ce qui donne tout son sens à l'univers. C'est ce qui relie complètement la vie. Soyez libre de définition en ce jour, et permettez à votre esprit de prendre sa disposition naturelle. Laissez votre cœur suivre son cours naturel. Laissez la Connaissance s'exprimer à travers votre mental, dont la structure externe s'ouvre et se libère actuellement.

Rappelez-vous votre pratique horaire. Lors de vos deux méditations profondes aujourd'hui, continuez avec votre pratique de RAHN, en prononçant le mot RAHN sur chaque expiration. Permettez-vous de sentir la présence de votre vie, la présence de vos Enseignants et la profondeur de votre Connaissance. Permettez-vous d'exercer votre autodiscipline de façon significative aujourd'hui afin d'engager votre mental dans cette voie. Car à mesure que le mental est amené à proximité de sa véritable destination, il répondra en conséquence et tout suivra son cours naturel. Alors vous ressentirez que la Grâce est avec vous.

PRATIQUE 135 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

136ème PAS

MON BUT EST DE RÉTABLIR MA CONNAISSANCE ET DE LUI PERMETTRE DE S'EXPRIMER DANS LE MONDE.

Ce sera la réponse à vos questions concernant votre but. À mesure que vous suivez ce but, votre appel dans la vie – qui est un rôle spécifique qu'il vous sera demandé d'assumer – émergera naturellement pas à pas. Il ne requerra pas que vous le définissiez. Il émergera simplement, et vous le comprendrez plus profondément et plus intensément à chaque pas, car chaque pas l'accomplira encore davantage.

Votre Connaissance est votre but. Rappelez-vous le à chaque heure, et soyez heureux qu'une réponse ait été donnée. Mais la réponse ne se réduit pas à une simple idée. Elle est l'opportunité d'une préparation, car toute véritable réponse à toute interrogation authentique est une certaine forme de préparation. C'est la préparation que vous demandez et pas seulement des réponses. Votre mental est déjà plein de réponses, et qu'ont-elles fait si ce n'est s'ajouter au fardeau de votre mental ? Ainsi, suivez la préparation donnée en ce jour et chaque jour dans notre programme, afin que vous puissiez recevoir la réponse à votre question. Votre but est de rétablir votre Connaissance, et c'est ce que nous entreprenons aujourd'hui.

À nouveau, souvenez-vous de votre déclaration à chaque heure. Accordez-lui une pensée tout au long de la journée afin qu'elle

puisse être l'unique objet de votre compréhension aujourd'hui. Lors de vos deux pratiques de méditation plus longues, continuez à répéter le mot RAHN, qui stimulera l'Ancienne Connaissance en vous. Vous n'avez pas à comprendre le pouvoir de cette pratique pour recevoir son plein bénéfice. Pour recevoir son plein bénéfice, vous avez seulement à la pratiquer comme elle est donnée.

PRATIQUE136 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

137ème PAS

J'ACCEPTERAI LE MYSTÈRE DE MA VIE.

Votre vie est un mystère. Votre origine, votre but ici et votre destination quand vous partirez sont très mystérieux. Pour être appréhendés, ils doivent être expérimentés. Comment pourriez-vous à cet instant comprendre le mystère de votre vie ? Il vous faudrait être à la fin de votre vie pour comprendre ce qui s'est passé jusque-là, et vous n'êtes pas à la fin de votre vie dans le monde. Il vous faudrait voir le monde de votre Ancienne Demeure pour comprendre le véritable sens du monde. Vous êtes dans le monde actuellement, vous devez donc être présent au monde. Cependant, ce mystère peut être expérimenté et doit être expérimenté. Vous ne pouvez pas le comprendre maintenant, mais vous pouvez en faire entièrement l'expérience maintenant. Dans cette expérience, il vous livrera tout ce dont vous avez besoin actuellement pour faire le pas vital qui vous attend.

N'alourdissez donc pas votre mental du besoin de comprendre, car vous chercherez l'impossible et ne ferez que vous rendre confus et ajouter cela au fardeau de votre pensée. Consacrez-vous plutôt à faire l'expérience du mystère de votre vie avec émerveillement, en appréciant que le monde soit bien plus grand que ce que vos sens vous ont rapporté jusqu'ici, et que votre vie soit bien plus grande que ce que vos jugements ont déterminé.

Répétez cette idée à l'heure et pratiquez votre méditation RAHN deux fois aujourd'hui avec une grande profondeur et et une grande sincérité. Permettez à votre pratique d'aujourd'hui de réaffirmer votre engagement envers la Connaissance, car vous avez seulement besoin de suivre les pas tels qu'ils sont donnés.

PRATIQUE 137 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

138ème PAS

J'AI SEULEMENT BESOIN DE SUIVRE LES PAS TELS QU'ILS SONT DONNÉS.

La vérité de ceci est tellement évidente, si vous réfléchissez aux nombreuses choses que vous avez apprises en suivant simplement les pas

lors de la préparation. Ne pas participer et tenter de comprendre est absolument infructueux, absolument frustrant et dénué de tout résultat heureux ou satisfaisant. Nous vous préparons à participer à la vie, et non à la juger, car la vie détient une promesse plus grande que tout ce que vos jugements ne pourraient jamais révéler. Votre compréhension naît de la participation et elle est le résultat de la participation. Apprenez donc à participer et ensuite à comprendre, telle est la véritable séquence des choses.

En ce jour rappelez-vous de pratiquer à chaque heure et laissez vos deux méditations dans le silence devenir plus intenses. Ne laissez aucune pensée de peur, d'anxiété ou de doute de soi vous dissuader de votre activité supérieure. Votre capacité à pratiquer quels que soient vos états émotionnels démontre la présence de la Connaissance en vous, car la Connaissance se trouve au-delà de tous les états émotionnels et n'en est pas entravée. Si vous désirez voir les étoiles, vous devez regarder au-delà des nuages. Que sont vos peurs sinon des nuages qui traversent votre conscience ? Ils modifient seulement la qualité de la surface de votre conscience, mais la profondeur de celle-ci demeure éternellement immuable.

PRATIQUE 138 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

139ème PAS

JE SUIS VENU DANS LE MONDE POUR SERVIR.

Vous êtes venu dans le monde pour servir, mais d'abord vous devez recevoir. D'abord, vous devez désapprendre ce que vous vous êtes enseigné, afin que vous puissiez rétablir ce que vous avez amené avec vous. Cette préparation est essentielle à votre succès et également à votre bonheur. Ne pensez pas que la compréhension seule vous rendra capable de reconnaître et d'offrir vos dons véritables. Votre participation est votre préparation, car vous vous préparez à participer à la vie. Ainsi, nous vous attirons de plus en plus vers le mystère de la vie et vers la manifestation de la vie. De cette façon vous serez capable de traiter le mystère en tant que mystère, avec émerveillement, et vous serez capable de traiter la manifestation de la vie de façon pratique et avec objectivité. Ainsi, vous serez capable d'être un pont entre votre Ancienne Demeure et le monde manifesté. Grâce à ce pont, la Sagesse de la Connaissance pourra s'exprimer et vous trouverez votre plus grand accomplissement.

Pratiquez deux fois aujourd'hui votre méditation RAHN avec une grande profondeur et une grande concentration, et rappelez-vous votre idée à chaque heure afin que vous puissiez utiliser toutes les occasions de la journée en votre faveur.

PRATIQUE 139 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

140ème PAS

RÉVISION

Aujourd'hui vous complétez vingt semaines de pratique. Vous êtes arrivé jusqu'ici, et à partir d'ici vous avancerez avec une plus grande force et une plus grande certitude, car la Connaissance commencera à vous guider et à vous motiver de plus en plus à mesure que vous lui prêterez votre attention. Vous désirez être à la fois le serviteur et le Maître parce que le serviteur est en vous et parce que le Maître est en vous. Vous personnellement n'êtes pas le Maître, mais le Maître est en vous. Vous personnellement êtes un serviteur, mais vous êtes en relation avec le Maître, et ainsi votre union est totale. Tous les aspects de vous-même trouvent alors leur juste place. Tout est amené à s'aligner et à s'harmoniser avec un objectif unique et un but unique. Votre vie est simple parce qu'elle est en harmonie et en équilibre. La Connaissance indiquera tout ce qui doit être fait pour vous – physiquement, émotionnellement et mentalement – pour développer cet équilibre et pour le maintenir dans vos circonstances actuelles. Soyez assuré qu'aucun aspect vital ne sera perdu de vue ou laissé inachevé.

Félicitations pour votre accomplissement jusqu'ici. Révisez les six jours passés de pratique et évaluez convenablement votre compréhension de votre progrès. Laissez-vous être un étudiant débutant de la Connaissance afin que vous puissiez recevoir le maximum. Vous avancerez à partir d'ici avec une plus grande certitude et une plus grande rapidité, et également avec une plus grande motivation, puisque vous apprenez à tout utiliser en votre faveur.

PRATIQUE 140 : *Une longue période de pratique.*

141ème PAS

JE SERAI CONFIANT EN CE JOUR.

Aujourd'hui soyez assuré que vous êtes en préparation sur le chemin de la Connaissance. Soyez assuré aujourd'hui que la Connaissance est avec vous et demeure avec vous ; que vous apprenez à présent à recevoir sa grâce, sa certitude et sa direction pas à pas. Soyez assuré en ce jour que vous êtes né de l'amour de Dieu et que votre vie en ce monde, cette brève visite ici, n'est autre qu'une opportunité pour rétablir votre véritable identité en un lieu où elle a été oubliée. Soyez assuré aujourd'hui que les efforts que vous faites maintenant en votre faveur vous conduiront au véritable objectif que vous êtes venu chercher ici, puisque cette préparation vient de votre Ancienne Demeure pour vous servir durant votre temps dans le monde, car vous êtes venu au monde pour servir.

Répétez cette déclaration à chaque heure et considérez-la à la lumière de tout ce qui survient aujourd'hui. Lors de vos deux séances plus longues de pratique, répétez l'affirmation et ensuite permettez-vous d'entrer dans la paix et le silence. Laissez votre confiance dissiper la peur, le doute et l'anxiété. Soutenez vos efforts aujourd'hui, car ils requièrent votre soutien

au nom d'une plus grande certitude que vous apprenez maintenant à recevoir.

PRATIQUE¹⁴¹ : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

142ème PAS

JE SERAI CONSTANT AUJOURD'HUI.

Pratiquez avec constance aujourd'hui, sans vous soucier de ce qui se passe en vous ou en dehors de vous. Cette constance représente un Pouvoir Supérieur en vous. Cette constance vous dotera de certitude et de stabilité face à toutes les perturbations, face à tous les événements extérieurs et face à tous les états émotionnels en vous. Cette constance vous stabilisera et vous équilibrera, et avec le temps, elle mettra tout en ordre en vous. Vous pratiquez avec constance afin que vous puissiez apprendre la constance et en faire l'expérience. Ceci vous confèrera les ressources dont vous aurez besoin pour être un donateur dans ce monde.

Pratiquez donc avec constance aujourd'hui. Pratiquez à chaque heure, en vous souvenant d'être constant. Lors de vos deux méditations, exercez-vous à garder votre esprit stable et concentré en lui permettant de s'installer en lui-même, afin qu'il puisse faire l'expérience de sa propre nature. Ne refoulez pas ce qui se passe en vous. Ne contrôlez pas ce qui se passe à l'extérieur. Maintenez simplement la constance, et tout s'y ajustera et y trouvera sa place. Ainsi, vous donnez naissance à la Connaissance dans le monde, car la Connaissance est entièrement constante. Ceci fera de vous une personne d'une grande présence et d'une grande force. Avec le temps, d'autres viendront faire l'expérience de votre constance lorsque qu'elle sera plus pleinement reçue par vous et plus pleinement développée. Ils trouveront refuge dans votre constance, et elle leur rappellera également leur but qui attend d'être découvert.

PRATIQUE 142 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

143ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI DANS LA QUIÉTUDE.

Soyez tranquille aujourd'hui lors de vos deux pratiques de méditation, afin que vous puissiez recevoir la présence de la Connaissance en vous. Prenez un moment de silence dans vos pratiques horaires, afin que vous puissiez reconnaître où vous en êtes et ce que vous faites. Ainsi, vous accéderez à l'aspect supérieur de votre mental pour qu'il puisse vous servir à chaque heure et pour que vous puissiez l'amener dans le monde. Soyez tranquille aujourd'hui, afin que vous puissiez observer le monde. Soyez tranquille aujourd'hui, afin que vous puissiez voir le monde. Soyez tranquille aujourd'hui, afin que vous puissiez entendre le monde. Remplissez vos devoirs journaliers, mais en vous, soyez tranquille. De cette manière, la Connaissance se manifestera et commencera alors à vous guider comme elle est destinée à le faire.

PRATIQUE 143 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

144ème PAS

JE M'HONORERAI AUJOURD'HUI.

Honorez-vous en raison de votre Héritage, en raison de votre destinée et en raison de votre but. Honorez-vous parce que la vie vous honore. Honorez-vous parce que Dieu est honoré dans la Création de Dieu en vous. Ceci éclipse toute évaluation que vous avez faite à votre sujet. Ceci est supérieur à toutes les critiques que vous vous êtes infligées. Ceci est supérieur à tout orgueil que vous affichez pour masquer votre peine.

Dans la simplicité et l'humilité, rappelez-vous à chaque heure de vous honorer. Aujourd'hui, lors de vos deux pratiques plus profondes, permettez vous de faire l'expérience de la présence de la Connaissance, car ceci vous honore et honore la Connaissance également. Honorez-vous en ce jour afin que la Connaissance puisse être honorée, car en réalité vous êtes la Connaissance. C'est votre Soi Véritable, mais c'est un Soi que vous commencez seulement à rétablir à présent.

PRATIQUE 144 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

145ème PAS

J'HONORERAI LE MONDE AUJOURD'HUI.

Honorez le monde aujourd'hui, car il est le lieu où vous êtes venu rétablir la Connaissance et transmettre ses dons. Ainsi, le monde dans sa beauté et ses tribulations vous fournit l'environnement adéquat pour accomplir votre but. Honorez le monde parce que Dieu qui est dans le monde l'honore. Honorez le monde parce que la Connaissance qui est dans le monde l'honore. Honorez le monde parce que sans votre jugement, vous réaliserez qu'il est un lieu de grâce, un lieu de beauté et un lieu qui vous bénit à mesure que vous apprenez à le bénir.

Répétez votre leçon à chaque heure. Lors de vos deux plus longues séances de pratique, faites l'expérience de cet amour pour le monde. Permettez à la Connaissance de donner sa grâce. Vous n'avez pas à essayer d'être aimant ici, mais simplement à être ouvert et à permettre à la Connaissance d'exprimer sa grande affection.

Honorez le monde aujourd'hui afin que vous soyez honoré d'être dans le monde, car le monde vous honore comme vous vous honorez. Le monde se trouve reconnu comme vous vous reconnaissez. Le monde a besoin de votre amour et de vos bénédictions. Il a besoin de votre bon travail également. De ce fait vous êtes honoré, car vous êtes venu ici pour donner.

PRATIQUE 145 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

146ème PAS

J'HONORERAI MES ENSEIGNANTS AUJOURD'HUI.

Vos Enseignants, qui sont mystérieux et qui vivent au-delà du visible, demeurent avec vous pendant que vous êtes dans le monde. A présent que vous avez commencé les pas vers le rétablissement de la Connaissance, leur activité dans votre vie deviendra plus forte et plus apparente. Vous commencerez à porter votre attention sur eux, et leur besoin que vous vous développiez sera plus grand, tout comme votre besoin d'eux sera plus grand.

À chaque heure et lors de vos deux plus longues pratiques, souvenez-vous de vos Enseignants et pensez à eux activement. Honorez alors vos Enseignants, car ceci est la proclamation que vos anciennes relations sont bien vivantes et bien présentes actuellement pour vous procurer espoir, certitude et ressource. Honorez vos Enseignants, afin que vous puissiez faire l'expérience de la profondeur de votre relation avec eux. Dans vos relations avec vos Enseignants se trouve l'étincelle de mémoire qui vous rappelle votre Ancienne Demeure et votre véritable destinée. Honorez vos Enseignants afin que vous soyez honoré, car c'est votre honneur que vous devez rétablir. Quelles que soient les erreurs que vous ayez commises, c'est votre honneur que vous devez rétablir. Si cela doit être effectué dans l'authenticité, ce sera fait dans l'humilité et la simplicité, car lorsque vous vous honorez vous honorez la grandeur de la vie, dont vous êtes une petite mais intrinsèque partie.

PRATIQUE 146 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

147ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision cette semaine permettez-vous de prendre conscience des leçons qui vous ont été présentées. Mettez un soin particulier à reconnaître le pouvoir qui vous est offert lorsque vous exercez réellement votre volonté pour le bien. Notez également la nécessité de vous accepter au-delà de votre compréhension actuelle, de vous honorer au-delà de votre évaluation actuelle de vous-même et de faire l'expérience de la vie au-delà de vos pensées et de vos préjugés. Reconnaissez l'opportunité qui vous est offerte, et réalisez que chaque moment passé avec une application sincère sert énormément votre progrès et établit un avancement permanent pour vous. Si vous réfléchissez à ce que vous voudriez donner au monde, donnez votre avancement. A partir de là, toutes les bonnes choses que vous êtes venu offrir, en accord avec votre nature et votre but, seront totalement données. Ainsi, votre don au monde à présent est votre préparation, afin que vous puissiez apprendre à donner.

Lors de votre longue séance de pratique, révisez la semaine passée – vos leçons, vos pratiques, vos expériences, vos accomplissements et vos

difficultés. Revoyez cela objectivement et déterminez de quelle manière vous pourrez vous donner plus complètement à vos pratiques à l'avenir.

PRATIQUE 147 : *Une longue séance de pratique.*

148ème PAS

MA PRATIQUE EST MON DON À DIEU.

Votre pratique est votre don à Dieu, car la volonté de Dieu est que vous receviez la Connaissance pour la donner au monde. Ainsi, vous êtes honoré en tant que bénéficiaire et véhicule de la Connaissance, Dieu est honoré en tant que source de la Connaissance, et tous ceux qui la recevront seront honorés également. Tel est votre don à présent : entreprendre la véritable préparation dans laquelle vous êtes actuellement engagé.

Ainsi, traitez chaque séance de pratique aujourd'hui comme une forme de don. À chaque heure, donnez-vous à chacune des circonstances dans lesquelles vous vous trouvez. Lors de vos deux pratiques de méditation profonde, donnez-vous complètement. Ne venez pas mendier des idées ou des informations, mais venez pour recevoir et venez pour donner. Alors que vous vous donnez, vous recevrez, et de cette façon vous apprendrez l'ancienne loi : « donner c'est recevoir ». Ceci doit entièrement émerger au sein de votre expérience, afin que vous puissiez en saisir pleinement la signification et l'application dans le monde.

Votre pratique est votre don à Dieu. Votre pratique est votre don à vous-même. Venez à votre pratique aujourd'hui pour donner, car c'est en donnant que vous réaliserez la profondeur de vos propres ressources.

PRATIQUE 148 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

149ème PAS

MA PRATIQUE EST MON DON AU MONDE.

Vous donnez au monde par le biais de votre propre développement en ce moment, car vous vous préparez à offrir un don supérieur à tout ce que vous avez donné auparavant. Ainsi, chaque jour durant lequel vous faites la pratique, en suivant chaque pas qui est donné, vous faites un don au monde. Pourquoi cela ? Parce que vous reconnaissez votre valeur et votre mérite. Vous reconnaissez votre Ancienne Demeure et votre Ancienne Destinée. Vous reconnaissez ceux qui vous ont envoyé, et ceux qui vous recevront quand vous quitterez ce monde. Tout ceci est donné au monde à chaque fois que vous pratiquez sincèrement, chaque jour, à chaque heure. Cela constitue un don au monde plus grand que tout ce que vous êtes capable de comprendre pour l'instant, cependant vous verrez avec le temps qu'il répond au besoin le plus absolu.

Votre pratique est ainsi un don au monde, car elle offre ce que vous affirmez en vous. Ce que vous affirmez en vous, vous l'affirmez pour tous les

individus en toutes circonstances, dans tous les mondes et dans toutes les dimensions. Ainsi, vous affirmez votre Ancienne Demeure pendant que vous êtes ici.

À chaque heure, donnez au monde par votre pratique du don. Rappelez-vous cela. Lors de vos deux séances plus longues de pratique, donnez-vous complètement dans la quiétude et le silence. Donnez de votre cœur et donnez de votre esprit. Donnez tout ce que vous réalisez pouvoir donner, car cela constitue un don au monde. Bien que vous ne puissiez pas encore en percevoir le résultat, soyez confiant que ce don s'étendra au-delà de votre conscience personnelle et qu'il touchera toutes les consciences dans l'univers car, en réalité, toutes les consciences sont effectivement reliées.

PRATIQUE 149 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

150ème PAS

AUJOURD'HUI J'APPRENDRAI À APPRENDRE.

Aujourd'hui, vous apprenez à apprendre. Vous apprenez à apprendre parce que vous avez besoin d'apprendre. Vous avez besoin d'apprendre comment apprendre, afin que votre apprentissage puisse être efficace et profitable, posséder profondeur et constance et générer un progrès sûr, sur lequel vous pourrez vous appuyer en toutes circonstances dans l'avenir. Ne croyez pas que vous comprenez déjà le processus d'apprentissage, car vous êtes en train de l'apprendre en ce moment même, en saisissant le sens de l'avancement et le sens de l'échec, le sens de l'encouragement et le sens du découragement, le sens de l'enthousiasme et le sens du manque d'enthousiasme. C'est pourquoi à la fin de chaque semaine vous révisez vos pratiques, de sorte que vous puissiez comprendre vos progrès et comprendre les mécanismes d'apprentissage. Il est essentiel que vous en preniez conscience car, jusqu'à ce que vous le fassiez, vous interpréterez mal vos pas, vous interpréterez mal vos actions, vous ne comprendrez pas comment suivre un programme d'étude et vous n'apprendrez jamais comment vous-même enseigner un programme d'étude.

Vous apprenez ainsi à apprendre aujourd'hui. Ceci vous place dans la position d'étudiant débutant de la Connaissance, ce qui vous donne tous les droits et tout l'encouragement pour apprendre tout ce qui est nécessaire, sans présomption, sans prétention, sans déni et sans fausseté d'aucune sorte. À mesure que vous apprendrez à apprendre, vous prendrez conscience du mécanisme de l'apprentissage. Ceci vous donnera de la sagesse et de la compassion dans vos relations avec les autres. Vous ne pouvez pas enseigner aux autres à partir de l'idéalisme, car vous placez alors sur eux le fardeau de vos propres attentes. Vous exigez d'eux ce que la vie même ne peut pas donner. Par contre, la certitude de votre expérience et de votre Connaissance que vous donnerez aux autres sera fiable et ils seront en mesure de la recevoir et de l'utiliser à leur manière. Vous ne placerez alors

aucune demande personnelle sur leur apprentissage, mais laissez la Connaissance en vous donner à la Connaissance en eux. Vous serez alors témoin du processus d'enseignement et également du processus d'apprentissage.

Aujourd'hui, soyez ainsi le témoin de votre propre apprentissage et apprenez à apprendre. À chaque heure, rappelez-vous que vous êtes en train d'apprendre à apprendre. Lors vos deux séances de méditation, permettez-vous d'entrer dans la quiétude et la paix. Observez-vous lorsque que vous avancez et lorsque vous vous retenez. Exercez votre volonté pour votre propre compte avec compassion et fermeté, et ne jugez pas votre avancement. Vous n'êtes pas en position de juger, car vous êtes en train d'apprendre à apprendre.

PRATIQUE 150 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

151ème PAS

JE N'UTILISERAI PAS LA PEUR POUR APPUYER MES JUGEMENTS.

N'utilisez pas la peur pour appuyer vos jugements sur vous-même et sur le monde, car ces jugements naissent de votre incertitude et de votre anxiété. Il leur manque ainsi le fondement de la Connaissance. Il leur manque ainsi le sens et la valeur que la Connaissance seule peut conférer. Ne vous fiez pas à vos jugements sur vous-même et sur le monde. À mesure que vous y renoncerez, vous réaliserez que leur source est la peur, car vous n'avez fait qu'essayer de vous rassurer par vos jugements, pour vous procurer une sécurité, une stabilité et une identité illusoires dont vous pensez manquer. Par conséquent, soyez dénué de tout substitut de la Sagesse et de la Connaissance, et laissez la Sagesse et la Connaissance émerger naturellement.

À chaque heure, répétez votre affirmation et considérez-la à la lumière de tout ce qui arrive aujourd'hui. Lors de vos deux pratiques plus profondes, considérez le sens de l'idée d'aujourd'hui en y réfléchissant soigneusement. Mettez votre mental au travail en essayant de pénétrer le sens de la leçon d'aujourd'hui. Ne vous rassurez pas avec des conclusions prématurées. Investiguez profondément avec votre mental lors de vos séances de pratique. Utilisez activement votre mental. Prenez en considération de nombreuses choses en vous, tout en vous concentrant sur l'idée d'aujourd'hui. Si vous faites cela, vous comprendrez beaucoup de choses concernant la Sagesse et l'ignorance, et votre compréhension naîtra de la compassion et de la véritable estime de soi. En effet, c'est uniquement d'une position d'amour de soi que vous pouvez vous reprendre et reprendre les autres.

PRATIQUE 151 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

JE NE SUIVRAI PAS LA PEUR DANS LE MONDE.

L'humanité est gouvernée par des vagues de peur qui conduisent les gens ici et là, des vagues de peur qui dominent leurs actions, leurs pensées, leurs conclusions, leurs croyances et leurs préjugés. Ne suivez pas les vagues de peur qui se déplacent à travers le monde. Au lieu de cela, demeurez inébranlable et calme en la Connaissance. Permettez-vous d'observer le monde de ce point de quiétude et de certitude. Ne laissez pas les vagues de peur vous déstabiliser. De cette manière, vous serez en mesure de contribuer au monde et de ne pas seulement en être la victime. Vous êtes là pour donner, pas pour juger, et dans la quiétude vous demeurez sans jugement sur le monde. Prenez alors conscience des vagues de peur, mais ne les laissez pas vous ébranler ; en la Connaissance elles ne peuvent pas vous ébranler car la Connaissance est au-delà de toute peur.

À chaque heure, répétez votre idée pour la journée et examinez-la à la lumière de tout ce dont vous faites l'expérience aujourd'hui. Lors de vos deux plus longues séances de pratique, appliquez votre activement mental en cherchant à comprendre la leçon de ce jour. De nouveau, c'est une forme d'application mentale. Aujourd'hui, nous ne pratiquerons pas la quiétude et le silence mental mais l'application du mental, de sorte que vous puissiez apprendre à penser de manière constructive. Car lorsque votre mental n'est pas tranquille, il devrait penser de manière constructive. Il devrait être en train d'investiguer. Ne vous fiez pas aux conclusions hâtives. Ne vous reposez pas sur des idées reconfortantes. Permettez-vous d'être vulnérable aujourd'hui, car vous n'êtes vulnérable qu'à la Connaissance. Et la Connaissance vous protégera de tout ce qui est préjudiciable dans ce monde et vous fournira un réconfort et une stabilité que jamais le monde ne pourra ébranler. Apprenez de cela aujourd'hui, afin que vous puissiez être une source de Connaissance dans le monde et afin que votre Source puisse s'exprimer à travers vous.

PRATIQUE 152: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

MA SOURCE SOUHAITE S'EXPRIMER À TRAVERS MOI.

Vous avez été créé pour être une expression de votre Source. Vous avez été créé pour être une extension de votre Source. Vous avez été créé pour faire partie de votre Source. Votre vie est communication, car la communication est la vie. La communication est l'extension de la Connaissance. Elle n'est pas simplement le partage des petites idées entre une conscience séparée et une autre. La communication est bien plus vaste, car la communication crée la vie et étend la vie, et en cela résident toute joie et tout accomplissement. En cela réside la profondeur de tout sens. Ici, l'obscurité et la lumière s'entremêlent et cessent leur séparation. Ici tous les

opposés se mélangent et se fondent les uns dans les autres. Telle est l'unité de toute vie.

Permettez-vous alors de faire l'expérience de vous-même en tant que véhicule de communication, et sachez que ce que vous désirez vraiment exprimer sera aussi pleinement exprimé, car le soi que vous êtes authentiquement est une extension du Soi qui est la vie même. En cela, vous serez entièrement affirmé et la vie autour de vous sera affirmée. Vos dons seront reçus et intégrés par la vie, car un don de cet ordre ne peut que produire un résultat plus grand, qui est au-delà de la compréhension de l'humanité.

Rappelez-vous à chaque heure que vous êtes censé exprimer la volonté de votre Source. Lors de vos deux séances de pratique d'aujourd'hui, permettez-vous d'entrer à nouveau dans la quiétude et la paix. Permettez-vous d'être un véhicule ouvert par lequel la vie peut librement s'écouler et grâce auquel la vie pourra s'exprimer aujourd'hui.

PRATIQUE 153 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

154ème PAS

RÉVISION

Réviser la semaine de pratique qui a passé. Réviser l'ensemble des instructions qui ont été données, ainsi que vos pratiques. Examinez avec quelle profondeur vous êtes entré dans la paix. Examinez avec quelle profondeur vous avez investigué avec votre mental. Rappelez-vous que votre pratique est une forme de don. Donnez-vous ainsi à la révision de vos pratiques. Voyez comment votre don peut devenir plus complet et plus profond de sorte que vous puissiez recevoir des récompenses de plus en plus grandes, pour vous et pour le monde.

Dans votre unique longue pratique d'aujourd'hui, réviser la semaine de pratique qui vient de se terminer. Rappelez-vous de ne pas vous juger. Rappelez-vous d'être un témoin de votre apprentissage. Rappelez-vous que votre pratique est une forme de don.

PRATIQUE 154 : *Une longue séance de pratique.*

155ème PAS

LE MONDE ME BÉNIT À MESURE QUE JE REÇOIS.

Vous apprenez à présent à recevoir. Le monde vous bénit à mesure que vous apprenez à recevoir, car la Connaissance se déversera en vous à mesure que vous deviendrez un réceptacle ouvert pour la Connaissance. Et vous attirerez en vous ce qui est la vie, car la vie est toujours attirée par ceux qui donnent.

Comprenez ceci dans toute sa profondeur en ce jour, alors que vous vous rappelez à chaque heure que vous la vie vous donne lorsque vous êtes tranquille. Lors de vos deux pratiques de méditation, entrez à nouveau dans la quiétude et ressentez la vie qui est en train d'être attirée en vous. C'est une attirance naturelle. À mesure que croissent votre don et votre silence, vous sentirez que la vie est attirée en vous, car avec le temps vous nourrirez la vie.

PRATIQUE 155 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

156ème PAS

JE NE M'INQUIÉTERAI PAS POUR MOI AUJOURD'HUI.

S'inquiéter pour soi est une certaine habitude de pensée issue de l'imagination négative, et des erreurs qui n'ont pas été corrigées. Cela renforce votre sentiment d'échec, accentuant de cette façon votre manque de confiance et d'estime envers vous-même. Notre leçon d'aujourd'hui consiste donc à renforcer ce qui est authentique en vous. Si vous êtes avec la Connaissance, la Connaissance prendra soin de tout ce qui requiert votre attention. Ne pensez pas que quoi que ce soit puisse être négligé vous concernant. Tous les besoins de plus grande nature spirituelle aussi bien que les besoins les plus mondains seront satisfaits et compris par vous, car il n'existe aucune négligence en la Connaissance. Vous qui avez l'habitude de négliger, vous qui n'avez pas utilisé votre mental de manière appropriée dans le passé, vous qui n'avez pas été capable de voir ou d'entendre le monde, vous pouvez à présent être rassuré, car vous n'avez pas à être inquiet pour vous-même aujourd'hui.

Pour cela, vous devez élargir votre foi et votre confiance en le fait que la Connaissance vous procurera le nécessaire. Ceci vous permettra progressivement de recevoir le don de la Connaissance, qui dissipera tout doute et toute confusion. Vous devez vous préparer pour cette expérience. Vous devez développer votre foi et votre confiance en cela. Soyez confiant aujourd'hui. Reconnaissez les choses qui requièrent votre attention même si elles sont de nature mondaine, et occupez-vous bien d'elles. En effet, la Connaissance ne cherche pas à vous enlever du monde mais à vous emmener dans le monde, car vous êtes venu ici pour donner.

Renforcez votre compréhension de l'idée d'aujourd'hui en la répétant à chaque heure et en lui accordant un moment de considération véritable. Fortifiez votre pratique aujourd'hui, en l'utilisant dans vos séances plus profondes où vous entrerez dans la quiétude et le silence. Vous ne pouvez entrer dans la quiétude et le silence que si vous n'êtes pas soucieux de vous-même. Ainsi, votre engagement à vous donner à votre pratique est une déclaration de la réalité et de la certitude qui vous habitent.

PRATIQUE 156 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

157ème PAS

JE NE SUIS PAS SEUL DANS L'UNIVERS.

Vous n'êtes pas seul dans l'univers, car vous faites partie de l'univers. Vous n'êtes pas seul dans l'univers car votre esprit est relié à tous les esprits.

Vous n'êtes pas seul dans l'univers, car l'univers est avec vous. Vous apprenez actuellement à être avec l'univers, afin que votre relation avec la vie puisse être pleinement rétablie et qu'elle puisse s'exprimer dans votre monde. Le monde donne un pauvre exemple de ceci, car l'humanité a perdu sa relation avec la vie et cherche à présent désespérément dans l'imaginaire et l'illusoire ce qui a été perdu. Soyez donc heureux aujourd'hui que les moyens pour revendiquer la vie vous aient été fournis, vous permettant de vous donner à votre pratique et à votre destinée. En cela, vous êtes reconnu. Vous n'êtes pas seul dans l'univers. La profondeur de cette idée est bien plus grande qu'elle ne le paraît à première vue. C'est une déclaration d'une vérité absolue, mais dont on doit faire l'expérience pour pouvoir la comprendre.

Rappelez-vous donc à chaque heure cette phrase. Cherchez à la ressentir quelles que soient les circonstances dans lesquelles vous vous trouvez. Lors de vos deux plus longues pratiques de méditation, essayez de faire l'expérience de votre totale inclusion dans la vie. Vous n'avez pas à penser à des idées ou à voir des images, mais seulement à ressentir la présence de la vie dont vous faites partie. Vous êtes en la vie. Vous êtes immergé dans la vie. La vie vous étreint. Au-delà de toutes les images que le monde peut présenter et de toutes les actions qu'il peut démontrer, vous demeurez dans l'étreinte aimante de la vie.

PRATIQUE 157 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

158ème PAS

JE SUIS RICHE DONC JE PEUX DONNER.

Seul le riche peut donner, car il n'est pas démuné. Seul le riche peut donner, car il ne se sent pas à l'aise avec une possession à moins qu'elle ne soit donnée. Seul le riche peut donner, car il ne peut pas comprendre sa possession jusqu'à ce qu'elle soit donnée. Seul le riche peut donner, car il souhaite faire l'expérience de la gratitude comme seule récompense.

Vous êtes riche et vous pouvez donner. Vous possédez déjà la richesse de la Connaissance, et ceci est le plus grand des dons possibles. Toute autre action, toute autre faveur ou tout autre objet ne représente un don que s'il est imprégné de la Connaissance. Ceci constitue l'essence invisible de tout véritable don et de toute véritable générosité. Vous possédez une grande réserve de cette essence, que vous devez apprendre à recevoir. Vous êtes plus riche que vous n'en avez conscience. Même si financièrement vous êtes

pauvre, même si vous pensez que vous êtes seul, vous êtes riche. Votre don démontrera cela aujourd'hui. Votre don démontrera la source, la profondeur et le sens de votre richesse, et il imprégnera l'ensemble de votre don de l'essence même du don. Vous découvrirez avec le temps que vous donnerez sans peine et que votre vie même sera un don. Alors, votre vie démontrera la richesse que toute personne possède, mais qu'elle n'a pas encore appris à recevoir.

À chaque heure, répétez cette idée et lors de vos deux plus longues pratiques de méditation, faites l'expérience de votre propre richesse. Faites l'expérience de la présence et de la profondeur de la Connaissance. Soyez son réceptacle et donnez-vous à la Connaissance, car en vous donnant à votre pratique vous validez déjà votre propre richesse qui a seulement à être reconnue pour être pleinement réalisée.

PRATIQUE 158 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

159ème PAS

LES PAUVRES NE PEUVENT PAS DONNER. JE NE SUIS PAS PAUVRE.

Les pauvres ne peuvent pas donner car ils sont démunis. Il leur faut recevoir. Vous n'êtes pas démunis, car le don de la Connaissance est avec vous. Vous êtes donc en situation de donner, et dans votre don vous réaliserez votre valeur et tout sentiment de manque vous quittera. Soyez confiant dans le fait que la Connaissance fournira toutes les choses matérielles dont vous avez vraiment besoin. Bien qu'elle ne puisse pas fournir ce que vous souhaitez, elle fournira ce dont vous avez besoin et en juste proportion. Ainsi, vous aurez ce dont vous avez besoin pour contribuer au monde selon votre nature et selon votre vocation. Cependant, vous ne serez pas alourdi par ce qui ne peut que vous alourdir. Vous aurez exactement ce dont vous avez besoin, et le monde ne vous alourdira pas de ses privations ou de ses excès. Ainsi, tout sera en parfait équilibre. La Connaissance vous donnera ce dont vous avez besoin, et ce dont vous avez besoin est ce que vous désirez vraiment. Vous ne pouvez pas encore évaluer vos besoins, car vous êtes perdu dans ce que vous désirez. Mais vos besoins se révéleront d'eux-mêmes à travers la Connaissance, et avec le temps vous comprendrez la nature du besoin et comment il peut être satisfait.

Vous n'êtes pas pauvre car le don de la Connaissance est avec vous. Répétez l'affirmation d'aujourd'hui à chaque heure, et considérez-la à la lumière de vos observations des autres. Lors de vos pratiques plus profondes, permettez-vous de faire l'expérience de la richesse de la Connaissance que vous possédez à présent.

PRATIQUE 159: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

160ème PAS

LE MONDE EST PAUVRE, MAIS JE NE LE SUIS PAS.

Le monde est pauvre, mais vous n'êtes pas pauvre. Quelles que soient vos circonstances, ceci est vrai parce que vous rétablissez la richesse de la Connaissance. Comprenez alors le sens de l'appauvrissement.

Comprenez alors le sens de la richesse. Ne croyez pas que ceux qui possèdent plus d'objets que vous soient en quelque façon plus riches que vous, car sans la Connaissance ils sont appauvris et acquerront des choses dans le seul but de compenser leur misère et leur incertitude. Dès lors, leur appauvrissement se trouve aggravé par leurs acquisitions.

Le monde est pauvre, mais vous ne l'êtes pas, car vous avez amené avec vous la Connaissance dans un monde où la Connaissance a été oubliée et reniée. Ainsi, en rétablissant votre propre richesse, le monde rétablira également sa richesse, car vous stimulerez la Connaissance en tous, et leur richesse commencera à se révéler en votre présence et en présence de la Connaissance qui vous guide.

Ne demandez donc rien au monde, sauf ce qui vous est matériellement nécessaire pour remplir votre fonction. Ceci n'est qu'une petite requête à la lumière de ce que vous êtes venu donner. Et si vos demandes n'excèdent pas vos besoins, le monde y répondra volontiers en échange du plus grand don que vous possédez.

Considérez l'idée de ce jour à chaque heure. Ne laissez aucune heure passer sans cette reconnaissance. Renforcez votre détermination à utiliser chaque pratique en toute occasion de la journée, afin que votre vie trouve son sens dans tous les événements qui s'y déroulent. Lors de vos deux plus longues pratiques d'aujourd'hui, entrez dans la quiétude et dans la paix, afin d'apprendre davantage de la richesse que vous possédez.

PRATIQUE 160 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

161ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision aujourd'hui, considérez chaque leçon et chaque pratique quotidiennes de la semaine passée. Apprenez davantage du processus d'apprentissage. Réalisez que pour apprendre cela, vous ne pouvez pas regarder votre vie en la condamnant car vous êtes en train d'apprendre à apprendre. Réalisez que la richesse est présente dans votre vie par les pratiques que vous faites, car vous ne pourriez pas le faire si vous étiez sans la Connaissance. Vous entreprenez cette préparation grâce à la Connaissance et chaque jour vous vous impliquez dans votre pratique grâce la Connaissance. Chaque jour vous accomplissez votre pratique grâce à la Connaissance. Ainsi, en l'absence de votre déni ou de votre interférence, la Connaissance elle-même vous guidera dans votre préparation et émergera à mesure que vous entreprenez chaque pas. Comme la réussite est facile de cette manière. Comme il est simple de recevoir sans déni ou

sans insistance de votre part. Car sans l'imagination, la vie est évidente. Sa beauté est évidente. Sa grâce est évidente. Son but est évident. Le travail qu'elle requiert est évident. Ses récompenses sont évidentes. Même les difficultés de ce monde sont évidentes. Tout devient évident à mesure que votre mental devient calme et clair.

Dans une longue séance de pratique, révisez ainsi les pratiques de la semaine. Accordez à cela toute votre attention. Donnez-vous à votre pratique et sachez que la Connaissance en vous vous motive.

PRATIQUE 161 : *Une longue séance de pratique.*

162ème PAS

JE N'AURAI PAS PEUR AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui, ne laissez pas la peur s'emparer de votre esprit. Ne laissez pas l'habitude de l'imagination négative capturer votre attention et vos émotions. Engagez-vous avec la vie telle qu'elle est vraiment, tel qu'il vous est possible de la percevoir sans condamnation. La peur est comme une maladie qui arrive et qui s'empare de vous. Cependant, vous n'avez pas à céder à la peur, car votre source et vos racines sont profondément implantées en la Connaissance, et vous êtes maintenant en train de devenir plus fort en la Connaissance.

Souvenez-vous à chaque heure de ne pas laisser la peur s'emparer de vous. Quand vous commencez à en ressentir les effets, quelle que soit la manière dont elle exerce son influence sur vous, désengagez-vous d'elle et affirmez votre allégeance à la Connaissance. Accordez votre confiance à la Connaissance. Lors de vos deux séances de pratique approfondie aujourd'hui, donnez-vous à la Connaissance. Donnez votre esprit et votre cœur, de sorte que vous puissiez être fortifié dans cette certitude où la peur ne peut jamais entrer. Votre bravoure à l'avenir ne doit pas naître de la prétention, mais de votre certitude en la Connaissance. De cette façon, vous serez un refuge de paix et une source de richesse pour les autres. C'est cela que vous êtes censé être. Telle est la raison de votre venue en ce monde.

PRATIQUE 162 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

163ème PAS

JE RESSENTIRAI LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

Ressentez le caractère permanent de la Connaissance, qui est toujours disponible pour vous, au-delà de vos pensées et de vos préoccupations personnelles. À chaque heure aujourd'hui, ressentez la Connaissance. Répétez l'idée de la journée et prenez un moment pour ressentir sa présence. La présence de la Connaissance est quelque chose que

vous pouvez emporter avec vous partout où vous allez, dans chaque rencontre, en chaque circonstance. Elle est appropriée en tous lieux. En cela, vous serez en mesure de percevoir chaque situation et chaque événement. Vous serez en mesure d'entendre. Vous serez en mesure de donner. Vous serez en mesure de comprendre. Cette stabilité est quelque chose dont le monde a grandement besoin, et vous qui êtes riche de la Connaissance avez cela à donner.

Ressentez la Connaissance aujourd'hui lors de vos séances de pratique approfondie. Donnez-vous à cela, car cela constitue votre don à Dieu et au monde. Que cette journée soit une journée de renforcement et de confirmation. Ne laissez aucun petit échec vous détourner aujourd'hui de votre grande tâche. Réalisez que tout échec ne peut que vous ralentir dans votre progression, et que vous avez seulement à faire un pas en avant pour continuer. La réponse à tout échec, grand ou petit, est ainsi simplement la décision de continuer. Car vous n'avez qu'à suivre les pas qui sont donnés ici pour cueillir les fruits de cette préparation. Comme le chemin vers la Connaissance est simple ! Comme sa voie est claire, lorsque que vous suivez ce qu'elle apporte pas à pas !

PRATIQUE 163 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

164ème PAS

AUJOURD'HUI J'HONORERAI CE QUE JE SAIS.

Honorez ce que vous savez aujourd'hui. Restez fidèle à ce que vous savez. Permettez à votre Connaissance de vous guider spécifiquement. Ne cherchez pas à vous servir de la Connaissance pour vous accomplir, car vous ne feriez qu'utiliser ce que vous croyez être la Connaissance et vous tisseriez une fois encore les mailles d'une illusion qui vous prendra au piège et vous videra de la vie, de l'enthousiasme et de la certitude. Laissez la Connaissance vous mouvoir aujourd'hui. Poursuivez vos activités normales.

Remplissez toutes les formalités de la vie qui relèvent de votre responsabilité, mais laissez la Connaissance demeurer avec vous de sorte qu'elle puisse conférer son mystérieux don partout où vous allez et vous donner une direction concrète quand cela est réellement nécessaire.

Répétez cette affirmation à chaque heure et considérez-la à la lumière de vos circonstances immédiates. Lors de vos moments de pratique approfondie aujourd'hui, donnez-vous une fois encore à la quiétude et à la paix. Honorez la Connaissance aujourd'hui, en vous donnant à la Connaissance et en demeurant avec la Connaissance.

PRATIQUE 164: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

165ème PAS

MES DEVOIRS SONT PETITS. MA MISSION EST GRANDE.

Vos devoirs dans le monde sont petits. Ils sont destinés à pourvoir à vos besoins dans le monde matériel et à maintenir ces alliances qui sont bénéfiques à votre bien-être et au bien-être de ceux qui sont alliés avec vous. Ces devoirs sont importants, mais votre mission est plus grande. Ne sapez pas votre capacité à recevoir votre mission en échouant dans vos devoirs. Ceci n'est qu'une forme d'évitement de soi. Remplissez spécifiquement vos devoirs aujourd'hui en ce qui concerne votre travail et vos relations avec les autres. Ne les confondez pas avec votre mission, qui est de nature bien supérieure et que vous commencez seulement à recevoir et dont vous ne faites que commencer à faire l'expérience à présent. Ainsi, vos devoirs constitueront pour vous une fondation alors que vous entreprenez la préparation pour le rétablissement et la contribution de la Connaissance.

Souvenez-vous que toute confusion est une confusion concernant différents niveaux. Ne confondez pas mission avec devoir. Il est très important que vous fassiez cette distinction. Vos tâches dans le monde sont spécifiques, mais votre mission est bien supérieure. À mesure que votre mission commencera à s'exprimer en vous qui êtes en train d'apprendre à la recevoir, elle exercera également une influence plus spécifique sur vos devoirs. Cela se fera graduellement et tout à fait naturellement. Cela requerra simplement que vous exerciez l'autodiscipline, la constance et la foi suffisante pour en suivre les étapes.

Remplissez donc vos devoirs aujourd'hui, de sorte que vous puissiez être un étudiant débutant de la Connaissance. Rappelez-vous votre pratique horaire et lors de vos deux plus longues séances de pratique, engagez activement votre mental dans la considération de l'idée d'aujourd'hui. Son sens véritable n'est pas superficiel, et vous devez l'examiner pour en comprendre toute la valeur. Ne vous complaisez pas dans des conclusions prématurées. Ne vous tenez pas en dehors de la Connaissance en essayant de la juger par vous-même. Entrez en elle, afin de pouvoir être un étudiant aujourd'hui, car vous êtes désormais un étudiant de la Connaissance. Vous vous donnez à présent au monde dans votre préparation.

PRATIQUE 165 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

166ème PAS

MA MISSION EST GRANDE. PAR CONSÉQUENT, JE SUIS LIBRE DE FAIRE DE PETITES CHOSES.

C'est seulement dans vos idées grandioses, derrière lesquelles se cachent la peur, l'anxiété et le désespoir, que vous éviteriez les petites choses qu'il vous est demandé de faire dans le monde. À nouveau, ne confondez pas la grandeur de votre mission avec la petitesse de vos devoirs. La grandeur s'exprime dans la chose la plus petite, dans l'action la plus infime, dans la pensée la plus fugitive, dans le geste le plus simple et dans les circonstances les plus ordinaires. Ainsi, maintenez vos petites actions

dans le monde, de sorte qu'avec le temps la Connaissance puisse s'exprimer à travers elles. Les actions dans le monde sont petites en contraste avec la grandeur de la Connaissance. Avant votre préparation, le monde était considéré comme grand et la Connaissance petite, mais vous apprenez maintenant que c'est le contraire qui est vrai – que la Connaissance est grande et que le monde est petit. Cela signifie aussi que vos activités dans le monde sont petites, mais qu'elles constituent un véhicule grâce auquel la Connaissance peut s'exprimer.

Par conséquent, soyez satisfait de faire de petites choses dans le monde. Soyez simple et humble dans le monde, de sorte que la grandeur puisse s'écouler à travers vous sans obstacle.

Il sera nécessaire de répéter cette pratique à chaque heure et d'y réfléchir profondément lors de vos deux plus longues séances de pratique, où vous engagerez activement votre mental pour comprendre le sens de l'idée d'aujourd'hui. Utilisez votre mental pour investiguer. Permettez-vous de considérer cette question. Ne vous appuyez pas sur des conclusions mais continuez votre exploration. Telle est l'utilisation correcte de votre mental qui vous conduira à une plus grande compréhension. Ici, le mental ne fait pas que tisser des visions et des illusions pour se soustraire à sa propre anxiété. Ici, le mental examine son propre contenu. Ici, le mental travaille au nom de la Connaissance, comme il a été conçu pour le faire.

PRATIQUE 166 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

167ème PAS

AVEC LA CONNAISSANCE JE SUIS LIBRE DANS LE MONDE.

Avec la Connaissance, vous êtes libre dans le monde. Vous êtes libre de vous associer. Vous êtes libre de quitter. Vous êtes libre de passer des accords. Vous êtes libre de mettre fin à des accords ou de les modifier.

Vous êtes libre de capituler. Vous êtes libre de vous dégager. Avec la Connaissance vous êtes libre.

Afin que vous compreniez le véritable sens de cela et réalisiez sa valeur immédiate pour vous dans vos circonstances actuelles, vous devez comprendre que vous ne pouvez pas vous servir de la Connaissance pour vous accomplir. Ceci doit être une compréhension tacite. Ne perdez jamais de vue cela, car si vous pensez utiliser la Connaissance pour vous accomplir, vous interpréterez mal la Connaissance et n'en ferez pas l'expérience. Vous essayerez seulement de renforcer vos illusions et vos tentatives de fuite. Cela ne fera qu'obscurcir les nuages qui planent actuellement au-dessus de vous. En tant que forme de stimulation temporaire, cela ne peut que vous décevoir et aggraver votre sentiment d'isolement et de misère.

En la Connaissance vous êtes libre. Il n'existe à présent aucune limitation, car la Connaissance ne vous donnera que là où vous êtes destiné à recevoir et elle s'exprimera à travers vous là où elle est destinée à être

exprimée. Cela vous libérera de tous les rôles et de tous les engagements inappropriés, et vous guidera vers ces individus qui vous attendent. Cela vous guidera vers ces circonstances qui sont pour votre plus grand bénéfice et pour le bénéfice de ceux qui y sont impliqués. Ici, la Connaissance est le guide. Ici, vous êtes le bénéficiaire. Ici, vous êtes le donateur. Il n'existe pas de plus grande liberté que cela, car en cela vous êtes libre.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure, et lors de vos deux pratiques de méditation plus profonde, entrez à nouveau dans la quiétude et le silence. A nouveau, laissez votre mental dans la quiétude, car en cela vous êtes libre. Préparez-vous à vos pratiques en répétant cette idée et en vous consacrant à votre pratique. Sans votre domination, votre esprit sera libre et fera l'expérience de sa propre profondeur en la Connaissance.

PRATIQUE 167: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

168ème PAS

RÉVISION

Réviser la semaine qui vient de passer. Réviser chaque leçon telle qu'elle a été donnée et chaque pratique que vous avez expérimentée.

Revoyez la semaine complète, afin que vous puissiez renforcer l'apprentissage que vous entreprenez actuellement. Souvenez-vous que vous apprenez à apprendre. Souvenez-vous que vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. Souvenez-vous que votre évaluation n'est bénéfique que si elle provient de la Connaissance. Sans votre évaluation, vous pourrez percevoir comment renforcer votre engagement, comment renforcer votre préparation et comment faire des adaptations dans votre vie extérieure pour vous soutenir dans votre entreprise. Ceci peut être fait sans condamnation de soi. Ceci peut être fait parce que c'est une nécessité, et vous êtes capable de répondre à ce qui est nécessaire sans vous punir ou punir le monde.

Cette préparation est nécessaire, car elle représente votre volonté.

Dans votre longue séance de pratique aujourd'hui, réviser avec sincérité et avec pénétration la semaine passée. Accordez à celle-ci toute votre attention, de sorte que vous puissiez recevoir les dons que vous vous préparez à recevoir à présent.

PRATIQUE 168 : *Une longue séance de pratique.*

169ème PAS

LE MONDE EST EN MOI. JE LE SAIS.

Le monde est en vous. Vous pouvez le ressentir. Grâce à la Connaissance, vous pouvez ressentir la présence de toutes les relations. Telle est l'expérience de Dieu. C'est pourquoi vos relations significatives avec d'autres individus portent une si grande promesse, car dans une union authentique avec un autre, vous pouvez commencer à faire l'expérience de

l'union avec toute vie. Telle est la raison véritable de votre quête de la relation. Telle est votre véritable motivation dans la relation – faire l'expérience de l'union et exprimer votre but. Les gens croient que leurs relations existent pour accomplir leurs fantaisies et combattre leur anxiété. Ceci doit être désappris, afin que l'intention véritable des relations puisse être révélée et comprise. Ainsi, désapprendre constitue le premier pas dans le processus d'apprentissage. En cela, vous apprenez comment apprendre. En cela, vous apprenez comment recevoir.

Exercez-vous à chaque heure dans cette journée, en vous souvenant de cette idée. Aujourd'hui, dans vos méditations plus profondes, utilisez de nouveau le mot RAHN pour vous amener encore davantage dans les profondeurs de la Connaissance. Répétez l'idée au début de votre pratique et ensuite, sur chaque expiration répétez le mot RAHN doucement à vous-même. Laissez-le centrer votre mental. Laissez-le vous connecter avec la profondeur de la Connaissance. Ici, vous pénétrez plus profondément qu'auparavant. En cela, vous découvrirez tout ce que vous cherchez et il n'existera plus aucune confusion concernant le monde.

PRATIQUE 169 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

170ème PAS

JE POURSUIS L'ANCIEN RITE DE PRÉPARATION AUJOURD'HUI.

Cette préparation que vous entreprenez est ancienne dans son origine. Elle a été utilisée durant des siècles en ce monde et en d'autres mondes également. Elle a seulement été adaptée dans son langage et dans sa pertinence à votre temps. Cependant, elle prépare la conscience de la manière dont les consciences ont toujours été préparées au sein de La Voie de la Connaissance, car la Connaissance ne change pas et les préparations ne font que s'adapter aux événements et à la compréhension en cours, afin d'être pertinentes pour leurs destinataires. Cependant, le mécanisme véritable de la préparation demeure inchangé.

Vous entreprenez un Ancien Rite dans le rétablissement de la Connaissance. Née de la Grande Volonté de l'Univers, cette préparation a été construite pour l'avancement des étudiants de la Connaissance. Vous travaillez à présent en collaboration avec de nombreux autres individus, à la fois dans ce monde et dans d'autres mondes. Car la Connaissance est enseignée dans tous les mondes où la vie intelligente existe. Ainsi, vos efforts sont soutenus et embellis par les efforts de ceux qui se préparent avec vous. En cela, vous représentez une communauté d'étudiants. Ne pensez donc pas que vos efforts soient singuliers. Ne pensez donc pas que vous soyez seul au monde à entreprendre le rétablissement de la Connaissance. Ne pensez donc pas que vous ne fassiez pas partie d'une communauté d'étudiants. Ceci vous deviendra avec le temps plus évident, à mesure que vous commencerez à reconnaître ceux qui se préparent avec

vous. Ceci deviendra avec le temps plus évident, à mesure que l'expérience de la présence de vos Enseignants s'approfondira. Ceci deviendra avec le temps plus évident, à mesure que les fruits de votre Connaissance vous deviendront évidents, à vous aussi. Ceci deviendra avec le temps plus évident, à mesure que vous considérerez davantage votre vie comme faisant partie d'une Grande Communauté de mondes.

Rappelez-vous votre pratique horaire. Lors de vos pratiques plus profondes dans la quiétude, recevez le bienfait de tous ceux qui pratiquent avec vous. Souvenez-vous que vous n'êtes pas seul et que leurs récompenses vous sont données comme vos récompenses leur sont données. Ainsi, vous partagez ensemble vos accomplissements. Le pouvoir de votre entreprise est si considérablement soutenu par l'effort et le don des autres qu'il dépasse de loin vos propres capacités. Quand vous le réaliserez, ceci vous apportera tous les encouragements et bannira pour toujours l'idée que vous êtes incapable d'effectuer les tâches qui vous sont données, car votre don est complété par le don des autres, et ceci représente la Volonté de Dieu dans l'univers.

PRATIQUE 170 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

171ème PAS

CE QUE JE DONNE EST UNE AFFIRMATION DE MA RICHESSE.

Ce que vous donnez est une affirmation de votre richesse, car vous donnez à partir de votre propre richesse. Ce n'est pas du don d'objets dont nous parlons ici, car vous pouvez distribuer toutes vos possessions et ne plus rien avoir. Mais lorsque vous donnez la Connaissance, la Connaissance s'accroît. Et lorsque vous imprégnez votre don d'un objet de la Connaissance, la Connaissance s'accroît. C'est pourquoi lorsque vous recevrez la Connaissance vous voudrez la donner, car telle est l'expression naturelle de votre propre réceptivité.

Comment pourriez-vous épuiser la Connaissance, alors que la Connaissance est le pouvoir et la volonté de l'univers ? Combien est petit votre véhicule et combien est grande la substance qui s'exprime à travers vous. Combien est grande votre relation avec la vie, combien grand êtes-vous alors, vous qui êtes avec la vie. Il n'y a aucune prétention, ici. Il n'y a aucun narcissisme ici, car vous réalisez que vous êtes à la fois petit et grand, et vous reconnaissez la source de votre petitesse et la source de votre grandeur. Vous reconnaissez la valeur de votre petitesse et la valeur de votre grandeur. Vous reconnaissez alors toute vie et rien n'est exclu de votre grande évaluation de vous-même, qui naît de l'amour et d'une véritable compréhension. Telle est donc la compréhension que vous devez cultiver en tout temps, en réalisant à nouveau que vos efforts dans ce sens sont embellis par les efforts de ceux qui sont, eux aussi, des étudiants de la Connaissance dans votre monde. Même des étudiants dans d'autres mondes embellissent vos efforts, car dans la Connaissance, il n'existe pas de temps

ni de distance. Vous avez donc un grand soutien à votre disposition actuellement, et en cela vous réalisez votre véritable relation avec la vie.

Pratiquez à chaque heure et lors de vos méditations plus profondes, laissez le mot RAHN vous mener vers la Connaissance. Dans le silence et dans la quiétude, en vous plongeant dans les profondeurs de la Connaissance, recevez la paix et la confirmation qui sont votre Héritage.

PRATIQUE 171 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

172ème PAS

JE DOIS RÉTABLIR MA CONNAISSANCE.

Vous devez rétablir votre Connaissance. Ceci n'est pas une simple préférence en compétition avec d'autres préférences. Le fait que celle-ci soit une exigence dans la vie lui confère la nécessité et l'importance qu'elle mérite vraiment. Ne pensez pas que votre liberté soit en quelque manière gênée par cette nécessité, car votre liberté résulte de cette nécessité, et naîtra de cette nécessité. Ici, vous entrez dans un monde de direction vitale plutôt que de choix fortuits. Ici, vous vous engagez sérieusement avec la vie, au lieu de demeurer un observateur distant qui ne peut témoigner que de ses propres idées.

Le caractère nécessaire de la Connaissance reflète ainsi l'importance qu'elle représente pour vous et votre monde. Accueillez donc le fait qu'elle soit nécessaire, car cela vous libère de l'agacement et de l'incapacité provenant de l'ambivalence. Elle vous délivre des choix dépourvus de sens et vous dirige vers ce qui est vraiment vital à votre bien-être et au bien-être du monde. La Connaissance est une nécessité. Votre vie est une nécessité. Son importance n'est pas seulement pour vous, mais également pour le monde.

Si vous pouviez saisir ceci véritablement, cela vaincrait tout sentiment d'indignité ou d'indolence que vous pourriez encore entretenir. En effet, si votre vie est une nécessité, alors elle possède un but, un sens et une direction. Si votre vie est une nécessité, alors toutes les autres vies sont également nécessaires. En cela, vous ne désirerez faire de mal à personne mais cherchez plutôt à reconnaître la Connaissance en chacun. Cette nécessité porte ainsi en elle la force et la direction qui vous sont nécessaires et elle vous fournit la grâce et la profondeur que vous devez recevoir pour vous-même. Une vie nécessaire est une vie qui a du sens. La Connaissance est une nécessité. Donnez-vous à votre nécessité, et vous ressentirez que vous êtes vous-même une nécessité. Ceci dissipera votre sentiment d'indignité et de culpabilité et vous remettra en relation avec la vie.

Pratiquez à nouveau à chaque heure, et lors de vos deux pratiques de méditation, permettez au mot RAHN de vous amener profondément dans la présence de la Connaissance-même. Le pouvoir de ce mot, un mot inconnu

dans votre propre langage, résonnera avec votre Connaissance et la stimulera. Ainsi, les moyens sont mystérieux mais le résultat est concret.

PRATIQUE 172: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

173ème PAS

AUJOURD'HUI JE FERAI CE QUI EST NÉCESSAIRE.

Faire ce qui est nécessaire vous engagera avec la vie de façon vitale, car la vie en ce monde, sous toutes ses formes, est engagée avec ce qui est nécessaire. À première vue, ceci peut sembler oppressif aux êtres humains car ils ont l'habitude de vivre dans un monde imaginaire où tout est basé sur de la préférence et où rien n'est réellement nécessaire.

Pourtant, c'est lorsque quelque chose dans la vie revêt un caractère vraiment nécessaire, même s'il s'agit de circonstances désastreuses, que les gens sont capables de se libérer momentanément de leurs illusions et de sentir un but, un sens et une direction. Elles constituent alors un cadeau pour l'humanité, car souvent les gens ne se font mutuellement ce don qu'en des circonstances désastreuses.

C'est en des circonstances plus heureuses que vous devez maintenant apprendre à recevoir et à accueillir la nécessité comme une grâce libératrice dans votre vie, car vous désirez être nécessaire, vous désirez être inclus, vous désirez être vital, et vous désirez être une part essentielle de la communauté. Tout ceci est nécessaire. Il ne s'agit pas simplement d'une préférence de votre part. Ceci ne peut pas résulter d'un choix fortuit mais d'une profonde conviction, car votre don supérieur doit naître d'une profonde conviction pour s'avérer grand et complet. Sinon, dès la première adversité ou dès la première déception, vous ferez naufrage et vous retournerez dans la rêverie et l'illusion.

Accueillez alors les nécessités de ce jour. Faites de petites tâches sans vous plaindre, car elles sont petites. Suivez aujourd'hui votre procédure de préparation, car elle est nécessaire et elle est grande. Ne confondez pas le grand et le petit, car le petit ne sert qu'à exprimer le grand. N'essayez pas de faire de ce qui est petit quelque chose de grand ou de ce qui est grand quelque chose de petit. Comprenez leur véritable relation l'un avec l'autre, car en vous se trouvent à la fois le grand et le petit. En vous ce qui est grand s'exprime à travers ce qui est petit.

Accomplissez ainsi vos activités mondaines aujourd'hui. Faites ce qui est nécessaire aujourd'hui. Rappelez-vous à chaque heure notre idée pour cette journée et donnez-vous à votre pratique, afin que votre journée puisse être un jour où l'on donne et où l'on reçoit. Lors de vos pratiques de méditation approfondie, entrez dans la quiétude en utilisant le mot RAHN pour vous amener profondément dans la méditation. Faites cela parce que c'est nécessaire. Faites cela avec un sens de la nécessité et vous ressentirez le pouvoir de votre propre volonté.

PRATIQUE 173 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

174ème PAS

MA VIE EST NÉCESSAIRE.

Votre vie est nécessaire. Ce n'est pas un accident biologique. Votre venue dans ce monde ne résulte pas d'un simple hasard. Votre vie est nécessaire. Si vous pouviez seulement vous rappeler ce que vous avez traversé pour venir dans ce monde et la préparation requise pour votre émergence ici – à la fois dans ce monde et au-delà -, vous réaliseriez alors l'importance de votre existence ici et l'importance de la Connaissance que vous portez en vous. Votre vie est nécessaire. Il ne s'agit pas de vanité, ici. Il s'agit simplement de la reconnaissance d'une vérité. Dans votre évaluation de vous-même, votre vie apparaît soit pathétique, soit grandiose. Cependant, la nécessité de votre vie n'a rien à voir avec vos évaluations, bien qu'elles puissent vous rapprocher ou vous éloigner de cette unique et véritable reconnaissance.

Votre vie est nécessaire. Comprenez-le et cela bannira votre jugement et votre condamnation de vous-même. Comprenez-le et cela apportera de l'humilité à vos idées grandioses de vous-même. Comprenez-le et avec le temps vos plans pourront alors s'adapter à la Connaissance elle-même, car votre vie est nécessaire.

Répétez cette affirmation à chaque heure et considérez-la indépendamment de vos émotions, de vos circonstances et quelles que soient les pensées qui prévalent dans votre mental, car la Connaissance est plus grande que les pensées et elle est destinée à gouverner les pensées.

Lors de vos deux longues séances de méditation, laissez le mot RAHN vous amener profondément dans la pratique. Ressentez la nécessité de votre propre vie – sa valeur et son importance. C'est quelque chose dont vous pouvez faire directement l'expérience. Ceci ne nécessite pas votre évaluation. Ceci ne nécessite pas que vous vous considériez supérieur aux autres. Il s'agit simplement d'une expérience profonde de la réalité, car votre vie est nécessaire. Elle vous est nécessaire. Elle est nécessaire à votre monde. Elle est nécessaire à la vie-même.

PRATIQUE 174 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

175ème PAS

RÉVISION

Dans votre révision des pratiques de cette semaine, prenez conscience à nouveau de l'importance de vous donner à votre pratique. Vous donner à votre pratique est ainsi le premier pas à faire pour comprendre le vrai sens du don et le vrai sens du but dans le monde.

Dans votre unique long moment de pratique, révisez la semaine qui vient de passer. Revoyez votre engagement avec la pratique de chaque journée et examinez le sens de l'idée de chaque jour. Accordez à ceci toute votre attention durant votre long moment de pratique aujourd'hui, et réalisez qu'à mesure que vous êtes le témoin de votre propre développement, vous vous préparez à donner aux autres.

PRATIQUE 175 : *Une longue séance de pratique.*

176ème PAS

JE SUIVRAI LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

À chaque heure de cette journée, faites l'expérience de vous-même en train de suivre la Connaissance. Prenez de petites décisions à propos de petites choses lorsque cela est nécessaire, mais ne prenez aucune grande décision sans la Connaissance. Vous avez un esprit personnel pour prendre de petites décisions sans grandes conséquences. Mais, les plus grandes décisions devraient être prises avec la Connaissance.

Aujourd'hui à chaque heure, suivez la Connaissance. Laissez sa paix et sa certitude demeurer avec vous. Laissez sa direction générale être discernée par vous. Laissez son pouvoir vous influencer. Laissez-la se donner à vous comme vous apprenez à présent à vous donner à elle.

Lors de vos deux plus longues pratiques de méditation aujourd'hui, en utilisant le mot RAHN, entrez profondément dans la Connaissance. Entrez profondément dans la présence de la vie. Entrez profondément dans cette expérience. Continuez à diriger votre mental vers cet accomplissement. Continuez à mettre de côté tout ce qui vous influence ou qui vous retient en arrière. De cette façon, vous entraînez le mental et vous le préparez aussi à l'émergence de ce qui lui est le plus naturel.

Suivez la Connaissance en ce jour. Si la Connaissance indique quelque chose dont vous êtes certain, suivez-la et soyez observateur. Voyez ce qui arrive et essayez d'apprendre à distinguer la Connaissance de vos impulsions, désirs, peurs et réactions d'évitement. Ceci doit être appris par l'expérience. De cette façon, la Connaissance sera séparée de tout ce qui prétend être la Connaissance par contraste. Ceci vous procurera une certitude plus profonde et une plus grande confiance en vous-même, dont vous aurez besoin dans les temps à venir.

PRATIQUE 176 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

177ème PAS

J'APPRENDRAI À ÊTRE HONNÊTE AUJOURD'HUI.

Il existe une plus grande honnêteté qui attend que vous la découvriez. Il existe une plus grande honnêteté que vous devez exercer envers vous-même. Il ne suffit pas simplement de savoir ce vous ressentez.

Il s'agit bien plus encore de ressentir ce que vous savez. Ceci constitue une plus grande honnêteté, une honnêteté qui entre en harmonie avec la vie même, une honnêteté qui reflète le véritable avancement de tous les êtres dans le monde. Il ne s'agit pas simplement d'exprimer votre intention personnelle et de demander qu'elle se réalise. Il s'agit en revanche que la nécessité de la vie en vous puisse s'exprimer d'une façon qui soit fidèle à la vie-même. La forme et la manière dont elle s'exprimera seront contenues dans les messages que vous aurez à délivrer aux autres lorsque le moment de leur émergence arrivera.

Apprenez alors à ressentir ce que vous savez. Ceci est une plus grande honnêteté. Ceci requiert à la fois ouverture et retenue. Ceci requiert un examen de soi. Ceci requiert une objectivité envers votre vie. Ceci requiert la quiétude et la paix autant que la capacité d'engager activement votre mental dans l'exploration. Ainsi, tout ce que vous avez appris jusqu'ici est mis à contribution et utilisé dans la pratique d'aujourd'hui.

Rappelez-vous à chaque heure de la pratique d'aujourd'hui et considérez-la sérieusement dans ces moments. Pendant les pratiques plus longues aujourd'hui, entrez à nouveau dans la quiétude et engagez votre mental dans cette activité significative. La conscience doit être amenée à proximité de son Ancienne Demeure pour trouver réconfort et paix. Ceci exige de l'autodiscipline au départ, mais une fois l'engagement pris, le processus se déroulera naturellement de lui-même.

Apprenez à devenir plus honnête aujourd'hui. Apprenez à discerner un plus grand degré d'honnêteté, un degré d'honnêteté authentique qui confirme votre nature-même et ne trahit pas votre but le plus élevé.

PRATIQUE 177 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

178ème PAS

**JE ME SOUVIENDRAI DE CEUX QUI M'ONT DONNÉ
AUJOURD'HUI.**

C'est un jour spécial dédié à la reconnaissance de la présence des relations authentiques dans votre vie. C'est un jour spécial dédié à la reconnaissance des dons qui vous ont été offerts. C'est une journée dédiée à la gratitude.

À chaque heure répétez donc cette affirmation et prenez un moment pour vous souvenir de ceux qui vous ont donné. Essayez de penser très attentivement aux individus qui vous ont été bénéfiques à travers la démonstration à la fois de leur sagesse et de leur erreur. Pensez à ceux qui ont démontré la voie à prendre et la voie à ne pas prendre. Lorsque vous explorez plus profondément ce sujet dans vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, essayez de réfléchir avec plus de soin et laissez tout individu qui vient à votre conscience devenir le sujet de votre investigation. Ceci est un temps de pratique active dans vos séances de méditation.

Lors de vos deux plus longues séances de pratique, répétez l'affirmation au début de la pratique et laissez des individus venir à vous.

Apprenez à reconnaître leur contribution au rétablissement de la Connaissance. Apprenez à reconnaître leur contribution à votre bien-être physique et émotionnel. Apprenez à reconnaître la manière dont ils vous ont servi. De cette façon, toute votre conception sur le fait de donner, de recevoir et de servir dans le monde peut s'étendre et se développer. Ceci vous donnera une vision juste du monde, afin que vous appreniez à éprouver de la compassion envers vous-même et les autres.

Ce jour est ainsi un jour de reconnaissance et de gratitude. Que vos pratiques soient significatives et efficaces afin que vous puissiez en recevoir les récompenses.

PRATIQUE 178 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

179ème PAS

AUJOURD'HUI JE REMERCIERAI LE MONDE DE M'ENSEIGNER CE QUI EST VRAI.

Le monde dans sa grandeur et dans sa folie vous enseigne à quoi accorder de la valeur et à reconnaître ce qui est vrai. Le contraste doit être évident dans l'apprentissage pour que vous fassiez ces distinctions. Pour distinguer ce qui est vrai de ce qui est faux, ce qui a du sens de ce qui n'en a pas, vous devez apprendre par le contraste. Vous devez goûter à ce qui n'a aucun sens pour découvrir sa nature et son contenu véritables, et vous devez goûter à ce qui a du sens pour découvrir sa nature et son contenu véritables. Le monde vous fournit continuellement l'opportunité de faire les deux.

En ce moment, votre besoin est de goûter davantage à ce qui est vrai, et c'est pourquoi nous y mettons l'accent dans votre pratique quotidienne actuellement. Vous avez si souvent cédé au faux qu'il a dominé votre intellect et votre vigilance. À présent, nous vous nourrissons du vrai, mais vous devez aussi apprendre à tirer parti de ce que le faux vous a donné. Vous n'aurez alors plus besoin d'explorer davantage le faux. La fausseté s'est déjà présentée à vous. À présent, vous apprenez à reconnaître son apparence et à utiliser ce qu'elle peut vous apporter. Le seul bénéfice que le faux peut vous offrir est que vous appreniez à reconnaître son manque de substance, afin que vous puissiez souhaiter ce qui est vrai et avoir une capacité plus grande pour le recevoir.

Remerciez donc le monde aujourd'hui pour son soutien, pour sa grandeur et pour sa folie, pour ses moments d'inspiration et pour son grand étalage d'illusion. Le monde que vous voyez jusqu'à présent résulte amplement de la fantaisie des individus, mais il existe pour vous un monde supérieur à percevoir, un monde qui est réellement là, un monde qui éveillera en vous la Connaissance, l'appréciation et aussi la véritable

application de soi, car c'est votre but que de servir l'évolution de ce monde, comme le but du monde est de servir votre évolution.

Lors de vos deux plus longues séances de pratique aujourd'hui, étudiez cette idée activement à l'aide de votre mental. Appliquez votre mental à comprendre de quelle manière le monde vous a soutenu. Réfléchissez très attentivement à ce sujet. Ce n'est pas une investigation superficielle. C'est une investigation que vous devez mener avec un sens de la nécessité et avec sérieux, car elle déterminera votre expérience dans la vie, à la fois dans le présent et dans l'avenir.

À chaque heure, rappelez-vous de notre affirmation d'aujourd'hui et gardez-la à l'esprit alors que vous regardez le monde. Ne laissez pas cette journée vous échapper. Ce jour est un jour de reconnaissance, un jour de gratitude et un jour de sagesse.

PRATIQUE 179 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

180ème PAS

JE ME PLAINS CAR IL ME MANQUE LA CONNAISSANCE.

Quand vous vous plaignez de la vie, vous demandez la Connaissance. La Connaissance a ses propres choses à dire sur la vie, mais ce sont des choses très différentes de la lamentation que vous entendez en vous et autour de vous. Ainsi, en vous approchant de la Connaissance aujourd'hui, reconnaissez la nature de la plainte – comment cette dernière souligne votre faiblesse et la domination du monde sur vous et combien cela est en contraste avec ce que vous apprenez à présent. Vous apprenez à présent à découvrir votre grandeur et votre domination sur le monde. Vous êtes en relation avec le monde. Permettez à cette relation de devenir saine et significative. Que la contribution du monde vous soit donnée. Que votre contribution soit donnée au monde.

Ainsi, remerciez le monde encore une fois aujourd'hui pour ce qu'il vous a donné. Lors de vos pratiques de méditation plus profonde aujourd'hui, entrez dans la quiétude et le silence. Utilisez le mot RAHN pour vous aider à y pénétrer profondément. Utilisez le mot RAHN pour orienter votre conscience et votre pensée, afin que votre esprit s'unisse au son de ce mot ancien et unique.

Ceci est un jour de contribution importante. Ne vous plaignez pas de cette journée. Reconnaissez que tout ce qui arrive constitue pour vous une opportunité d'exercer votre pratique et de développer les véritables facultés de votre esprit. Votre plainte n'est qu'un déni de la contribution du monde pour vous. Ne reniez donc pas cela. Ne vous plaignez pas du monde aujourd'hui, afin que vous puissiez recevoir ses dons.

PRATIQUE 180 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

AUJOURD'HUI JE REÇOIS L'AMOUR DE LA CONNAISSANCE.

La Connaissance possède la véritable semence de l'amour, non pas d'un amour qui n'est que sentiment, ni d'un amour qui n'est qu'une certaine forme d'intoxication masquant un désir pressant né de la peur. La Connaissance est la semence du véritable amour, pas de l'amour qui cherche à conquérir, à posséder et à dominer, mais de l'amour qui cherche à servir, à rendre puissant et à libérer autrui. Devenez le réceptacle de cet amour aujourd'hui, afin qu'il puisse couler à travers vous sur le monde, car sans votre déni il le fera très certainement.

À chaque heure, répétez cette affirmation et ressentez son plein impact quelles que soient les circonstances où vous vous trouvez. Laissez chacune de ces circonstances soutenir votre pratique, et vous découvrirez que votre pratique aura un effet de plus en plus puissant sur votre vie extérieure. Lors de vos deux pratiques plus profondes aujourd'hui, entrez dans la présence de la Connaissance et recevez son amour. Affirmez votre mérite et votre réceptivité. Abandonnez vos présomptions sur vous-même et sur le monde, et permettez-vous de faire l'expérience de ce qui démontrera la vérité au-delà de toute présomption. Telle est votre pratique aujourd'hui. Tel est votre don à vous-même, à votre monde et à votre Créateur, afin que vous puissiez recevoir le don de l'amour.

PRATIQUE 181 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

RÉVISION

Aujourd'hui marque un moment décisif dans votre préparation. Ce jour marque l'achèvement du premier niveau de votre préparation et le début d'un nouveau. Révisez la semaine passée dans un long moment de pratique et ensuite prenez le temps de réfléchir jusqu'où vous êtes arrivé et à quel point vous avez besoin d'avancer. Prenez conscience de l'accroissement de votre pouvoir et de votre force. Réfléchissez à votre vie extérieure et identifiez ce qu'il est nécessaire d'y accomplir à la fois pour votre propre bénéfice et pour le bien-être des autres. Prenez conscience de combien peu vous savez et de l'étendue de ce qui vous est disponible. Ne laissez aucun doute de vous-même vous dissuader dans votre entreprise, car vous avez seulement à participer pour recevoir le plus grand don que la vie puisse accorder.

Révisez la semaine passée et considérez à présent ce qui s'est dégagé de votre préparation jusqu'ici. Observez le développement qui s'est produit en vous ces quelques mois passés – le sentiment croissant de présence, le sentiment croissant de certitude intérieure, le sentiment croissant de force intérieure. Acceptez le fait que votre vie extérieure ait commencé à s'ouvrir. Certaines choses, figées auparavant, se trouvent à

présent déliées pour être réarrangées en votre faveur. Laissez votre vie extérieure être réarrangée, maintenant que vous ne cherchez pas à la dominer pour votre protection personnelle. En même temps qu'une plus grande certitude s'élève en vous, les situations extérieures doivent être réarrangées en votre faveur. Ainsi, vous devenez une source de changement et pas seulement son véhicule.

Prenez conscience de là où vous êtes arrivé, mais gardez à l'esprit que vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. Laissez cela être votre point de départ afin que vous puissiez supposer peu et recevoir beaucoup. De ce grand point de référence, vous serez capable de voir au-delà du préjudice et de la condamnation de l'humanité. Vous serez capable de voir au-delà d'un point de vue personnel et d'avoir une vision du monde que le monde se désespère de recevoir.

PRATIQUE 182 : *Une longue séance de pratique.*

DEUXIÈME PARTIE

Dans la seconde moitié de notre programme de préparation, nous allons entreprendre l'exploration de nouveaux domaines pour cultiver davantage votre expérience de la Connaissance et vous préparer à être un donateur de la Connaissance dans le monde. Dans les jours à venir, nous allons explorer des choses qui vous sont familières et d'autres qui vous ne sont pas familières, des choses dont vous avez pris conscience auparavant et d'autres dont vous n'avez jamais pris conscience auparavant. Le mystère de votre vie vous appelle, parce que du mystère proviennent toutes les choses de réelle valeur dans le monde.

Ainsi lors des pas suivants, donnez-vous avec un dévouement croissant. Apaisez votre sentiment de doute. Permettez-vous de progresser avec une plus grande certitude. Seule votre participation est nécessaire, car à mesure que vous stimulerez la Connaissance, la Connaissance se révélera d'elle-même. Elle se révélera lorsque les conditions mentales et physiques de votre vie auront été préparées et ajustées de façon appropriée.

Continuons maintenant avec le prochain pas de votre préparation.

183ème PAS

JE CHERCHE L'EXPÉRIENCE, ET NON DES RÉPONSES.

Cherchez l'expérience aujourd'hui, car l'expérience répondra à toutes les questions et rendra le questionnement inutile. Cherchez l'expérience aujourd'hui, afin qu'elle puisse vous conduire vers une expérience de plus en plus grande. Mieux vaut pour vous poser des questions à la Connaissance et recevoir ensuite l'expérience qu'elle peut vous donner. Vous êtes habitué à recevoir si peu de réponses à vos interrogations. Une réponse est tellement petite. Une véritable réponse doit être une invitation à participer à une préparation plus grande, à une préparation que vous n'avez pas préparée pour vous-même mais qui vous a été préparée. Ne cherchez donc pas de petites choses qui vous apportent momentanément de l'aide ou du réconfort. Cherchez ce qui constitue la fondation de votre vie, ce qui peut vous procurer la vie comme jamais auparavant.

Aujourd'hui, lors de vos deux pratiques approfondies, soyez réceptif à cette expérience. Vous pouvez utiliser le mot RAHN si vous trouvez cela utile, mais entrez profondément dans l'expérience de la Connaissance. Ne cherchez pas de réponses. Des idées viendront à vous, en leur temps et par leur propre voie. Vous pouvez être assuré de cela. Lorsque votre mental sera préparé, il deviendra véritablement réceptif et capable de traiter ce qu'il reçoit. C'est cette reconnaissance dont vous avez besoin. Elle doit provenir d'une grande expérience.

À chaque heure, rappelez-vous votre pratique et réalisez que vous recherchez une expérience authentique, et non seulement des réponses. Votre mental est rempli de réponses et elles n'ont pas répondu à votre questionnement jusqu'ici.

PRATIQUE 183 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

184ème PAS

MES QUESTIONS SONT PLUS GRANDES QUE JE NE L'AVAIS RÉALISÉ AUPARAVANT.

Ce que vous demandez réellement est bien plus grand que tout ce que vous aviez envisagé auparavant. Bien que vos questions puissent émerger des circonstances immédiates, vous demandez bien plus qu'une solution immédiate à des choses immédiates. Une résolution immédiate sera fournie, mais d'une Source supérieure. C'est cette Source supérieure que vous cherchez, car vous cherchez à réaliser votre nature ici et vous cherchez à trouver la préparation qui vous rendra capable d'apporter la contribution de vos dons, afin que votre travail dans le monde puisse être accompli. Comprenez donc que vous êtes ici pour servir. Vous êtes ici pour donner. Ce faisant, vous trouverez votre accomplissement. Ceci vous procurera du bonheur.

Lors de vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, entrez à nouveau dans la quiétude et le silence, en gardant à l'esprit que la quiétude cultive la capacité du mental à recevoir. Dans la quiétude, vous trouvez ces choses que vous savez déjà et que vous avez négligées jusqu'ici. Grâce à ces périodes de pratique, votre mental s'affinera et gagnera une plus grande profondeur, une plus grande concentration et une plus grande précision dans tous les aspects de votre vie.

Ce que vous recherchez véritablement aujourd'hui est quelque chose plus grande que vous ne l'aviez pensé auparavant. Vous cherchez à connaître le sens votre Connaissance à travers sa démonstration.

PRATIQUE 184: *Deux séances de pratique 30 minutes.*

185ème PAS

JE SUIS VENU DANS LE MONDE POUR UN BUT.

À nouveau, nous affirmons cette grande vérité que vous savez vraie lorsque vous êtes relié à votre Connaissance. Quel que soit le niveau actuel de votre développement personnel, la réalité de votre but dans la vie demeure authentique. Aussi, de temps à autre, nous répétons certaines leçons qui sont essentielles à votre bien-être et à votre développement. Nous leur donnons de temps à autre une formulation différente afin que vous puissiez en tirer une expérience de plus en plus grande. De cette façon, elles peuvent trouver leur chemin vers votre cœur, afin que votre cœur puisse trouver son chemin vers votre conscience.

Vous êtes ici pour servir. Vous êtes ici pour donner. Vous êtes ici parce que vous êtes riche de la Connaissance. Quelle que soit votre situation dans la vie, votre sentiment d'être pauvre sera à jamais banni lorsque la Connaissance s'élèvera en vous, car nul sentiment de dénuement ne peut exister lorsque la Connaissance est expérimentée et exprimée. Telle est la promesse de ce programme de préparation. Telle est la promesse de votre vie. Tel est votre destin et telle est votre mission ici. À partir de cela, votre vocation spécifique dans le monde vous sera donnée. Elle sera tout à fait spécifique à vos activités et à votre comportement. Avant que cela ne puisse arriver, votre esprit doit être cultivé et votre vie doit être réarrangée et amenée à un véritable équilibre, afin qu'elle puisse refléter votre Connaissance et pas seulement vos peurs et vos envies. Une vie supérieure doit provenir d'une Source supérieure en vous. Une vie plus grande vous est à présent possible.

Vous êtes ici pour servir, mais pour servir vous devez recevoir. Lors de vos longues séances de pratique aujourd'hui, pratiquez la réceptivité. Allez plus profondément dans votre pratique de la quiétude. Cultivez cette pratique. Vous apprenez maintenant les compétences précises qui vous aideront à le faire. Lorsque vous aurez fait l'expérience de votre volonté, les méthodes suivront naturellement. Nous offrons juste ce qu'il faut de méthodologie pour orienter votre mental dans la bonne direction. À partir de là, vous pouvez affiner votre pratique de manière à répondre à vos besoins sans trahir les instructions données dans cet enseignement.

Ainsi, suivez la direction fournie et effectuez des ajustements mineurs si nécessaire. Quand vous apprendrez à travailler avec votre nature, vous apprendrez à l'utiliser pour votre propre bénéfice. Pratiquez à chaque heure de sorte que votre pratique puisse vous accompagner partout et que chaque chose qui vous arrive aujourd'hui puisse faire partie de votre pratique.

PRATIQUE 185 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

186ème PAS

JE SUIS NÉ D'UN ANCIEN HÉRITAGE.

Vous êtes né d'un Ancien Héritage. Ceci se révélera naturellement à votre esprit, bien que ce soit au-delà des mots et de la description. En essence, c'est une pure expérience de la vie et de l'inclusion. Ce que cette expérience vous remémore, ce sont ces relations que vous avez cultivées tout au long de votre évolution jusqu'à ce moment. Seul le rétablissement des relations peut se poursuivre au-delà de votre vie dans ce monde. Les individus que vous avez réclamés comme étant votre Famille Spirituelle existent à présent en tant que votre Famille Spirituelle. Ils forment le corps en développement de la Connaissance et de l'inclusion dans la vie, dont vous êtes maintenant capable de faire l'expérience.

Vous êtes ici pour servir votre Famille Spirituelle, votre petit groupe d'étude qui a travaillé ensemble à travers de nombreux âges et de nombreuses circonstances, dans le but de cultiver et de faire avancer ses membres afin que votre groupe puisse rejoindre d'autres groupes, et ainsi de suite. Comme des courants qui se joignent en masses d'eau mouvantes de plus en plus puissantes, vous suivez votre course inévitable vers la source de votre vie. Telle est la voie naturelle, la voie authentique, la voie qui existe au-delà de toute spéculation ou philosophie, au-delà de toutes les peurs ou ambitions de l'humanité. Telle est la voie des choses – à jamais mystérieuse, au-delà de votre compréhension et pourtant pleinement disponible pour vous servir dans les circonstances immédiates de votre vie. Telle est la grandeur du mystère de votre vie, et telle est son application même dans les plus petits détails de votre vie. Votre vie ici est ainsi entière.

Vous êtes né d'un grand héritage. Ainsi, la grandeur est avec vous grâce à vos relations. Recevez cet Héritage dans la quiétude de vos deux pratiques de méditation profonde aujourd'hui et reconnaissez-le à chaque heure. Laissez ce jour démontrer à la fois la réalité et le déni de cette grande vérité, car alors que vous verrez le monde essayer dans son déni d'agir à la place de la Connaissance, vous apprendrez à valoriser la Connaissance et à réaliser que la Connaissance est déjà là.

PRATIQUE 186 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

187ème PAS

JE SUIS UN CITOYEN DE LA GRANDE COMMUNAUTÉ DES MONDES.

Vous n'êtes pas seulement un être humain dans ce seul monde. Vous êtes un citoyen de la Grande Communauté des mondes. C'est l'univers physique que vous reconnaissez à travers vos sens. Il est bien plus grand que vous ne pouvez le comprendre actuellement. L'étendue de ses relations est même bien plus grande que vous ne pouvez l'imaginer, car la réalité est toujours plus grande que l'imagination.

Vous êtes un citoyen d'un univers physique plus vaste. Ceci n'est pas seulement une reconnaissance de votre Lignée et de votre Héritage mais aussi votre but dans la vie en ce temps, car le monde de l'humanité émerge dans la vie de la Grande Communauté des mondes. Vous savez cela, bien que cela ne fasse pas encore partie de vos croyances.

Aujourd'hui, à chaque heure, affirmez votre citoyenneté dans la Grande Communauté des mondes, car elle affirme une vie plus grande que vous commencez à découvrir actuellement. Lors de vos deux pratiques de méditation, entrez encore une fois dans le silence et la quiétude. Cette expérience croissante de la quiétude vous rendra capable de comprendre toutes choses, car votre esprit a été créé pour assimiler la Connaissance, et c'est de cette manière que vient la compréhension. L'accumulation d'idées et de théories ne constitue pas la Connaissance, ni la compréhension, car la compréhension naît d'une véritable affinité et de l'expérience. En cela, elle

n'a aucun parallèle dans le monde, et se trouve donc en mesure de servir le monde que vous percevez.

PRATIQUE 187 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

188ème PAS

**MA VIE EST PLUS IMPORTANTE QUE JE NE L'AVAIS RÉALISÉ
AUPARAVANT.**

Est-ce là une idée grandiose ? Non. Cette idée va t-elle à l'encontre de votre besoin d'humilité ? Non. Vous êtes ici dans un but plus grand que vous ne l'avez imaginé, car votre imagination ne contient pas le sens de votre but dans la vie. Dans la vie, il y a seulement le but et tout ce qui se substitue à ce but et qui est issu d'une imagination craintive. Vous êtes ici pour vivre une vie plus grande que vous ne l'avez encore réalisé, et cette grandeur est ce que vous portez en vous. Elle peut être exprimée dans les styles de vie les plus simples et dans les activités les plus simples. Les activités sont grandes par l'essence qu'elles communiquent et non par la stimulation qu'elles peuvent éveiller chez d'autres.

Comprenez cette distinction très attentivement, et vous commencerez à apprendre à discerner la grandeur de la petitesse et à apprendre comment la petitesse peut servir la grandeur. Ceci intégrera chaque aspect de vous-même, car une partie de vous est grande et une partie de vous est petite. Votre esprit personnel et votre corps physique sont petits et ils sont destinés à servir la grandeur de la Connaissance. C'est ce qui vous intègre. C'est ce qui intègre la vie également. Il n'y a aucune inégalité ici, car tout travaille de concert pour servir un but supérieur, que vous êtes venu servir.

Lors de vos plus longues séances de pratique aujourd'hui, engagez activement votre mental à essayer de comprendre ces choses. Votre compréhension naîtra de votre exploration, et non simplement des idées qui vous réconfortent ou de celles que vous trouvez personnellement agréables. Utilisez votre mental pour investiguer. Les yeux fermés, réfléchissez à ces sujets. Concentrez-vous très attentivement, et lorsque votre concentration arrivera à son terme, libérez-vous de toute idée et entrez dans la quiétude et le silence. Ainsi, le mental se trouve engagé de façon intentionnelle, puis est amené dans la quiétude. Telles sont les deux fonctions du mental que vous pratiquerez aujourd'hui.

Rappelez-vous votre pratique horaire et servez-vous de cette journée pour votre développement, qui est votre don au monde.

PRATIQUE 188 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

189ème PAS

MA FAMILLE SPIRITUELLE EXISTE EN TOUS LIEUX.

Votre Famille Spirituelle est plus grande que vous ne le réalisez. Elle existe en de nombreux mondes. Son influence est partout. C'est pourquoi il est tellement insensé de vous considérer seul, alors que vous faites partie de cette grandeur infinie qui sert le plus grand de tous les buts. Vous devez abandonner votre auto-condamnation et votre sentiment de petitesse pour connaître cela, car vous vous identifiez à votre comportement dans le monde, ce qui est peu de chose. Vous vous êtes identifié à votre esprit personnel et à votre corps physique, lesquels sont petits. Cependant, vous commencez à présent à prendre conscience de votre relation avec la vie elle-même grâce à la Connaissance, laquelle est grande. Ceci est réalisé sans punir l'esprit personnel ou le corps physique, car ils deviennent des sources d'utilité et de joie dès lors qu'ils servent un but supérieur. Le corps est alors gardé en bonne santé et l'esprit personnel est utilisé, ce qui leur restitue le sens qui leur fait défaut actuellement.

Votre besoin au niveau physique est destiné à la santé, mais votre santé est là pour servir un but plus grand. Vous avez besoin d'utiliser correctement votre esprit personnel pour lui donner du sens et de la valeur, car il ne cherche qu'à être inclus dans ce qui a du sens. Ce qui permet à votre esprit personnel et à votre corps physique de trouver leur juste place dans votre vie est la Connaissance, qui vous fournit un but, un sens et une direction.

Ceci est vrai dans tous les mondes. Ceci est vrai partout dans l'univers physique dont vous êtes un citoyen. Élargissez votre vision de vous-même, afin que vous puissiez apprendre à regarder objectivement votre monde. Ne projetez pas simplement des valeurs, des suppositions et des objectifs humains sur votre monde, car ce faisant, vous vous rendez aveugle à l'évolution et à la finalité du monde, et vous vous empêchez d'apprécier votre citoyenneté dans une vie plus vaste.

Aujourd'hui, lors de vos deux plus longues pratiques, engagez votre mental dans l'étude active de cette idée. Engagez les quinze premières minutes de vos deux longues séances de pratique dans cette recherche. Essayez d'explorer sérieusement le sens de l'idée d'aujourd'hui. Une fois votre investigation terminée, laissez votre mental entrer de nouveau dans la quiétude. Réalisez le contraste entre un mental qui est actif et un mental tranquille. Comprenez que les deux sont importants et complémentaires. À chaque heure, répétez l'idée et considérez-la lorsque vous regardez le monde autour de vous.

PRATIQUE 189: *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

190ème PAS

LE MONDE ÉMERGE DANS LA GRANDE COMMUNAUTÉ DES MONDES
ET C'EST LA RAISON POUR LAQUELLE JE SUIS VENU.

Vous êtes venu dans le monde à un grand tournant, un tournant dont vous ne verrez qu'une partie de votre vivant. C'est un tournant où votre

monde entre en relation avec les mondes qui se trouvent dans ses alentours.

Telle est l'évolution naturelle de l'humanité, comme c'est l'évolution naturelle de toute vie intelligente dans tous les mondes. Votre monde recherche une Grande Communauté. Ceci exige que la communauté interne propre à votre monde s'unifie. Ceci fait également partie de l'évolution de toute vie intelligente dans tous les mondes. Vous êtes venu ici pour servir cela. Il existe de nombreux niveaux de service et de nombreuses choses auxquelles contribuer – à un niveau personnel, à un niveau communautaire et à un niveau mondial. Vous faites partie de ce grand mouvement de vie, car vous n'êtes pas ici seulement pour vos propres buts. Vous êtes ici pour servir le monde, et ainsi être servi en retour.

Aujourd'hui, lors de vos deux plus longues séances de pratique, étudiez cette idée. Accordez-lui une réflexion sérieuse, en observant les idées qui sont en harmonie avec elle et celles qui sont en désaccord. Examinez vos sentiments à l'égard de cette idée, à la fois ceux qui sont pour et ceux qui sont contre. Examinez vos préférences, vos préjugés, vos croyances, vos espoirs, vos peurs, et ainsi de suite. Ceci constitue la première moitié de chaque période de pratique. Dans la seconde moitié, entrez dans la quiétude et le silence utilisant le mot RAHN, si vous trouvez qu'il vous aide. Rappelez-vous que ces deux activités mentales sont à la fois nécessaires et complémentaires, comme vous l'apprendrez à l'avenir. À chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui. Laissez-la vous fournir ce dont vous avez besoin pour voir le monde sous un nouveau jour.

PRATIQUE 190 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

191ème PAS

MA CONNAISSANCE EST PLUS GRANDE QUE MON HUMANITÉ.

Votre Connaissance est née de la vie universelle. Elle éclipse votre humanité, mais lui procure un sens véritable. Une Vie plus grande désire s'exprimer dans votre monde, dans votre temps et dans les circonstances réelles qui existent actuellement. Ainsi, le grand s'exprime à travers le petit, et le petit fait l'expérience de lui-même comme étant le grand. Telle est la voie de toute vie. Votre humanité n'a pas de sens, à moins de servir dans un plus grand contexte et de faire partie d'une plus grande Réalité. Sans cela, elle constitue davantage une forme d'esclavage – une contrainte, un emprisonnement, et un fardeau pour votre nature – qu'une confirmation de votre nature.

Votre Connaissance est plus grande que votre humanité. De ce fait, votre humanité peut acquérir un sens, car elle a quelque chose à servir. Sans le service, votre humanité ne constitue qu'une contrainte qui vous limite et vous emprisonne. Cependant, votre humanité est destinée à servir une Réalité Supérieure que vous portez en vous aujourd'hui. Cette Réalité est en vous, mais elle ne vous appartient pas. Vous ne pouvez pas l'utiliser pour votre propre accomplissement personnel. Vous ne pouvez que la recevoir et

la laisser s'exprimer. Elle s'exprimera à travers votre humanité, et vous livrera une expérience plus grande de vous-même.

Lors de vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, permettez-vous une fois encore d'entrer dans la quiétude. Et à chaque heure, répétez-vous cette idée afin vous puissiez réfléchir à son véritable sens. N'acceptez pas de simples suppositions ou conclusions prématurées, car l'idée d'aujourd'hui nécessite votre engagement profond. La vie a de la profondeur. Vous devez la pénétrer. Vous devez entrer en elle. Vous devez la recevoir et explorer en elle. Alors, vous vous trouverez engagé à nouveau dans votre relation naturelle avec la vie.

PRATIQUE 191 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

192ème PAS

JE NE NÉGLIGERAI PAS LES PETITES CHOSES AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui, ne négligez pas les petites choses que vous avez à faire. Faire des petites choses ne signifie en aucune façon que vous êtes petit. Si vous ne vous identifiez pas avec votre comportement, ni avec vos activités, vous pouvez laisser votre grandeur exister alors que vous les entreprenez. Quelqu'un de grand peut faire des choses petites sans se plaindre. Quelqu'un qui est avec la Connaissance peut s'engager dans des activités ordinaires sans aucun sentiment de déshonneur. Les activités sont seulement des activités. Elles ne constituent pas votre vraie nature, votre être. Votre nature véritable, votre être, est la source de votre vie qui s'exprimera au travers de vos petites activités, à mesure que vous apprendrez à recevoir cette source et à la percevoir sous une perspective appropriée.

Ne négligez pas les petites choses. Prenez soin des petites choses, afin que votre vie dans le monde puisse être stable et puisse progresser correctement. Aujourd'hui, lors de vos deux pratiques plus profondes, entrez encore dans la grandeur et dans la profondeur de la Connaissance. Parce que vous vous êtes occupé des petites choses, vous pouvez à présent passer ce temps en dévotion et en don. De cette manière, votre vie extérieure est correctement gérée et votre vie intérieure est également prise en considération, car vous êtes un intermédiaire entre la vie de grandeur et la vie dans le monde. Ainsi, vous vous occupez du petit et vous recevez le grand. Telle est votre véritable fonction, car vous êtes ici pour donner la Connaissance au monde.

Comme précédemment, répétez votre pratique à chaque heure. Prenez-la avec vous. N'oubliez pas.

PRATIQUE 191 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

193ème PAS

J'ÉCOUTERAI LES AUTRES SANS JUGEMENT AUJOURD'HUI.

Écoutez les autres sans jugement aujourd'hui. La Connaissance indiquera si ce qu'ils disent comporte ou non de la valeur. Elle le fera sans aucune forme de condamnation, sans aucune comparaison, sans aucune évaluation de votre part quelle qu'elle soit. La Connaissance est attirée par la Connaissance et elle n'est pas attirée par ce qui n'est pas la Connaissance. Vous êtes ainsi en mesure de trouver votre chemin légitime sans participer au jugement ou à la haine du monde. Tel est votre système de Gouverne Intérieure, qui est à votre service. Il vous guidera là où vous avez à être et il vous guidera pour contribuer là où votre contribution peut être de la plus grande valeur. Si vous écoutez les autres sans jugement, vous entendrez à la fois la Connaissance et l'appel vers la Connaissance. Vous verrez là où la Connaissance existe et là où elle a été reniée. Ceci est naturel. Vous n'avez pas à juger les gens pour prendre cette décision. Elle est simplement sue.

Écoutez les autres, de sorte que vous puissiez faire l'expérience de votre écoute, car votre tâche ne consiste pas à juger le monde ou à déterminer dans quel endroit et de quelle façon vos dons devraient être donnés. C'est votre tâche de faire l'expérience de vous-même dans la vie et de permettre à la Connaissance d'émerger, car la Connaissance se donnera au moment et à l'endroit où elle sera appropriée. Ceci vous permet d'être en paix, car vous ne cherchez pas à contrôler le monde.

Que vos pratiques soient profondes. Pratiquez à chaque heure comme précédemment. Écoutez les autres en ce jour, afin que vous puissiez faire l'expérience d'être en relation avec eux, afin que leur véritable message puisse vous être donné et être compris. Ceci vous confirmera d'un seul coup la présence de la Connaissance et le besoin de la Connaissance dans le monde.

PRATIQUE 193 : *Pratique horaire.*

194ème PAS

AUJOURD'HUI J'IRAI LÀ OÙ JE SUIS NÉCESSAIRE.

Autorisez-vous à aller là où on a besoin de vous, là où vous devez aller. Cette nécessité dans l'action donnera de la valeur et du sens à vos activités, et elle confirmera votre valeur dans tous vos engagements aujourd'hui. Allez là où on a besoin de vous, là où vous devez aller.

Discernez-y la motivation réelle et distinguez cette dernière de tout sentiment de culpabilité ou d'obligation envers les autres. Ne placez pas sur vous des exigences artificielles. Ne permettez pas aux autres de placer sur vous des exigences artificielles, au-delà de vos simples devoirs en cette journée. Allez là où vous êtes vraiment nécessaire.

Rappelez-vous ceci à chaque heure, car vous devez en pénétrer le sens pour en faire l'expérience. Si vous êtes habitué à la culpabilité et à l'obligation, l'idée d'aujourd'hui semblera aggraver votre difficulté. Cependant cette idée constitue une véritable affirmation de la Connaissance en vous, donnant à la Connaissance une opportunité pour vous guider et

pour vous démontrer sa valeur. Ceci n'a rien à voir avec la dépendance, car vous devez être indépendant de tout ce qui est faux pour suivre ce qui est vrai. Telle est la valeur de toute indépendance.

Lors de vos plus longues séances de pratique, entrez profondément dans la Connaissance. Et gardez cette idée vivante lorsque vous êtes dans le monde. Permettez-vous de ressentir une présence plus profonde en vous pendant que vous êtes à l'extérieur dans le monde des choses mondaines, pendant que vous êtes à l'extérieur dans le monde des petites considérations. La grandeur est ici pour servir le petit. Souvenez-vous-en.

PRATIQUE 194 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

195ème PAS

LA CONNAISSANCE EST PLUS PUISSANTE QUE JE NE LE RÉALISE.

La Connaissance est plus puissante que vous ne le réalisez. Elle est aussi plus merveilleuse que vous ne le réalisez. Vous avez encore peur d'elle à cause de sa grande puissance. Vous n'êtes pas sûr de savoir si elle va vous dominer ou vous contrôler, pas sûr de savoir où elle va vous mener, ni ce que vous aurez à faire, pas sûr de savoir ce qui va en résulter. Pourtant, lorsque vous vous éloignez de la Connaissance, vous entrez de nouveau dans la confusion et dans le monde de l'imagination. Lorsque vous vous rapprochez de la Connaissance, vous entrez dans la certitude et la confirmation, dans un monde qui possède une réalité et un but. Comment pouvez-vous connaître la Connaissance de loin ? Comment pouvez-vous déterminer son sens sans recevoir ses dons ?

Aujourd'hui, rapprochez-vous de la Connaissance. Laissez-la demeurer silencieusement en vous comme vous apprenez à demeurer dans le silence en sa compagnie. Rien ne pourrait être plus fondamental à votre expérience naturelle que l'expérience de la Connaissance. Réjouissez-vous qu'elle soit plus grande que vous ne le réalisez, car votre estimation a été petite. Réjouissez-vous de ne pas être encore en mesure de la comprendre actuellement, car votre compréhension ne ferait que limiter la Connaissance et son utilité pour vous. Laissez ce qui est grand demeurer avec vous, de sorte que votre grandeur puisse être démontrée et que vous puissiez en faire l'expérience aujourd'hui.

Prenez cette idée avec vous et appliquez-la à chaque heure. Gardez-la à l'esprit durant la journée. Lors de vos deux longues séances de pratique, permettez-vous de faire l'expérience de la profondeur de la Connaissance. Ressentez la puissance de la Connaissance. Renforcez votre détermination à faire cela. Engagez votre autodiscipline, car ici l'autodiscipline est employée avec sagesse. La Connaissance est plus grande que vous ne le réalisez. Par conséquent, vous devez apprendre à recevoir sa grandeur.

PRATIQUE 195 : *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

Aujourd'hui révisez les deux semaines passées de préparation. Lisez les instructions de chaque jour, puis revoyez votre expérience pratique de ce jour. Commencez avec le premier jour de la période de deux semaines, et suivez chaque jour, pas à pas. Désormais, vous commencerez à réviser votre préparation par intervalles de deux semaines. Il vous est à présent donné de procéder ainsi, parce que votre perception et votre compréhension commencent à bourgeonner et à grandir.

Rappelez-vous chaque jour. Essayez de vous rappeler votre pratique et votre expérience. Les leçons elles-mêmes vous rappelleront cette expérience si vous l'avez oubliée. Essayez de voir la progression de l'apprentissage, afin que vous puissiez apprendre comment apprendre. Essayez de voir en vous ce qui confirme la Connaissance et ce qui la dénie, de sorte que vous puissiez apprendre à travailler avec ces tendances.

Devenir un véritable étudiant de la Connaissance exigera une plus grande autodiscipline, une plus grande constance d'application et une plus grande acceptation de votre valeur que tout ce que vous avez entrepris jusque-là. Suivre vous prépare à devenir un meneur, car tous les grands meneurs sont de grands suiveurs. Si la source de ce qui vous dirige représente la bonté et la vérité, alors il est certain que vous devez apprendre à la suivre. Et pour la suivre, vous devez apprendre comment apprendre d'elle, comment la recevoir et comment la donner.

Que votre longue séance de révision d'aujourd'hui, qui peut excéder deux heures d'application, soit une révision des deux semaines passées, en conservant l'ensemble de ces choses à l'esprit. Devenez objectif par rapport à votre vie. Aucune condamnation n'est nécessaire ici, car vous apprenez à apprendre, vous apprenez à suivre et vous apprenez à employer la Connaissance, de même que la Connaissance vous emploiera certainement. Ici la Connaissance et vous-même vous rejoignez dans un véritable mariage et dans une véritable harmonie. La Connaissance est alors plus puissante, et vous êtes plus puissant. Il n'existe aucune inégalité ici, et toutes les choses trouvent leur cours naturel d'expression.

Servez-vous de cette révision pour aller plus loin et pour approfondir votre compréhension de votre préparation, en gardant à l'esprit que la compréhension vient toujours avec une sagesse rétrospective. C'est une grande vérité dans la Voie de la Connaissance.

PRATIQUE 196 : *Une longue séance de pratique.*

« Aujourd'hui, je ne penserai pas que je peux comprendre la Connaissance ou que je peux conceptualiser la grandeur de la vie avec mon intellect. Je ne penserai pas aujourd'hui, qu'à travers une simple idée ou une simple supposition, je peux pleinement accéder à la Connaissance elle-même. En réalisant cela, je comprendrai ce qui est requis de moi et ce que je dois donner à mes pratiques, car je dois donner de moi-même. »

Vous devez donner de vous-même. Vous ne pouvez pas simplement penser à des idées et espérer qu'elles répondront à votre besoin le plus élevé. En prenant conscience de cela aujourd'hui, répétez votre pratique à chaque heure, et lors de vos méditations plus profondes donnez-vous complètement à l'expérience de la Connaissance. Entrez dans la quiétude. Permettez-vous d'être complètement engagé. Vous exercerez ainsi le pouvoir de votre propre mental pour votre bénéfice. Vous réaliserez alors que vous avez le pouvoir de dissiper les distractions ; vous avez le pouvoir de dissiper la peur ; vous avez le pouvoir de dissiper les obstacles, parce que votre volonté est de connaître la Connaissance.

PRATIQUE 192 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

198ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI FORT.

Soyez fort aujourd'hui. Suivez le plan qui vous est donné. Ne vous retenez pas en arrière et n'altérez en rien les instructions. Il n'existe aucun raccourci ici, il n'y a que la voie directe. Les pas vous sont donnés. Suivez-les. Soyez fort aujourd'hui. Seules vos idées sur vous-même parlent de faiblesse. Seule votre évaluation de vous-même dit que vous êtes pitoyable, incapable ou inadéquat. Vous devez avoir foi en votre force et exercer cette foi pour réaliser votre force.

À chaque heure, répétez cette affirmation et cherchez à en faire l'expérience, quelles que soient les circonstances où vous vous trouvez. Lors de vos deux pratiques plus profondes aujourd'hui, utilisez votre force pour vous engager complètement dans la quiétude. Laissez votre mental se libérer des chaînes de ses propres concepts. Laissez votre corps se libérer d'un mental tourmenté. De cette façon, votre mental et votre corps s'établiront dans leur fonction naturelle et tout en vous rentrera dans l'ordre. La Connaissance trouvera alors une expression à travers votre mental et votre corps. À partir de là, vous serez en mesure d'apporter dans le monde ce qui est plus grand que le monde, et votre vie s'en trouvera confirmée.

PRATIQUE 198 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

199ème PAS

LE MONDE QUE JE VOIS ÉMERGE DANS LA GRANDE COMMUNAUTÉ DES MONDES.

Sans les limitations d'un point de vue purement humain, vous serez capable de voir l'évolution de votre monde dans un contexte plus vaste. En regardant le monde sans la distorsion des désirs et des peurs qui vous sont propres, vous serez capable d'observer son mouvement plus vaste, et de discerner sa direction d'ensemble. Il est ainsi essentiel que vous preniez conscience de la direction qu'a prise votre monde, car tel est le contexte qui donne sens à votre but et à votre appel spécifique lorsque vous êtes ici dans ce monde. Vous êtes en effet venu servir le monde dans son évolution actuelle, et vos dons sont destinés à le servir dans sa vie future.

Votre monde se prépare à entrer dans une Grande Communauté. L'évidence de ceci est partout, si toutefois vous regardez. Sans croyance ni déni, les choses peuvent être simplement reconnues. La démonstration de la vie est alors évidente et n'a pas à être séparée de la complexité/extraite de choses complexes. Ce qui rend la vie complexe est que les gens veulent que la vie soit ce que la vie n'est pas. Ils veulent eux-mêmes être ce qu'ils ne sont pas et ils veulent que leur destinée soit ce qu'elle n'est pas. Ils cherchent alors à obtenir de la vie ce qui confirme leur propre idéalisme, et parce que la vie ne peut pas confirmer cela, tout devient misérable, conflictuel et complexe. Le mécanisme de la vie peut être compliqué dans ses détails infimes, mais le sens de la vie est immédiatement évident pour quiconque regarde sans la distorsion du jugement ou de la préférence.

Reconnaissez/Prenez conscience que votre monde se prépare à émerger dans la Grande Communauté. Faites cela sans embellir cette reconnaissance avec votre propre imagination. Vous n'avez pas à donner une forme à l'avenir. Comprenez seulement le cours actuel de votre monde. Ce faisant, la signification de vos propres capacités naturelles et leur application future vous deviendra toujours plus évident.

À chaque heure, répétez cette affirmation et considérez-la avec sérieux, car elle est la fondation absolue de votre vie et il est nécessaire que vous la compreniez. Il ne s'agit pas d'une simple croyance, il s'agit de l'évolution du monde. Lors de vos deux pratiques de méditation profonde aujourd'hui, engagez activement votre mental dans la considération de cette idée. Observez vos propres croyances qui parlent pour ou contre cette idée. Observez vos propres sentiments à ce sujet. Examinez-vous objectivement alors que vous cherchez à vous engager avec cette idée puissante. Ceci est un temps d'engagement mental. Utilisez vos moments de pratique dans un engagement total et impliquez-vous totalement. Laissez votre mental pénétrer la superficialité de ses propres idées de surface.

Dans la Connaissance tout devient calme et silencieux. Tout est su. Ici, vous commencez à discerner la différence entre savoir et penser. Vous prenez conscience du fait que penser peut seulement servir dans la préparation pour la Connaissance, mais que la Connaissance dépasse de

loin la portée et la compréhension de toute pensée individuelle. Vous comprendrez ici comment le mental peut servir votre nature spirituelle. Ici, vous comprendrez l'évolution du monde.

PRATIQUE 199 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

200ème PAS

MES PENSÉES SONT TROP PETITES POUR CONTENIR LA CONNAISSANCE.

Vos pensées sont trop petites, car la Connaissance est plus grande. Vos croyances sont trop étriquées, car la Connaissance est plus grande. Ainsi, traitez la Connaissance avec mystère et ne cherchez pas à lui créer une forme, car elle se trouve au-delà des formes et dépassera vos attentes. Laissez alors la Connaissance demeurer mystérieuse, afin qu'elle puisse vous offrir ses dons sans contrainte. Laissez votre pensée et vos idées s'appliquer au monde visible que vous voyez, car votre pensée peut s'y développer utilement à mesure que vous comprenez le mécanisme de votre vie physique et de votre interaction avec les autres. Cependant, laissez la Connaissance exister au-delà de l'application mécanique de votre mental, afin qu'elle puisse s'infiltrer dans chaque situation, la bénir et lui procurer un but, un sens et une direction.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure et considérez-la sérieusement, quelles que soient les circonstances dans lesquelles vous vous trouvez. Lors de vos deux pratiques de méditation aujourd'hui, permettez-vous d'entrer une fois de plus dans la quiétude, utilisant la pratique du RAHN, si vous trouvez qu'elle vous aide. Permettez-vous d'aller au-delà des idées. Permettez-vous d'aller au-delà des schémas habituels de pensée. Laissez votre mental devenir lui-même, car il fut créé pour servir la Connaissance.

PRATIQUE 200 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

201ème PAS

MON MENTAL FUT CRÉÉ POUR SERVIR LA CONNAISSANCE.

En comprenant cela, vous réaliserez la valeur de votre mental et vous ne le dépréciez pas. En réalisant cela, vous comprendrez la valeur de votre corps et vous ne le dépréciez pas. En effet, votre mental et votre corps ne sont que des véhicules pour exprimer la Connaissance. En cela, vous devenez le véhicule de la Connaissance. En cela, vous vous rappelez de votre grand Héritage. En cela, vous êtes réconforté dans l'assurance de votre grande destinée.

Il n'y a aucune illusion ici. Il n'y a aucune tromperie de soi-même ici. Ici, tout trouve son ordre approprié. Ici, vous comprenez la vraie part de

chaque chose. Ici, vous comprenez la valeur de votre mental et vous ne voudrez pas lui attribuer des tâches qu'il n'est pas capable d'accomplir. Votre mental sera alors utilisé de façon constructive, dégagé des attentes impossibles. En réalisant cela, vous verrez que votre corps est fait pour servir votre mental, et vous comprendrez la valeur de votre corps et sa grande utilité en tant qu'outil de communication. Vous accepterez ainsi ses limitations, car limité il doit être. Vous apprécierez aussi son mécanisme. Vous apprécierez toutes les interactions que vous entretenez avec d'autres individus dans ce monde. Vous serez alors heureux de posséder un mental et un corps qui vous permettent de communiquer le pouvoir et l'essence de la Connaissance.

Répétez votre idée de ce jour à chaque heure et considérez-la. Lors de vos deux pratiques de méditation profonde, laissez votre mental entrer dans la quiétude, afin qu'il puisse apprendre à servir. Vous devez réapprendre ce qui vous est naturel, car vous avez appris ce qui n'est pas naturel et qui doit maintenant être désappris. À sa place, le naturel sera stimulé, car lorsque le naturel sera stimulé, il s'exprimera. Le mental s'engage ainsi à nouveau dans sa véritable fonction, et toutes choses trouvent leur véritable valeur.

PRATIQUE 201: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

202ème PAS

JE CONTEMPLER LA GRANDE COMMUNAUTÉ AUJOURD'HUI.

Vous pouvez contempler la Grande Communauté, car vous vivez au sein même de la Grande Communauté. Le fait que vous viviez à la surface de ce monde, préoccupé par les efforts humains et limité dans le temps et par l'espace, ne signifie pas que vous ne pouvez pas contempler la grandeur de la Grande Communauté. Vous pouvez la contempler en regardant le ciel au-dessus et en regardant le monde en-dessous. Vous pouvez prendre conscience de cela en comprenant la relation qu'entretient l'humanité avec l'univers dans son ensemble et en réalisant que l'humanité n'est qu'une race de plus en évolution. Une race qui développe son intelligence et sa Connaissance pour être en mesure de trouver un engagement véritable, à mesure qu'elle émerge dans la Grande Communauté. Regarder de cette manière vous livre une perspective plus vaste. Regarder de cette manière vous permet de comprendre la nature du changement dans le monde. Regarder de cette manière vous permet d'avoir de la compassion pour vous et pour les autres, car la compassion naît de la Connaissance. La Connaissance ne dévalorise pas ce qui est en cours, mais cherche à l'influencer pour le bien.

À chaque heure, considérez la valeur de l'idée d'aujourd'hui. Observez attentivement le monde et considérez-vous comme un témoin de la Grande Communauté. Considérez votre monde comme un monde parmi de nombreux autres, de multiples mondes qui se

trouvent à un niveau d'évolution semblable. Ne tourmentez pas votre mental en essayant de donner forme à ce qui demeure au-delà de la portée de votre perception. Permettez-vous de vivre dans un univers grand et mystérieux, et que vous commencez seulement à comprendre actuellement.

Lors de vos deux méditations profondes, permettez-vous d'appliquer activement votre mental à la considération de cette idée. Essayez de regarder votre vie au-delà d'une perspective purement humaine, car d'une perspective purement humaine vous ne verrez qu'une vie humaine, qu'un monde humain et qu'un univers humain. Vous ne vivez pas dans un univers humain. Vous ne vivez pas dans un monde humain. Vous ne vivez pas une vie purement humaine. Comprenez que votre humanité n'est pas reniée ici, mais qu'il lui est donné une plus grande inclusion dans une vie plus grande. Votre humanité devient ainsi une source et un moyen d'expression plutôt qu'une limitation que vous vous imposez. Laissez vos séances de pratique plus approfondie devenir très actives. Utilisez votre mental de manière constructive. Utilisez votre mental de manière objective. Regardez vos idées. Ne vous laissez pas simplement dominer par elles. Regardez vos croyances. Ne vous contentez pas de les suivre ou de les renier. Apprenez cette objectivité et vous apprendrez à voir avec la Connaissance, car la Connaissance regarde toutes les choses mentales et physiques avec équanimité.

PRATIQUE 202 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

203ème PAS

LA GRANDE COMMUNAUTÉ INFLUENCE LE MONDE QUE JE VOIS.

Si vous pouvez accepter que votre monde fasse partie d'une grande Communauté, ce qui est simplement une évidence si vous voulez bien regarder, alors vous devez accepter que le monde est influencé par la Grande Communauté, car le monde fait partie de la Grande Communauté et ne peut pas être indépendant d'elle. La manière dont la Grande Communauté influence votre monde se trouve au-delà de votre capacité de compréhension actuelle. Mais comprendre que le monde est influencé vous permet de le regarder d'une perspective plus élargie, ce que d'un point de vue purement humain vous ne seriez pas capable d'accomplir, car un point de vue purement humain n'admet pas l'existence d'autres vies intelligentes. L'absurdité de ce point de vue s'avère totalement évidente lorsque vous commencez à

regarder l'univers de façon objective. Cela éveillera en vous de l'émerveillement, un intérêt croissant et

également de la prudence. Ceci est très important, car le monde est influencé par la Grande Communauté, et vous faites partie d'un monde qui est sous influence.

De même que le monde physique dans lequel vous vivez est influencé par de plus grandes forces physiques, qui se trouvent au-delà de votre portée visuelle, le monde est aussi mentalement influencé par la vie intelligente impliquée dans votre monde. Cette vie intelligente représente des forces pour le bien et aussi des forces pour l'ignorance. De ce fait, vous devez arriver à comprendre une vérité fondamentale : les esprits plus faibles sont influencés par les esprits plus forts. Ceci est vrai dans votre monde et dans tous les mondes. Cette vérité n'est pas applicable au-delà du monde physique, mais elle l'est dans le monde physique. C'est pourquoi vous êtes à présent engagé à rendre votre esprit fort, et à apprendre à répondre à la Connaissance qui représente la force pour le bien partout dans l'univers. À mesure que vous deviendrez plus fort, vous arriverez à comprendre et à percevoir davantage. Ainsi, votre esprit doit être cultivé dans la Connaissance pour devenir plus fort, afin qu'il puisse servir une cause véritable.

Aujourd'hui à chaque heure, répétez l'idée du jour, et lors de vos deux séances de pratique plus approfondie, cherchez à vous concentrer sur les mots que nous vous donnons ici. Utilisez activement votre mental. Ne le laissez pas vagabonder et trouver refuge dans les petites choses insignifiantes. Pensez à la grandeur de ces idées, mais ne les considérez pas avec crainte, car elles ne sont pas destinées à éveiller de la crainte. Ce qui est requis est l'objectivité, afin que vous puissiez appréhender la grandeur de votre monde, de votre univers et de votre opportunité au sein de celui-ci.

PRATIQUE 203 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

204ème PAS

JE SERAI EN PAIX AUJOURD'HUI.

Soyez en paix aujourd'hui. Ne laissez pas votre imagination négative forger des images de perte et de destruction. Ne laissez pas votre anxiété détourner votre concentration de la Connaissance. La considération objective de votre monde et de la Grande Communauté dans laquelle vous vivez ne devrait pas susciter de la peur mais du respect – un respect du pouvoir de l'époque dans laquelle vous vivez et de son importance pour l'avenir, un respect pour vos propres aptitudes émergentes et pour leur utilité dans le monde que vous percevez, un respect pour la grandeur de l'univers physique et un respect du pouvoir de la Connaissance, qui est bien plus vaste que l'univers que vous percevez.

Souvenez-vous de demeurer en paix à chaque heure. Mettez-y votre force et votre dévotion. Donnez-vous à cela. Lors de vos pratiques de méditation profonde, en vous servant du mot RAHN si nécessaire, laissez votre mental entrer dans la quiétude, afin qu'il puisse entrer dans la grandeur de la Connaissance qu'il est destiné à servir. Soyez en paix aujourd'hui, car la Connaissance est avec vous. Soyez en paix aujourd'hui, car vous apprenez à demeurer avec la Connaissance.

PRATIQUE 204 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

205ème PAS

JE NE JUGERAI PAS LE MONDE AUJOURD'HUI.

Ne laissez pas votre mental se déprécier en projetant du blâme sur le monde. Avec le blâme, le monde devient incompris et votre mental devient pour vous davantage une charge qu'un atout. L'idée d'aujourd'hui requiert de la pratique, de la discipline et de l'application, car votre mental et tous les mentaux dans le monde ont été mal compris, mal utilisés et mal dirigés. Par conséquent, vous apprenez maintenant à utiliser le mental de façon positive en lui donnant une véritable fonction au service de la Connaissance.

Ne blâmez pas le monde aujourd'hui. Ne jugez pas le monde aujourd'hui. Laissez votre mental demeurer dans la quiétude lorsque vous l'observez. La Connaissance relative au monde s'élève graduellement. Elle s'élève naturellement. Une idée peut la suggérer, mais une idée ne peut pas la contenir. La Connaissance représente un saut absolu dans votre point de vue, un saut absolu dans votre expérience, un saut absolu dans vos priorités et un saut absolu dans votre système de valeurs. Telle est l'évidence de la Connaissance.

Ne blâmez pas le monde aujourd'hui. Il n'est pas à blâmer, car il démontre simplement que la Connaissance n'y est pas appliquée. Que peut-il faire d'autre, sinon commettre l'erreur et la folie ? Que peut-il faire d'autre, sinon gaspiller ses précieuses ressources ? L'humanité ne peut que commettre des erreurs sans la Connaissance. Elle ne peut que créer des choses fantasmagoriques. Elle ne peut que se livrer à sa perte. Elle ne mérite donc pas la condamnation. Elle mérite l'application de la Connaissance.

Exercez-vous chaque heure à ne pas blâmer le monde. Ne laissez pas les heures s'écouler sans cet engagement de votre part. Offrez cette journée en service au monde de cette manière, car sans votre condamnation votre amour pour le monde s'élèvera naturellement et sera exprimé. Lors de vos deux séances de pratique plus approfondie, laissez votre mental entrer dans la quiétude. Sans blâme ni jugement, la quiétude devient possible parce qu'elle est naturelle. Sans la contrainte de votre condamnation, votre mental peut demeurer dans la quiétude. Dans la quiétude, le blâme et le jugement n'existent pas. Dans la quiétude, l'amour s'écoulera de vous dans toutes les directions et continuera bien au-delà de ce que vous pourriez percevoir par vos sens.

PRATIQUE 205 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

206ème PAS

L'AMOUR S'ÉCOULE DE MOI À PRÉSENT.

L' amour s'écoule de vous, et aujourd'hui vous pouvez essayer d'en faire l'expérience et de vous libérer de ce qui lui fait obstacle. Sans jugement, sans illusion, sans idées fantasques, sans les limitations d'un point de vue purement humain, vous verrez que l'amour s'écoule de vous. Vous verrez que toute votre frustration dans la vie provient de votre incapacité à faire l'expérience de cet amour qui souhaite s'écouler de vous et à l'exprimer. Quelles que soient les circonstances causant votre frustration, la cause réelle est toujours votre incapacité à exprimer l'amour. Votre jugement sur des difficultés et des dilemmes peut certainement dissimuler ce fait, mais il ne peut pas nier sa réalité.

À chaque heure, laissez l'amour à s'écouler de vous, en réalisant que vous n'avez pas à vous engager dans une quelconque forme de comportement, car l'amour émanera de vous naturellement comme le parfum d'une fleur. Lors de vos pratiques plus profondes, laissez votre mental entrer dans la quiétude, afin que l'amour puisse s'écouler de vous. Vous réaliserez ainsi la fonction naturelle de votre mental et la grandeur de la Connaissance qui se trouve en vous, mais qu'il ne vous revient pas de posséder.

Ne laissez aucune idée de dévalorisation de soi ou de doute de soi vous dissuader de cette opportunité aujourd'hui. Sans votre interférence, l'amour s'écoulera naturellement de vous. Vous n'avez pas à prétendre quoi que ce soit. Vous n'avez pas à adopter une quelconque forme de comportement pour que cela se produise. Votre comportement, avec le temps, représentera ce qui s'écoule naturellement de vous. Laissez l'amour s'écouler de vous naturellement aujourd'hui.

PRATIQUE 206 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

207ème PAS

JE PARDONNE À CEUX QUI JE PENSE M'ONT BLESSÉ.

Cette affirmation représente votre intention d'avoir la Connaissance, car la rancœur n'est que l'application du blâme à une situation dans laquelle vous avez été incapable de comprendre ou d'appliquer la Connaissance. Tous vos échecs vous appartiennent à cet égard. Cela peut vous donner l'impression, à première vue, de porter le poids du reproche, jusqu'à ce que vous preniez conscience de la plus grande opportunité qui vous est offerte. En effet, si tous les échecs vous appartiennent, vous réaliserez alors qu'il vous incombe d'appliquer toute correction. L'échec d'autrui n'est pas vôtre, mais votre condamnation de ce dernier est votre propre échec. Tout échec qui engendre de la rancœur en vous est ainsi votre échec, car l'échec d'autrui n'a pas à engendrer une quelconque rancœur ou un quelconque blâme en vous. En fait, les échecs des autres engendreront votre compassion et l'application de la Connaissance dans l'avenir, et ils n'éveilleront pas nécessairement le blâme ou la tristesse en vous.

La Connaissance n'est pas choquée en regardant le monde. La Connaissance n'est pas scandalisée. La Connaissance n'est pas découragée. La Connaissance n'est pas offensée. La Connaissance est consciente de la petitesse du monde et des erreurs du monde. Elle est consciente de cela parce qu'elle ne connaît qu'elle-même, et ce qui n'est pas la Connaissance ne représente qu'une opportunité pour que la Connaissance soit appliquée à nouveau. Votre rancœur représente ainsi simplement l'opportunité pour vous de mettre en application la Connaissance.

Répétez l'idée de ce jour à chaque heure et ne sous-estimez pas sa valeur pour vous, vous qui cherchez actuellement le soulagement de l'affliction et de la misère. Lors de vos deux séances de pratique plus approfondie, pensez un par un à ceux envers qui vous ressentez de la rancœur – des individus que vous avez connus personnellement et des individus dont vous avez entendu parler ou à qui vous avez pensé, des individus qui ont été associés à l'échec. Ils vous viendront à l'esprit au moment où vous ferez appel à eux, car ils attendent tous d'être pardonnés par vous. Laissez-les maintenant émerger un par un. Au fur à mesure de leur émergence, pardonnez-vous d'avoir échoué à appliquer votre Connaissance. Rappelez-leur lorsqu'ils vous apparaîtront que vous apprenez actuellement à appliquer la Connaissance et que vous ne souffrirez pas en leur nom et que, par conséquent, eux-même n'ont pas à souffrir en votre nom. L'engagement à pardonner est alors l'engagement à réaliser la Connaissance et à appliquer la Connaissance, car la Connaissance chasse la rancœur comme la lumière chasse l'obscurité. Il n'existe en effet que la Connaissance et le besoin de la Connaissance. Ceci est tout ce vous pouvez percevoir dans l'univers.

Vos deux séances de pratique sont ainsi dédiées à faire face à ceux que vous avez accusés et à vous pardonner pour avoir échoué à appliquer la Connaissance dans votre compréhension d'eux et dans votre engagement avec eux. Faites cela sans aucune forme de culpabilité ou d'auto-dépréciation, car comment auriez-vous pu ne pas faillir, alors que la Connaissance ne vous était pas disponible, ou que vous n'étiez pas disponible pour la Connaissance. Acceptez donc vos limitations passées et dédiez-vous, à présent, à percevoir le monde d'une façon neuve, sans blâme et avec la grandeur de la Connaissance.

PRATIQUE 207 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

208ème PAS

TOUT CE QUE J'APPRÉCIE RÉELLEMENT SERA EXPRIMÉ À PARTIR DE LA CONNAISSANCE.

Toutes les choses qui sont les plus hautement estimées dans la vie humaine – l'amour, la patience, la dévotion, la tolérance, le pardon, le véritable accomplissement, le courage et la foi – émanent naturellement de la Connaissance, car la Connaissance en est la source. Elles ne sont autres

que l'expression extérieure d'un esprit qui sert la Connaissance. Elles n'ont ainsi pas à être imposées à soi par le biais d'une autodiscipline ardue. Elles émaneront naturellement, car l'esprit qui sert la Connaissance ne peut qu'illustrer sa propre grandeur et ses propres capacités. Ce qui requiert une autodiscipline est la réorientation de votre concentration, la réorientation de votre dévotion et la réorientation de votre service. Soit vous servez la Connaissance, soit vous servez les substituts de la Connaissance, car en toutes choses vous devez servir.

À chaque heure répétez-vous cette idée, afin que vous puissiez la considérer tout au long de la journée. Lors de vos deux séances plus approfondies de pratique, engagez activement votre mental dans la considération de la profondeur de cette idée. Vous devez ici penser de manière constructive. Ne vous contentez pas de tisser des images qui vous semblent plaisantes. Ne vous jugez pas durement et ne jugez pas durement les autres. Apprenez à nouveau, par la pratique, à devenir objectif dans l'application de votre mental. Laissez-le s'engager en profondeur. Ne vous contentez pas de simples réponses que vous trouvez confortables.

Pensez aux exemples que nous avons mentionnés aujourd'hui, car ce sont des exemples que vous pouvez reconnaître. Toutes les choses que vous appréciez vraiment émaneront de la Connaissance, car la Connaissance en est la source.

PRATIQUE 208 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

209ème PAS

JE NE SERAI PAS CRUEL ENVERS MOI-MÊME AUJOURD'HUI.

Ne soyez pas cruel envers vous-même, en essayant de porter votre couronne d'épines, laquelle représente votre système de croyances et de présomptions. Ne projetez pas sur vous-même le poids du blâme et de la rancœur. N'essayez pas de forcer votre esprit à manifester ces qualités qui vous tiennent à cœur, car elles émaneront naturellement de la Connaissance.

Au lieu de cela, entrez dans la quiétude lors de vos deux séances approfondies de pratique, réalisant encore une fois que toutes les qualités que vous estimez le plus se manifesteront naturellement à partir de la Connaissance. Tout ce que vous trouvez détestable se fanera naturellement. Un esprit ainsi libéré peut transmettre le plus estimable des dons possibles au monde.

Considérez donc cela à chaque heure. Vous essayerez d'appliquer l'idée d'aujourd'hui à tout ce que vous voyez, entendez et exécutez. Ne soyez pas cruel envers vous-même aujourd'hui, car rien ne justifie cela. Permettez-vous d'être béni afin que vous puissiez bénir le monde. Permettez-vous de bénir le monde afin que vous puissiez vous-même être béni.

PRATIQUE 209 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

210ème PAS

RÉVISION

Aujourd'hui, révisez les deux semaines passées de préparation, en lisant chaque leçon telle qu'elle est donnée et en vous rappelant votre pratique de chaque journée. Dans votre longue séance de pratique d'aujourd'hui, recommencez à évaluer la progression des événements et l'ensemble de vos pratiques. Commencez par constater qu'il existe une relation entre la façon dont vous appliquez votre mental et le résultat de votre expérience. Regardez votre vie avec objectivité, sans culpabilité ni blâme, de sorte que vous puissiez comprendre la manière dont celle-ci est en train d'émerger véritablement.

Votre longue séance pratique d'aujourd'hui vous verra engager activement votre mental pour votre bénéfice. Vous apprenez à devenir objectif quant à votre propre progrès en tant qu'étudiant. Vous apprenez à devenir objectif quant à la nature de l'enseignement même. Vous apprenez à devenir objectif afin que vous puissiez voir. Laissez ainsi cette révision vous procurer une plus grande perspective du travail de la Connaissance dans le monde et de la présence de la Connaissance dans votre vie.

PRATIQUE 210 : *Une longue séance de pratique.*

211ème PAS

J'AI DE GRANDS AMIS AU-DELÀ DE CE MONDE.

Vous avez de grands amis au-delà de ce monde. C'est pourquoi l'humanité cherche à entrer dans la Grande Communauté, parce que la Grande Communauté représente ses relations véritables à une plus grande échelle. Vous avez de vrais amis au-delà du monde, parce que vous n'êtes pas seul dans le monde et vous n'êtes pas seul dans la Grande Communauté des mondes. Vous avez des amis au-delà de ce monde, parce que votre Famille Spirituelle a des représentants partout. Vous avez des amis au-delà de ce monde, parce que vous ne travaillez pas seulement à l'évolution de votre monde, mais aussi à l'évolution de l'univers. Au-delà de votre imagination, au-delà de vos capacités de conception, ceci est absolument vrai.

Ressentez, ainsi, la grandeur de l'univers dans lequel vous vivez. Ressentez, ainsi, l'opportunité que vous avez de servir la Grande Communauté dont fait partie votre monde. Vous servez vos grands amis dans le monde et vos amis au-delà, car la Connaissance œuvre partout. C'est l'attraction de Dieu. C'est l'application du bien. C'est la force qui réhabilite tous les esprits séparés et qui donne un but, un sens et une direction à l'univers. Quel que soit le mécanisme de la vie physique, sa valeur est

déterminée par son origine et sa destinée qui se trouvent tous deux au-delà de votre compréhension. Réaliser que la Connaissance est le moyen par lequel le monde est propulsé dans sa véritable direction vous permet ainsi de valoriser et de recevoir ce qui donne à votre vie un but, un sens et une direction.

À chaque heure aujourd'hui, considérez que vous avez des amis au-delà de ce monde, qui se trouvent dans d'autres mondes mais également au-delà du visible. Considérez que vous faites partie de cette plus grande association. Lors de vos deux séances plus approfondies de pratique aujourd'hui, laissez votre mental entrer dans la quiétude, afin que vous puissiez faire l'expérience de telles relations. Au lieu de vous épancher à leur propos dans votre imagination, laissez votre mental entrer dans la quiétude, de sorte qu'il puisse transmettre la Connaissance à votre conscience et à votre expérience. Vous avez des amis au-delà de ce monde, et ils pratiquent avec vous aujourd'hui.

PRATIQUE 211 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

212ème PAS

JE GAGNE DE LA FORCE DE TOUS CEUX QUI PRATIQUENT AVEC MOI.

Vous gagnez effectivement de la force de tous ceux qui pratiquent avec vous, car chaque esprit qui cherche à s'engager avec la Connaissance prête également force à tous les autres esprits pour qu'ils fassent de même. De ce fait, vous projetez votre influence sur le monde. De ce fait, tous ceux qui cherchent à servir un but véritable projettent leur influence sur vous. C'est ainsi que les forces ignorantes du monde sont contrecarrées. C'est ainsi que les forces destructrices du monde sont contrecarrées. C'est ainsi que s'exerce l'influence sur tous les esprits, afin qu'ils commencent à s'éveiller.

Recevez alors la foi de l'idée d'aujourd'hui, car elle vous donnera la foi, à mesure que vous réaliserez que votre propre application est grandement renforcée par l'application des autres. Ceci transcendera tous les sentiments d'inadéquation que vous pourriez avoir. Ceci vous aidera à dépasser tout sentiment d'ambivalence envers une vraie préparation, car tous les autres esprits engagés dans le rétablissement de la Connaissance sont disponibles pour vous assister ici et maintenant.

Ainsi, la grandeur est avec vous ; la grandeur de la Connaissance et la grandeur de tous ceux qui cherchent à rétablir la Connaissance. Avec eux, vous partagez un but véritable, car votre véritable but est de garder la Connaissance vivante dans le monde. De la Connaissance, toute ce qui soutient le bien, de nature spirituelle ou de nature matérielle, est transmis aux races qui en sont les destinataires.

À chaque heure répétez l'idée d'aujourd'hui, et lors de vos séances de pratique approfondie, essayez de recevoir l'influence de tous ceux qui cherchent à rétablir la Connaissance. Laissez leur don pénétrer dans votre esprit, de sorte que vous puissiez faire l'expérience d'une véritable appréciation envers la vie et que vous commenciez à comprendre le sens et l'efficacité de vos propres efforts en tant qu'étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 212 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

213^{ème} PAS

JE NE COMPRENDS PAS LE MONDE.

Vous ne comprenez pas le monde. Vous entretenez seulement des jugements à son égard et cherchez ensuite à comprendre vos jugements. Le monde se révélera à vous lorsque vous le regarderez sans ces contraintes et ces limitations. Ce faisant, vous trouverez que vos croyances peuvent devenir utiles en vous permettant de faire chaque pas en avant dans la vie. Elles n'ont pas à limiter votre perception de l'univers. Vous ne pouvez pas vivre dans le monde sans croyances ni suppositions. Cependant, vos croyances et vos suppositions sont destinés à être des outils au service de votre mental pour lui fournir une structure temporaire et lui permettre d'engager ses capacités naturelles de façon positive.

Vous ne comprenez pas le monde aujourd'hui. Soyez heureux qu'il en soit ainsi, car votre condamnation n'est pas fondée. Vous ne comprenez pas le monde aujourd'hui. Ceci vous procure l'opportunité d'être un témoin du monde.

À chaque heure, répétez cette idée lorsque vous regardez le monde. Rappelez-vous que vous ne comprenez pas ce que vous voyez, ce qui vous rend libre de regarder à nouveau. Si vous n'êtes pas libre de regarder, cela signifie simplement que vous cherchez à justifier vos propres jugements. Ceci n'est pas voir. Ceci n'est que la tentative d'entretenir vos propres illusions. Lors de vos deux séances de pratique plus approfondie d'aujourd'hui, laissez votre mental entrer dans la quiétude, car sans le fardeau qui consiste à tenter de justifier vos idées fantasques, votre mental cherchera naturellement sa véritable place au service de la Connaissance. Vous ne comprenez pas le monde aujourd'hui, et donc vous ne vous comprenez pas vous-même.

PRATIQUE 213 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

214^{ème} PAS

JE NE ME COMPRENDS PAS.

Ceci n'est pas une affirmation d'échec ou de limitation. C'est simplement une affirmation visant à vous libérer de vos propres obstacles.

Comment vous est-il possible de vous comprendre alors que la Connaissance ne vous divulgue pas toute chose vous concernant ? Comment vous est-il possible de comprendre le monde alors que la Connaissance ne vous divulgue pas ce qu'est le monde ? C'est du domaine de l'expérience pure, au-delà de tous les concepts et croyances, car les concepts et les croyances ne peuvent que suivre l'expérience et essayer de fournir une structure dans laquelle l'expérience peut de nouveau émerger. Les croyances, les suppositions ou les idées ne peuvent en aucun cas imiter la Connaissance même.

Bien sûr que vous ne vous comprenez pas ni ne comprenez le monde, car vous ne comprenez que vos idées, et elles ne sont pas éternelles. Elles ne peuvent donc pas fournir la fondation solide sur laquelle vous devez apprendre à vous tenir. Elles ne peuvent alors qu'échouer et vous décevoir si vous vous reposez sur elles plutôt que sur la Connaissance pour vous révéler ce que vous êtes et pour vous révéler ce qu'est le monde.

À chaque heure, rappelez-vous que vous ne vous comprenez pas. Libérez-vous du fardeau qui consiste à justifier vos propres jugements. Considérez-vous lors de vos séances de méditation plus profonde et rappelez-vous que vous ne vous comprenez pas. Vous êtes maintenant libre d'entrer dans la quiétude, car vous ne cherchez pas à utiliser votre expérience pour justifier vos idées fantasques sur vous-même. Ici votre esprit devient libre d'être lui-même, et vous devenez libre de vous apprécier.

PRATIQUE 214 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

215ème PAS

MES ENSEIGNANTS SONT AVEC MOI. JE NE SUIS PAS SEUL.

Vos Enseignants sont avec vous, à l'arrière-plan. Ils sont très attentifs à ne pas étendre trop fortement leur influence sur vous, car vous n'êtes pas encore capable de la recevoir et de vous en servir pour votre bien. Réalisez ainsi que vous voyagez à travers la vie avec une grande assistance, car vos Enseignants sont avec vous pour vous aider à réaliser et à cultiver la Connaissance.

Ils doivent tout d'abord vous aider à réaliser votre besoin de la Connaissance, car votre besoin de la Connaissance doit être pleinement reconnu avant que vous ne puissiez vous engager dans le rétablissement de la Connaissance. Vous devez réaliser que sans la Connaissance la vie est sans espoir, car vous ne possédez ni but, ni sens, ni de direction. Seules vos erreurs peuvent alors vous enseigner et elles seules peuvent entretenir votre rancœur.

En réalisant l'échec de vos propres idées dans leur tentative de se substituer à la Connaissance, vous pouvez alors vous tourner vers la Connaissance et devenir l'heureux bénéficiaire de ses vrais dons. Ici, toutes les choses que vous avez réellement cherchées sont accordées de façon

éloquente. Ici, vous possédez une véritable fondation dans la vie. Ici, le Ciel et la Terre s'uniront en vous et toute séparation prendra fin. Ici, vous pouvez accepter les limitations de votre existence physique et la grandeur de votre vie spirituelle. Vous tourner vers la Connaissance constitue alors le plus grand des bénéfices pour vous.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure, et lors de vos deux pratiques plus profondes aujourd'hui, entrez dans la quiétude, en utilisant le mot RAHN s'il vous aide. Soyez heureux aujourd'hui que vous puissiez recevoir ce qui vous libère.

PRATIQUE 215 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

216ème PAS

IL Y A UNE PRÉSENCE SPIRITUELLE DANS MA VIE.

La Présence spirituelle dans votre vie est à toujours avec vous, toujours disponible pour vous et elle vous rappelle toujours de regarder plus loin que vos propres jugements. Elle vous fournit continuellement le support, l'assistance et la gouverne nécessaires pour minimiser l'application erronée de votre mental et renforcer son application correcte, afin que la Connaissance puisse s'élever en vous.

Vous apprenez à présent à recevoir et à respecter cette Présence Spirituelle, et avec le temps vous réaliserez sa grande importance pour vous et pour le monde. Ceci générera tout à la fois grandeur et humilité en vous, car vous réaliserez que vous n'êtes pas la source de votre grandeur, mais le véhicule pour son expression. Ceci vous maintiendra en équilibre parfait et en relation juste avec ce que vous servez. Dans cette relation, vous recevez tous les bénéfices que vous êtes en droit de réclamer. Cependant, avec la Connaissance vous ne deviendrez pas imbu de vous-même, parce que vous réaliserez vos propres limitations et la profondeur de votre propre besoin de la Connaissance. À partir de cette compréhension, vous réaliserez et accepterez la source de la vie. À partir de cette compréhension, vous réaliserez que vous êtes dans le monde pour servir la Connaissance et que le monde est créé pour être le réceptacle de la Connaissance.

Il y a une Présence Spirituelle dans votre vie. Ressentez-la à chaque heure lorsque vous répétez l'idée d'aujourd'hui. Lors de vos deux séances plus approfondies de pratique, entrez profondément dans cette Présence car, sans aucun doute possible, cette Présence est avec vous et désire se donner à vous en ce jour.

PRATIQUE 216 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

217ème PAS

JE ME DONNE À LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

Donnez-vous à la Connaissance aujourd'hui, en entreprenant la pratique de ce jour avec un véritable engagement et avec dévouement, en ne laissant pas les fausses idées vous limiter et interférer avec votre quête authentique. De cette manière, vous vous donnez à la Connaissance en laissant la Connaissance se donner à vous. Combien peu vous est-il ainsi demandé et combien grande est votre récompense ! En effet, chaque moment que vous passez à faire l'expérience de la quiétude ou à engager significativement votre mental, la Connaissance devient plus forte et plus que jamais présente en vous. Vous vous demandez peut-être : « *Quel est mon don pour le monde ?* » Votre don est ce que vous recevez ici, aujourd'hui. Donnez-vous à la Connaissance de sorte qu'elle puisse se donner à vous.

Rappelez-vous l'idée du jour à chaque heure et entrez dans la Connaissance lors de vos deux séances plus approfondies de pratique. Au cours de toutes vos pratiques aujourd'hui, démontrez votre intention de vous donner à la Connaissance, ce qui demandera la quiétude et l'acceptation de soi.

PRATIQUE 217 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

218ème PAS

JE GARDERAI LA CONNAISSANCE EN MOI AUJOURD'HUI.

Avec la Connaissance vient la sagesse de savoir comment utiliser la Connaissance dans le monde. La Connaissance constitue ainsi la source de votre compréhension et la Sagesse consiste à apprendre comment appliquer cette dernière de façon sensée et constructive dans le monde.

Vous n'êtes pas encore sage, aussi gardez la Connaissance en vous aujourd'hui. Laissez-la se renforcer. Laissez-la croître. Elle se donnera naturellement, sans votre tentative de forcer son expression. Avec le temps, vous apprendrez à devenir sage, en illustrant la Connaissance et également en faisant vos propres erreurs. Vous avez commis un nombre suffisant d'erreurs pour démontrer tout ce que nous sommes en train de vous dire.

Gardez la Connaissance en vous aujourd'hui, afin qu'elle puisse devenir forte en vous. Permettez-vous d'étendre sa présence seulement à un ou deux individus qui, selon vous, peuvent l'apprécier, car votre conscience de la Connaissance est encore une pousse délicate en vous et elle n'est pas encore capable de résister aux vicissitudes de ce monde. Elle ne s'est pas développée suffisamment dans votre propre compréhension pour contrecarrer le déchaînement de peur et de haine qui balaie le monde. La Connaissance peut y résister sans difficulté, mais vous qui apprenez à devenir un réceptacle et un véhicule pour la Connaissance, n'êtes pas encore assez fort.

Laissez la Connaissance en vous aujourd'hui, de sorte qu'elle puisse croître. Rappelez-vous cela à chaque heure, alors que vous portez ce joyau

dans votre cœur. Lors de vos séances de pratique plus approfondie, qui constituent pour vous des moments libérés de toutes limitations, laissez-vous retourner à votre grand amour, afin que vous puissiez entrer dans une véritable relation avec la Connaissance. Avec le temps et à mesure que vous apprendrez à appliquer sa communication avec sagesse dans le monde, toutes les limitations à l'expression de la Connaissance seront écartées, mais pour le moment gardez la Connaissance dans votre cœur afin qu'elle puisse croître de plus en plus fort.

PRATIQUE 218: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

219ème PAS

JE NE LAISSERAI PAS L'AMBITION ME TROMPER AUJOURD'HUI.

Maintenant que la Connaissance commence à germer en vous, ne laissez pas votre propre ambition vous tromper. Votre ambition est née de votre besoin personnel d'être reconnu et d'être rassuré. Elle est une tentative de contrecarrer la peur en contrôlant les opinions d'autrui. Votre ambition est ici destructrice, mais pareille à toutes les autres facultés du mental qui sont actuellement mal utilisées, elle peut avec le temps servir la grandeur de la Connaissance. Vous n'avez pas encore atteint cet état, ne cherchez donc pas à faire quoi que ce soit avec votre Connaissance, car il ne vous revient pas d'utiliser la Connaissance, mais de recevoir la Connaissance. C'est dans votre réceptivité à la Connaissance que vous trouverez le plus grand service et la plus grande utilité que possède la Connaissance pour vous.

Ne laissez pas votre ambition vous entraîner là où vous ne pouvez pas aller. Ne la laissez pas détourner votre vitalité et votre énergie. Apprenez à devenir patient et calme avec la Connaissance, car la Connaissance a son propre objectif et sa propre direction dans la vie, et vous apprenez à les suivre actuellement.

Tout au long de la journée, lors de vos pratiques horaires et également dans vos méditations plus profondes, permettez-vous de demeurer sans ambition, car vous ne savez pas quoi faire avec la Connaissance. Lors de vos méditations plus longues, laissez cette idée vous libérer afin que vous puissiez entrer dans la quiétude et quitter le monde des choses physiques.

PRATIQUE 219 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

220ème PAS

JE FERAI PREUVE DE RETENUE AUJOURD'HUI, AFIN QUE LA GRANDEUR PUISSE CROÎTRE EN MOI.

Faites preuve de retenue envers ces tendances que vous savez nuisibles ou débilitantes au rétablissement de la Connaissance. Retenez-

vous de manière intentionnelle, de sorte que la Connaissance puisse se développer en vous. Il ne s'agit pas de vous imposer des limites. Au contraire, il s'agit d'une utilisation intelligente de votre mental et de votre force, de manière à cultiver la conscience d'un Pouvoir Supérieur en vous et de lui permettre d'émerger, de vous guider et de vous diriger.

Dans la leçon d'aujourd'hui, comme dans les leçons antérieures, vous apprenez à reconnaître la source de la Connaissance et le véhicule de la Connaissance et à ne pas confondre les deux. Apprenez la retenue aujourd'hui afin que la Connaissance puisse croître en vous. Ne pensez pas que la retenue ne se réfère qu'à ces comportements du passé, où vous limitiez ce qui était authentique en vous. Non, vous devez aujourd'hui vous focaliser sur l'apprentissage d'une forme de retenue intentionnelle qui représente l'expression de votre pouvoir et de votre autodiscipline. Votre pouvoir et votre autodiscipline doivent être à présent exercées pour se renforcer, car votre mental et votre corps sont des véhicules de la Connaissance, et en tant que véhicules, ils doivent être développés et renforcés.

Lors de vos pratiques plus approfondies aujourd'hui, ainsi que dans vos pratiques horaires, retenez ces formes de pensée et de comportement qui trahissent votre Connaissance, afin que vous puissiez entrer en la Connaissance dans la quiétude et la paix. Avec cette retenue, vous découvrirez la liberté, car la liberté se trouve au-delà de ce monde et est amenée dans ce monde, car la liberté est le don de la Connaissance.

PRATIQUE 220 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

221ème PAS

JE SUIS LIBRE D'ÊTRE CONFUS AUJOURD'HUI.

Ne considérez pas votre confusion comme un échec. Ne considérez pas votre confusion comme quelque chose qui vous met en danger ou vous diminue. La confusion, ici, est seulement un signe que vous êtes en train de prendre conscience des limites de vos propres idées et suppositions. Vous devez renoncer à ces dernières pour permettre à la Connaissance de vous devenir apparente, car face à toutes les décisions importantes qui requièrent aujourd'hui votre attention, la Connaissance a déjà fourni une réponse. Ce n'est pas une réponse que vous trouverez parmi les nombreuses réponses que vous vous fournissez à vous-même, ou que vous présumez fournies par d'autres.

Laissez alors tous les substituts de la Connaissance se détacher de vous. Permettez-vous d'être confus, car dans votre confusion authentique, la Connaissance peut surgir naturellement. Ceci représente alors votre liberté, car dans la liberté vous êtes libre d'être confus.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure, et ne vous contentez pas de simples explications ou suppositions pour valoriser l'importance de sa

signification pour vous. Vous devez la considérer en profondeur et réaliser que la véritable compréhension qu'elle détient pour vous sera révélée avec le temps. Aujourd'hui, permettez-vous d'être confus, car vous êtes confus, et vous devez toujours partir de là où vous êtes. La Connaissance est avec vous. Vous êtes libre d'être confus. Lors de vos plus longues périodes de pratique aujourd'hui, entrez dans la quiétude, que vous soyez confus ou pas, car la quiétude, la grâce et la paix vous sont toujours disponibles.

PRATIQUE 221 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

222ème PAS

LE MONDE EST CONFUS. JE NE LE JUGERAI PAS.

Le seul jugement que vous pouvez porter sur le monde est qu'il est confus. Il n'est pas nécessaire que ce jugement soit accompagné d'un sentiment de colère, de tristesse, de perte, de ressentiment, d'hostilité ou de vengeance. Il ne nécessite aucune forme d'agression. Le monde est confus. Ne le jugez pas. Comment le monde peut-il être certain alors que le monde est sans la Connaissance ? Vous pouvez porter un regard sur votre vie jusqu'ici et réaliser l'étendue de votre propre confusion. Comment pouvait-il en être autrement si vous étiez sans la Connaissance ? La Connaissance est avec vous à présent, comme elle l'a toujours été. Vous commencez à rétablir la Connaissance, afin que sa certitude puisse s'exprimer de manière croissante à travers vous. Tel est le grand don que vous apprenez maintenant à recevoir. C'est un don que le monde apprendra à recevoir par vous.

À chaque heure, lorsque vous regardez le monde et toutes ses activités, ne le jugez pas, car il est simplement confus. Si vous êtes en détresse aujourd'hui, ne vous jugez pas, car vous êtes simplement confus. Lors de vos séances de pratique plus approfondie aujourd'hui, permettez-vous d'entrer dans la quiétude. Vous entrez dans la quiétude par le simple désir d'entrer dans la quiétude. C'est un don que vous vous permettez. Pour ce faire, vous vous donnez pour recevoir le don. Ici, personne ne donne ni n'envoie le don, car le don se réfléchit entre vous et votre Source. La Connaissance et son véhicule s'affirment simplement l'un en l'autre.

Le monde est confus. Il est sans la Connaissance. Cependant vous êtes un don au monde, car vous apprenez à recevoir la Connaissance en ce jour.

PRATIQUE 222 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

223ème PAS

JE RECEVRAI LA CONNAISSANCE EN CE JOUR.

À chaque heure, recevez la Connaissance. Lors de vos deux séances de pratique plus approfondie, recevez la Connaissance. Donnez-vous à la réception de la Connaissance. Telle est votre pratique pour aujourd'hui.

Toute autre chose n'est qu'une forme de confusion. Aucun événement extérieur n'a à remplacer votre pratique aujourd'hui, car la Connaissance bénit toutes choses en vous et à l'extérieur de vous. Elle disperse ce qui est inutile et vous engage de façon intentionnelle avec ce qui est nécessaire et qui possède un véritable potentiel pour vous.

Retournez ainsi à la Connaissance, quelles que soient les circonstances de votre vie extérieure. Recevez la Connaissance afin que vous puissiez vivre avec certitude dans le monde et afin que vous puissiez comprendre le sens et la valeur de votre propre vie.

PRATIQUE 223 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

224ème PAS

RÉVISION

Aujourd'hui, développez votre objectivité en révisant les deux dernières semaines de pratique. Encore une fois, lisez chaque leçon de la journée et rappelez-vous votre pratique. Commencez avec la première pratique de la période bihebdomadaire et poursuivez ensuite avec chaque jour, pas à pas. Renforcez votre capacité à observer vos progrès avec objectivité. Voyez ce qui arrive les jours où vous êtes fort dans la pratique et les jours où vous êtes faible. Ce faisant, imaginez pendant un moment que vous regardez par les yeux de vos Enseignants qui sont en train de contempler votre vie de bien au-delà. Ils sont sans condamnation. Ils prennent simplement note de vos forces et de vos faiblesses, en renforçant les premières et en diminuant les effets des dernières. À mesure que vous apprendrez à regarder votre vie avec objectivité, vous apprendrez à voir votre vie par les yeux de vos Enseignants. C'est regarder avec la Connaissance. C'est regarder sans jugement. Ainsi, le mental devient un véhicule pour la Connaissance, et la Connaissance vous gratifiera de toutes les idées et activités qui vous sont vraiment bénéfiques.

Permettez à votre séance de révision d'aujourd'hui d'être engagée dans votre propre intérêt. Servez-vous de votre mental avec résolution et ne lui permettez pas de vagabonder. Brisez l'habitude de penser inintelligemment. Brisez l'habitude de vous préoccuper de choses bêtes et insignifiantes. Laissez votre révision d'aujourd'hui vous démontrer que vous êtes un véritable étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 224: *Une longue séance de pratique.*

225ème PAS

AUJOURD'HUI, JE SERAI SÉRIEUX ET J'AURAI LE CŒUR LÉGER
TOUT À LA FOIS.

Il n'existe aucune contradiction dans le message d'aujourd'hui, si vous le comprenez. Prendre votre vie au sérieux, c'est recevoir sa grâce véritable qui vous rendra très heureux. Vous devez donc être très sérieux avec vous-même, car vous apprenez actuellement à devenir un véhicule pour la Connaissance, et vous pouvez être très heureux, avoir le cœur léger, en sachant la Connaissance est avec vous. Telle est ainsi la véritable application de votre mental : vous avez le cœur léger avec ce qui est léger, et vous êtes sérieux avec ce qui est sérieux. Un mental sérieux dans sa direction extérieure et léger dans son ravissement intérieur sera un mental pleinement intégré. Tel sera un mental dans lequel le Ciel et la Terre se touchent.

La Grâce que vous allez recevoir en ce jour engendrera de la joie et une véritable appréciation. Cependant, elle exigera que vous vous appliquiez avec un engagement sérieux, un dévouement sincère et que vous appliquiez vos facultés mentales et physiques de façon authentique. Ici, vos forces représentent votre bonheur, et votre bonheur est renforcé par l'application de vos véritables capacités.

Réfléchissez à cela à chaque heure, lorsque vous répétez votre idée du jour. En entreprenant vos pratiques de méditation profonde, engagez avec sérieux votre mental afin qu'il puisse faire l'expérience du cœur léger et de la grande joie de la Connaissance. Vous verrez ainsi que l'idée d'aujourd'hui est d'une absolue constance. Vous ne confondez ainsi pas ce qui est heureux avec ce qui est sérieux. Cela vous procurera une plus grande compréhension du monde.

PRATIQUE 225 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

226ème PAS

LA CONNAISSANCE EST AVEC MOI. JE N'AURAI PAS PEUR.

La Connaissance est avec vous, et lorsque vous êtes avec la Connaissance, vous n'aurez pas peur. Avec le temps, la peur deviendra de plus en plus externe à votre véritable expérience, à mesure que vous apprendrez à demeurer avec la Connaissance. La valeur de l'idée d'aujourd'hui doit être reconnue à la lumière du fait que votre mental est engagé dans la peur par habitude, à un point tel qu'il semble vous rendre très difficiles le rétablissement de la Connaissance et l'application de la Connaissance. Cela paraît difficile simplement parce que dans le passé, votre mental s'est trouvé engagé dans la peur si souvent et dans si large mesure. Les habitudes peuvent être brisées. De nouvelles habitudes de pensée et de comportement peuvent être instillées et renforcées. C'est simplement le fruit de l'application de votre mental. C'est le fruit de la pratique.

Aujourd'hui, exercez-vous à être avec la Connaissance, ce qui éliminera toutes les habitudes qui vous ont conditionnés, vous et le monde.

Être dans la vie est une pratique et c'est toujours une forme de service. Aujourd'hui, mettez en pratique la vérité et servez la vérité, car de cette manière, toutes les erreurs sont affaiblies. Leur assise est supprimée et à la place vous commencerez à apprendre une nouvelle manière d'être dans le monde, une nouvelle manière de s'engager avec le monde et vous acquerrez une structure supérieure pour l'application de vos facultés mentales et physiques.

À chaque heure, soyez avec la Connaissance. Dissipez la peur et rappelez-vous que la Connaissance est avec vous. Rappelez-vous que vos Enseignants sont avec vous. Rappelez-vous que, partout, les étudiants impliqués dans le rétablissement de la Connaissance sont avec vous. De ce fait, le monde deviendra petit et vous deviendrez grand. Lors de vos pratiques plus approfondies, accordez-vous la liberté de faire l'expérience de la Connaissance. Entrez dans la grande profondeur et la grande quiétude du mental, à mesure qu'il s'immerge dans la présence de l'amour.

PRATIQUE 226 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

227ème PAS

JE NE PENSERAI PAS QUE JE SAIS AUJOURD'HUI.

Les étudiants débutants pensent toujours qu'ils savent des choses qu'ils ne savent pas, et ils pensent toujours qu'ils ne savent pas des choses qu'ils savent. Un tri important s'avère nécessaire. Cela nécessite la découverte du vrai et du faux, et d'apprendre à les séparer par le contraste. Avec le temps, vous prendrez conscience de la distinction entre le vrai et le faux et ne serez pas dupé par le simulacre qu'utilise le faux pour imiter le vrai.

Rappelez-vous à chaque heure aujourd'hui de ne pas penser que vous savez. Penser savoir n'est qu'une forme de substitution. Ou bien vous savez, ou bien vous ne savez pas. Votre pensée, ici, ne fait que soutenir ou dénier ce que vous savez, mais penser que vous savez est penser sans la Connaissance, ce qui est toujours machinal et engendre la confusion et le doute de soi.

Lors de vos séances plus approfondies de pratiques d'aujourd'hui, ne vous dupez pas en pensant que vous savez. Encore une fois, retournez à la pure expérience de la Connaissance même. Dans la quiétude et la paix, donnez-vous totalement à votre pratique aujourd'hui. La Connaissance est une expérience. Elle engendrera ses propres idées. Elle stimulera et soutiendra ces formes de comportement et d'application de soi qui sont vraiment bénéfiques à votre nature véritable. Ne vous satisfaites pas de ce que vous pensez savoir, car cela n'est qu'une autre forme de déni qui vous laissera appauvri une fois de plus.

PRATIQUE 227 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

228ème PAS

JE NE SERAI PAS PAUVRE AUJOURD'HUI.

Vous n'avez pas à être pauvre, car la pauvreté n'est pas votre héritage, ni votre véritable destinée. Ne soyez pas pauvre aujourd'hui, car la Connaissance est la grande richesse, et une fois autorisée à émerger à l'intérieur d'un mental, elle commence à générer sa présence dans le monde naturellement. Elle commence à équilibrer et à harmoniser le mental qui est son véhicule, et commence à donner spécifiquement à certains individus par des voies spécifiques. Tel est le génie qui est avec vous. Comment pouvez-vous être pauvre avec un tel don ? Seules vos idées et vos comportements d'autodérision peuvent engendrer la pauvreté.

Commencez ainsi aujourd'hui à regarder avec plus de profondeur tout ce qui, selon vous, ressemble à des formes d'obstacles pour vous. Réfléchissez-y à chaque heure. Lors de vos deux séances plus approfondies de pratique, engagez activement votre mental en tentant de discerner les formes particulières de tromperie et d'obstruction que vous exercez envers vous-même. Faites cela sans condamnation, mais avec l'objectivité nécessaire pour regarder clairement. Ne soyez pas consterné par l'existence de multiples formes subtiles de tromperie envers vous-même. Elles ne sont que de légères variations sur des thèmes forts simples. Leur apparente complexité et leur quantité sont sans importance, lorsque vous les reconnaissez. Elles sont toutes nées de la peur et de la tentative de compenser la peur en s'engageant dans l'illusion et en essayant d'amener les autres à entretenir cette illusion. Toutes les idées sans la Connaissance servent ce but, soit directement soit indirectement. Cependant, le but réel est la grande force derrière des idées qui existent pour un véritable service, comme il est la grande force derrière toutes les formes d'actions et de comportements qui existent pour un véritable service.

Aujourd'hui, nous regarderons les obstacles, mais pas avec honte, ni culpabilité, ni anxiété. Regardez uniquement pour renforcer la présence et l'application de la Connaissance et uniquement pour vous préparer à être un véhicule supérieur de la Connaissance dans le monde. Tel est le but de la pratique d'aujourd'hui. Par conséquent, pratiquez avec une véritable intention. Vous êtes plus grand que les erreurs que vous percevez et elles ne peuvent pas vous tromper si vous les regardez objectivement.

PRATIQUE 228: *Deux séances de pratique de 30 minutes Pratique horaire.*

229ème PAS

JE NE BLÂMERAI PAS AUTRUI POUR MA PEINE.

L'idée d'aujourd'hui représente un saut immense dans la compréhension. Elle doit cependant naître de la Connaissance pour posséder une véritable efficacité. Son sens n'est pas immédiatement apparent, car vous découvrirez assez tôt l'existence de nombreuses situations où d'autres personnes semblent être entièrement responsables de

vosre peine. Étant donné votre manière habituelle de penser et les présomptions sur lesquelles vous vivez, il vous sera très difficile de nier que les autres sont bel et bien la cause de votre peine. Ce n'est cependant pas ainsi que la Connaissance vous considère, et vous devez apprendre à ne pas vous considérer ainsi.

La peine est toujours une décision que vous prenez en réaction à un stimulus dans votre environnement. Le corps aura une douleur physique s'il réagit ainsi, mais ce n'est qu'une réponse sensorielle. Cela n'est pas la véritable peine qui vous fait mal. La peine qui vous fait mal est la couronne d'épines de vos propres idées et de vos propres présomptions, vos propres appréhensions et vos informations erronées, et votre rancœur envers vous-même et envers le monde. Ceux-ci produisent une souffrance à la fois dans votre mental et dans votre corps. C'est cette peine que nous désirons soulager en ce jour.

Considérez ainsi l'idée de ce jour comme une forme de remède contre la peine. Si l'autre est la cause de votre peine, vous n'avez pas d'autre remède que de l'attaquer ou de le changer. Même votre tentative de le changer pour le bien sera une forme d'attaque, car sous votre altruisme se trouveront la haine et le ressentiment. Il n'existe par conséquent aucun remède à la peine si vous ne pouvez rien faire quant à sa cause. Et pourtant, il existe un remède pour toutes les peines, parce que la Connaissance est avec vous.

Toute peine doit par conséquent être reconnue comme le résultat de votre propre décision. Elle doit être reconnue comme le résultat de votre propre interprétation. Vous pouvez ressentir que vous avez été trompé par autrui ou par le monde. Ce sentiment est réellement présent dans votre mental, vous n'avez donc pas à le nier, mais vous devez regarder au-delà de celui-ci, vers sa source et le mécanisme qui a permis son émergence. Pour ce faire, vous devez utiliser vos propres facultés. Ceci vous procurera une grande force. Vous serez capable de le faire parce que la Connaissance est avec vous et qu'avec la Connaissance, vous pouvez faire tout ce que la Connaissance vous demande de faire.

Sans condamnation, le monde est si soulagé qu'il peut commencer à se rétablir. Répétez ainsi cette idée à chaque heure et examinez son sens. Pénétrez profondément à l'intérieur pour découvrir ce qu'elle détient réellement pour vous. Lors de vos deux séances de pratique plus longues, entrez dans la quiétude et la paix, car sans condamnation sur le monde et sur vous-même, le mental est déjà en paix.

PRATIQUE 229: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

230ème PAS

MA SOUFFRANCE NAÎT DE LA CONFUSION.

Votre souffrance naît de la confusion. Autorisez-vous à être confus, afin que vous puissiez reconnaître le véritable chemin du rétablissement. Cette idée vous rend-elle confus ? Elle peut sembler déroutante, parce que les gens ne veulent pas accepter leur confusion. Ils mentiront à son sujet, en disant qu'ils sont certains alors qu'ils sont confus, rejetant la responsabilité sur les autres pour s'excuser ou se blâmant eux-mêmes pour excuser les autres. Tout ceci représente la confusion.

En réalisant que vous êtes confus, vous pouvez alors rétablir les moyens pour regagner votre certitude. Si vous n'acceptez pas le fait que vous soyez confus, vous imposerez des substituts à la certitude, au monde et à vous-même, et vous vous éloignerez ainsi de la possibilité de recevoir votre certitude. C'est pourquoi vous devez réaliser que votre confusion est la source de votre souffrance et vous devez vous permettre d'être confus, pour reconnaître votre véritable dilemme. En reconnaissant votre véritable dilemme, vous verrez le grand besoin de la Connaissance, et ceci fera naître en vous le dévouement et l'application de soi qui vous sont nécessaires pour recevoir ce qui constitue votre héritage.

Aujourd'hui, répétez cette idée à chaque heure et n'oubliez pas de le faire. Lors de vos deux séances de pratique plus longues, engagez activement votre mental pour essayer de saisir la profondeur et le sens de l'idée d'aujourd'hui. Prenez conscience objectivement de tous les sentiments et toutes les pensées qui sont en sa faveur et de tous les sentiments et toutes les pensées qui s'y opposent. Prenez un soin particulier à identifier toute objection que vous pourriez avoir vis-à-vis de l'idée d'aujourd'hui. Ensuite, prenez conscience du pouvoir de cette idée au sein de votre propre mental.

Ceci vous amènera à réaliser la teneur de l'idée d'aujourd'hui et son véritable sens. Ceci vous aidera également à comprendre objectivement la construction actuelle de votre mental, ce qui fait partie intégrante de votre éducation en tant qu'étudiant de la Connaissance. Consacrez-vous à l'étude de l'idée d'aujourd'hui et ne vous contentez pas de simples réponses et explications, car l'idée d'aujourd'hui contient un don dont vous n'avez pas encore fait l'expérience.

PRATIQUE 230: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

231ème PAS

J'AI UNE VOCATION DANS CE MONDE.

Vous avez une vocation dans ce monde. Elle n'est pas ce que vous pensez qu'elle est. Elle émergera de votre Connaissance lorsque la Connaissance aura la possibilité d'émerger dans votre mental. Vous avez un appel dans ce monde parce que vous êtes venu ici pour faire des choses très spécifiques. Votre but dans ce monde est de rétablir votre Connaissance et de permettre à votre Connaissance de s'exprimer. C'est une affirmation très simple de votre but, mais c'est une affirmation qui contient une profondeur insondable et qui doit absolument être réalisée avec le temps.

Vous avez une vocation dans ce monde, parce que vous avez été envoyé ici pour faire quelque chose. C'est pour cette raison que votre mental est comme il est, et que vous avez une nature spécifique, distincte des autres. Lorsque votre vocation émergera, vous réaliserez pourquoi vous pensez et agissez de la façon dont vous le faites, et tout cet ensemble sera amené dans un équilibre et une harmonie véritables. Ceci effacera toutes les raisons que vous avez pour vous condamner vous-même, car votre nature représente une utilité dont vous n'avez pas encore pris conscience. En d'autres termes, vous êtes spécifiquement conçu pour quelque chose que vous n'avez pas encore compris. Avant cela, vous résisterez à votre nature, en pensant qu'elle constitue une limitation qui vous est imposée. Avec le temps, vous réaliserez qu'elle est une ressource inestimable pour vous accomplir, car vous avez une vocation dans le monde.

À chaque heure, rappelez-vous cela et rappelez-vous que vous ne savez pas encore ce qu'est votre vocation. Sans présomption, vous serez en situation de découvrir la vérité. Lors de vos séances de pratique approfondies en ce jour, entrez dans le silence et la quiétude une fois de plus, en utilisant le mot RAHN si cela peut vous aider. C'est un jour de préparation, afin que vous preniez conscience de votre véritable vocation dans le monde. C'est un jour offert à la Connaissance et un jour enlevé aux fausses suppositions et aux déceptions de soi. Un jour offert à la Connaissance vous emmène plus près de la réalisation de votre vocation, laquelle émergera naturellement en l'absence de vos présomptions, une fois que vous et ceux avec qui vous devez être engagé, serez préparés.

PRATIQUE 231 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

232ème PAS

MA VOCATION DANS LA VIE REQUIERT LE DÉVELOPPEMENT D'AUTRES PERSONNES.

Afin que votre vocation émerge dans votre vie, ce n'est pas seulement votre propre développement qui est essentiel, mais aussi le développement de ceux avec qui vous allez vous engager directement. Parce que votre but dans la vie implique votre engagement avec les autres, il ne s'agit pas d'une poursuite singulière. Il ne s'agit pas d'un accomplissement individuel. En réalité, il n'existe aucun individu qui soit complètement séparé d'autres individus, parce que l'individualité n'a du sens que dans l'expression de ce qui unit et rassemble toute vie.

Ainsi, développez en ce jour la sagesse née de la compréhension que votre véritable accomplissement dépend également de l'accomplissement d'autres personnes. Ne croyez pas que vous savez qui sont tous ces autres, car vous ne les avez pas encore tous rencontrés. Certains sont dans ce monde, et certains sont au-delà de ce monde. Ils peuvent ne pas faire du tout partie de votre sphère personnelle.

Comment pouvez-vous alors avancer, si votre accomplissement dépend en partie des autres ? Vous avancez en vous consacrant à votre préparation. Le pouvoir d'entreprendre cette préparation renforcera ceux avec qui vous serez engagé dans l'appel de votre vie. Parce que votre assiduité vous consolide les uns et les autres, vous êtes déjà en relation ; vous vous influencez déjà les uns les autres. Plus vous vous approcherez de ce point où émerge la Connaissance, plus ils s'en approcheront également. Plus vous vous retiendrez en arrière, plus vous les retiendrez en arrière. Vous ne pouvez pas percevoir ce mécanisme alors que vous êtes dans le monde, car vous devez être au-delà du monde pour voir comment cela fonctionne. Cependant, vous pouvez comprendre l'idée que toutes les consciences s'influencent les unes les autres, particulièrement ces consciences qui sont destinées à s'engager les unes avec les autres dans la vie de façon spécifique.

Votre avancement dépend ainsi de vos propres efforts et des efforts des autres. En outre, les efforts des autres sont supplémentés et renforcés par vos propres efforts. S'il vous revient donc en grande partie d'œuvrer à votre propre accomplissement, votre accomplissement vous ralliera à la vie et approfondira vos relations et votre expérience de celles-ci, au-delà de ce dont vous étiez capable de faire l'expérience auparavant.

Lors de vos rappels à chaque heure et durant vos méditations plus longues dans la quiétude, laissez aujourd'hui vos efforts être supplémentés par les efforts des autres, qui supplémenteront vos efforts. Laissez alors la combinaison de vos engagements mutuels être une source de force que vous expérimenterez aujourd'hui et qui sera expérimentée par ceux que vous n'avez pas encore rencontré dans cette vie.

PRATIQUE 232 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

233ème PAS

JE FAIS PARTIE D'UNE PLUS GRANDE FORCE POUR LE BIEN DANS LE MONDE.

Cette affirmation est absolument vraie, bien que de la perspective de l'état de séparation, elle peut paraître difficile à comprendre. Il ne vous est pas demandé de comprendre l'idée d'aujourd'hui, cependant il vous est donné de faire l'expérience de son pouvoir et de son potentiel, car étant représentative de la vérité, elle peut vous conduire à la vérité, qui est l'expérience de la Connaissance. Tel est le plus grand potentiel de toute idée – pouvoir être une porte vers la Connaissance.

Cette idée doit ainsi être approchée de façon appropriée. Vous devez réaliser les limitations d'un point de vue issu de la séparation et ne pas chercher à juger la valeur de l'idée d'aujourd'hui. Vous ne pouvez pas la juger. Vous pouvez seulement y répondre ou la nier, parce que sa vérité est plus grande que votre interprétation actuelle. Reconnaître vos limitations

actuelles, dans ce cas, vous donne accès à la grandeur, car en ne protégeant pas ce qui vous affaiblit, vous pouvez trouver votre chemin vers ce qui vous renforce et vous procure un but, un sens et une direction.

Vous faites partie d'une Force Supérieure pour le Bien, car cette Force est unie à la Connaissance et est dirigée par elle. La Connaissance se trouve ici au-delà de ce que tout individu peut posséder. Par conséquent, il n'y a pas "votre" connaissance et "ma" connaissance ; il n'y a que la Connaissance. Il y a seulement votre interprétation et mon interprétation, et en cela il peut exister des divergences, mais la Connaissance est la Connaissance. Elle rassemble les gens ; elle sépare les gens. Si elle est véritablement perçue dans le calme et avec objectivité, sa véritable direction peut être discernée et suivie.

Prenez de la force aujourd'hui, lorsque vous répétez cette idée à chaque heure. Sachez que tous vos efforts en faveur de la Connaissance sont supplémentés par ceux qui pratiquent avec vous – ceux que vous pouvez voir et ceux que vous ne pouvez pas voir. Lors de vos pratiques plus approfondies, permettez que votre autodiscipline, qui vous prépare à entrer dans la quiétude et la paix, soit également supplémentée. Votre accomplissement aujourd'hui supplémentera alors les efforts de tous ceux qui pratiquent ; ceux qui désapprennent ce qui est faux et ceux qui apprennent ce qui est vrai en même temps que vous.

PRATIQUE 233 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

234ème PAS

LA CONNAISSANCE SERT L'HUMANITÉ PAR TOUS LES CHEMINS.

La Connaissance active toutes les capacités mentales et physiques pour le bien. Elle dirige toutes sortes de quêtes individuelles qui œuvrent pour le bien de l'humanité. Dans les arts, dans les sciences et dans toutes les entreprises, dans le geste le plus simple et dans l'acte le plus grand, la Connaissance démontre une vie plus grande et renforce toutes les qualités les plus hautes chez les individus qui sont engagés avec elle.

Parce que la Connaissance est grande, vous n'avez pas à l'associer seulement à ce qui est grand ; l'expression de la Connaissance peut imprégner le plus petit mot et le geste le plus infime. Ce dernier peut ainsi lui aussi générer le plus grand impact sur les autres. Le pouvoir de la Connaissance d'un individu est d'activer le pouvoir de la Connaissance chez d'autres personnes, stimulant et soutenant de ce fait la régénération de la vie dans ces consciences qui vivent séparées dans leurs illusions. Vous ne pouvez pas percevoir la portée globale de cela de l'intérieur du monde, mais vous pouvez en faire l'expérience à l'intérieur de votre propre vie et en voir la démonstration dans le contexte des relations dans lesquelles vous êtes actuellement engagé.

Ne pensez pas que vous savez. Soit vous savez, soit vous ne savez pas. Rappelez-vous de cela, car l'occasion de vous tromper vous-même est toujours présente, parce que vous n'êtes pas encore disposé à faire face à vous-même complètement, craignant que ce que vous trouveriez vous découragerait ou vous détruirait. Et pourtant, lorsque vous ferez face à vous-même complètement, tout ce que vous trouverez est la Connaissance.

Lors de vos séances plus approfondies de pratique aujourd'hui, permettez-vous d'entrer dans la quiétude encore une fois, en utilisant les méthodes que vous avez apprises jusqu'ici. Ne laissez rien de vous distraire de votre but. Vous faites partie d'une Force plus grande, et cette Grande Force vous soutient.

PRATIQUE 234: *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

235ème PAS

LE POUVOIR DE LA CONNAISSANCE ME DEVIENT ÉVIDENT.

Il vous faudra du temps pour prendre conscience du pouvoir de la Connaissance, car il est bien supérieur à tout ce que vous avez imaginé.

Pourtant, il est bien plus simple et plus subtil que vous ne pouvez le comprendre encore. Il peut être vu dans l'innocence des yeux d'un enfant ; il peut être imaginé dans la grandeur du mouvement des galaxies. Dans le geste le plus simple ou l'acte le plus noble, il peut se manifester.

Permettez-vous d'accepter que vous commenciez seulement à réaliser la présence de la Connaissance dans votre vie et dans toute vie. Ceci est déterminé par votre capacité pour la Connaissance, que vous êtes en train de cultiver actuellement en concert avec votre désir pour la Connaissance. C'est pourquoi, jour après jour, vous pratiquez la quiétude et la paix, et n'interrompez ces moments que pour pratiquer l'engagement actif de votre mental dans des buts élevés. Ici, vous construisez autant votre capacité que votre désir pour la Connaissance, car chaque jour vous devez pratiquer à cause du désir pour la Connaissance, et chaque pratique développe votre capacité à faire l'expérience de la Connaissance.

Vous commencez à reconnaître la présence de la Connaissance, le pouvoir de la Connaissance et la marque de la Connaissance. Rappelez-vous ceci à chaque heure et n'oubliez pas. Encore une fois, dans la profondeur de vos longues séances de pratique, consacrez-vous complètement à entrer dans la quiétude et la paix, car ceci annulera tout blâme et toute rancœur en vous, et vous montrera le pouvoir de la Connaissance, que vous apprenez maintenant à accepter.

PRATIQUE 235 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

236ème PAS

AVEC LA CONNAISSANCE JE SAURAI QUOI FAIRE.

Avec la Connaissance vous saurez quoi faire, et votre certitude sera si forte qu'il sera difficile pour vous de douter d'elle ou d'argumenter contre elle. Ici, vous devez être préparé à agir et à faire preuve d'audace. Si votre inquiétude principale est de protéger vos idées et votre corps physique, alors vous serez effrayé par la Connaissance, effrayé qu'elle vous conduise vers quelque chose qui sera dangereux ou préjudiciable pour vous. La Connaissance ne peut qu'être démontrée. Sa bienfaisance doit être expérimentée. Elle peut uniquement être expérimentée en acceptant sa présence et en suivant sa direction.

Avec la Connaissance vous saurez quoi faire, et votre certitude dépassera de loin toutes les prétentions que vous avez prises pour de la certitude jusqu'ici. Le doute de soi peut persister face à la Connaissance, mais la Connaissance est ô combien plus grande, parce que votre être entier sera engagé dans l'action. Seule la petitesse de votre doute de soi née de vos propres fausses croyances peut argumenter contre elle. Cependant, ses arguments sont pathétiques et pitoyables, manquant de profondeur et de conviction.

La Connaissance se mettra en mouvement en vous à certains moments, car dans la quiétude elle observe toutes choses jusqu'à ce qu'elle soit prête à agir, et quand elle agit, elle agit ! Vous apprendrez ainsi à être en paix dans le monde avec la Connaissance, et cependant lorsque vous agirez, vous agirez avec une véritable efficacité et avec un grand résultat. De cette manière, vous pouvez être tout à la fois une personne d'action et un contemplatif, car votre contemplation sera profonde et pleine de sens, de même que votre action sera profonde et pleine de sens.

Avec la Connaissance vous saurez quoi faire. Ne pensez pas que vous savez quoi faire, à moins que vous ne soyez avec la Connaissance et que la Connaissance ne vous dirige pour faire quelque chose avec une grande force. N'essayez pas de résoudre vos problèmes par de petites tentatives, car sans la Connaissance, vos tentatives seront vides de sens et elles aggraveront votre frustration.

À chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui et prenez-la en considération. Dans la profondeur de vos pratiques longues, utilisez les compétences que vous avez cultivées jusqu'ici pour vous engager dans la quiétude. Si la Connaissance demeure dans la quiétude, vous pouvez demeurer dans la quiétude également. Ainsi, lorsque la Connaissance stimulera l'action, vous serez capable d'agir, et ce faisant, la résolution que vous apporterez sera plus grande que tout ce que vous pourriez concevoir.

PRATIQUE 236 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

237ème PAS

JE COMMENCE SEULEMENT À COMPRENDRE LE SENS DE MA VIE.

Vous commencez seulement à comprendre le sens de votre vie. Ceci se révélera naturellement à votre compréhension, sans vos efforts pour tenter de le conceptualiser. Le sens et le but de votre vie émergeront simplement et seront exprimés aujourd'hui, demain et dans les jours à venir, car la Connaissance est aussi simple et fondamentale que cela. Votre intellect peut ainsi être utilisé pour répondre aux nécessités physiques de votre vie, aux détails spécifiques à votre vie et aux mécanismes de votre vie, car telle est la pertinence de l'intellect. Cependant, la grandeur de la Connaissance procure un but, un sens et une direction que l'intellect ne peut en aucun cas fournir. L'intellect est ainsi une faculté qui possède une réelle fonction ici, car il est au service de la grandeur de la Connaissance.

Vous commencez seulement à comprendre le sens de la Connaissance et la nature de la Connaissance. Ne pensez pas que vos conclusions établies jusque-là répondent à vos besoins, car vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance et en tant qu'étudiant débutant, vous ne ferez pas l'erreur de vous reposer uniquement sur vos présomptions. En effet, les étudiants débutants font peu de présomptions et sont pleins d'enthousiasme pour apprendre tout ce qui leur est nécessaire. Soyez un étudiant débutant aujourd'hui. Reconnaissez combien peu vous savez et combien beaucoup vous devez apprendre. Vous avez le temps d'une vie pour apprendre cela, et pourtant votre temps dans cette vie doit être activé et renforcé au-delà de ce que vous avez réalisé jusqu'ici. Avec le temps, la grandeur que vous portez s'exprimera à travers vous dans des actions à la fois grandes et petites.

Aujourd'hui, lors de vos séances plus approfondies de pratique, où vous entrez dans la quiétude, permettez à votre conscience de la Connaissance d'être cultivée davantage. Soyez présent à votre pratique, tel un jardinier patient qui ne demande pas que toutes les plantes portent fruits aujourd'hui, mais qui comprend les saisons de croissance et de changement.

Permettez-vous d'avoir cette compréhension, car avec le temps vous comprendrez objectivement comment les êtres humains se développent et croissent, et ce qu'ils portent en eux. Quand vous quitterez ce monde, si vous avez réussi à cultiver la Connaissance et à la laisser offrir tous ses dons dans le monde, vous serez alors capable de devenir un des Enseignants de ceux qui restent en arrière. De cette manière, vous complétez votre apprentissage dans le monde en contribuant pour les autres tout ce que vous avez acquis dans le monde. Ce faisant, vous accomplissez votre don et les leurs progressent.

Vous commencez seulement à comprendre le sens de ces mots. Aujourd'hui, renforcez votre expérience de la Connaissance, afin que la compréhension de ces mots puisse pénétrer en vous. À chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui, afin que toutes vos activités et tous vos engagements contribuent à vos pratiques, quel que soit l'environnement où vous vous trouvez. Il n'y a en effet pas d'événement ou d'interaction que la Connaissance ne puisse pas bénir et harmoniser.

PRATIQUE 237 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

238ème PAS

RÉVISION

Commençons votre révision bihebdomadaire avec cette invocation :

« Je suis envoyé dans le monde pour servir ma Famille Spirituelle qui sert ce monde et tous les mondes dans l'univers physique. Je fais partie d'une Grande Force pour le bien, et je suis un étudiant débutant de la Connaissance. Je suis reconnaissant pour le don qui a été offert, que je commence à présent à comprendre. Avec une fidélité et une dévotion complètes, je continuerai ma pratique aujourd'hui, afin que je puisse apprécier la valeur de ma propre vie. »

À la suite de cette invocation, commencez votre longue révision. Commencez avec la première leçon de la période de deux semaines, révisez les instructions et votre pratique, et ensuite procédez jour après jour. Quand vous aurez complété votre révision, une fois encore répétez l'invocation pour aujourd'hui et passez ensuite quelques minutes dans le silence. Dans cette quiétude, commencez à sentir le pouvoir de ce que vous êtes en train d'entreprendre. Le Pouvoir de la Connaissance et la Grâce qu'il transmet au monde sont ce que vous apprendrez à recevoir et à exprimer dans les jours et les semaines à venir.

PRATIQUE 238 : *Une longue séance de pratique.*

239ème PAS

LA LIBERTÉ EST MIENNE AUJOURD'HUI.

La liberté est vôtre, vous qui vivez avec la Connaissance. La liberté est vôtre, vous qui n'avez pas à vous alourdir de la tension excessive de pensées et de spéculations inutiles. La liberté est vôtre, vous qui pouvez vous consacrer à votre unique but et aux tâches spécifiques qui émanent de ce but. Quelle plus grande liberté existe-t-il que la liberté d'utiliser votre Connaissance et d'accomplir sa destinée dans le monde ? Rien d'autre ne peut être appelé liberté, car toute autre chose n'est que la liberté de vivre dans le chaos et de tomber dans la misère.

En ce jour vous êtes libre de permettre à la Connaissance demeurer avec vous. En ce jour, lors de votre pratique horaire et durant vos deux méditations plus profondes, souvenez-vous que vous êtes libre. Lorsque vous avez la liberté de demeurer avec la Connaissance dans vos deux séances de méditation, permettez-vous d'entrer dans la quiétude et ne laissez aucun sentiment, aucune idée ou pensée vous dissuader de l'expérience la grande liberté que vous avez de vous évader du monde vers la Connaissance.

Ces temps de pratique sont si importants pour l'ensemble de votre bien-être. Cet engagement vous donnera un accès plus grand à la Connaissance lors de tous vos engagements mondains, à mesure que vous apprendrez à demeurer dans la paix avec la Connaissance et à mesure que vous apprendrez à suivre la Connaissance lorsqu'elle exerce sa Sagesse dans le monde. Vous êtes libre ce jour d'être avec la Connaissance, car en ce jour vous êtes libre

PRATIQUE 239 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

240ème PAS

LES PETITES IDÉES NE PEUVENT PAS SATISFAIRE MON BESOIN DE LA CONNAISSANCE.

Les grandes idées, les images fantastiques ou les systèmes de croyance remarquables ne peuvent satisfaire votre besoin de la Connaissance. Les seules idées peuvent vous mettre sur votre chemin, mais elles ne peuvent faire le voyage pour vous. Elles évoquent peut-être des choses plus grandes qui vous attendent, mais elles ne peuvent vous y amener, car la Connaissance doit être votre guide vers votre destinée et votre accomplissement. Avec des idées, vous vous tenez au départ, pointant le chemin aux autres, mais vous-même ne pouvez pas partir.

Lorsque vous voyagerez avec la Connaissance, la Connaissance s'étendra par des idées. Elle s'étendra par des actions, au travers de gestes et au travers de tous les véhicules de communication dans ce monde. Aussi, ne vous contentez pas de seules idées. Ne pensez pas qu'en spéculant sur des idées vous comprenez la nature de la Connaissance et sa véritable application dans le monde. Ces choses peuvent être vécues et observées, mais les individus qui les vivent et les observent doivent être émus au cœur même de leur être.

Ainsi, ne vous vous satisfaites pas de petites choses à la place de la grandeur de votre être véritable et de votre but dans le monde. Retournez à la Connaissance, et soyez reconnaissant envers ces idées qui vous en ont indiqué la direction. Mais réalisez cependant que le pouvoir qui peut vous mouvoir, le pouvoir qui vous donne la force de vous préparer et de participer, est issu de la grande Sagesse et de la Connaissance que vous portez. La Connaissance est nécessaire pour suivre la Connaissance. La Connaissance est nécessaire pour se préparer à la Connaissance. Ainsi, la Connaissance est exercée alors même que vous l'approchez.

Ne restez donc pas au départ de votre voyage avec seulement des idées. N'acceptez pas ce qui est petit à la place de la grandeur de votre fonction. Rappelez-vous cela à chaque heure et lors de vos pratiques de méditation profonde, entrez une fois encore dans la quiétude et la paix. Venez à votre pratique sans question. Venez à votre pratique sans requête. Rappelez-vous que dans la Connaissance tout sera donné, tout sera reçu et

tout sera appliqué selon le besoin. À mesure que votre esprit deviendra plus simple et plus ouvert, il deviendra un véhicule grâce auquel la Connaissance s'exprime dans le monde.

PRATIQUE 240 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

241ème PAS

MA COLÈRE EST INJUSTIFIÉE.

La colère est injustifiée, car la colère en elle-même n'est que votre réaction à votre échec dans l'application de la Connaissance. Ceci engendre de la colère à sa source même. Mais il n'est pas nécessaire qu'il en soit ainsi, parce que la colère est une réaction. En tant que réaction, elle peut générer de la colère chez les autres et stimuler une réponse violente à l'intérieur et à l'extérieur, partout où elle est appliquée. La Connaissance redirigera cependant la colère pour lui ôter son caractère destructeur, car ce que vous désirez exprimer est ce qui fortifie la Connaissance chez les autres. C'est la force de votre conviction, et non votre désir de vous blesser ou de blesser les autres, qui constitue le véritable moteur de l'émotion au cœur de la colère.

Ainsi, nous pouvons dire que votre colère est une communication authentique qui a été déformée par vos propres projections de blâme et de peur. Une fois ces déformations dissipées, la communication authentique qui est à la base de toute colère peut être exprimée. Ceci ne peut qu'engendrer ce qui est bon.

La colère n'est donc pas justifiée, car elle est une mauvaise interprétation d'une communication vraie. Votre colère n'est pas justifiée parce que la colère naît de la confusion. Cependant, la confusion demande alors une préparation et une véritable application de la Connaissance. Par conséquent, les coupables ne sont pas punis, mais aidés. Les mauvais ne sont pas envoyés en enfer, mais préparés pour le Ciel. Telle est la véritable nature du but de Dieu dans le monde. C'est pourquoi Dieu ne peut jamais être en colère, parce que Dieu n'est pas offensé. Dieu ne fait qu'appliquer Dieu à une situation dans laquelle Dieu a temporairement été oublié.

Dans une perspective plus large, même la séparation de toutes les consciences individuelles est un événement très temporaire. Vous n'êtes pas encore capable de penser à ce niveau et vous ne serez pas capable de le faire avant longtemps, car vous devez traverser les différentes étapes de développement qui intègrent votre esprit dans des expériences de plus en plus grandes au niveau des relations et de la vie. Cependant, à mesure que vous avancerez et ferez chacun des pas vitaux qui élargissent vos horizons, vous commencerez à comprendre que la colère est injustifiée. Elle ne représente qu'un échec dans l'application de la Connaissance à une situation spécifique. Cela appelle un remède, et non une condamnation. Vous réaliserez ici que votre colère est quelque chose à comprendre. Ce n'est pas quelque chose à rejeter, car si vous rejetez la colère vous rejetterez aussi le germe de la colère, qui communication authentique. Par conséquent,

nous désirons vous nettoyer de ce qui a gâché votre communication authentique, afin que votre communication authentique puisse jaillir, car une communication authentique provient toujours de la Connaissance.

Réfléchissez à cette idée à chaque heure. Lors de vos séances de pratique approfondie, engagez activement votre mental fin qu'il regarde minutieusement tout ce qui vous met en colère, du plus infime et spécifique à ces choses générales qui vous contrarient ou qui vous découragent. Rappelez-vous, alors que vous serez en train de parcourir votre inventaire de la colère, que votre colère est injustifiée. Rappelez-vous que ceci demande l'application de la Connaissance et qu'en chaque expérience ou sentiment de colère que vous avez se trouve un germe de vérité. Par conséquent, votre colère n'a pas besoin d'être rejetée mais nettoyée, car en nettoyant votre colère vous serez capable de communiquer ce que vous aviez l'intention de communiquer au départ, là où vous avez initialement échoué. Votre expression de vous-même sera ainsi complète, et la colère n'aura plus lieu d'être.

PRATIQUE 241: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

242ème PAS

MON PLUS GRAND DON AU MONDE EST MA CONNAISSANCE.

Tel est votre don le plus grand. C'est le don qui imprègne tous les autres dons et leur donne du sens. C'est le don qui donne sa valeur à toute expression humaine, toute entreprise humaine et toute invention humaine qui est destinée à soutenir le bien-être de l'humanité dans son évolution. La Connaissance n'est pas quelque chose que vous pouvez quantifier et donner, comme si vous la mettiez dans un paquet ou la délimitiez avec vos idées. Elle est une présence et une qualité de vie qui constituent l'essence même de la vie. Elle donne du sens à tout don et à toute contribution.

Tel est votre don le plus grand, celui que vous apprenez à recevoir actuellement. À mesure que vous le recevrez, il se donnera naturellement car vous ne pouvez pas garder la Connaissance pour vous-même. Une fois qu'elle émerge, elle commence à s'exprimer dans toutes les directions et spécifiquement dans certaines directions, dans certains engagements avec certaines personnes, selon son dessein et sa Sagesse. Ainsi, si vous recevez la Connaissance, elle doit être donnée. Elle se donnera, et vous voudrez la donner parce que vous possédez la richesse, et la richesse ne peut s'accroître qu'en donnant. Ainsi la vie est en essence le don de la Connaissance.

Chaque fois que cette contribution ne peut pas s'accomplir, toutes les formes d'illusion, de déception et de désespoir apparaissent. Mais dès que la contribution est réactivée dans ces circonstances, ces formes de déni seront dissipées et la Connaissance recommencera à s'exprimer d'une manière très spécifique.

Par conséquent, à chaque heure, rappelez-vous cette grande vérité, et lors de vos méditations approfondies, permettez-vous de faire l'expérience de la Connaissance. Permettez-vous de la recevoir. Donnez-vous à cette application de votre mental et de votre corps. Ce faisant, la Connaissance se donnera et vous serez accompli, parce que vous aurez fait à la vie le don le plus grand qui puisse être fait.

PRATIQUE 242 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

243ème PAS

JE N'AI PAS BESOIN D'ÊTRE SPÉCIAL POUR DONNER.

La tentative d'être spécial sous-tend toute ambition humaine. Toute ambition humaine qui n'est pas née de la Connaissance est issue de la tentative de compenser la déception profonde et la grande anxiété de la séparation. La tentative d'être spécial est la tentative de fortifier la séparation. C'est la tentative de vous rendre supérieur au dépend des autres. Ceci rejette toujours la vie et la Connaissance, et conduit inmanquablement à une plus grande confusion, une plus grande frustration et un plus grand désespoir.

En ce jour, vous êtes libéré de la tentative de vous rendre spécial, car de cette façon vous trouverez le véritable soulagement que vous avez cherché dans tous vos efforts passés. Ce qui est spécial en vous, c'est votre la forme unique de votre expression de ce qui est inhérent à toute vie. Ainsi, ce qui rallie la vie et qui est la vie même se trouve confirmé. Votre individualité est également confirmée, mais pas à l'exclusion de la valeur de toutes les autres expressions de la vie. Ici, vous n'êtes pas spécial. Vous êtes simplement vous. Vous êtes plus grand qu'un individu parce que vous faites partie de la vie, et pourtant vous êtes un individu parce que vous exprimez la vie d'une façon individuelle. Ici cessent tout conflit et toute confusion. Ce qui est limité exprime ce qui est illimité, et ce qui est unique exprime ce qui est inhérent et intrinsèque. Telle est la résolution que vous recherchez, car vous ne désirez pas vraiment être spécial. Vous désirez seulement que votre vie individuelle possède un but, un sens et une direction.

À chaque heure, réfléchissez à cela après avoir répété l'idée de ce jour. Lors de vos pratiques approfondies, entrez une fois encore dans la quiétude et la paix. N'implorez pas des réponses, parce que vous n'avez pas besoin de faire cela dans vos pratiques de méditation. Ce temps est à présent consacré à pratiquer le fait de recevoir la Connaissance, en laquelle votre individualité est honorée et confirmée dans son véritable but, et votre sentiment d'être spécial, qui n'a été qu'un lourd et impossible fardeau pour vous, est enlevé avec douceur de vos épaules. Ne cherchez pas à être spécial aujourd'hui, car cela n'est pas le but de votre vie. Alors toute peur de la mort et de la destruction vous quittera. Alors tout jugement et toute comparaison avec les autres vous quitteront. Alors vous serez capable d'honorer la vie et

d'honorer vos relations, qui sont une expression de tout ce que la leçon d'aujourd'hui vous enseignera.

PRATIQUE 243 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

244ème PAS

JE SUIS HONORÉ QUAND LES AUTRES SONT FORTS.

Quand vous êtes fort, les autres sont honorés. Quand ils sont forts, vous êtes honoré. De cette manière, la Connaissance s'affirme dans le monde où la Connaissance a été oubliée. La Connaissance a seulement besoin d'être affirmée par l'expérience et l'expression afin d'être donnée aux autres. Votre enseignement le plus grand dans cette vie est la contribution de votre vie telle qu'elle est démontrée aux autres. En effet, c'est là votre don le plus précieux que vous puissiez vous faire, car à mesure que la valeur de votre vie vous sera démontrée votre propre estime sera réhabilitée, et vous comprendrez votre véritable valeur à la hauteur de la vie même.

Ainsi, lorsque les autres sont forts, vous êtes honoré. En cela, vous ne cherchez pas à diminuer autrui pour vous renforcer vous-même. Vous ne cherchez pas à affirmer votre avantage en désavantageant autrui.

Ainsi, aucune culpabilité n'accompagnera votre accomplissement, car personne n'a été trahi tandis que vous cherchiez à gagner de l'expérience et de l'avancement dans la vie.

La leçon d'aujourd'hui est très profonde, et demandera beaucoup de considération. À chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui et considérez-la sérieusement dans toutes les circonstances où vous vous trouverez. Lors de vos pratiques approfondies aujourd'hui, entrez dans le silence et la quiétude. Accordez-vous ce cadeau, parce que l'idée d'aujourd'hui est très simple et très vraie. Elle n'est en aucune façon complexe, bien qu'elle exige une réflexion sérieuse, car vous êtes bien trop habitué à n'entretenir que des choses de valeur superficielle. Tout au long de notre entraînement en ces jours, semaines et mois, vous apprenez à engager votre mental pour qu'il reconnaisse ce qui est évident et apparent, mais qui ne l'est pas encore pour vous, qui vous êtes nourri de choses superficielles.

Par conséquent, que ce temps aujourd'hui soit donné à la Connaissance. Que ce temps soit donné à ce qui vous renforce et renforce tous les autres individus dans l'univers. Quand les autres sont forts, vous êtes honoré. En cela toute séparation prend fin et le don véritable devient apparent.

PRATIQUE 244 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

245ème PAS

L'ÉCHEC DES AUTRES ME RAPPELLE LE BESOIN DE LA CONNAISSANCE.

Que l'échec des autres vous rappelle votre besoin de la Connaissance. Ne sous-estimez pas votre besoin de la Connaissance. Vous n'avez ainsi pas à répondre par la condamnation ou par le jugement lorsque quelqu'un échoue, mais vous avez à prendre conscience de leur grand besoin et votre grand besoin. Ceci ne fera alors que confirmer la profondeur avec laquelle vous devez maintenant vous préparer. Car vous vous préparez non seulement pour votre propre avancement et pour votre propre accomplissement, mais également pour l'avancement et l'accomplissement de l'humanité. Il ne s'agit pas d'une vaine affirmation ou déclaration. C'est absolument vrai. En effet, chaque pas que vous faites en direction de la Connaissance, vous donnez votre accomplissement au monde et vous allégez le fardeau de tous ceux qui se débattent dans leurs propres illusions et leur sentiment d'échec.

Votre vie devient alors votre enseignement, car elle est une vie de Connaissance. Elle démontre la présence de la Connaissance dans le monde, qui est la présence de Dieu. Ceci est le résultat de votre service en tant que véhicule avancé de la Connaissance. Lors de votre avancement, toutes les capacités humaines sont développées, toutes les limitations humaines sont dissipées et ce qu'il y a de plus vrai et de plus authentique dans la vie d'un individu humain au sein de ce monde se trouve exalté. Et ce qui est au-delà de toute vie humaine mais qui englobe la vie humaine se trouve également confirmé. Ainsi, l'échec d'autrui appelle votre engagement envers la Connaissance. C'est quelque chose qui vous appelle à avancer et à vous renforcer, parce que vous êtes venu dans le monde pour donner.

Rappelez-vous cela à chaque heure et lors de vos deux longues séances de pratique, engagez activement votre mental dans la compréhension de cette idée. Pensez à chaque individu qui, selon vous, a échoué et prenez conscience du sens de la leçon d'aujourd'hui, en considérant que ces individus qui vous rendent un service. Prenez conscience du besoin de la Connaissance dans leurs vies et dans votre vie. Ils commettent des erreurs pour susciter votre engagement envers la Connaissance. Ils vous rendent service à cet égard, et cela appelle votre gratitude et non votre condamnation. Ils vous enseignent à estimer ce qui a de la valeur et à abandonner ce qui est vide de sens. Ne pensez pas qu'ils ne vous économisent pas du temps. Ils démontrent ce que vous avez à apprendre et à accepter. Par conséquent, engagez-vous pour leur bien-être, car ils vous apprennent à estimer la Connaissance. Le bénéfice de cette estime leur sera donné en retour, et ils seront renforcés et honorés par votre accomplissement.

PRATIQUE 245 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

246ème PAS

RIEN NE JUSTIFIE L'ÉCHEC DANS LE RÉTABLISSEMENT DE LA CONNAISSANCE.

Rien ne justifie l'erreur. Rien ne justifie le déni de la Connaissance. Il n'existe aucune véritable justification. Ne cherchez pas à justifier vos erreurs en vous jetant le blâme ou en accusant la vie de ne pas vous donner ce dont vous avez besoin. Ne justifiez vos erreurs en incombant la responsabilité de la situation actuelle à votre enfance, à vos parents ou à votre éducation. Les erreurs ne peuvent être justifiées. Tout ce qui ne peut pas être justifié peut être abandonné, car cela ne possède aucun sens, ni véritable valeur.

Ce jour est ainsi une forme de liberté, une expression de la liberté, pour vous qui, par habitude et par complaisance, cherchez toujours à justifier vos erreurs en attribuant le blâme et la responsabilité. Cela n'a aucun sens, car il vous est simplement donné aujourd'hui de venir à la Connaissance et de vous donner dans votre approche de la Connaissance. Vous ne pouvez justifier l'erreur qu'en tant excuse pour ne pas venir à la Connaissance, et puisque rien ne justifie l'erreur, il n'existe pour vous aucun raison pour ne pas venir à la Connaissance. Sans cette justification, vous êtes justifié, car vous êtes l'expression de la Connaissance. Telle est votre destinée et tel est votre but dans le monde. Si rien ne justifie l'erreur, alors sont données à la vérité toutes les justifications.

Permettez-vous de répéter cette idée à chaque heure. Venez-y lors de vos longues séances de pratique dans la quiétude et la réceptivité. Soyez reconnaissant aujourd'hui que vos erreurs aient été pardonnées. Soyez reconnaissant aujourd'hui que rien ne justifie la condamnation. Soyez reconnaissant aujourd'hui que vous ayez cette opportunité de venir à la Connaissance, ce qui affirmera ce qu'il y a de plus vrai et de plus grand en vous. Soyez reconnaissant aujourd'hui que rien ne justifie le déni de cela, car sans culpabilité ni blâme, vous ne pouvez que recevoir ce que la vie a à vous offrir.

Que ce jour soit un jour de célébration de votre liberté. Que ce jour soit un jour de confirmation que vous êtes sans blâme, bien que vous soyez un étudiant de la Connaissance. Que ce jour soit un jour de confirmation que tous les problèmes du monde peuvent être résolus sans condamnation, car sans condamnation tous les problèmes du monde seront résolus.

PRATIQUE 246 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

247ème PAS

J'ÉCOUTERAI MES ENSEIGNANTS INTÉRIEURS AUJOURD'HUI.

Écoutez vos Enseignants intérieurs, car ils vous procurent de sages conseils. Acceptez leurs conseils et travaillez avec, en réalisant que vous ne comprendrez le sens et la valeur d'un conseil qu'en le suivant.

Prenez un moment à chaque heure pour vous rappeler que vos Enseignants Intérieurs sont avec vous. Réjouissez-vous aujourd'hui, de ces séances de méditation où vous serez dégagé des obligations et des engagements extérieurs pour passer du temps avec vos Enseignants Intérieurs. Ils vous parleront en ce jour et vous aideront à apprendre à écouter et à discerner leur voix des autres voix qui harcèlent votre mental. Ils représentent l'unique véritable voix qui parlera à votre âme. Ils ne sont pas les substituts que vous créez pour continuer à vous stimuler dans la peur. Par conséquent, développez votre confiance en eux comme ils ont développé leur confiance en vous, car ils vous confient la Connaissance dans le monde – une forme de confiance et de reconnaissance supérieure, que vous ne pouvez imaginer. Pour être le véhicule de la Connaissance dans le monde, il vous faut être le témoin de la grandeur de votre origine, de la grandeur de votre héritage et de la grandeur de l'estime que Dieu vous porte.

Ainsi, lors de vos deux pratiques approfondies de ce jour, dans la quiétude et le silence, tournez votre écoute vers l'intérieur. Écoutez intensément. Permettez-vous de devenir réceptif et vous saurez que vos Enseignants se tiennent en arrière-plan, vous observant, vous aimant et vous soutenant. Et ils vous parleront en ce jour de choses d'au-delà de ce monde et de choses de ce monde. Ils vous rappelleront votre but et votre fonction à mesure que vous apprendrez à écouter en ce jour.

PRATIQUE 247 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

248ème PAS

JE COMPTERAI SUR LA SAGESSE DE L'UNIVERS POUR M'INSTRUIRE.

Comptez sur la Sagesse de l'univers. Ne comptez pas sur vous seul, car seul vous ne savez rien. Seul, il n'y a aucune Connaissance, aucune relation. Comptez sur la Sagesse de l'univers qui vous est disponible au sein de votre Connaissance, laquelle est stimulée par la présence de vos Enseignants. Ne pensez pas que vous seul pouvez faire quoi que ce soit, car seul vous ne pouvez rien faire. Mais si vous êtes avec la vie, toutes les choses destinées à votre épanouissement et à votre grande contribution vous sont indiquées et promises.

Ainsi, rappelez-vous cette idée à chaque heure et dans vos pratiques de méditation, une fois encore, cherchez refuge en la Connaissance dans la quiétude et le silence. Permettez à la Sagesse de l'univers de s'exprimer pour vous qui apprenez à recevoir cette Sagesse dans l'ouverture et l'humilité.

Permettez à ce jour être un jour d'écoute, un jour de contemplation et un jour de réceptivité. Ne soyez pas la proie des jugements et des préoccupations habituelles, mais permettez à ce jour d'être un jour de véritable accès à la vie, afin que la vie puisse vous donner, à vous qui êtes son serviteur.

PRATIQUE 248 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

249ème PAS

SEUL JE NE PEUX RIEN FAIRE.

Seul, vous ne pouvez rien faire, car dans la vie rien ne se fait seul. C'est tellement évident si vous observez simplement l'activité autour de vous. Personne ne fait quoi que ce soit, seul. C'est tellement vrai ; Cela ne peut être nié, si vous regardez le monde avec honnêteté. Quand bien même vous seriez seul au sommet d'une montagne sans aucune autre âme en vue, vous ne seriez pas seul, car vos Enseignants seraient avec vous et tout ce que vous accompliriez là serait un effort conjoint, de même que tout ce que vous accomplissez avec d'autres personnes est un effort conjoint. Cela affirme la nature intrinsèque des relations et apporte la preuve complète que rien ne peut être fait seul. En cela vous devez apprendre à accorder de la valeur à vos relations, car elles sont les véhicules pour l'accomplissement dans tous les domaines et dans toutes les avenues d'expression.

Par conséquent, nous insistons sur la valeur de vos relations, vous qui cherchez à présent à rétablir la Connaissance. Ces relations doivent être imprégnées de la Connaissance que vous êtes en train de rétablir. Elles posséderont alors la stabilité, l'efficacité et la grâce que la Connaissance contient pour vous. En effet, seules les relations fondées sur la Connaissance peuvent porter la Sagesse que la Connaissance exercera dans le monde. Les relations fondées sur l'attraction personnelle ou la fantaisie personnelle ne possèdent pas la fondation pour porter la Connaissance, et échoueront brusquement devant les demandes et les exigences d'une vraie vie.

C'est pourquoi, à mesure que vous rétablissez la Connaissance, vous apprenez aussi les leçons sur les relations. Rappelez-vous en à chaque heure et voyez le caractère évident de la leçon d'aujourd'hui, quel que soit le contexte dans lequel vous vous trouvez. Si vous regardez, vous verrez que rien ne peut être réalisé seul – à aucun niveau, sur aucune route. Il n'existe aucune créativité individuelle. Il n'existe aucune contribution individuelle. Il n'existe aucune invention individuelle. La seule chose qui peut être produite seul est l'imagination, et énormément de choses ont été produites de cette façon. Mais même cela est partagé et consolidé, car chaque individu le fortifie dans sa propre imagination. Ainsi, même l'illusion est partagée et appuyée par des relations. Rien ne peut être fait seul. Même l'illusion ne peut être créée seule. Il n'existe aucune échappatoire à cela. Cependant, le fait qu'il n'existe aucune échappatoire à la vie constitue la véritable promesse de votre rédemption, car ici la vie vous sauvera, et tout ce que vous avez apporté dans le monde sera activé et porté à contribution.

Lors de vos temps de pratiques approfondies, venez à la Connaissance et venez à vos Enseignants dans la quiétude et l'humilité.

Réalisez que vous ne pouvez rien faire seul. Même votre tentative de discipliner votre mental et de vous préparer pour la méditation est quelque chose que vous partagez avec les autres pratiquants et également avec vos Enseignants. Tout le pouvoir de Dieu peut être exprimé à travers vous, car rien ne peut être réalisé seul.

PRATIQUE 249 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

250ème PAS

JE NE ME TIENDRAI PAS A L'ÉCART AUJOURD'HUI.

Vous ne pouvez être seul que dans l'imagination, et l'imagination ne vous cédera rien qui ait de la valeur, rien qui soit permanent ni rien qui ait un sens. Ne trahissez pas votre Connaissance aujourd'hui en vous tenant à l'écart. Ne vous punissez pas pour des erreurs qui n'ont aucune substance et qui ne sont en réalité qu'une expression de la confusion. Rien ne justifie l'erreur et rien ne justifie que vous vous teniez à l'écart. Vous faites partie de la vie et vous aurez à compter sur vos relations avec les autres et avec la vie dans son ensemble pour accomplir quoi que ce soit, même pour survivre.

À mesure que vous penserez à ceci, la gratitude émergera naturellement en vous et vous réaliserez que le sol sur lequel vous marchez ainsi que chaque chose utile et bénéfique que vous voyez et que vous touchez est le résultat du don et de la coopération. Votre gratitude engendrera alors naturellement l'amour, et à partir de votre amour vous commencerez à comprendre comment toutes les choses sont accomplies dans l'univers. Ceci vous procurera la force et l'assurance de ce que vous-même devez apprendre à faire.

À chaque heure, rappelez-vous cela, et lors de vos méditations profondes, permettez-vous de recevoir. Ne vous tenez pas à l'écart de la Connaissance qui attend pour vous bénir dans vos pratiques de méditation. C'est le moment où vous venez à l'autel de Dieu pour vous présenter, et ici Dieu vous présente Dieu, à vous qui apprenez à recevoir la Connaissance.

PRATIQUE 250 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

251ème PAS

SI JE DEMEURE AVEC LA CONNAISSANCE, IL N'Y AURA AUCUNE
CONFUSION DANS MES RELATIONS.

Si la Connaissance n'est pas confuse, comment pouvez-vous être confus, vous qui demeurez avec la Connaissance ? Demeurer avec la Connaissance, cependant, signifie que vous ne cherchez pas à solutionner, à comprendre, à contrôler ou à persuader sans la Connaissance. Vous ne cherchez pas à vous distinguer en vous servant d'autrui pour vous

rehausser. Vous ne cherchez pas à justifier vos erreurs en rejetant le blâme sur d'autre.

Avec la Connaissance, il n'y a aucune confusion dans vos relations. Vous savez avec qui être, et avec qui ne pas être, et en cela il n'y a aucun blâme. Vous savez où vous dévouez, et où ne pas vous dévouez, et en cela il n'y a aucune condamnation. Vous choisissez ceci plutôt que cela, et non le juste plutôt que le faux. Vous allez ici et pas là, parce que c'est ici que vous devez aller. Tout cela est tellement simple et entièrement efficace. Cela affirme la Connaissance en tous les individus, et personne n'est condamné.

Ici, les portails de l'enfer sont ouverts et tous sont libres de retourner à la Connaissance, car les portails de l'enfer sont déjà ouverts et la Connaissance appelle tous ceux qui y résident à retourner à Dieu. Car qu'est-ce que l'enfer sinon la vie sans Dieu et la vie sans la Connaissance ? C'est une vie imaginée, voilà tout.

Recevez donc l'appel de la Connaissance, qui est l'appel de Dieu pour vous, un appel à vous éveiller et à participer à la vie. Vous ne pouvez rien faire seul, et vos relations seront claires lorsque vous demeurerez avec la Connaissance. Souvenez-vous de ceci à chaque heure, et lors de vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, consacrez-vous à l'observation active de chacune des relations majeures dans lesquelles vous vous êtes engagé. Reconnaissez-y les frustrations et la confusion, les grands espoirs et les profondes déceptions, l'amertume de l'erreur, le sentiment d'échec et le blâme jeté sur les autres. Réalisez alors qu'avec la Connaissance tout cela n'avait pas besoin d'être, car avec la Connaissance, le sens et le but de chaque relation seraient reconnus dès le départ de votre engagement et se trouveraient confirmés à la fin.

Réalisez que vos relations actuelles se clarifieront avec la Connaissance, et que vous pourrez avancer sans culpabilité ni blâme, et sans compulsion ni besoin. Avec la Connaissance, vous pouvez suivre ce qui est précisément bénéfique pour vous et pour ceux que vous aimez, car toutes les relations sont honorées et bénies grâce à la Connaissance, et tous les individus trouvent leur place juste les uns avec les autres. En cela, chaque personne est honorée et sa Connaissance est confirmée. Que cela soit votre compréhension aujourd'hui.

PRATIQUE 251 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

252ème PAS

RÉVISION

Que votre révision de chaque leçon des deux semaines passées soit une confirmation de la présence de la Connaissance dans votre vie. Révisez chaque leçon et chaque pratique. Révisez avec objectivité l'étendue de votre engagement et prenez conscience des opportunités que vous avez de vous donner plus pleinement et plus complètement. Réalisez à

quel point votre déni est vain et à quel point la promesse de votre récompense est grande si vous participez à la vie. Vous réaliserez cela à mesure que vous réviserez vos pratiques, car vos pratiques illustrent votre ambivalence envers la Connaissance, ainsi que la présence de la Connaissance elle-même.

Vous apprendrez avec le temps que lorsque vous vous approchez de la Connaissance, tout ce qui a du sens et de la valeur est confirmé, tandis que lorsque vous vous éloignez de la Connaissance, vous entrez dans l'obscurité de votre propre imagination. Ceci vous convaincra alors de la direction dans laquelle vous devez vous appliquer. Ceci vous convaincra de la grande présence qui est avec vous pour vous assister. Ceci vous convaincra de votre inclusion dans la vie et de la présence de vos Enseignants avec vous. Tous les obstacles et toutes les inadéquations que vous pourrez reconnaître ou imaginer peuvent être facilement dépassés avec la Connaissance. C'est votre désir pour la Connaissance et votre capacité pour la Connaissance qui doivent être renforcées. Et dès que cela devient effectif, la Connaissance s'exprimera et vous serez le bénéficiaire du plus grand don de la vie.

Dans votre longue révision aujourd'hui, permettez-vous d'entreprendre votre pratique avec une grande profondeur et sincérité. Laissez ce jour confirmer votre position d'étudiant. Laissez ce jour confirmer que vous avez été sauvé.

PRATIQUE 252 : *Une longue séance de pratique.*

253ème PAS

TOUT CE DONT J'AI VRAIMENT BESOIN ME SERA FOURNI.

À cette affirmation, vous devez accorder une foi absolue, même si votre passé a été une série de découragements et de déceptions. Pourtant, même là vous pouvez prendre conscience que tout ce dont vous aviez vraiment besoin pour l'avancement de la Connaissance et pour l'avancement de vos véritables capacités mentales et physiques vous a été fourni.

Tout ce dont vous avez vraiment besoin sera fourni. C'est lorsque vous désirez ce dont vous n'avez pas vraiment besoin que votre perception en devient confuse, vous conduisant à de sombres spéculations et à d'amères désillusions. Ce dont vous avez besoin vous rendra heureux ; ce dont vous n'avez pas besoin vous rendra confus. C'est très simple, très franc et très direct. La Connaissance est toujours ainsi. La Connaissance affirme ce qui est essentiel. Votre approche de la vie devient ici simple et directe. Ainsi, vous faites l'expérience de la vie comme étant simple et directe.

Si vous approchez la vie de manière sournoise, la vie vous apparaîtra sournoise. Si vous approchez la vie avec simplicité et honnêteté, la vie vous apparaîtra simple et honnête. La Connaissance indiquera ce qui est vraiment nécessaire et ce qui est hors propos, ce qu'il

vous faut assumer et ce qui ne représente que des bagages supplémentaires qui vous alourdiront. Si vous voulez ce qui n'est pas nécessaire et que vous vous adonnez à cela, vous perdrez contact avec ce qui est réel et authentique, et votre vie deviendra confuse et malheureuse.

Énoncez ces mots à chaque heure et prenez-les en considération. La vie autour de vous démontrera qu'ils sont la vérité. Lors de vos pratiques de méditation profonde, entrez à nouveau dans la quiétude. Faites ces efforts pour vous-même et votre mental répondra à vos ordres. C'est votre désir pour la Connaissance qui permettra à toutes choses de venir à vous. Cette confiance en la vie vous donnera l'assurance pour avancer. Cette confiance en la vie vous donnera l'assurance que votre vie est considérée comme très précieuse dans le monde. Cette confiance en la vie confirmera ce qui guide la vie même, car dans la vie il y a la Connaissance et il y a l'illusion, mais la vie même est la Connaissance.

PRATIQUE 253 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

254ème PAS

J'AI CONFIANCE EN MES ENSEIGNANTS QUI DEMEURENT À MES CÔTÉS.

Ayez confiance en vos Enseignants, car ils sont entièrement dignes de confiance. Ils sont ici pour initier la Connaissance en vous, pour vous rappeler votre origine et votre destinée et pour vous guider dans les petites choses comme dans les grandes. Ayez confiance en vos Enseignants. Ils ne prendront pas la place de votre Connaissance, mais s'effaceront lorsque la Connaissance émergera en vous. Ayez confiance en vos Enseignants, car ils ont déjà accompli ce que vous tentez à présent et ils vous l'enseignent en ce moment, afin qu'ils puissent accomplir leur destinée dans le monde. Ayez confiance en vos Enseignants, car ils n'ont pas d'autre objectif ni ambition que la Connaissance. Ainsi, leur approche envers vous est entièrement intègre et honnête – sans aucune duperie, ni confusion, ni esprit conflictuel.

À mesure que vous apprendrez à recevoir vos Enseignants, vous apprendrez à recevoir leur approche de la vie. En cela, ils vous fourniront l'harmonie, l'équilibre, le pouvoir et la direction. Vous ne pouvez pas répondre à l'honnêteté de façon malhonnête. Vous devez apprendre à répondre à l'honnêteté de façon honnête. Vous devez apprendre à répondre à la direction avec un désir pour la direction. Vous devez apprendre à répondre à l'engagement de manière engagée. Dans votre réponse à vos Enseignants, vous apprenez ainsi comment répondre. Vous apprenez à apprécier ce qui a de la valeur, et vous apprenez à abandonner ou à dépasser ce qui est dépourvu de sens.

En faisant confiance à vos Enseignants, vous vous ferez confiance. Souvenez-vous de cela à chaque heure. Dans vos deux grands

moments de refuge et de bonheur, en méditation, retournez à vos Enseignants, en qui vous avez confiance à présent. Dans la quiétude et le silence ils demeureront avec vous et vous pouvez vous baigner dans la profondeur de leur amour. Vous pouvez faire l'expérience de leur affection universelle et recevoir leur grâce, ce qui ne stimulera que votre Connaissance, car seule votre Connaissance sera stimulée.

PRATIQUE 254 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

255ème PAS

LES ERREURS DE CE MONDE NE ME DISSUADERONT PAS.

Ne laissez pas la confusion vous dissuader, car toute erreur est issue de la confusion. Souvenez-vous que les gens ne peuvent que commettre des erreurs et exprimer leur confusion lorsqu'ils sont sans la Connaissance. Ils ne peuvent que pratiquer la confusion et ils ne peuvent que servir la confusion. Ceci vous apprendra ainsi à accorder de l'importance à ce qui a de la valeur et à reconnaître ce qui est dépourvu de sens. Ceci vous apprendra que vous êtes toujours au service de ce que vous à quoi vous accordez de l'importance ; vous renforcez toujours ce à quoi vous accordez de l'importance ; que vous pratiquez toujours ce à quoi vous accordez de l'importance.

À présent, vous apprenez à accorder de l'importance à la Connaissance. Vous apprenez à pratiquer la Connaissance. Vous apprenez à reconnaître la Connaissance. Vous apprenez à servir la Connaissance.

Telle est la démonstration dont vous avez besoin. Ne laissez pas la confusion du monde vous dissuader, car elle vous rappelle votre grand besoin. Comment les erreurs du monde peuvent-elles vous dissuader quand elles devraient vous encourager ? Si elles sont correctement perçues, elles ne feront que vous inciter à vous consacrer encore plus pleinement à votre préparation. Cette préparation, dans laquelle vous vous engagez, détient la promesse d'activer la Connaissance en vous. Vous avez seulement à suivre ses pas.

Vous ne trouverez pas refuge dans le monde. Vous avez déjà essayé cela, et cela s'est révélé encore et toujours une impasse, et vous vous retrouverez dans cette même impasse si vous persistez à le faire. C'est vous qui devez donner au monde parce que c'est vous qui avez la Connaissance.

Par conséquent, recevez la Connaissance en ce jour lors de vos pratiques horaires et lors de vos séances approfondies de pratique. Ne laissez pas les erreurs du monde vous dissuader. Que les erreurs du monde vous incitent à la Connaissance et vous inspirent vers la Connaissance, car ceci constitue une partie du don que le monde vous offre. L'autre partie du don du monde réside dans le fait qu'il est un contexte au sein duquel vous permettez à la Connaissance de passer à travers vous pour se donner au monde. Ainsi, le monde est béni et vous êtes béni. Vous serez alors

reconnaissant des erreurs du monde comme des accomplissements du monde, parce que les uns stimulent la Connaissance tandis que les autres accomplissent la Connaissance. Apprenez en ce jour à réfléchir correctement, de sorte que votre mental puisse servir utilement la Connaissance et afin que tous les aspects de vous-même puissent être honorés.

PRATIQUE 255 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

256ème PAS

LE MONDE ÉMERGE DANS LA GRANDE COMMUNAUTÉ DES MONDES.

Il s'agit d'une affirmation véridique sur l'évolution de votre monde. Elle donne un sens et une direction à la compréhension que vous avez de votre participation et de votre contribution au monde. Elle n'est pas destinée à vous effrayer, ni à générer incertitude ou angoisse, car avec la Connaissance l'incertitude et l'angoisse ne sont pas nécessaires. Avec la Connaissance, il n'existe aucune incertitude, car le calme de la Connaissance est votre certitude, la voix de la Connaissance est votre certitude et le mouvement de la Connaissance est votre certitude. Toutes vos capacités et facultés physiques et mentales peuvent servir à exprimer cela, quelle que soit l'avenue où vous êtes destiné à servir.

Cette affirmation selon laquelle le monde émerge dans la Grande Communauté des mondes est une déclaration de votre but, parce que votre perception, votre compréhension et votre appréciation du monde doivent croître. Votre compréhension des difficultés et des opportunités du monde doit croître. Vous ne pouvez pas vous en tenir à une vision rétrécie du monde et avoir la possibilité de comprendre le sens de votre propre Connaissance. Vous devez penser au sein d'un contexte plus grand. Vous ne devez pas seulement penser à vous-même – à vos désirs et à vos peurs – parce que vous êtes partie intégrante d'une vie plus grande que vous êtes venu servir. Le monde que vous servez à présent, et que vous apprendrez à servir dans l'avenir, est en train d'émerger dans la Grande Communauté des mondes.

Répétez cette idée à chaque heure et réfléchissez-y lorsque vous regardez le monde autour de vous. Lors de vos pratiques plus profondes, engagez activement votre mental pour tenter de comprendre la leçon d'aujourd'hui. La pratique de ce jour n'est pas focalisée sur la quiétude, mais sur la compréhension. Ici, le mental est utilisé dans un but précis, car le mental doit être utilisé ainsi ou bien pas du tout. Permettez-vous d'examiner toutes vos idées en rapport avec la leçon d'aujourd'hui. Cherchez à comprendre vos objections, vos croyances, vos peurs et vos préférences. Lorsque celles-ci auront été reconnues, vous serez en mesure de savoir. La Connaissance sera stimulée par la leçon d'aujourd'hui, car la leçon aujourd'hui est destinée à stimuler la Connaissance.

PRATIQUE 256 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

257ème PAS

LA VIE EST PLUS GRANDE QUE JE NE L'AVAIS JAMAIS RÉALISÉ.

La vie est plus grande que vous ne l'aviez jamais réalisé et certainement plus grande que vous ne l'aviez jamais imaginée. Sa grandeur vient du fait que vous vivez au sein d'une Grande Communauté de mondes. Sa grandeur vient du fait que la Connaissance est votre aspect fondamental et que vous la portez en vous. La grandeur de la vie est affirmée par la présence de vos Enseignants et par la présence de tous ceux qui se préparent à rétablir la Connaissance avec vous.

Ainsi, vous avez un but plus vaste dans un univers plus vaste. Ainsi, vous pouvez voir votre monde dans son véritable contexte. Ainsi, vous pouvez vous voir dans votre véritable contexte, car vous jouerez une petite part dans la grande évolution du monde, et votre part sera essentielle. Vous pourrez l'accomplir, car elle sera à votre niveau et à votre portée. Faire quelque chose de petit au service de ce qui est grand signifie que contribution la plus petite porte la grandeur de ce qui est servi. Ceci vous réhabilite vis-à-vis de vous-même ; ceci vous réhabilite vis-à-vis de la vie. Ceci bannit toute obscurité et dissipe toute imagination négative, car vous êtes au service d'une vie plus grande.

Lors de vos pratiques longues, engagez-vous dans la compréhension du sens de l'idée d'aujourd'hui. Utilisez votre mental d'une manière qui ait un sens. Utilisez-le de façon active et objective, car tel est le but de votre mental.

PRATIQUE 257 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

258ème PAS

QUI SONT MES AMIS AUJOURD'HUI ?

Vos amis sont aujourd'hui tous ceux qui sont en train de rétablir la Connaissance et tous ceux qui ont rétabli la Connaissance. Vos amis seront demain tous ceux qui rétabliront la Connaissance. Ainsi tout un chacun est votre ami ou deviendra votre ami. C'est seulement une question de temps, et le temps ne peut paraître long qu'à ceux qui vivent en lui sans but. Cependant pour ceux qui vivent dans le temps avec un but, le temps s'écoule vite et amène ce grand résultat.

Qui sont vos amis aujourd'hui ? Tout un chacun est votre ami ou deviendra votre ami. Pourquoi donc avoir un ennemi ? Pourquoi appeler cet autre en opposition avec vous un ennemi, alors qu'il deviendra votre ami ? La Connaissance vous réunira. Vous êtes en train de rétablir la Connaissance, ouvrant ainsi la voie vers cette réconciliation.

Qui sont vos amis aujourd'hui ? Vos Enseignants et votre Famille Spirituelle et tous ceux qui rétablissent la Connaissance. La sphère de votre amitié est par conséquent énorme. Il existe de nombreuses voies dans le rétablissement de la Connaissance, cependant l'essence de l'apprentissage est toujours de s'engager avec la Connaissance elle-même et de permettre à la Connaissance de s'exprimer à travers vous. L'univers est ainsi rempli de vos amis – vous pouvez en reconnaître certains d'entre eux et ne pas être capable d'en reconnaître d'autres, vous pourrez vous impliquer avec certains d'entre eux et ne pas en être capable avec d'autres, vous pourrez accomplir des choses avec certains d'entre eux et ne pas en être capable avec d'autres. Tout est une question de temps.

Répétez cette idée à chaque heure. Considérez-la comme un signe indicateur de la réalité pour vous. Lors de vos pratiques approfondies, entrez dans la quiétude et le silence, afin que vous puissiez faire l'expérience de la profondeur de votre relation avec vos vrais amis. Votre vie est remplie d'amour. Elle est remplie du fruit de tous ceux qui réclament la Connaissance actuellement. Votre désir pour la Connaissance est motivé par tous ceux qui refusent encore de rétablir la Connaissance, car eux aussi seront vos amis dans l'avenir. De cette perspective, vous prendrez conscience que même ceux qui seront vos amis dans l'avenir sont en réalité vos amis aujourd'hui, car ils vous servent et demandent que vous les serviez dans votre accomplissement avec la Connaissance.

PRATIQUE 258 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

259ème PAS

JE SUIS VENU POUR ENSEIGNER DANS LE MONDE.

Vous êtes venu pour enseigner. Vous n'avez fait qu'enseigner depuis que vous êtes arrivé ici. Vos pensées et votre comportement sont les véhicules pour enseigner. Même lorsque vous étiez petit enfant vous enseigniez, ravissiez et frustriez ceux qui vous aimaient. Tout au long de votre vie, à chaque étape, vous avez enseigné, car l'enseignement est la fonction naturelle de manifestation de la vie. Vous possédez ainsi naturellement une fonction d'enseignant. Même si vous ne mettez pas cela en pratique de manière formelle avec les gens, votre vie est une démonstration et, par conséquent, une forme d'enseignement.

C'est pourquoi, à mesure que votre vie s'alliera avec la Connaissance et exprimera la Connaissance, votre vie deviendra l'enseignement même. Ainsi, quelle que soit la voie que vous serez amené à choisir pour vous exprimer d'une façon authentique, en accord avec votre nature, vous serez capable d'exprimer votre enseignement au travers de gestes grands comme petits, avec des mots comme sans mot, et au travers de réalisations dans toutes les avenues de la vie, parce que vous êtes venu dans le monde pour enseigner. Le monde peut seulement vous enseigner que vous avez besoin d'enseigner la vérité. Tel est l'enseignement du monde

pour vous. Il vous enseigne le grand besoin de la Connaissance, et il vous enseigne la présence de la Connaissance. Ainsi, le monde sert et soutient votre véritable fonction, de même que vous servez et soutenez la véritable fonction de la vie.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure. Lors de vos deux méditations approfondies, consacrez-vous à l'examen de tout cela avec le plus grand soin. Ce sont à présent des pratiques d'engagement du mental. Réfléchissez au sens de l'idée d'aujourd'hui. Prenez conscience du fait que vous avez toujours enseigné par la démonstration. Réfléchissez à ce que vous voulez enseigner avec votre vie et réfléchissez à ce que vous voulez fortifier avec votre vie. Réfléchissez à ce que vous voulez donner et réfléchissez à ce que le monde vous a donné pour stimuler ce véritable désir. Toutes ces choses généreront une pensée juste et une action juste, et par la pensée juste et par l'action juste la Connaissance circulera sans effort à travers vous pour bénir la vie autour de vous et pour apporter un but, un sens et une direction à vos relations.

PRATIQUE 259 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

260ème PAS

JE SUIS UN AMI DU MONDE AUJOURD'HUI.

Vous êtes un ami du monde aujourd'hui, et à mesure que vous ferez l'expérience de cela, vous expérimenterez le monde comme étant un ami pour vous, car le monde ne peut que refléter votre but tel que vous l'exprimez et tel que vous en faites l'expérience. Ici, vous ferez l'expérience d'un monde nouveau avec la Connaissance, un monde que vous n'aviez pas considéré auparavant, un monde dont vous n'aviez qu'une expérience momentanée auparavant.

Soyez un ami du monde aujourd'hui, car vous êtes venu pour être un ami du monde. Le monde est dans un grand besoin. Il démontre une grande confusion et une grande erreur, et cependant vous êtes venu pour être un ami du monde parce que le monde a besoin de votre amitié. En cela, vous recevez une récompense plus grande que tout ce que vous pourriez obtenir pour vous-même tout seul, car tout ce que vous pourriez obtenir pour vous-même seul, vous devez le prendre à la vie. En revanche, tout ce que vous donnez ou recevez en tant qu'ami du monde, la vie vous le donne et elle ne perd pas dans l'échange. Il n'y a ainsi aucune culpabilité à ce que vous donniez et receviez. Votre participation est saine et nette. Avec la Connaissance ceci devient évident et est démontré jour après jour, jusqu'à ce que vous appreniez enfin que cela est vrai sans exception.

À chaque heure, soyez un ami du monde. Reconnaissez que toute colère provient de la confusion, et que la Connaissance émerge à présent pour résoudre toute confusion. Par ce fait, votre vie est à présent engagée dans une véritable résolution plutôt qu'occupée à s'arranger avec les

difficultés du monde. Votre vie est centrée sur la résolution, pas sur la difficulté. Soyez un ami pour le monde. Lors de vos deux séances approfondies de pratique dans la quiétude, consacrez-vous à être un ami du monde car cela soulagera la confusion du monde. À mesure que vous apprendrez à vous consacrer à cela avec sagesse et discernement, vous permettrez au monde de devenir un ami pour vous, car le monde désire également devenir votre ami.

PRATIQUE 260 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

261ème PAS

JE DOIS APPRENDRE À DONNER AVEC DISCERNEMENT.

Si vous donnez sans ambition personnelle, vous donnerez en accord avec la Connaissance et votre don sera spécifique et offert de telle façon qu'il vous renforcera et vous responsabilisera, ainsi que tous ceux qui peuvent recevoir votre don. C'est la Connaissance qui vous guide. Si vous tentez de donner pour vous grandir, si vous tentez de donner pour vous rassurer ou si vous tentez de donner pour soulager un sentiment persistant de culpabilité ou d'insuffisance qui vous habite, vous ne donnerez pas avec discernement. Votre don se révélera alors inadéquat et générera en vous un conflit et un découragement grandissants.

La vie ne fait rien au hasard. Chaque chose remplit un but. Aussi, votre don doit être effectué avec discernement, et le discernement est quelque chose qu'il vous faut apprendre pas à pas, jour après jour. Tel est le fonctionnement de la Sagesse dans le monde. Avec la Connaissance, vous devez apprendre cette Sagesse ; sans quoi vous ne serez pas capable de faire la contribution de vos véritables dons avec efficacité et vous interprétez mal leurs résultats. La Connaissance vous donnera ce qui doit véritablement être donné et vous dirigera pour donner de façon authentique. Si vous n'interférez pas avec cela et n'ajoutez pas un fardeau supplémentaire à votre don, votre don sera totalement efficace et gratifiera à la fois le donneur et le receveur.

Rappelez-vous cela à chaque heure. Exercez le discernement. Il y a des gens à qui vous ne devriez pas donner d'une façon directe. Il y a des gens à qui vous devriez donner d'une façon directe. Il y a des situations auxquelles vous ne devriez pas prendre part. Il y a des situations auxquelles vous devriez prendre part. Il y a des problèmes dans lesquels vous ne devriez pas vous impliquer. Il y a des problèmes dans lesquels vous devriez vous impliquer. Comment pouvez-vous personnellement discerner où vos dons doivent être mis à contribution ? La Connaissance seule peut le discerner, et c'est seulement avec la Connaissance que vous serez capable de le faire. Ayez donc confiance en vos inclinations les plus profondes aujourd'hui. Ne laissez pas vos pulsions, qui sont nées de la culpabilité ou de la peur, vous guider ou vous influencer dans votre désir de donner. Exercez-vous en ce

jour à apprendre le discernement. Exercez-vous en ce jour à vous aligner avec la Connaissance.

Lors de vos séances longues de pratique, plongez-vous une fois encore dans la compréhension de la leçon d'aujourd'hui. Ne vous contentez pas de suppositions erronées. Considérez tous les pensées et tous les sentiments pour ou contre l'idée d'aujourd'hui. Commencez à observer vos propres ambitions. Commencez à observer comment elles sont nées de vos peurs. Commencez à discerner combien il est simple de suivre la Connaissance. Avec la simplicité vient le pouvoir. Vous devez apprendre le discernement. Apprendre cela prendra du temps. De cette façon, vous apprendrez à utiliser toutes les expériences pour le bien, car aucune expérience ne devrait être condamnée. Elles devraient toujours être utilisées pour l'apprentissage et la préparation. De cette façon, vous ne justifierez pas l'erreur, mais l'utiliserez pour votre propre développement et pour l'avancement du monde.

PRATIQUE 261: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

262ème PAS

COMMENT PUIS-JE ME JUGER ALORS QUE JE NE SAIS PAS QUI JE SUIS ?

Si vous ne savez pas qui vous êtes, vous ne pouvez que juger ce que vous pensez être. Vos pensées vous concernant sont largement basées sur vos attentes et vos déceptions. Il est très difficile de vous observer vous-même de l'intérieur de votre conscience personnelle, car la conscience personnelle est constituée de vos pensées personnelles lesquelles ne sont pas issues de la Connaissance. Pour vous voir avec la Connaissance, vous devez être en relation avec la Connaissance. Ceci vous conduira à faire l'expérience de vous-même d'une façon entièrement nouvelle. Cette expérience doit être répétée et exprimée maintes et maintes fois, dans maintes et maintes situations. Vous commencerez alors à éprouver un sentiment réel de qui vous êtes et à en faire effectivement l'expérience. Ce sentiment et cette expérience ne naîtront pas de la condamnation et de la rancœur, car seule l'idée que vous vous faites de vous-même est susceptible de vous décevoir. En cela la vie vous décevra, car la vie ne peut vous satisfaire qu'en accord avec votre vraie nature et votre véritable Soi. Réaliser cela signifie que vous avez pris conscience de la valeur et du sens de la vie et de votre inclusion en son sein. Cela demande du discernement. Cela demande de la sagesse. Cela demande une préparation pas à pas. Cela demande de la patience et de la tolérance. Cela demande que vous appreniez à utiliser votre expérience à bon escient et non l'inverse.

Votre condamnation de vous-même n'est ainsi pas fondée. Elle n'est basée que sur des présomptions. Rappelez-vous cela à chaque heure et examinez-le à la lumière de tous les événements de cette journée, qui vous enseigneront le sens de la leçon d'aujourd'hui. Durant vos deux longues

séances de pratique, engagez à nouveau activement votre mental dans la compréhension du sens de la leçon d'aujourd'hui.

Alors que vous pénétrez votre propre jugement sur vous-même, réalisez qu'il est né de votre peur et qu'il est basé sur des présomptions. Si vous prenez conscience que vous ne savez pas qui vous êtes et que vous êtes complètement confus à ce propos, vous serez alors en position de devenir un véritable étudiant de la Connaissance. Vous vous mettez en position d'apprendre toutes choses, plutôt que de chercher à défendre vos présomptions. Voilà ce que c'est d'être étudiant. Votre fonction dans la vie est maintenant d'être un étudiant de la Connaissance. Utilisez votre mental à dessein aujourd'hui. Utilisez votre mental avec objectivité. Utilisez votre mental pour prendre conscience de ce que vous ne savez pas et de tout ce que vous avez besoin de savoir. Utilisez votre mental pour apprécier et utiliser les pas qui vous sont à présent donnés pour reconquérir la Connaissance dans le monde.

PRATIQUE 262 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

263ème PAS

AVEC LA CONNAISSANCE TOUT DEVIENT CLAIR.

Pourquoi vous engager dans des spéculations supplémentaires ? Pourquoi projeter plus de blâme ou de jugement ? Pourquoi rendre votre vie plus complexe et plus frustrante alors que tout devient clair avec la Connaissance ? Pourquoi rendre votre esprit plus complexe ? Pourquoi vous attribuer à vous-même de plus en plus de qualités ? Pourquoi inventer de nouveaux niveaux de pensée et d'être, alors qu'avec la Connaissance tout devient clair ? Pourquoi projeter toujours plus de différences sur le monde ? Pourquoi faire en sorte que le monde paraisse si désespérément complexe et dénué de sens, alors qu'avec la Connaissance tout devient clair ?

Il vous suffit d'apprendre à être avec la Connaissance pour voir ce que la Connaissance voit, pour faire ce que la Connaissance fait et pour avoir la paix de la Connaissance, la grâce de la Connaissance, l'inclusion de la Connaissance, les relations de la Connaissance et tout ce que la Connaissance contient et que le monde ne peut reproduire d'aucune façon.

Lors de vos deux pratiques approfondies, revenez à la Connaissance dans l'humilité et dans la simplicité, dans la quiétude et dans le silence. Inspirez la Connaissance. Laissez la Connaissance entrer et remplir votre corps. Laissez-vous vous immerger dans la Connaissance et tout deviendra clair, car avec la Connaissance tout devient clair et toutes les questions disparaissent.

PRATIQUE 263 : Deux séances de pratique de 30 minutes.

264ème PAS

J'APPRENDRAI DAVANTAGE SUR LA LIBERTÉ AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui, vous aurez une opportunité d'en apprendre davantage sur la liberté. Le pas que vous faites aujourd'hui sera très important pour vous donner un point de vue nouveau sur la liberté, sur l'asservissement, sur la résolution de problème et sur la nature du véritable progrès.

Aujourd'hui, réfléchissez à votre leçon à chaque heure et réfléchissez à ce qu'est la liberté. Lors de vos deux plus longues séances de pratique, appliquez votre mental à réfléchir sur la liberté. C'est un sujet de focalisation très important aujourd'hui. Lors de vos méditations plus longues en particulier, consacrez entièrement votre activité mentale à la révision de vos idées concernant la liberté. Qu'est ce qui constitue la liberté, selon vous ? Qu'est ce qui empêche les gens d'être libres, selon vous ? Qu'est ce qui génère une liberté durable et sûre ? Comment cela peut-il être réalisé ? Qu'est ce qui soutiendra cette liberté dans l'avenir ? Après avoir passé environ 30 minutes à y réfléchir lors de chaque pratique, entrez dans la quiétude et le silence. Ouvrez-vous afin de permettre à la Connaissance de vous parler. Demeurez là, avec vos Enseignants. Après avoir épuisé vos idées, entrez dans la quiétude et réceptivité.

Il est très important que vous preniez conscience de vos propres idées concernant la liberté, parce que jusqu'à ce qu'elles soient reconnues et ajustées, elles continueront à projeter leurs influences sur vous. Elles continueront à dominer vos pensées et donc votre comportement. Une plus grande liberté vous est disponible à présent, mais vous devez apprendre comment l'approcher. Aujourd'hui, vous apprendrez davantage sur la liberté – sur ce que vous pensez de la liberté et sur ce que la liberté est réellement.

PRATIQUE 264 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

265ème PAS

IL EXISTE UNE PLUS GRANDE LIBERTÉ QUI M'ATTEND.

La Connaissance exigera que vous soyez libre du passé et libre de l'inquiétude envers l'avenir. Elle exigera que vous soyez présent à la vie. Elle exigera que vous soyez ouvert et honnête. Elle exigera de vous foi et application de soi constante. Elle exigera que vous ne soyez pas en conflit. Elle exigera que vous ayez un grand amour et un grand respect pour vous-même et une grande appréciation pour le monde. Elle exigera que vous soyez en mesure de faire l'expérience de votre Famille Spirituelle et que vous reconnaissiez votre vraie place dans l'univers.

La Connaissance exige cela de vous, afin que vous vous développiez pleinement pour l'accepter. De cette façon, vous devenez libre en apprenant à devenir libre. Vous serez guidé par la Connaissance en apprenant à être guidé par la Connaissance. Vous atteignez ici l'objectif en faisant les pas. Il

n'existe pas de formule magique où vous devenez soudainement libre. Il n'existe pas de système de croyance magique qui, une fois adopté, vous libère des contraintes de votre passé et des inquiétudes concernant votre avenir. Vous apprenez cette vraie liberté en vous appliquant, pas à pas. Ainsi, en même temps que vous apprenez à rétablir la Connaissance, la Connaissance vous rétablit. Et, à mesure que vous apprenez ce qu'est la liberté, vous devenez réellement libre.

Votre part est très petite et notre part est très grande. Vous avez seulement à suivre les pas et à les utiliser. Les pas qui sont donnés garantiront le résultat. Une plus grande liberté vous attend, et à mesure que vous vous en approchez, vous adoptez cette liberté et bénéficiez de toutes les qualités de cette liberté et démontrez tous les aspects de cette liberté. Telle est la nature d'un Plan parfait qui est au-delà de la compréhension humaine. Il est si parfait que vous ne pouvez pas le ruiner si vous le suivez fidèlement. Cela vous restaure et vous restitue votre foi en vous-même, votre confiance en vous-même, votre amour de vous-même et votre compréhension de vous-même dans le monde.

Réfléchissez à cette idée à chaque heure aujourd'hui, et lors de vos séances de méditation profonde, entrez dans la quiétude et dans la liberté. C'est une grande liberté que d'avoir cette opportunité de vous immerger dans la Connaissance, de vous immerger en présence et de vous immerger dans la substance réelle d'une véritable relation dans l'univers. À mesure que vous vous en approchez, vous saurez que c'est votre liberté, et vous saurez que vous êtes en train de devenir libre pour adopter. Ainsi, vous allez aujourd'hui faire un grand pas dans la réalisation qu'un plus grand avenir vous attend. Ce grand pas vous soulagera de plus en plus de l'inquiétude, de l'anxiété, de la douleur et de la déception dans votre passé. Ceci vous montrera qu'une plus grande liberté vous attend.

PRATIQUE 265 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

266ème PAS

RÉVISION

Comme auparavant, révisez aujourd'hui les deux dernières semaines de préparation. Profitez de l'opportunité de votre longue séance de pratique d'aujourd'hui pour revoir tout ce qui est ressorti durant ces deux dernières semaines concernant les instructions données dans cette préparation, concernant vos expériences des pratiques et leurs résultats globaux sur votre vie. Menez cette révision avec autant d'objectivité que vous le pouvez, spécialement en ce qui concerne les résultats dans votre vie, dont vous ne pouvez pas encore, pour la plupart, apprécier avec objectivité la valeur.

Beaucoup de choses changeront à mesure que vous progresserez dans votre étude. Certaines choses se détacheront de de vous ; d'autres

choses commenceront à se construire. Des problèmes du monde feront pression sur vous et exigeront votre engagement et votre application. D'autres choses que vous considériez comme des problèmes s'avèreront de plus en plus lointaines et ne seront plus l'objet de votre préoccupation.

Ainsi, votre vie extérieure s'ajuste d'elle-même afin que vous puissiez reconnaître où il est vous est nécessaire de vous appliquer à présent. Alors, votre vie intérieure et votre vie extérieure peuvent se refléter l'une l'autre. C'est très important. Vous commencez à apprendre comment apprendre, et vous voyez le monde changer en conséquence. La qualité de votre expérience sera transformée avec le temps, de sorte que toutes les choses, ordinaires comme extraordinaires, soient perçues d'un point de vue différent d'auparavant. Vous pouvez alors apprendre à tirer profit de toutes les opportunités et ainsi apprendre à apprécier la vie, même dans ses désillusions.

Pratiquez cela dans la révision d'aujourd'hui. Soyez très minutieux dans votre investigation. Commencez avec la première leçon de la période des deux semaines et poursuivez un jour après l'autre. Prenez conscience de ce qui s'est produit dans votre vie durant chacun de ces jours. Essayez de vous souvenir. Essayez ici de vous concentrer. De cette façon, vous ressentirez le mouvement de votre propre vie. C'est en prenant conscience de ce mouvement sur une certaine période et en voyant comment les différentes parties de votre vie progressent que vous réaliserez que vous êtes bien engagé sur la route de la Connaissance. Vous verrez alors qu'il y aura de moins en moins de choses derrière vous pour vous retenir en arrière et que l'avenir s'ouvrira de plus en plus pour vous accueillir. Telle est la bienfaisance de la vie s'inclinant devant vous, qui devenez un étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 266 : *Une longue séance de pratique.*

267ème PAS

IL EXISTE UNE SOLUTION SIMPLE À TOUS LES PROBLÈMES QUI SE PRÉSENTENT À MOI AUJOURD'HUI.

Il existe une réponse très simple à tous les problèmes qui se présentent à vous en tant qu'individu. Comment trouverez-vous cette réponse ? Allez-vous la trouver en luttant avec vous-même ? Allez-vous la trouver en essayant toutes les résolutions possibles qui vous passent par la tête ? Allez-vous la trouver en vous faisant du souci et du tracas ? Allez-vous la trouver en l'ignorant et en recherchant à la place des stimulations agréables ? Allez-vous la trouver en plongeant dans la dépression et en pensant que la vie est si dure pour vous que vous ne pouvez répondre aux exigences de votre propre situation ?

Il existe une réponse simple aux problèmes qui se présentent à vous aujourd'hui. Elle est à trouver en la Connaissance. Cependant, pour trouver la Connaissance vous devez entrer dans la quiétude, devenir observateur et apprendre à vous dégager de la peur et de l'anxiété. Vous

serez occupé à résoudre des problèmes durant la majeure partie de votre vie et c'est en apprenant comment le faire de façon efficace, responsable, et même avec enthousiasme, que vous accomplirez ce que vous êtes venu ici accomplir.

Rappelez-vous cette idée tout au long de la journée et ne vous laissez pas mystifier par la complexité des problèmes. Les problèmes ne sont complexes que si vous cherchez à tirer un bénéfice de leur résolution ou de leur déni. Quand vous avez une préférence qui gouverne votre mental, vous ne pouvez pas voir l'évidence. En apprenant maintenant à regarder chaque problème avec la Connaissance, vous verrez que leur résolution est évidente. Vous verrez que ne pouviez pas reconnaître celle-ci auparavant parce que vous aviez d'une certaine manière peur de l'issue ou que vous craigniez que la résolution du problème ne vous laisse démuné et pauvre. Vous aurez une vision différente aujourd'hui.

Lors de vos deux séances approfondies de pratique, demeurez avec la Connaissance. Ne tentez pas d'apporter une réponse à vos problèmes, mais demeurez simplement dans la quiétude et la réceptivité. La Connaissance est consciente de ce qui doit être traité et elle projetera son influence sur vous, afin que vous puissiez lui répondre et suivre sa direction.

Sans votre continuelle interférence, l'évidence apparaîtra et vous apprendrez quoi faire pas à pas. Ce faisant, vous réaliserez qu'il existe une réponse simple à tous les problèmes qui se présentent à vous. Ce sera une affirmation de la Connaissance, et vous serez heureux que la vie vous procure ces problèmes, afin que vous puissiez exercer vos vraies capacités pour y répondre.

PRATIQUE 267 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

268ème PAS

JE NE ME LAISSERAI PAS TROMPER PAR LA COMPLEXITÉ AUJOURD'HUI.

Les problèmes dans le monde deviennent complexes lorsqu'une difficulté qui nécessite une correction et un développement se trouve mêlée aux préférences de chacun, au désir de chacun de protéger ce qu'il a et à la compétition que chacun entretient avec autrui. C'est ainsi que les problèmes dans le monde deviennent complexes, et qu'importe ce que vous essayez de faire pour les régler, quelqu'un se trouve privé de ses droits ; quelqu'un se trouve contrarié ; quelqu'un est perdant. Dans vos sociétés, ceci est manifeste. Cependant, cela ne représente que les peurs et les ambitions des gens en contraste avec leur Connaissance. Dans la Connaissance, vous êtes prêt à renoncer à tout ce qui fait obstacle à la Connaissance. Vous êtes prêt à renoncer à tout ce qui est nuisible pour vous ou pour les autres. Vous êtes prêt à vous dégager de toute situation qui s'avère ne plus être bénéfique pour vous ou pour les autres. C'est parce que la Connaissance rend possible

une véritable honnêteté. Il s'agit d'une forme désintéressée d'engagement dans le monde, contribuant ainsi au bénéfice de tous.

Par conséquent, lorsque vous regardez un problème apparemment complexe dans le monde, il est de prime abord très difficile de simplement voir la nature exacte du problème. Or, la solution est toujours très directe. C'est la peur des gens qui les rend incapables de reconnaître l'évidence. Il vous est donné aujourd'hui de réaliser qu'il existe une solution directe à tous les problèmes requérant une solution. Quelquefois une solution est évidente d'un seul coup. Quelquefois elle doit être approchée pas à pas. Mais chaque pas est très direct dès lors que vous suivez la Connaissance.

Pour approcher les problèmes de cette façon, vous devez les approcher sans peur ni préférence. Vous devez suivre la Connaissance et ne pas chercher à utiliser la Connaissance pour résoudre les choses selon vos propres plans. Vous ne pouvez pas vous servir de la Connaissance de cette manière, mais vous pouvez suivre la Connaissance, et en suivant la Connaissance, vous suivrez une voie de résolution. C'est une voie que peu de gens seront capables de reconnaître au premier abord, mais c'est une voie qui s'avérera parfaitement efficace avec le temps, car elle libérera toutes les parties impliquées et fournira les moyens permettant la participation efficace de chacun. L'homme ou la femme de la Connaissance dans le monde devient ainsi une source de résolution et de réparation dans le monde. Et leur présence et leurs activités influenceront toujours chaque situation pour le bien.

Ne vous laissez pas tromper par la complexité apparente des problèmes du monde, car avec la Connaissance tout est résolu avec simplicité. La Connaissance ne peut être trompée, et en apprenant à être avec la Connaissance, vous ne serez pas trompé non plus.

Rappelez-vous cette idée à chaque heure et lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, entrez encore une fois dans le sanctuaire de la quiétude en vous. Accoutumez-vous à la quiétude car la Connaissance est quiétude. Accoutumez-vous à la quiétude car dans la quiétude vous affirmez votre bonté et votre valeur. Un esprit en paix n'est pas un esprit en guerre. Un esprit en paix n'est pas dupé par le monde.

PRATIQUE 268 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

269ème PAS

LE POUVOIR DE LA CONNAISSANCE SE DÉPLOIERA DE MOI.

Le pouvoir de la connaissance se déploiera de vous, qui recevez la Connaissance. Au début ce sera très subtil, mais à mesure que vous continuerez à vous développer et à vous appliquer, le pouvoir de la Connaissance deviendra de plus en plus fort. Il sera une force d'attraction pour certains. Il sera une force de répulsion pour d'autres qui se trouveront

dans l'incapacité d'y répondre. Il influencera tout le monde. C'est pourquoi vous devez apprendre à faire preuve d'un grand discernement dans les relations, car à mesure vous progresserez en tant qu'étudiant de la Connaissance, votre influence sur les autres sera plus grande. Vous ne devez pas vous servir de cette influence à des fins égoïstes, ou vos activités se révéleront destructrices pour vous et pour les autres.

La Connaissance procure cette retenue dont nous avons parlé, et vous devez l'exercer pour votre bien. Si vous êtes ambitieux avec la Connaissance, vous vous exposerez à de très grands risques et vous exposerez les autres à de très grands risques, car la Sagesse, la compassion, la retenue et le contrôle de soi doivent accompagner le développement de la Connaissance. Si vous tentez d'utiliser la Connaissance à vos propres fins égoïstes, ou pour ce dont vous pensez que le monde a besoin, vous vous égarerez et la Connaissance ne vous accompagnera pas.

Acceptez la retenue et le développement qui sont à présent requis, car ils vous protégeront et vous rendront apte à transmettre vos dons avec un minimum de discorde et de risque personnel. Ils garantiront la complétude et le mérite de votre contribution, car elle ne sera pas entachée de motivations égoïstes. Pratiquez à chaque heure et entrez profondément en méditation à deux reprises aujourd'hui. Répétez votre idée du jour et entrez à nouveau dans la quiétude. Laissez ce jour être un jour où la Connaissance est fortifiée.

PRATIQUE 269 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

270ème PAS

AVEC LE POUVOIR VIENT LA RESPONSABILITÉ.

Avec le pouvoir vient la responsabilité. La Connaissance vous donnera du pouvoir et vous devez être responsable envers la Connaissance. Voilà pourquoi vous devez devenir un suiveur. En devenant un suiveur, vous devenez un meneur, car vous êtes capable de recevoir et vous êtes capable d'être guidé. Ainsi, vous apprendrez aux autres à recevoir et vous leur fournirez un conseil. Tel est l'extension naturelle du don que vous recevez actuellement, lequel trouvera avec le temps une expression à travers vous dans votre vie.

Il est très important que vous reconnaissiez la relation entre le pouvoir et la responsabilité. La responsabilité requiert de l'autodiscipline, de la retenue et du contrôle de soi. Elle requiert une objectivité vis-à-vis de votre propre vie que très peu de gens ont atteinte dans ce monde. La responsabilité est un fardeau jusqu'à ce qu'elle soit reconnue comme une source de protection. Elle est la garantie et l'assurance que votre don trouvera une expression saine et opportune en vous, et que vous serez avancé et accompli par l'apport de votre contribution.

Il est très commun dans le monde que les gens désirent le pouvoir sans la responsabilité, car leur idée de la liberté est qu'ils ne sont pas redevables de quoi que ce soit. Ceci s'avère complètement contre-productif et génère des conséquences dangereuses pour ceux qui persistent dans cette tentative. Vous, qui êtes un étudiant de la Connaissance devez apprendre à accepter les responsabilités qui vous sont attribuées, car elles fournissent la protection et la gouverne dont vous avez besoin afin de vous développer convenablement, positivement et complètement. Elles sont l'assurance que votre préparation produira le grand résultat qu'elle est destinée à produire.

Réfléchissez à cette idée à chaque heure et ne l'oubliez pas aujourd'hui. Lors de vos pratiques approfondies, réfléchissez très attentivement à ce que signifie cette affirmation. Pensez à vos idées concernant le pouvoir et reconnaissez combien elles doivent répondre à une Source supérieure pour être utilisées et exprimées de façon appropriée. Ces deux séances de pratique seront des temps d'activité et d'application mentales. Réfléchissez très soigneusement à toutes vos idées concernant la leçon d'aujourd'hui. Il est tout à fait essentiel que vous examiniez vos propres opinions et croyances, car vous devez comprendre votre construction mentale actuelle pour réaliser son impact sur votre vie extérieure. La leçon d'aujourd'hui peut désillusionner au début, mais avec le temps elle vous donnera la confiance et l'assurance dont vous aurez besoin pour progresser sans réserve.

PRATIQUE 270 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

271ème PAS

J'ACCEPTERAI LA RESPONSABILITÉ AUJOURD'HUI.

Acceptez la responsabilité, qui est votre capacité à répondre. Acceptez-la, cultivez-la, chérissez-la et accueillez-la. C'est ce qui vous rendra fort. C'est ce qui fera de vous une personne dévouée. C'est ce qui vous apportera les relations que vous avez toujours désirées. C'est la restitution du pouvoir dont vous avez si désespérément besoin et que vous apprenez à présent à rétablir pour vous-même. Avec la restitution de ce pouvoir, viennent les conditions de cette restitution : que vous répondiez à la Connaissance et suiviez la Connaissance, que vous vous reteniez vis-à-vis de toute motivation qui ne soit pas issue de la Connaissance, que vous deveniez objectif envers vous-même et envers vos motivations, que vous vous interrogiez sans douter de vous-même, et que vous vous entouriez d'individus qui puissent soutenir l'émergence de la Connaissance en vous et qui soient libres de vous faire part de leurs propres perceptions. Ceci est essentiel pour votre bien-être et développement. Ceci vous protégera de vos propres erreurs qui, à mesure que vous deviendrez plus puissant, auront un impact de plus en plus grand sur vous et sur les autres.

Acceptez la responsabilité aujourd'hui. Acceptez-la, car elle représente votre besoin le plus vrai et le plus essentiel. La responsabilité vous rendra capable d'aimer et de vous développer dans le monde.

À chaque heure, réfléchissez à l'idée d'aujourd'hui. Et lorsque vous entrerez en méditation à deux reprises aujourd'hui, prenez l'entière responsabilité d'être un étudiant de la Connaissance et entrez dans la quiétude et le silence avec votre être tout entier. Ne laissez aucune pensée, ni aucun doute vous dissuader. Ne permettez pas à l'ambivalence de vous retenir en arrière. Persévérez. Ouvrez-vous. Entrez dans le mystère de votre vie afin que vous puissiez y répondre, car tel est le sens de la responsabilité.

PRATIQUE 271 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

272ème PAS

MES ENSEIGNANTS ME GUIDERONT À MESURE QUE J'AVANCE.

Vous aurez besoin de vos Enseignants à mesure que vous avancerez sur le chemin de la Connaissance, car vous vous aventurerez loin au-delà de vos propres concepts et de vos propres suppositions. Vous serez engagé dans une vie que vous n'avez pas encore saisie. Vous accéderez à un pouvoir et à des ressources que vous n'avez pas encore pleinement reconnus. Vous vous aventurerez plus profondément dans la vie, au-delà des suppositions humaines, au-delà des croyances humaines et au-delà des conventions humaines. Une gouverne très forte vous sera nécessaire, provenant à la fois de la Connaissance et de vos relations essentielles. Vos Enseignants intérieurs représentent vos relations les plus essentielles, car ces relations sont entièrement basées sur la Connaissance et elles vous sont données pour cultiver la Connaissance sûrement et complètement.

Par conséquent, acceptez vos limitations en tant qu'étudiant de la Connaissance, afin que vous puissiez avancer avec l'assistance qui sera nécessaire. Soyez reconnaissant qu'une si grande assistance puisse vous être donnée et qu'elle puisse imprégner toute circonstance parce qu'elle est invisible à vos yeux. Soyez reconnaissant que vous puissiez en faire l'expérience en toutes circonstances et que vous puissiez recevoir le conseil de vos Enseignants à ces tournants de la vie où cela est nécessaire.

Affirmez aujourd'hui la présence de vos Enseignants, afin qu'un grand courage et qu'un grand enthousiasme accompagnent votre soutien à l'émergence de la Connaissance. À chaque heure, rappelez-vous que vos Enseignants sont avec vous. Lors de vos deux séances approfondies, entrez avec eux dans la quiétude et le silence afin qu'ils puissent vous apporter leur présence et leurs conseils, si besoin est. Acceptez votre statut d'étudiant, afin que vous puissiez apprendre à donner au monde.

PRATIQUE 272 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

273ème PAS

MES ENSEIGNANTS GARDENT POUR MOI LA MÉMOIRE DE MON ANCIENNE DEMEURE.

Vos Enseignants représentent votre Famille Spirituelle qui se trouve au-delà du monde. Ils gardent pour vous la mémoire de votre origine et de votre destinée, que vous devez apprendre à réaliser au travers de votre expérience dans le monde. Ils ont parcouru les chemins du monde. Ils connaissent ses opportunités et ses difficultés. Ils connaissent les potentielles erreurs que vous pouvez commettre, et ils sont au courant des erreurs que vous avez déjà commises. Ils sont pleinement préparés pour vous guider. Ils ont la Sagesse et l'accomplissement pour le faire.

Aussi, ne sous-estimez pas leur valeur pour vous et rappelez-vous toujours qu'ils sont présents dans votre vie pour vous initier à la Connaissance. Ils souhaitent que vous deveniez fort en la Connaissance, un jour aussi fort qu'ils sont devenus. Ils servent ainsi votre besoin et votre but les plus grands, et vous devez les suivre, les recevoir et honorer leur présence comme un étudiant honore un enseignant. Cela vous permettra de recevoir leurs dons complètement et vous libérera de toute fausse association que vous pourriez faire les concernant. C'est une relation très responsable et vous gagnerez en maturité en son sein.

Acceptez alors la présence de vos Enseignants. Acceptez-la à chaque heure alors que vous vous rappelez qu'ils sont avec vous, et acceptez-la lors de vos deux pratiques de méditation approfondie lorsque vous vous ouvrez pour les recevoir. Il s'agit d'une grande opportunité pour la Connaissance.

Vos Enseignants vous initieront à la Connaissance, car ils peuvent seulement être connus. Vos images ou vos concepts à leur égard sont relativement insignifiants, si ce n'est que ceux-ci risqueraient de limiter votre approche. Vous devez faire l'expérience de l'essence de vos Enseignants, qui est leur présence, pour pleinement les connaître. Et, vous découvrirez dans cette expérience, à mesure qu'elle se développera, que c'est ainsi que vous pourrez faire l'expérience de la vie dans sa totalité.

Bien que vos sens percevront la forme des choses, votre cœur fera l'expérience de l'essence des choses, et c'est ainsi que les choses seront connues. Une fois qu'elles seront connues, vous prendrez conscience de la manière dont vous aurez à y prendre part. Toutes vos facultés mentales seront ainsi utilisées dans un unique grand but, car la Connaissance utilisera toutes vos facultés et les facultés du monde pour la rédemption du monde, qui est la rédemption de la Connaissance dans le monde.

PRATIQUE 273 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

274ème PAS

JE CHERCHE À ME LIBÉRER DE L'AMBIVALENCE AUJOURD'HUI.

Cherchez à vous libérer de l'ambivalence, car celle-ci est la source de toute confusion, de toute misère et de toute frustration humaines. L'ambivalence est l'indécision quant au fait de prendre part ou non à la vie. C'est l'indécision quant au fait d'être ou non dans la vie. C'est l'indécision quant au fait d'être vivant. De cette indécision, sont générées toutes sortes de contraintes imposées à soi-même, toutes sortes d'attaques et toutes sortes de confrontations. C'est à cause de cette indécision que les gens vivent dans l'imagination sans la Connaissance.

Prenez donc garde à l'ambivalence. Elle est un signe que vous fonctionnez sans la Connaissance, et que vous essayez de prendre vos décisions en vous basant uniquement sur la spéculation, les préférences personnelles et la peur. C'est la prise de décision ne reposant sur aucune fondation qui égare l'humanité. C'est la prise de décision ne reposant sur aucune fondation qui vous a égaré. La Connaissance dissipe l'ambivalence, car elle établit une direction claire. Elle ne s'embarrasse pas de choix et de délibérations, car elle sait simplement ce qui est correct et vous conduit vers votre accomplissement, pas à pas, avec certitude et avec une inébranlable conviction.

Souvenez-vous à chaque heure que vous souhaitez vous échapper de l'ambivalence. Prenez conscience, lorsque vous répétez votre leçon, à quel point votre vie a été gaspillée à tenter de décider entre ceci et cela, en vous demandant : « *Que devrais-je faire maintenant ?* », en vous questionnant au sujet de ce qui est juste et de ce qui est faux et en vous préoccupant et en vous souciant du meilleur choix et de ses conséquences possibles. La Connaissance vous libère de cette application pénible et inutile de votre mental. La Connaissance ne délibère pas. Elle attend simplement le moment pour agir et alors elle agit. Elle est absolument certaine de sa direction. Elle est inébranlable dans sa conviction. Si vous suivez ce qui est le plus grand don que vous fait Dieu, vous qui vivez dans le monde de l'ambivalence et de la confusion, vous découvrirez que vous possédez un but, un sens et une direction et que jour après jour ils vous seront très disponibles.

Lors de vos méditations approfondies, essayez de vous donner de tout cœur à votre pratique. Ne soyez pas ambivalent vis-à-vis de votre pratique. Ne vous retenez pas par peur et par incertitude, car vous prenez part à cette préparation parce que la Connaissance vous a appelé à le faire, et chaque jour vous vous donnez parce que la Connaissance vous appelle à le faire. Ainsi, à mesure que nous avançons dans notre préparation ensemble, votre Connaissance est renforcée jour après jour, car elle est la base de votre participation ici. Quelle autre raison possible pourriez-vous avoir de devenir un étudiant de la Connaissance ?

Par conséquent, lors de vos pratiques approfondies et lors de vos rappels horaires, renforcez votre conviction comme quoi vous devez vous échapper de l'ambivalence. Prenez conscience du coût dramatique de l'ambivalence. Voyez comment elle garde les gens perdus dans leurs idées, déniaient leur

engagement avec la vie. Voyez le coût humain autour de vous. Il est énorme.

Prenez conscience qu'avec la certitude chacun trouvera sa juste place. Le monde avancera sans les frictions qu'il doit endurer actuellement. De cette façon, toutes choses recherchent l'épanouissement mutuel dans l'inclusion dans la vie. Telle est la Voie de la Connaissance.

PRATIQUE 274 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

275ème PAS

AUJOURD'HUI JE CHERCHE À ME LIBÉRER DE L'INCERTITUDE.

Chercher à vous libérer de l'incertitude signifie que vous recherchez une liberté qui est authentique, qui est réelle et qui mérite vraiment le nom de liberté. En essence, ou bien vous savez ce que vous faites, ou bien vous ne le savez pas. Si vous ne savez pas ce que vous faites, vous attendez simplement la Connaissance. Si vous savez ce que vous faites, vous suivez simplement ce que vous savez. C'est aussi simple que ça. Spéculer de manière inutile, tenter de prendre des décisions prématurées fondées sur la peur ou sur la préférence, exiger d'avoir la certitude que vous n'avez pas et vous blâmer vous-même ou les autres pour les échecs de votre prise de décision médiocre, ces choses-là constituent tout ce qui éprouve votre esprit, votre corps et votre monde. C'est cela que vous souhaitez fuir aujourd'hui, afin que vous puissiez trouver la liberté dans la certitude que Dieu vous a donnée. C'est cette certitude que vous devez découvrir et suivre. Ce faisant, vous en récolterez toutes les récompenses et deviendrez un contributeur de ces récompenses dans le monde.

À chaque heure, rappelez-vous l'idée d'aujourd'hui et voyez sa complète pertinence à votre égard dans le monde. Lors de vos séances approfondies de pratique, donnez-vous à la quiétude. Donnez-vous à cette rencontre avec la Connaissance. Donnez-vous complètement et ne laissez ni l'ambivalence, ni l'incertitude vous retenir en arrière. Ce faisant, vous exercerez la force de la Connaissance en suivant la Connaissance, et avec le temps vous deviendrez aussi fort que l'est en vérité la Connaissance. Par conséquent, aujourd'hui, cherchez à fuir l'incertitude et tout ce qui l'accompagne, car ceci a détruit l'inspiration de l'humanité et a conduit cette dernière à entrer en guerre avec elle-même et avec le monde.

PRATIQUE 275 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

276ème PAS

LA CONNAISSANCE EST MON SALUT.

La Connaissance est votre salut, car elle vous conduit hors de votre situation difficile et désespérée, une situation issue de votre tentative de vivre dans le rêve et l'imagination. Elle vous conduit dans la lumière et la clarté de la réalité. Elle guide vos actions et vos pensées, afin que toutes les

deux puissent être efficaces et mener à la véritable réalisation de soi. Ainsi, Dieu vous a donné le plus grand don possible, le moyen en vous de corriger toute erreur, de dissiper toute confusion et de résoudre tout conflit, et d'orienter votre vie sur un cap authentique menant à votre véritable destinée. Vous y retrouvez votre pouvoir personnel, vous y êtes honoré, et votre valeur personnelle est rétablie. C'est votre valeur qui doit vous être restituée. Dieu ne demande pas que la valeur de Dieu soit rétablie, car elle n'a jamais été perdue. Vous, en revanche, avez perdu votre valeur, et celle-ci ne peut être rétablie qu'en suivant un Plan plus grand qui n'est pas de votre propre fabrication, mais qui a été créé pour votre plus grand bien.

Lorsque vous réaliserez combien votre vie a été gaspillée en ambivalence et le peu que cela vous a apporté, vous reconnaîtrez alors le grand besoin de la Connaissance. Cela vous donnera la force et la conviction pour avancer dans votre préparation en vous y engageant de votre mieux. Une fois que vous aurez reconnu votre vrai besoin, vous serez alors capable de reconnaître le véritable remède qui a été fourni.

Ainsi, vous qui êtes un étudiant de la Connaissance, prenez conscience de ce qui est nécessaire avec une clarté d'esprit et la simplicité de la vérité, car la Connaissance est votre salut. Rappelez-vous cela à chaque heure et réfléchissez-y à la lumière de vos pratiques récentes. Lors de vos méditations approfondies, permettez-vous d'entrer dans la quiétude complètement, en étant conscient que vous vous engagez avec ce qui constitue la clé de votre propre salut, et par votre intermédiaire, du salut du monde.

PRATIQUE 276 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

277ème PAS

MES IDÉES SONT PETITES, MAIS LA CONNAISSANCE EST GRANDE.

Réaliser la vérité de cette affirmation vous permettra de vous aligner avec la source de toute Connaissance. Vous pourrez alors vous échapper de l'obscurité du monde de l'imagination. L'imagination est instable, et même ses moments les plus brillants peuvent virer à l'obscurité en l'espace d'une seconde. Même ses inspirations les plus grandes peuvent être amèrement découragées par la plus faible des provocations. Ici, il n'y a pas de certitude. Ici, il n'y a pas de réalité. Ici, rien n'est digne de confiance, car seul le changement est à escompter. Ce qui est talentueux et précieux sera inéluctablement perdu. Ce qui est sombre et destructeur inéluctablement vous poursuivra.

Telle est une vie vécue dans l'imagination. Telle est une vie vécue dans l'isolement de votre propre pensée. Ne sous-estimez pas le pouvoir de la Connaissance pour vous libérer de cette situation désespérée dans laquelle rien d'authentique ne peut être perçu, dans laquelle aucun sens véritable ne peut être acquis et dans laquelle rien qui soit permanent et réel

ne peut être réalisé et établi. C'est votre salut hors de l'obscurité de votre imagination séparée qui vous conduira dans la réalité de la vie et vous y réhabilitera.

Réalisez ici que même vos plus grandes idées, même ces idées nées de la Connaissance, sont petites comparées à la Connaissance elle-même. La Connaissance est la grande source de votre être à mesure qu'elle trouve expression dans votre vie individuelle. Par conséquent, honorez ce qui est grand et réalisez ce qui est petit. Prenez conscience qu'à mesure que la Connaissance commencera à émerger en vous avec le temps, et à mesure que vous lui permettrez de s'exprimer toujours plus librement, vous commencerez à reconnaître ces pensées qui émanent de la Connaissance et ces pensées qui sont seulement imaginées. Cependant, même les pensées issues de la Connaissance, lesquelles sont bien plus puissantes et efficaces que toute autre pensée que vous puissiez imaginer, même ces pensées, qui constituent les germes d'une véritable compréhension dans le monde, s'avèrent petites comparées à la Connaissance.

Rappelez-vous le pouvoir de cette idée à chaque heure, car elle est donnée pour vous libérer de votre propre confusion et des fausses présomptions. Lors de vos séances plus approfondies de pratique aujourd'hui, appliquez activement votre mental. Essayez de regarder chaque idée qui vous tient à cœur, qu'elle soit positive ou négative. Regardez toute idée à laquelle vous croyez ou adhérez. Examinez votre relation envers les principales idées qui gouvernent votre vie. Après avoir regardé chacune d'elle, rappelez-vous alors que la Connaissance est bien plus grande que cette idée. Vous réaliserez ici qu'il existe un moyen pour vous d'échapper au monde des idées et d'entrer dans un monde de relation, dans lequel tout est vivant, réel et basé sur une fondation qui ne peut jamais changer.

PRATIQUE 277: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

278ème PAS

CE QUI EST IMMuable S'EXPRIMERA À TRAVERS MOI.

La vérité est immuable, mais elle s'exprime dans un monde aux circonstances changeantes et à la compréhension changeante. Ainsi, la vérité paraît changeante, cependant la source de la vérité n'est pas changeante. Vous qui vivez dans un monde de changement et subissez vous-même le changement, devez réaliser que votre Source est immuable. En réalisant ceci, vous acquerez le fondement de la confiance en votre Source. La confiance ne peut être véritablement établie que lorsqu'elle est fondée sur ce qui ne peut pas être changé, attaqué ou détruit. En cela, votre foi et votre confiance reposeront sur une vraie fondation. Vous réaliserez que ce qui est immuable, et qui est la source de votre confiance et le bénéficiaire de votre confiance, s'exprimera dans le monde changeant de façon changeante. Son expression répondra ainsi à chacun de vos besoins. Elle vous servira en

toutes circonstances. Elle fonctionnera à tous les niveaux de compréhension. Elle s'actualisera dans toute entreprise humaine. Ainsi, la vérité paraîtra changeante, car elle opère de différentes manières dans des environnements différents, et elle est reconnue différemment selon des points de vue différents. Cependant, la vérité en elle-même, qui est la Connaissance même, est à jamais immuable, à jamais aimante et à jamais authentique.

Par conséquent, comprenez aujourd'hui combien vos idées sont relatives et changeantes, et combien vous vous identifiez avec ce qui est changeant, ce qui n'a pas de solidité intrinsèque. A mesure que votre identité reposera sur la Connaissance et non simplement sur des idées, sur de la spéculation ou des croyances, vous commencerez à faire l'expérience de la permanence et de la sécurité que seule la Connaissance peut conférer. A mesure que vous réaliserez que votre vraie vie est immuable, alors vous vous sentirez libre de lui permettre de s'exprimer dans des circonstances changeantes. Vous échapperez alors à toute peur de la mort ou de la destruction. Vous trouverez alors la paix dans le monde, car le monde est changeant, mais vous ne l'êtes pas.

PRATIQUE 278 : *Lisez trois fois cette leçon aujourd'hui.*

279ème PAS

JE DOIS FAIRE L'EXPÉRIENCE DE MA LIBERTÉ POUR EN PRENDRE CONSCIENCE.

La liberté n'est pas un concept ou une idée. C'est une expérience. Par conséquent, vous devez en prendre conscience en des circonstances très nombreuses et très différentes pour en percevoir l'application universelle. Il vous est donné du temps pour accomplir cela. Cela apportera un sens, un but et une valeur à toutes vos activités. Ainsi, vous n'aurez aucune raison valable pour vous condamner, ou pour condamner le monde, car chaque chose renforcera votre compréhension de la nécessité de la Connaissance et chaque chose se fera le réceptacle de la Connaissance.

Par conséquent, consacrez-vous à la pratique, à la préparation et à l'application. Ne vous identifiez pas seulement aux idées, car même la plus grande des idées est destinée à être une forme d'expression dans des circonstances changeantes et sera de ce fait instable elle-même. Pour posséder une stabilité authentique dans le monde, vous devez vous identifier avec la Connaissance et permettre à la Connaissance de démontrer son pouvoir, son efficacité et sa bienveillance dans le monde. Vous devez faire l'expérience de votre liberté pour l'apprécier et pour comprendre son sens dans le monde. C'est pourquoi vous êtes un étudiant de la Connaissance. Et c'est pourquoi vous devez appliquer tout ce que vous êtes en train d'apprendre ici dans votre préparation.

Souvenez-vous de cela à chaque heure alors que vous êtes engagé dans le monde. Souvenez-vous de cela lors de vos pratiques de

méditation approfondie lorsque vous êtes engagé dans votre vie intérieure.

Dans ces deux domaines, la Connaissance doit prévaloir. Dans ces deux domaines, votre liberté doit être mise en application pour que vous en preniez conscience. Lors de vos méditations approfondies, utilisez la force de votre mental pour lui permettre d'entrer dans le silence et la quiétude.

Ne laissez pas la peur ou l'ambivalence vous dominer en ce jour. Vous pratiquez et exercez votre liberté, car vous ne pouvez être libre que lorsque vous êtes calme à l'intérieur, et si vous êtes calme à l'intérieur, vous êtes déjà libre.

PRATIQUE 279 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

280ème PAS

RÉVISION

Réviser les deux semaines passées, en commençant votre révision par la première leçon, puis en continuant avec chaque jour jusqu'à la dernière leçon. Essayez d'obtenir une vision d'ensemble de tout ce qui s'est passé durant les deux semaines passées. Essayez de voir comment vous pourriez approfondir et améliorer votre pratique. Prenez conscience du temps et de l'énergie qui sont gaspillés dans l'ambivalence et la spéculation futile. Réalisez combien votre énergie est gaspillée en doute et en confusion, alors que vous avez seulement à demeurer avec la Connaissance. Votre capacité à suivre ce qui se trouve au-delà de votre compréhension, ce qui est une nécessité ici, vous conduira à la plus grande des certitudes possible que la vie puisse vous fournir. Par cette certitude, vos idées, vos actions et vos perceptions atteindront une uniformité qui leur permettra d'être une puissante expression dans le monde dans lequel l'humanité est confuse et perdue dans l'ambivalence de l'imagination. C'est en suivant que vous êtes capable de donner et que vous êtes capable de guider. Vous reconnaîtrez cela avec le temps, à mesure que vous exercerez votre liberté et permettrez à votre liberté de s'exercer à travers vous.

Vous êtes à présent un étudiant de la Connaissance. Consacrez-vous à la mise en application de votre préparation avec un dévouement et un engagement croissants. Permettez aux erreurs de votre passé de vous motiver. Elles n'ont pas besoin d'être une source de récrimination contre vous-même et ne devraient pas l'être. Elles sont maintenant destinées à être comprises comme étant une démonstration de votre besoin de la Connaissance. Ainsi, vous devriez être très reconnaissant que la Connaissance vous soit donnée, car vous êtes en train de réaliser que, par-dessus tout, c'est la Connaissance que vous recherchez.

PRATIQUE 280 : Une longue séance de pratique.

281ème PAS

JE RECHERCHE LA CONNAISSANCE PAR-DESSUS TOUT.

Par-dessus tout recherchez la Connaissance, car la Connaissance vous donnera tout ce dont vous avez besoin. Vous rechercherez la Connaissance avec une conviction totale, lorsque vous réaliserez que tout autre entreprise et toute autre utilisation de votre mental et de votre corps seront sans espoir et vous conduiront à une plus grande confusion. En effet, sans la Connaissance, vous ne pouvez qu'apprendre que vous avez besoin de la Connaissance, et avec la Connaissance tout véritable apprentissage peut avancer. Votre passé vous a déjà enseigné le grand besoin de la Connaissance. Vous n'avez pas besoin d'apprendre ceci encore et encore. Pourquoi répéter la même leçon encore et encore, en pensant qu'elle produira un résultat différent ?

De vous-même, vous ne pouvez rien faire. Sans la Connaissance vous ne pouvez que générer plus d'imagination. Par conséquent, il existe une réponse unique à votre unique besoin fondamental, et cette réponse unique répondra à tous les autres besoins qui émanent de votre grand et unique besoin. Votre besoin est essentiel et la réponse à votre besoin est essentielle. Il n'y a aucune complexité ici, car en essence vous avez besoin de la Connaissance pour vivre une vie pleine de sens. Vous avez besoin de la Connaissance pour progresser. Vous avez besoin de la Connaissance pour réaliser votre Soi Véritable. Vous avez besoin de la Connaissance pour accomplir votre destinée dans le monde. Sans la Connaissance, vous ne ferez que tourner en rond et en viendrez à réaliser une fois de plus que vous avez besoin de la Connaissance.

Ce jour est un jour d'action de grâce, car vos prières ont été exaucées. Votre besoin a été comblé. Le don vous a été accordé pour rétablir votre Connaissance. Par-dessus tout, cherchez ce qui servira toutes choses à travers vous. En cela, votre besoin et le remède pour votre vie deviendront simples, et vous serez capable d'avancer dans la certitude et la patience, en devenant un étudiant constant de la Connaissance. Jour après jour, vous réclamez votre Soi Véritable. Jour après jour, vous vous échappez de tout ce qui cherche à vous tirer dans l'obscurité de la confusion. Jour après jour, ce qui est irréel commence à se désintégrer et ce qui est authentique commence à émerger.

À chaque heure aujourd'hui rappelez-vous cette grande vérité et affirmez-la — que vous cherchez la Connaissance par-dessus tout. Lors de vos pratiques de méditation approfondie, permettez-vous d'entrer dans la quiétude. Permettez à votre vie d'être transformée. Permettez à la Connaissance d'émerger, afin que vous puissiez être un véhicule pour son expression, car en ceci vous trouverez le bonheur.

PRATIQUE 281 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

282ème PAS

J'APPRENDRAI À ACCEPTER LA RESPONSABILITÉ DE PORTER LA CONNAISSANCE DANS LE MONDE.

Porter la Connaissance dans le monde requiert de la responsabilité. Votre responsabilité est de suivre la Connaissance et d'apprendre à exprimer la Connaissance de manière adéquate et intentionnelle. En cela, il sera nécessaire que vos capacités humaines soient cultivées et élevées. Il sera nécessaire que le discernement et toutes les autres qualités de valeur en vous soient également cultivés, car vous devez apprendre à exprimer ce que vous portez. Vous devez apprendre à suivre cela et à en devenir le digne véhicule. Tel est le vrai sens de tout développement individuel. C'est ici que le développement individuel possède un but authentique. C'est également ici que votre croissance et votre avancement ont une direction.

Par conséquent, permettez-vous de faire l'expérience du sens de l'idée d'aujourd'hui. Permettez-vous d'accepter la responsabilité. Ce n'est pas un poids sur vos épaules. C'est pour vous un rite de passage et ainsi, tout ce qui vous a rendu confus et frustré intérieurement, recevra une application nouvelle et qui ait un sens. Réalisez que la Connaissance apporte la responsabilité. Il est donc nécessaire que vous la traitiez avec le sérieux qu'elle requiert, et cependant avec ce sérieux, vous recevez la grandeur et la paix qu'elle vous octroiera. Avec le temps, vous deviendrez dans le monde un véhicule accordé très, très finement à la Connaissance. En cela, tout ce qui a besoin d'être développé se trouvera développé, et tout ce qui ne fait qu'empêcher votre progrès sera abandonné.

Lors de vos pratiques approfondies dans la quiétude aujourd'hui, reconnaissez que vous avez la responsabilité de cultiver les facultés de votre mental en tant qu'étudiant de la Connaissance. Exercez ces responsabilités et ne dérivez pas dans l'imagination. Engagez-vous en tant qu'étudiant de la Connaissance conformément aux exigences de votre préparation, car vous devenez à présent une personne de responsabilité et une personne de pouvoir.

PRATIQUE 282 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

283ème PAS

LE MONDE EST AMBIVALENT, MAIS JE NE LE SUIS PAS.

Regardez autour de vous dans le monde et vous verrez que le monde de l'humanité est perdu dans sa propre ambivalence. Elle souhaite avoir ceci et elle souhaite aller là. Elle veut garder tout ce qu'elle a acquis et ne rien perdre et pourtant elle veut plus que ce dont elle a besoin. Elle est dans la confusion vis-à-vis de sa situation difficile. Elle est dans la confusion vis-à-vis de la solution. Elle est dans la confusion quant à son identité. Elle est dans la confusion en ce qui concerne ce à quoi accorder de la valeur et ce à quoi ne pas accorder de valeur. Toutes les disputes et tous les débats, tous les conflits et toutes les guerres sont engagés en faisant preuve de cette ambivalence.

Tandis que vous demeurez avec la Connaissance, vous observerez le monde et reconnaîtrez sa complète confusion. Ceci vous enseignera et vous rappellera le grand besoin de la Connaissance dans le monde. La Connaissance ne s'attaquera jamais elle-même, et la Connaissance n'est pas en conflit avec elle-même. Par conséquent, deux individus, ou deux nations, ou même deux mondes, n'auront aucun sujet de litige s'ils sont guidés par la Connaissance, car la Connaissance cherchera toujours à rassembler les individus d'une manière qui ait un sens, et à clarifier leurs interactions mutuelles. Il n'est pas possible que la Connaissance soit en conflit avec elle-même, car il n'existe aucune opposition en la Connaissance. Elle organise toutes les activités vers un seul but et vers un unique objectif. Elle amène toutes les formes d'opposition à servir un but et une direction uniques. Ainsi, elle est la grande conciliatrice dans le monde. A mesure que vous demeurerez avec la Connaissance, vous en deviendrez le véhicule d'expression. Vous enseignerez alors la paix, parce que la paix elle-même enseignera à travers vous.

Regarder la Connaissance de cette manière vous rendra capable de reconnaître votre véritable engagement et votre véritable responsabilité en tant qu'étudiant de la Connaissance. Le monde est dans l'ambivalence. Il est dans la confusion et il souffre de toutes les conséquences de cela. Mais vous, qui apprenez à être un témoin du monde sans jugement ni condamnation et qui apprenez à être un témoin du monde à partir de la certitude de la Connaissance, vous pourrez reconnaître simplement la situation difficile dans laquelle se trouve le monde et vous saurez alors que vous portez le remède en vous en ce moment même.

Lors de vos pratiques approfondies, entrez dans la quiétude une fois encore et utilisez le mot RAHN si nécessaire pour vous aider. Parce que vous apprenez à demeurer dans la quiétude, vous apprenez à être certain. Tout individu qui peut acquérir la quiétude dans le monde deviendra une source de Connaissance dans le monde, car la Connaissance s'exprimera dans le monde partout où un esprit s'ouvre. Votre esprit commence maintenant à s'ouvrir, afin que la Connaissance puisse s'exprimer.

PRATIQUE 283 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

284ème PAS

LA QUIÉTUDE EST MON CADEAU AU MONDE.

Comment la quiétude peut-elle être un cadeau, pourriez-vous demander. Elle est un cadeau, parce qu'elle est une expression de certitude et de paix. Comment la quiétude peut-elle être un cadeau pour le monde ? Parce que votre quiétude permet à la Connaissance de s'exprimer à travers vous. Comment la quiétude peut-elle être un cadeau pour le monde ? Parce que votre quiétude permet à tous les autres esprits d'être dans la quiétude, afin qu'ils puissent savoir. Un esprit en conflit ne peut être dans la quiétude. Un esprit qui cherche désespérément la résolution de problèmes ne peut

être dans la quiétude. Un esprit qui s'agite dans ses propres jugements ne peut être dans la quiétude. Ainsi, lorsque vous présentez au monde la quiétude que vous êtes à présent en train de cultiver, vous donnez à tous les autres esprits qui vous reconnaissent l'opportunité et la démonstration qui leur permettront d'entrer eux-mêmes dans la quiétude. En essence, vous communiquez que la paix et la liberté sont possibles et qu'il existe une grande présence de la Connaissance dans le monde, qui appelle tous les esprits séparés et tourmentés.

Votre quiétude est un cadeau. Elle calmera tous les esprits. Elle apaisera toutes les controverses. Elle aura un effet calmant et apaisant sur tous ceux qui souffrent sous le poids de leur propre imagination. Il s'agit ainsi d'un grand cadeau. Ce n'est pas votre seul cadeau, car vous donnerez aussi par l'intermédiaire de vos idées, de vos actions et de vos réalisations dans le monde. Vous démontrerez ici les qualités en termes de développement de l'esprit qui sont exigées de vous en tant qu'étudiant de la Connaissance. Cependant, de tout ce que vous pourriez contribuer au monde, c'est votre quiétude qui aura l'effet le plus important, car dans la quiétude vous entrez en résonance avec tous les autres esprits, vous calmerez tous les autres esprits et vous porterez une vraie paix au sein du monde, et la liberté qu'elle démontre.

Aujourd'hui, souvenez-vous de l'importance de la quiétude à chaque heure. Regardez autour de vous dans ce monde de turbulences et prenez conscience de sa grande application. Lors de vos deux pratiques de méditation approfondie, donnez-vous encore à la quiétude. Permettez-vous d'échapper à l'ambivalence et à l'incertitude qui vous hantent et qui vous retiennent en arrière. Rapprochez-vous du royaume de la quiétude, qui est le royaume de la Connaissance, car c'est ici que vous trouverez la paix et la certitude. C'est le cadeau que vous fait Dieu, et tel sera votre cadeau au monde.

PRATIQUE 284 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

285ème PAS

DANS LA QUIÉTUDE TOUT PEUT ÊTRE CONNU.

Dans la quiétude, tout peut être connu, car le mental est capable de répondre à la Connaissance. La Connaissance trouvera alors son expression dans vos pensées et activités spécifiques. Votre mental était destiné à servir la Connaissance comme votre corps était destiné à servir votre mental. En cela, la contribution apportée de votre Demeure Véritable peut s'exprimer dans le monde de l'exil. Ici, le Ciel et la Terre se touchent, et quand ils se touchent, une véritable communication commence à exister, et le transfert de la Connaissance est effectué dans le monde.

Vous vous préparez à devenir un véhicule pour la Connaissance, afin que tout ce que vous accomplissiez de grand et de

petit, d'unique et d'ordinaire, exprime la présence de la Connaissance. Par conséquent, votre fonction dans le monde n'est pas grandiose ; elle est simple. C'est ce qui se trouve exprimé à travers de votre activité qui est important, car l'action la plus simple faite avec la Connaissance est un grand enseignement de la Connaissance et impressionnera et influencera toutes les consciences dans le monde.

Par conséquent, rappelez-vous à chaque heure aujourd'hui l'importance de cultiver la quiétude et ce qu'elle octroie comme libération immédiate de l'anxiété et du conflit. Permettez à vos séances approfondies de pratique aujourd'hui d'être des moments de vraie dévotion où vous venez à l'autel de Dieu pour vous offrir. Ceci est, en essence, la véritable église. Telle est la véritable chapelle. Tel est le lieu où la prière devient réelle et où votre esprit, qui est une expression de l'Esprit de Dieu, s'abandonne à sa grande source, dans la quiétude, l'humilité et l'ouverture. En cela, Dieu vous bénit et vous donne un cadeau à offrir au monde, lequel est le fruit de votre propre développement.

Tout ceci émane dans la quiétude, car dans la quiétude le transfert de la Connaissance peut être accompli. Ceci est absolument naturel et totalement au-delà de votre compréhension. Par conséquent, vous n'avez pas besoin de dépenser de l'énergie et du temps à spéculer, à vous questionner ou à essayer d'en saisir le mécanisme. Ceci n'est pas nécessaire. Il vous est simplement demandé d'être un réceptacle de la Connaissance. Ne vous tenez pas à l'écart pour tenter de le comprendre.

Ne vous tenez pas à l'écart aujourd'hui mais entrez dans la quiétude, car ceci est le cadeau de Dieu pour vous. Dans la quiétude, le transfert de la Connaissance se fera. Grâce à cela, vous devenez un véhicule de la Connaissance dans le monde.

PRATIQUE 285 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

286ème PAS

JE PORTE LA QUIÉTUDE AVEC MOI DANS LE MONDE AUJOURD'HUI.

Portez la quiétude avec vous. Laissez votre vie intérieure demeurer dans la quiétude, tandis que vous vous mouvez dans un monde des turbulences et de la confusion. Vous n'avez rien à résoudre dans vos pensées en ce moment, car vous apprenez à être avec la Connaissance. La Connaissance organisera votre pensée et lui donnera une vraie uniformité et une vraie direction. Portez la quiétude en vous et soyez assuré que tous vos conflits internes seront résolus par la Connaissance, car vous suivez la source de leur résolution. Chaque jour vous rapprochera de la paix et de l'accomplissement. Et ce qui vous hantait auparavant et obscurcissait votre esprit de grands nuages sombres sera tout simplement écarté à mesure que vous marcherez sur la voie de la Connaissance.

Portez la quiétude avec vous dans le monde. Cela vous permettra d'être vraiment observateur. Cela vous permettra de voir le monde tel qu'il est. Cela vous permettra de dissiper les conflits du monde, car ici vous enseignez la paix en étant en paix. Ce n'est pas une fausse paix que vous enseignez. C'est le fruit d'une véritable association avec la Connaissance, car vous suivez ici la Connaissance. Vous permettez à la Connaissance de fournir une direction. Vous ne pouvez faire cela que dans la quiétude.

Ne pensez pas que la quiétude vous rendra incapable de toute activité authentique dans le monde. Vous serez actif dans le monde, et vous participerez à son mécanisme, mais pour ce faire vous devrez demeurer en la quiétude. Vous trouverez, à votre grand ravissement, que vous êtes bien plus compétent, bien plus efficace et bien plus réceptif aux autres, en étant bien plus efficace et productif, lorsque vous portez cette quiétude dans le monde. Votre énergie peut ici être exprimée dans le monde d'une manière qui ait un sens. Tous les pouvoirs de votre mental et de votre corps sont ici mis à contribution et ne sont pas gaspillés en conflits internes.

Ainsi, vous devenez plus puissant et plus efficace, plus certain et plus productif lorsque vous portez la quiétude dans le monde.

Tout au long de la journée, rappelez-vous que vous portez la quiétude dans le monde, et lors de vos deux pratiques de méditation profonde, cherchez le refuge de la quiétude. Soustrayez-vous au monde que vos sens rapportent, et entrez dans la sérénité et le sanctuaire de la quiétude et de la Connaissance. Vous trouverez à mesure que vous avancerez, que vos deux longues séances de pratique seront des moments de grand repos et de soulagement, de grands moments de rajeunissement. Ce sont des moments où vous fréquentez chaque jour la sainte chapelle de l'Esprit Saint. Ce sont des moments où Dieu et vous vous rencontrez grâce à la Connaissance.

Ces moments de pratique deviennent ainsi les temps forts de chaque journée où vous apprenez à recevoir les dons qui vous sont présentés. Vous attendrez avec impatience vos sessions de pratique comme une opportunité de vous régénérer et de vous rafraîchir, de trouver une vraie inspiration et un vrai réconfort, et de permettre à votre mental de devenir de plus en plus fort avec la Connaissance, afin que vous puissiez porter la paix et la quiétude dans le monde.

PRATIQUE 286 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

287ème PAS

AVEC LA CONNAISSANCE JE NE PEUX PAS ÊTRE EN GUERRE.

Avec la Connaissance, vous ne pouvez pas être en guerre. Vous ne pouvez pas être en guerre en vous-même ou avec les autres, car avec la Connaissance, il n'existe que la Connaissance et la confusion dans le monde.

La confusion ne requiert pas l'attaque. Par conséquent, avec la Connaissance vous n'êtes pas en guerre car vous avez un seul esprit, un seul

but, une seule responsabilité, une seule direction et un seul sens. Plus votre esprit sera uniforme, plus votre vie extérieure deviendra également uniforme. Comment pouvez-vous être en guerre en vous-même lorsque vous suivez la Connaissance ? La guerre est issue de l'ambivalence dans laquelle des systèmes de valeurs s'opposent, entrent en conflit les uns avec les autres pour obtenir votre reconnaissance. Des idées, des émotions, des valeurs qui rivalisent, et qui toutes entrent en guerre les unes contre les autres, et vous êtes pris au milieu de leurs grandes batailles.

Avec la Connaissance, tout cela est évité. Avec la Connaissance, vous ne pouvez pas être en guerre en vous-même. Avec le temps, votre doute de soi, votre incertitude, votre peur et votre angoisse s'évanouiront entièrement. À mesure que cela se produit, vous sentirez de plus en plus que vous n'êtes pas en guerre et vous vous réjouirez du bienfait d'être en paix. Vous serez alors en mesure de tourner vos yeux vers le monde avec toute la force de votre engagement, car l'intégralité de votre énergie mentale et physique vous sera dorénavant disponible pour contribuer au monde. Cette contribution sera plus grande que vos actions ou vos mots car vous porterez la quiétude et la paix dans le monde.

Ici, vous ne serez en opposition à personne, bien que d'autres puissent choisir d'être opposés à vous. Ici, vous ne serez en guerre contre personne, même si d'autres choisissent d'être en guerre avec vous. Ceci sera votre plus grande contribution, et c'est là ce que votre vie enseignera en en faisant la démonstration. Ici, la Connaissance s'offrira au monde et enseignera les grandes leçons que vous apprenez maintenant à recevoir pour vous-même. Cet enseignement viendra naturellement. Vous n'avez nul besoin de l'imposer au monde, et vous n'avez nul besoin d'essayer de changer quelqu'un d'autre, car la Connaissance réalisera sa véritable tâche à travers vous.

À chaque heure, prenez conscience du sens de l'idée d'aujourd'hui et prenez conscience du pouvoir qu'à la Connaissance de mettre fin à toute votre souffrance, et au final à la souffrance du monde. Lors de vos séances approfondies de pratique, retournez à votre grand sanctuaire, et devenez à nouveau un réceptacle de la Connaissance dans l'ouverture et l'humilité. Vous serez alors en mesure de porter votre relation constante avec la Connaissance dans le monde avec une certitude de plus en plus grande. Alors, tout ce qui doit être porté à contribution rayonnera de vous sans effort.

PRATIQUE 287 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

288ème PAS

LES ENNEMIS SONT SIMPLEMENT DES AMIS QUI N'ONT PAS APPRIS À S'UNIR.

Il n'existe pas de vrais ennemis dans la vie, car toutes les guerres et tous les conflits naissent de la confusion. Ceci, vous devez le comprendre.

Une vie sans la Connaissance ne peut qu'être confuse, et doit créer son propre système de gouverne intérieure, lequel n'est constitué que d'idées et de croyances auxquelles on s'identifie. Ainsi, les individus ont leur raison d'être personnelle et leur propre identité. Ces évaluations se heurtent à celles d'autres individus, et ainsi d'individu à individu, de groupe à groupe, de nation à nation et de monde à monde, la guerre est générée et déclenchée.

En la Connaissance ceci n'est pas possible, car en la Connaissance tous sont vos amis. Vous reconnaissez le fait que chaque personne se situe au niveau de développement auquel elle est actuellement engagée. Vous pouvez vous impliquer avec certaines d'entre elles, et avec certaines d'autres vous ne le pouvez pas. Certaines d'entre elles peuvent être capables de recevoir votre contribution directement, tandis que d'autres ne pourront la recevoir qu'indirectement. Cependant tous sont vos amis. Il n'existe aucune opposition au sein de la Connaissance, car il n'existe qu'une Connaissance unique dans l'univers. Elle s'exprime à travers chaque individu. À mesure que chaque individu devient plus purifié en tant que véhicule de la Connaissance, à mesure que chaque individu devient un plus grand réceptacle de la Connaissance, à mesure que chaque individu suit la Connaissance et devient responsable vis-à-vis de la Connaissance, alors l'opportunité pour celui-ci ou celle-ci d'entrer en conflit diminuera et finalement disparaîtra.

Reconnaissez donc que toute guerre ou tout conflit n'est, pour tous ceux concernés, que l'expression d'une incapacité à s'unir. Lorsque des individus s'unissent, ils reconnaissent un besoin commun qui devient leur besoin essentiel. Il doit naître de la Connaissance et non de l'idéalisme pour être mené à bien. Il doit naître de la Connaissance et non de la simple philosophie pour conduire à une véritable action et à un véritable engagement. Ainsi, vous devenez un artisan et un gardien de la paix dans le monde lorsque vous suivez en tant qu'étudiant de la Connaissance. Plus forte sera en vous la Connaissance, plus faible seront votre peur et votre ambivalence. De cette manière, la guerre prendra fin en vous et votre vie sera une démonstration de l'inutilité de la guerre.

Consacrez-vous aujourd'hui à mettre fin à la guerre dans le monde en mettant fin à la guerre en vous-même, afin que vous puissiez être un artisan et un gardien de la paix. A chaque heure, rappelez-vous la leçon d'aujourd'hui et appliquez-la au monde que vous voyez autour de vous. Appliquez-la à tous les conflits dans le monde dont vous êtes conscient. Essayez de comprendre sa totale pertinence pour ces conflits. Pour réaliser tout l'impact et tout le sens de l'idée d'aujourd'hui, il est nécessaire que vous regardiez ces conflits d'un point de vue différent. C'est ce point de vue que vous devez cultiver, car vous devez apprendre à voir comme la Connaissance voit, à penser comme la Connaissance pense et à

agir comme la Connaissance agit. Vous accomplirez sans aucun doute tout cela à mesure que vous suivrez la Connaissance chaque jour.

Lors de vos séances de pratique approfondie, retournez au calme et à la quiétude, afin que vous puissiez renforcer votre capacité à vous développer et à vous préparer pour être un émissaire de la Connaissance dans le monde. Telle est votre responsabilité aujourd'hui. Ceci imprénera toutes vos autres activités et leur donnera de la valeur et du sens, car aujourd'hui vous êtes un étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 288: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

289ème PAS

AUJOURD'HUI JE SUIS UN ÉTUDIANT DE LA CONNAISSANCE.

Soyez un véritable étudiant aujourd'hui. Consacrez-vous entièrement à votre processus d'enseignement. Ne présumez de rien, car les véritables étudiants ne présument de rien, et c'est ce qui leur permet de tout apprendre. Réalisez que vous ne pouvez pas comprendre la Connaissance ; vous ne pouvez que la recevoir. Vous ne pouvez que faire l'expérience de son extension à travers votre vie dans le monde.

Ainsi, permettez-vous d'être réceptif à la Connaissance. Ne vous permettez pas de recevoir l'ambivalence qui imprègne le monde. Gardez vos distances avec cette ambivalence, car vous n'êtes pas encore assez fort en la Connaissance pour faire face à l'ambivalence et pour apporter votre don dans un monde ambivalent. Ne soyez pas ambitieux à cet égard, sans quoi vous dépasserez votre capacité et échouerez en conséquence. A mesure que la Connaissance va grandir et se développer en vous, elle vous guidera vers des domaines où vous serez capable de servir. Elle vous conduira vers des situations, dans lesquelles vous aurez la capacité requise pour la restituer.

Soyez un étudiant aujourd'hui. N'essayez pas d'utiliser l'apprentissage pour satisfaire vos ambitions personnelles. Ne laissez pas vos idées personnelles vous guider aujourd'hui, mais soyez un étudiant de la Connaissance. Lorsque vous êtes certain de quelque chose, menez-le de l'avant aussi sagement et adéquatement que possible. Lorsque vous n'êtes pas certain de quelque chose, retournez à la Connaissance, et soyez simplement en paix avec la Connaissance, car la Connaissance vous guidera. De cette façon vous deviendrez un véritable agent de la Connaissance actif dans le monde. La Connaissance s'étendra à travers vous dans le monde, et tout ce que vous recevrez sera donné dans le monde à travers vous.

Lors de vos pratiques approfondies aujourd'hui, renforcez votre capacité à entrer dans le royaume de la Connaissance. Aujourd'hui, allez plus profondément que vous n'êtes jamais allé auparavant. Aujourd'hui, soyez un étudiant de la Connaissance. Entrez dans la Connaissance. Faites l'expérience de la Connaissance. De cette manière, vous vous engagerez de plus en plus avec son pouvoir et sa grâce. De cette manière, vous prendrez

conscience de son but dans le monde, ce qui ne peut être réalisé qu'en y prenant part.

PRATIQUE 289 : *Deux séances de pratique de 30 minutes.*

290ème PAS

JE NE PEUX QU'ÊTRE UN ÉTUDIANT.

PAR CONSÉQUENT, JE SERAI UN ÉTUDIANT DE LA CONNAISSANCE.

Dans le monde vous êtes un étudiant – toujours. Chaque jour, chaque heure et chaque minute vous apprenez et vous essayez d'assimiler votre apprentissage. Vous êtes soit un étudiant de la Connaissance, soit un étudiant de la confusion. Vous êtes soit un étudiant de la certitude, soit un étudiant de l'ambivalence. Vous êtes soit un étudiant de la complétude et de l'intégrité, soit un étudiant du conflit et de la guerre. De votre présence dans le monde, vous ne pouvez qu'apprendre et faire la démonstration du résultat de votre apprentissage.

Par conséquent, il n'existe aucun choix dans le fait d'être ou non un étudiant, car vous serez un étudiant même si vous décidez de ne pas l'être. Si vous décidez de ne pas être un étudiant, vous ne ferez qu'étudier un autre programme. Vous n'avez en cela aucun choix, car être dans le monde c'est apprendre et faire la démonstration du résultat de votre apprentissage. Conscient de cela, votre décision consiste donc à déterminer où vous serez un étudiant et ce que vous apprendrez. Tel est le pouvoir de décision qui vous est donné. La Connaissance vous guidera naturellement pour prendre la bonne décision et vous conduira jusqu'à celle-ci, car elle vous est donnée pour donner au monde. Aussi, à mesure que vous approcherez de la Connaissance, vous vous sentirez comme engagé dans un grand retour chez vous. Vous sentirez une grande intégration en vous et vous sentirez que votre conflit et votre guerre avec vous-même commencent à diminuer et à disparaître.

Soyez un étudiant de la Connaissance aujourd'hui, car étudiant vous êtes. Choisissez le programme qui vous a choisi. Choisissez le programme qui vous sauvera, et par vous, sauvera le monde. Choisissez le programme qui accomplit votre but ici, et qui illustre votre vie d'au-delà de ce monde, laquelle souhaite s'exprimer ici. Devenez un étudiant de la Connaissance.

Prenez conscience du pouvoir de l'idée d'aujourd'hui et souvenez-vous en à chaque heure. Souvenez-vous de toujours lire la leçon du jour avant d'entrer dans le monde, afin que vous puissiez commencer à utiliser sa pratique pour ce jour. Confirmez votre statut d'étudiant de la Connaissance. Renforcez votre engagement en tant qu'étudiant de la Connaissance. Suivez la pratique d'aujourd'hui avec une ardeur croissante.

Lors de vos deux séances de pratique approfondie, engagez activement votre mental dans la considération de ce que signifie être un étudiant dans le monde. Mettez à contribution votre mental pour comprendre le message d'aujourd'hui, et essayez de prendre conscience que vous êtes un étudiant en toutes circonstances. Essayez de réaliser que vous n'avez pas le choix ici, car vous devez apprendre, assimiler et faire la démonstration de votre apprentissage. Telle est la fondation pour un véritable enseignement. Réalisez que votre but dans le monde est de devenir un étudiant de la Connaissance, d'assimiler la Connaissance et de permettre à la Connaissance de s'exprimer, de sorte que vous puissiez faire la démonstration de la Connaissance dans le monde. Exprimée de la manière la plus simple, voilà l'expression de votre but, et de ce but émergera une vocation spécifique pour vous guider dans le monde de façon spécifiquement accordée à votre nature et à la manière dont vous êtes conçu.

Aussi, aujourd'hui vous allez vous renforcer en tant qu'étudiant de la Connaissance. Lors de vos deux longues séances de pratique, mettez activement à contribution votre mental, afin d'essayer de pénétrer l'idée d'aujourd'hui et de reconnaître sa complète pertinence pour votre vie.

PRATIQUE 290 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

291ème PAS

JE SUIS RECONNAISSANT ENVERS MES FRÈRES ET MES SŒURS QUI
COMMETTENT DES ERREURS À MON ENCONTRE.

Soyez reconnaissant envers ceux qui manifestent le besoin de la Connaissance. Soyez reconnaissant envers ceux qui vous enseignent qu'il est sans espoir de s'engager dans une quelconque poursuite dans le monde sans la Connaissance. Soyez reconnaissant envers ceux qui vous font gagner du temps en démontrant les résultats de ces choses que vous envisagez actuellement pour vous-même. Soyez reconnaissant envers ceux qui vous montrent votre propre grand besoin dans le monde. Soyez reconnaissant envers ceux qui démontrent ce que vous devez donner au monde. Soyez reconnaissant envers tous ceux qui semblent commettre des erreurs à votre rencontre, car ils vous montreront ce qui est nécessaire dans votre vie, et ils vous rappelleront que la Connaissance est votre unique vrai but, votre unique vrai objectif et votre unique vraie expression.

En cela, tous ceux qui commettent des erreurs à votre rencontre deviennent vos amis, car même dans leur misère, ils vous servent et vous appellent à les servir. Ici, toute la bêtise, l'erreur, la confusion, l'ambivalence, tous les conflits et toutes les guerres dans le monde peuvent vous conduire à la conviction de la Connaissance. De cette manière, le monde vous sert, vous soutient, et vous prépare à le servir dans son grand besoin. Ainsi, vous recevez les accomplissements du monde et les erreurs du

monde vous sont données comme rappels. De cette manière, votre amour et votre compassion pour le monde verront le jour.

Aujourd'hui, rappelez-vous à chaque heure ce message et essayez d'en saisir le sens dans le contexte de toutes vos activités, afin que tout ce qui arrive aujourd'hui illustre l'idée de ce jour. Lors de vos périodes de pratique approfondie, mettez activement votre mental à contribution pour tenter de pénétrer l'idée de cette journée. Remémorez-vous chaque personne qui, selon vous, a commis une erreur à votre rencontre. Voyez comment cette personne vous a servi de rappel et continuera à le faire. Ceci peut vous économiser beaucoup de temps et d'énergie en vous amenant plus près de la Connaissance, en accroissant votre détermination pour la Connaissance et en vous rappelant qu'il n'existe pas d'alternative à la Connaissance. Lors de vos périodes de pratique plus longues, pensez à toutes les personnes qui, selon votre ressenti, ont commis une erreur à votre rencontre et réalisez, de ce point de vue, le service considérable qu'elles vous ont rendu.

Permettez à ce jour d'être un jour de pardon et un jour d'acceptation, où vous reconnaissez et étendez votre gratitude à ceux qui ont commis des erreurs à votre rencontre. La vie conspire pour vous amener à la Connaissance. À mesure que vous entrez dans la Connaissance, vous prendrez conscience du grand service que la vie vous rend, à la fois par ses accomplissements et par ses échecs. Recevez ce don, car dans l'amour et la gratitude vous vous tournerez vers le monde et souhaiterez contribuer ce qui est la plus grande de toutes les contributions. Ici, vous donnerez la Connaissance avec gratitude et au service du monde qui vous a lui-même servi.

PRATIQUE 291 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

292ème PAS

COMMENT PUIS-JE ÊTRE EN COLÈRE CONTRE LE MONDE, ALORS QU'IL NE FAIT QUE ME SERVIR ?

Comment pouvez-vous être en colère quand le monde vous sert ? Lorsque vous vous rendez compte à quel point le monde vous sert, ce qui ne peut être réalisé que dans la Connaissance, vous mettez alors fin à toute votre haine envers le monde, à toute votre condamnation du monde et à toute votre résistance au monde. Ceci confirmera votre véritable destinée, votre véritable origine et le véritable but de votre existence dans le monde.

Vous êtes venu dans le monde pour apprendre et pour désapprendre. Vous êtes venu dans le monde pour reconnaître ce qui est réel et ce qui ne l'est pas. Vous êtes venu dans le monde pour être quelqu'un qui donne au monde, un contributeur qui a été envoyé d'au-delà du monde pour servir ici. Telle est la véritable nature de votre présence ici, et bien qu'elle semble entrer en conflit avec votre évaluation de vous-même, elle est

néanmoins vraie et demeurera vraie peu importe votre point de vue, peu importe vos idéaux et vos croyances, peu importe les éventuelles quêtes que vous pourriez entreprendre à des fins intéressées. La vérité patiente en vous, et attend que vous soyez prêt à lui accorder de l'importance.

À chaque heure, rappelez-vous l'idée de ce jour et voyez son application partout, alors que vous regardez le monde autour de vous.

Lors de vos deux pratiques approfondies, portez encore une fois votre attention sur toutes les personnes qui, d'après votre ressenti, ont commis des erreurs à votre encontre, et, une fois encore, essayez de comprendre la contribution qu'elles vous ont faite en vous amenant à la Connaissance, en vous enseignant à accorder de l'importance à la Connaissance et en vous enseignant cette prise de conscience qu'il n'existe aucun espoir hors de la

Connaissance. Il n'existe aucun espoir sans la Connaissance. L'idée d'aujourd'hui générera de l'amour et de la gratitude envers le monde et renforcera ce point de vue, ce qui vous sera nécessaire pour regarder le monde avec certitude, avec amour et avec la Connaissance.

PRATIQUE 292: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

293ème PAS

JE NE DÉSIRES PAS SOUFFRIR AUJOURD'HUI.

Renforcez votre résolution de ne pas souffrir aujourd'hui, en étant un étudiant de la Connaissance, en adhérant à la Connaissance et en vous consacrant à la Connaissance. Ne laissez pas le monde vous entraîner dans ses poursuites insensées, dans ses entreprises désespérées et dans ses conflits révoltés. Toutes ces choses vous attirent encore, mais ne vous permettez pas de vous y adonner aujourd'hui, car les persuasions du monde sont issues de la grande inquiétude et de la grande peur du monde. L'inquiétude et la peur sont comme des maladies qui affectent les esprits. Ne permettez pas à votre esprit d'être ainsi affecté aujourd'hui. Vous ne voulez pas souffrir aujourd'hui, et vous souffrirez si vous suivez les persuasions du monde. Prenez part au monde et remplissez vos responsabilités ordinaires, mais renforcez votre résolution d'être un étudiant de la Connaissance, car ceci vous libérera de toute souffrance et vous donnera la grandeur que vous êtes censé donner au monde.

À chaque heure, confirmez que vous ne voulez pas souffrir aujourd'hui, et réalisez l'inévitabilité de votre souffrance si vous tentez de vous engager dans le monde sans la Connaissance. Le monde ne peut que vous rappeler votre unique but et votre unique responsabilité à présent, qui sont de devenir un étudiant de la Connaissance. Soyez reconnaissant que le monde vous soutienne de la seule manière qu'il puisse, et soyez reconnaissant que, depuis votre Ancienne Demeure, Dieu ait étendu la Grâce dans le monde pour que vous la receviez et appreniez à la donner.

PRATIQUE 293 : Pratique horaire.

Commencez cette révision des deux semaines par cette invocation :

« Je suis maintenant un étudiant de la connaissance. J'apprendrai le sens et le but de la Connaissance par ma participation. Je poursuivrai ma participation sans essayer d'en modifier la méthode ou les leçons d'aucune manière, parce que je souhaite apprendre. Je suis un étudiant de la Connaissance dans un monde où la Connaissance semble être absente. Pour cette raison, j'ai été envoyé ici pour me préparer à donner ce que la Connaissance désirera donner au monde. Je suis un étudiant de la Connaissance. Je suis assuré dans ma responsabilité. En cela je recevrai tout ce que je désire vraiment, car je désire vraiment aimer le monde. »

Après cette invocation, commencez votre révision des deux semaines. Commencez par le premier jour de cette période de deux semaines, lisez la leçon de ce jour et remémorez-vous votre pratique. Continuez de cette manière pour couvrir tous les jours de cette période de deux semaines, et essayez ensuite d'avoir une vue d'ensemble de votre vie durant ce temps de pratique. Commencez à voir ce qui s'est passé dans votre vie au cours de cette période de deux semaines.

Lorsque vous développerez une vue d'ensemble, vous commencerez à percevoir le mouvement de votre vie. Peut-être que cela sera subtil au début, mais vous commencerez bientôt à prendre conscience que votre vie progresse rapidement et que vos valeurs et votre expérience de vous-même sont en train de changer. Vous êtes en train de changer radicalement. Vous devenez enfin vous-même. Vous réaliserez que la guerre, qui sévit encore en vous de temps en temps, diminuera et deviendra moins fréquente. C'est seulement avec une vision d'ensemble consciente et objective que cela peut être reconnu, et lorsque ce sera reconnu, cela vous procurera la confiance et la conviction pour avancer, car vous saurez que vous suivez votre véritable voie et votre véritable destinée. Vous saurez que vous êtes un véritable étudiant de la Connaissance et que vous avez pris la bonne décision concernant votre statut d'étudiant.

PRATIQUE 294 : *Une longue séance de pratique.*

JE PÉNÈTRE À PRÉSENT LE MYSTÈRE DE MA VIE.

Vous pénétrez le mystère de votre vie, qui cherche à se révéler à vous. Le mystère de votre vie est la source de tout ce qui est manifeste dans votre vie. Tout ce qui sera manifeste ou qui est destiné à être manifeste s'incarne dans le mystère de votre vie. Par conséquent, votre engagement actuel en tant qu'étudiant de la Connaissance est absolument fondamental pour tout ce que vous ferez dans le monde et pour tout ce que vous

réaliserez et accomplirez dans cette vie. C'est absolument fondamental à votre besoin.

Laissez le mystère être mystérieux. Laissez-le manifester être manifeste. De cette façon, vous entrerez dans le mystère de la Connaissance avec révérence et ouverture, et vous vous engagerez dans le monde avec une démarche pratique et une approche concrète. Ceci vous rendra capable d'être un pont depuis votre Ancienne Demeure jusqu'à ce monde transitoire. Vous traiterez alors la vie dans l'univers avec révérence et respect, et vous traiterez votre application personnelle dans le monde avec concision et responsabilité. Ici, toutes vos facultés seront convenablement cultivées et intégrées, et vous serez un véhicule pour la Connaissance.

Nous allons à présent commencer une section plus avancée de votre programme. Vous réaliserez peut-être que vous ne pouvez pas encore comprendre tout ce que vous apprenez. Nombre de pas qui vont suivre serviront à activer votre Connaissance, à la rendre plus forte et plus présente en vous et à évoquer en vous l'ancienne mémoire de vos vraies relations dans l'univers et le sens de votre but ici. C'est ainsi que nous commencerons une série de leçons que vous ne serez pas capable de comprendre, mais à laquelle vous devez vous appliquer. Vous pénétrez à présent le mystère de votre vie. Le mystère de votre vie détient toute la promesse de votre vie.

Remémorez-vous votre leçon durant la journée. Récitez-la à chaque heure, et lors de vos séances approfondies de pratique, entrez dans la quiétude et la paix. Permettez-vous de pénétrer le mystère de votre vie, afin que le mystère de votre vie puisse vous être révélé. Car tout sens, tout but et toute direction sont issus de votre origine et de votre destinée. Vous êtes un visiteur dans le monde, et votre participation ici doit illustrer votre plus grande vie au-delà du monde. De cette manière, le monde est béni et exaucé. De cette manière, vous ne vous trahirez pas, car vous êtes né d'une vie supérieure, et la Connaissance demeure avec vous pour vous rappeler cela.

PRATIQUE 295: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

296ème PAS

NASI NOVARE CORAM*

Les mots anciens d'aujourd'hui stimuleront la Connaissance. Leur sens peut être traduit ainsi : " *La présence des Enseignants de Dieu est avec moi.* " C'est une traduction simple de ces mots, mais leur pouvoir dépasse de loin leur signification première. Ils peuvent susciter en vous une réponse profonde, car ils sont une invocation de la Connaissance issue d'un ancien langage qui n'est originaire d'aucun monde. Ce langage représente le langage de la Connaissance et il sert tous

ceux qui parlent un langage et qui ont encore besoin d'un langage pour communiquer.

En vous remémorant la leçon d'hier, n'essayez pas de comprendre l'origine de ces mots ou leur mode opératoire, mais recevez leur don. À chaque heure, récitez l'invocation d'aujourd'hui, et, lors de vos deux séances de pratique approfondie, répétez l'invocation et entrez ensuite dans le silence et la quiétude pour ressentir le pouvoir de ces mots. Laissez-les vous assister pour pénétrer dans la profondeur de votre propre Connaissance. À la fin de chaque longue séance de pratique, alors que vous retournez au monde de l'action et de la forme, récitez une nouvelle fois l'invocation et soyez reconnaissant que le mystère de votre vie soit en train d'être pénétré. Soyez reconnaissant que votre Ancienne Demeure soit venue avec vous dans le monde.

*NdT : prononcer « *nassi novaré coram* »

PRATIQUE 296: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

297ème PAS

NOVRE NOVRE COMEY NA VERA TE NOVRE*

L'invocation d'aujourd'hui parle du pouvoir de la quiétude de votre mental et du pouvoir que la quiétude de votre mental aura sur le monde. Que votre invocation soit récitée à chaque heure avec une grande révérence. Permettez à présent au mystère de votre vie de se révéler devant vous, afin que vous puissiez le voir et le porter avec vous dans votre aventure dans le monde.

Lors de vos deux séances approfondies de pratique, répétez l'invocation d'aujourd'hui et pénétrez à nouveau dans la profondeur de la quiétude, en vous donnant complètement à votre pratique. À la fin de votre pratique, répétez l'idée d'aujourd'hui une nouvelle fois. Permettez-vous de ressentir la Présence qui est avec vous en faisant cela, car votre Ancienne Demeure demeure avec vous alors que vous demeurez dans le monde. L'ancienne mémoire de votre Demeure et la mémoire de toutes les relations véritables que vous avez réclamées jusqu'ici durant toute votre évolution sont ainsi remémorées par l'idée d'aujourd'hui. Car dans la quiétude tout peut être connu, et tout ce qui est connu se révélera à vous.

*NdT : prononcer « *nouré nouré comeil na véra té nouré* »

PRATIQUE 297: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

298ème PAS

MAVRAN MAVRAN CONAY MAVRAN*

L'invocation d'aujourd'hui fait appel à ceux qui pratiquent la Connaissance avec vous dans la Grande Communauté, afin que la force de leur engagement et de leurs grands accomplissements puissent embellir toutes vos tentatives et toutes vos pratiques en tant qu'étudiant de la Connaissance. L'invocation d'aujourd'hui engage votre conscience avec toutes les consciences qui sont engagées dans le rétablissement de la Connaissance dans l'univers, car vous êtes un citoyen d'une Grande Communauté aussi bien qu'un citoyen de votre monde. Vous faites partie d'une grande entreprise qui existe à la fois dans le monde et au-delà, car Dieu est partout à l'œuvre. La Vraie Religion est alors le rétablissement de la Connaissance. Elle trouve son expression dans chaque monde et dans chaque culture, au sein desquels elle acquiert son symbolisme et ses rituels, mais son essence est universelle.

Pratiquez à chaque heure en répétant l'invocation d'aujourd'hui et lorsque vous le faites, prenez un moment pour en ressentir l'impact. Vous pouvez trouver un moyen de le faire en toutes circonstances dans votre journée et ceci vous rappellera votre Ancienne Demeure et la puissance de la Connaissance que vous portez en vous. Lors de vos séances de pratique approfondie, répétez votre invocation et entrez ensuite dans le sanctuaire de la Connaissance dans la quiétude et l'humilité.

Au moment où votre temps de pratique s'achève, répétez à nouveau l'invocation d'aujourd'hui. Permettez à votre esprit de s'engager avec ce qui est au-delà de la portée limitée de l'engagement humain, car la Connaissance parle d'une plus grande vie dans le monde et au-delà. C'est cette grande vie que vous devez à présent envisager. C'est cette grande vie que vous devez à présent recevoir, car vous êtes un étudiant de la Connaissance. La Connaissance est plus grande que le monde, mais la Connaissance est venue dans le monde pour servir.

*NdT : prononcer « *mèvrane mèvrane coneil mèvran* »

PRATIQUE 298: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

299ème PAS

NOME NOME CONO NA VERA TE NOME*

L'invocation d'aujourd'hui fait à nouveau appel au pouvoir des efforts des autres dans la réclamation de la Connaissance pour vous assister dans la vôtre. C'est une fois encore une confirmation du pouvoir de ce que vous êtes en train de faire et une confirmation de votre totale inclusion dans la vie. Elle affirme la vérité dans un plus grand contexte et elle affirme la vérité dans des mots que vous n'avez pas utilisés pendant des siècles, mais qui vous deviendront familiers lorsqu'ils résonneront profondément dans votre esprit.

Pratiquez à chaque heure et prenez un moment pour ressentir l'efficacité de l'affirmation d'aujourd'hui. Utilisez-la comme

invocation pour commencer vos deux longues séances de pratique, et comme bénédiction pour les terminer. Permettez-vous de pénétrer le mystère de votre vie, car le mystère de votre vie est la source de tout sens dans votre vie, et c'est ce sens que vous recherchez aujourd'hui.

*NdT : prononcer « *nomé nomé cono na véra té nomé* »

PRATIQUE 299: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

300ème PAS

J'ACCUEILLE TOUS CEUX QUI FORMENT MA FAMILLE SPIRITUELLE AUJOURD'HUI.

Accueillez ceux qui forment votre Famille Spirituelle, qui vous guident, vous assistent, et dont les efforts au nom de la Connaissance, supplémentent les vôtres, et dont la présence dans votre vie est une confirmation que la véritable communauté existe au service de la Connaissance. Laissez leur réalité clarifier la vôtre, dissiper toute obscurité de l'isolement et toute faiblesse de l'individualité, de sorte que votre individualité puisse trouver la force de sa véritable contribution. Ne demeurez pas seul dans vos pensées aujourd'hui, mais entrez dans la présence de votre Famille Spirituelle, car vous êtes né d'une communauté et dans une communauté vous entrez à présent, car la vie est communauté – communauté sans exclusion et sans opposition.

Rappelez-vous cela à chaque heure aujourd'hui. Lors de vos longues séances de pratique, mettez activement votre mental à contribution pour essayer de comprendre le message qui vous est donné aujourd'hui. Essayez de comprendre ce que Famille Spirituelle signifie réellement. Essayez de comprendre qu'elle vous est intrinsèque. Vous ne l'avez pas choisie. Vous êtes simplement né d'elle. Elle représente votre accomplissement dans la Connaissance jusqu'ici. Tout accomplissement dans la Connaissance est le rétablissement de relations, et votre Famille Spirituelle est constituée de ces relations que vous avez rétablies jusqu'ici dans votre retour à Dieu.

Ceci se situera au-delà de votre compréhension, mais votre Connaissance résonnera avec le message d'aujourd'hui et avec les invocations que vous avez pratiquées les jours précédents. La Connaissance révélera ce que vous devez savoir et ce que vous devez faire. Vous n'avez pas à vous charger en tentant de comprendre ce qui se trouve au-delà de votre compréhension. Mais vous avez la responsabilité de répondre à la communication qui vous est adressée par le mystère de votre propre vie, et qui provient du pouvoir de Dieu dans votre vie.

Vous faites partie d'une Famille Spirituelle. Vous la recevez par l'intermédiaire de votre expérience, une expérience qui confirmera votre participation à la vie et le but supérieur que vous êtes venu servir.

PRATIQUE 300: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

301ème PAS

JE NE ME PERDRAI PAS DANS L'ANXIÉTÉ AUJOURD'HUI.

Ne permettez pas à l'habitude que vous avez de vous perdre dans l'anxiété d'accaparer votre mental en ce jour. Acceptez le fait que vous entriez dans une vie plus grande avec un plus grand sens du but. Permettez-vous d'avoir confiance en la certitude de la Connaissance en vous, et en sa confirmation de vos relations véritables. Soyez en paix en ce jour. Permettez à la quiétude de demeurer avec vous pendant que vous marchez à travers le monde.

Répétez à chaque heure l'idée d'aujourd'hui. Lors de vos pratiques approfondies, utilisez-la comme invocation pour commencer votre méditation et comme bénédiction pour la terminer. Dans vos méditations, permettez-vous de demeurer dans la quiétude. Ne laissez pas l'incertitude s'emparer de vous aujourd'hui. Ne laissez pas l'inquiétude vous emporter. Vous demeurez avec la Connaissance, qui est la source de toute certitude dans le monde. Vous demeurez avec elle, et vous lui permettez d'étendre son pouvoir et ses dons sur vous, qui apprenez à présent à rétablir la certitude. Laissez ce jour être une confirmation de votre statut d'étudiant. Laissez ce jour être une expression de la Connaissance.

PRATIQUE 301: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

302ème PAS

JE NE RÉSISTERAI PAS AU MONDE AUJOURD'HUI.

Ne résistez pas au monde, car le monde est le lieu que vous êtes venu servir. Il est le lieu où la Connaissance s'exprimera à mesure que vous apprendrez à devenir un véhicule pour la Connaissance. Laissez le monde être tel qu'il est, car sans votre condamnation il sera bien plus facile pour vous d'être dans le monde, d'utiliser ses ressources et de reconnaître ses opportunités.

Ne résistez pas au monde, car vous venez d'au-delà du monde. Le monde n'est plus une prison pour vous, mais le lieu de votre contribution. Peu importe le mal que vous avez eu à vous adapter au monde et combien il vous a été difficile d'être dans le monde, vous regardez à présent le monde d'une nouvelle manière. Vous avez voulu que le monde remplace la Connaissance, et vous réalisez à présent que la Connaissance vous est donnée par votre Source. Le monde n'est ainsi plus utilisé comme substitut à la Connaissance et peut maintenant devenir une toile sur laquelle vous pouvez exprimer le pouvoir de la Connaissance. Le monde prend ainsi sa place légitime dans votre vie. Pour cette raison, vous n'avez pas à résister au monde aujourd'hui.

Alors que vous traversez le monde en ce jour, rappelez-vous cette idée à chaque heure, et permettez-vous d'être présent quelle que soit les circonstances dans lesquelles vous vous trouvez. Permettez à votre vie intérieure de demeurer dans la quiétude, afin que la Connaissance puisse exercer son influence sur vous et vous prodiguer ses conseils. Permettez-vous de porter la certitude aujourd'hui – la certitude de la Connaissance.

C'est une certitude que vous n'avez pas inventée ou édifiée pour vous-même. Elle demeure continuellement avec vous, en dépit de votre confusion.

Ne résistez pas au monde aujourd'hui, car la Connaissance est avec vous. Lors de vos longues séances de pratique, souvenez-vous de cette idée, à la fois avant et après vos méditations. Dans vos méditations, retirez-vous du monde dans le sanctuaire de la quiétude. Plus votre engagement dans le sanctuaire de la quiétude sera profond, plus vous serez à l'aise dans le monde, car vous n'essayerez pas d'utiliser le monde comme substitut de votre Ancienne Demeure. Ici, le monde vous devient bénéfique et vous devenez bénéfique pour le monde.

PRATIQUE 302: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

303ème PAS

JE PRENDRAI DU REcul PAR RAPPORT AUX PERSUASIONS DU MONDE AUJOURD'HUI.

Prenez du recul par rapport aux persuasions du monde. Reconnaissez ce qui est certain et ce qui est confus. Reconnaissez ce qui est dévoué et ce qui est ambivalent. Ne laissez pas le pouvoir de la frustration et de la confusion du monde vous rattraper aujourd'hui, mais maintenez la lumière de Dieu dans votre cœur. Gardez-la ardente en vous pendant que vous vous aventurez dans le monde. Ainsi, vous traversez le monde indemne et intègre parce que vous demeurez avec la Connaissance. Sans la Connaissance, le monde vous emporte tout simplement dans sa propre frénésie. Il vous emporte dans ses tentations et dans ses poursuites insensées.

Aujourd'hui, vous demeurez avec la Connaissance, et vous êtes ainsi libre des persuasions du monde. Répétez l'idée d'aujourd'hui à chaque heure et reconnaissez combien elle est importante au maintien de votre équilibre intérieur, au sens que vous avez de vous-même et à votre certitude. Réalisez à quel point l'idée d'aujourd'hui est importante pour vous permettre de garder vivante la quiétude en vous, de sorte que vos méditations profondes aujourd'hui, durant lesquelles vous pratiquerez de nouveau la quiétude, puissent exercer leur influence et leurs effets sur l'ensemble de vos activités, car tel est leur but.

Reconnaissez les persuasions du monde et prenez du recul. Il vous est donné de le faire, car vous avez ici le pouvoir de décision. Vous

pouvez le faire une fois que vous prenez conscience des persuasions du monde et que vous réalisez à quel point la Connaissance est importante. Ceci vous rendra apte à exercer le pouvoir de décision en votre faveur. Alors le monde ne vous récupérera pas, et vous serez ici une force pour le bien dans le monde, car tel est votre but.

Lors de vos pratiques approfondies de méditation, utilisez encore une fois l'idée d'aujourd'hui comme une invocation pour vous préparer. Dans la quiétude et le silence, entrez dans le sanctuaire de la Connaissance afin que vous puissiez vous y régénérer et vous y raviver. Trouvez-y un répit hors de vos propres conflits internes et des conflits qui sévissent dans le monde. Lorsque vous reviendrez de votre sanctuaire, rappelez-vous que vous ne serez pas récupéré par la confusion du monde. Rappelez-vous que vous ne deviendrez pas la proie des persuasions du monde. Vous porterez alors la sécurité que vous apprenez actuellement à recevoir dans le monde autour de vous.

PRATIQUE 303: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

304ème PAS

JE NE SERAI PAS UN ÉTUDIANT DE LA PEUR AUJOURD'HUI.

Rappelez-vous que vous êtes toujours un étudiant – chaque jour, chaque heure et chaque instant. Aussi, en même temps que vous devenez plus consciencieux, vous devez sélectionner ce que vous allez apprendre. Ici s'offre à vous un choix réel, car vous êtes soit un étudiant de la Connaissance, soit un étudiant de la confusion. Ne soyez pas un étudiant de la confusion aujourd'hui. Ne soyez pas un étudiant de la peur aujourd'hui, car sans la Connaissance, il y a l'incertitude et il y a la peur. Sans la Connaissance, il y a des poursuites issues de la peur qui perpétuent une peur et un sentiment de vide plus grands.

Prenez conscience de votre responsabilité d'étudiant. Prenez-en conscience et acceptez-la avec soulagement, car vous avez ici un choix qui a un sens – être un étudiant de la Connaissance ou être un étudiant de la confusion. La Connaissance projetera son influence sur vous pour vous permettre de faire le bon choix, pour choisir ce qui vous redonne une certitude, un but, un sens et une valeur dans le monde. Vous devenez alors une force au service de la Connaissance dans le monde pour dissiper la confusion, les ténèbres et la peur de toutes les consciences qui peinent sous leur poids oppressant.

Ne soyez pas un étudiant de la peur. Prenez cette résolution en vous-même à chaque heure alors que vous prenez conscience des persuasions apeurées du monde, de la confusion du monde et de sa sombre influence sur tous ceux qui éprouvent cette oppression. Permettez-vous d'être une âme libérée dans le monde. Gardez le joyau de l'amour en votre cœur. Gardez la lumière de la Connaissance en votre cœur. Lorsque vous

retournez à vos deux pratiques de méditation profonde aujourd'hui, répétez l'idée de ce jour afin de pouvoir entrer dans la quiétude et le silence en votre sanctuaire. Régénérez-vous dans la Connaissance et ravivez-vous, car la Connaissance est la grande lumière que vous portez. Plus vous viendrez en sa présence, plus elle rayonnera sur vous et plus elle brillera sur vous et, à travers vous, sur le monde.

PRATIQUE 304: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

305ème PAS

JE RESSENS LE POUVOIR DE L'AMOUR AUJOURD'HUI.

Si vous n'êtes pas pris par les persuasions du monde, vous ressentirez le pouvoir de l'amour. Si vous n'êtes pas séduit par l'ambivalence du monde, vous ressentirez le pouvoir de l'amour. Si vous êtes avec la Connaissance, vous ressentirez le pouvoir de l'amour. Ceci vous est naturel, c'est quelque chose de naturel à votre être, à votre nature et à la nature de tous ceux qui résident ici avec vous. Ainsi, à mesure que votre statut d'étudiant de la Connaissance se confirmera, votre expérience de l'amour s'approfondira.

Permettez à l'amour d'être dans votre vie aujourd'hui, car la Connaissance et l'amour sont un. Permettez-vous d'en être le réceptacle aujourd'hui, car en cela vous êtes honoré et votre sentiment d'indignité est dissipé. Recevez le pouvoir de l'amour à chaque heure et recevez-le dans vos pratiques approfondies de méditation, durant lesquelles vous pratiquez la vraie réceptivité.

Permettez à la Connaissance de vous révéler la nature de l'amour. Permettez à votre amour pour la Connaissance de générer la Connaissance pour vous, car la Connaissance vous aime comme faisant partie d'elle, et à mesure que vous apprendrez à aimer la Connaissance comme faisant partie de vous, votre sentiment d'être séparé de la vie disparaîtra. Vous serez ainsi préparé à être un contributeur dans le monde, car vous ne voudrez alors que contribuer ce que vous avez reçu. Vous réaliserez alors qu'il n'y a aucun autre don qui ne puisse égaler le don de la Connaissance qui est le don de l'amour. Ceci, vous désirerez l'offrir au monde de tout votre cœur. Vos Enseignants deviendront ici plus actifs pour vous, car ils vous prépareront à contribuer avec efficacité, afin que vous puissiez accomplir votre destinée dans le monde.

PRATIQUE 305: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

306ème PAS

JE ME REPOSERAI EN LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

En la Connaissance, vous trouverez repos et répit vis-à-vis du monde. En la Connaissance, vous trouverez le réconfort et l'assurance. En la Connaissance tout ce qu'il y a de plus vrai dans la vie demeurera avec vous, car en la Connaissance le Christ et le Bouddha sont un. En la Connaissance, toutes les véritables réalisations des grands Émissaires Spirituels s'unissent et vous sont révélées. En cela, leurs promesses sont accomplies, car ils se sont donnés à ce but. Ainsi, la Connaissance que vous recevez aujourd'hui est le fruit de ce qu'ils ont donné, car la Connaissance a été gardée vivante dans le monde pour vous. Elle a été gardée vivante par ceux qui l'ont reçue et qui l'ont offerte. Leurs vies procurent ainsi une fondation à la vôtre. Ce qu'ils ont donné procure ainsi une fondation pour ce que vous donnerez. Leur acceptation de la Connaissance renforce votre acceptation de la Connaissance.

Le but de tout véritable enseignement spirituel est l'expérience et la manifestation de la Connaissance. Ceci peut imprégner le plus simple des dons et le plus grand des dons, l'action la plus ordinaire et l'action la plus extraordinaire. Vous êtes en grande compagnie, vous qui pratiquez la Connaissance. Vous recevez le don du Christ et du Bouddha. Vous recevez le don de tous les vrais Émissaires Spirituels qui ont réalisé leur Connaissance. C'est ainsi que sont données force et fondation à votre participation aujourd'hui, alors que vous poursuivez le grand dessein qui consiste à garder la Connaissance vivante dans le monde.

Aujourd'hui, à chaque heure et lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, reposez-vous en la Connaissance qui vit en vous en ce moment-même.

PRATIQUE 306: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

307ème PAS

LA CONNAISSANCE VIT EN MOI EN CE MOMENT MÊME.

La Connaissance vit en vous, et vous apprenez à vivre avec la Connaissance. Ainsi, toute obscurité et toute illusion se dissiperont de votre esprit lorsque vous réaliserez ce que votre vie a toujours été et ce qu'elle sera toujours. Lorsque vous réaliserez que votre véritable existence est immuable, vous réaliserez de quelle manière elle désire s'exprimer dans un monde de changements. Votre Connaissance est plus grande que votre mental, plus grande que votre corps et plus grande que vos définitions de vous-même. Elle est immuable, bien que toujours changeante dans son expression. Au-delà de la peur, du doute et de la destruction elle demeure en vous, et lorsque vous apprendrez à demeurer avec elle, toutes ses qualités deviendront vôtres.

Il n'y a rien que le monde puisse fournir qui puisse d'une quelconque manière lui être comparé, car tous les dons du monde sont momentanés et transitoires. Lorsque vous les honorez, votre peur de

les perdre grandira. Lorsque vous les serrez contre vous, votre inquiétude de la mort et de la destruction est accrue et vous entrez à nouveau dans la confusion et la frustration. Mais avec la Connaissance, vous pouvez posséder des choses dans le monde sans vous identifier à celles-ci. Vous pouvez les recevoir et les abandonner selon la nécessité de le faire. La grande inquiétude du monde ne vous affectera alors pas, mais le pouvoir de la Connaissance que vous portez affectera le monde. De cette manière, vous affecterez le monde davantage qu'il ne vous affectera. De cette manière, vous serez un contributeur pour le monde. De cette manière, le monde sera béni.

Régénérez-vous dans la Connaissance lors de vos séances de pratique profonde en la quiétude, et rappelez-vous à chaque heure le pouvoir de la Connaissance que vous portez en ce jour. Ne laissez aucun doute ni incertitude vous dissuader, car ici, le doute et l'incertitude sont entièrement contre-nature. Vous apprenez à devenir naturel, car qu'est-ce qui pourrait bien être plus naturel que d'être vous-même ? Et qu'est-ce qui pourrait être plus vous-même que la Connaissance elle-même ?

PRATIQUE 307: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

308ème PAS

RÉVISION

Durant votre longue séance de pratique aujourd'hui, entreprenez la révision des deux semaines d'entraînement passées en accord avec nos instructions antérieures. Il s'agit d'une séance de révision très importante, car vous réviserez les invocations qui vous ont été données, et vous réviserez également la puissance de la tâche que vous avez entreprise en tant qu'étudiant de la Connaissance. Identifiez dans ces deux semaines passées votre propre peur de la Connaissance. Réalisez votre propre peur du mystère de votre vie. Reconnaissez toutes les tentatives que vous pourriez avoir effectuées pour retourner dans l'illusion et dans l'imagination. Prenez conscience de ce contraste dans votre apprentissage, car il est tellement essentiel à votre compréhension.

Réviser cela avec objectivité et compassion. Sachez que votre ambivalence envers la vie doit être reconnue et qu'elle continuera à s'exprimer, mais avec une force qui ne fera que décroître à mesure que vous vous approchez de plus en plus près de la Connaissance. Rappelez-vous que la Connaissance est la vie même, l'essence même de la vie. Elle ne change pas et pourtant elle s'exprime constamment à travers le changement. Pour en faire l'expérience, vous devez renforcer votre participation en tant qu'étudiant de la Connaissance et vous souvenir que vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance, si bien que vous ne pouvez pas compter sur vos suppositions. Vous devez recevoir le programme et être guidé dans son application. De cette façon, vous serez à

l'abri de toute mauvaise application, de toute mauvaise interprétation et ainsi protégé de l'erreur.

Cette révision est très importante, car vous atteignez à présent un grand tournant dans votre participation en tant qu'étudiant de la Connaissance. La Connaissance commence à prendre force maintenant.

Vous commencez à sentir son pouvoir. Vous commencez à réaliser son importance absolue pour vous. Vous qui avez été injuste avec la vie dans le passé, réalisez à présent que la vie est complètement avec vous et qu'elle demandera que vous soyez complètement avec elle. Ceci est votre salut et votre rédemption, car ici toute séparation, toute peur et toute misère sont dissipées. Que pouvez-vous finalement perdre en recevant un tel don ? Vous perdez seulement votre imagination, qui vous a hanté, qui vous a menacé et qui vous a effrayé. Pourtant, même votre imagination servira un plus grand but avec la Connaissance, car elle est destinée à vous servir d'une manière différente.

Menez votre révision avec une grande profondeur et une grande sincérité. Ne vous souciez pas du temps que cela peut prendre. Votre temps ne peut pas être mieux utilisé. Révisez les deux semaines passées afin de pouvoir observer l'avancement de la Connaissance en vous. Vous aurez besoin de cette compréhension, si vous devez dans l'avenir soutenir d'autres personnes dans le rétablissement de la Connaissance en elles.

PRATIQUE 308 : *Une longue séance de pratique.*

309ème PAS

LE MONDE QUE JE VOIS ESSAIE DE DEVENIR UNE SEULE COMMUNAUTÉ.

Le monde que vous voyez essaie de devenir une seule communauté, car telle est son évolution. Comment le monde peut-il évoluer quand il est fragmenté ? Comment l'humanité peut-elle avancer lorsqu'elle s'oppose à elle-même ? Comment le monde peut-il être en paix quand une faction entre en compétition avec une autre ? Le monde que vous voyez est comme le mental dont vous faites l'expérience en vous-même – un mental en guerre contre lui-même, sans but ni raison. Le monde que vous voyez essaie de devenir une seule communauté, car tous les mondes sur lesquels la vie intelligente a évolué doivent devenir une seule communauté.

La manière dont ceci sera accompli et quand cela sera accompli sont des choses qui se trouvent au-delà de votre portée actuelle, mais lorsque vous regardez le monde sans jugement, vous verrez en chaque personne l'aspiration à s'unir. Vous verrez le désir de voir la séparation prendre fin. Les problèmes urgents du monde ne font qu'illustrer son dilemme et appellent la création d'une communauté unie dans le monde. Ceci est évident si vous regardez bien. De même que vous, en tant qu'étudiant de la Connaissance, devenez une personne entière et êtes en train de guérir en vous toutes les plaies, le monde lui aussi tente de devenir

un monde uni et de guérir toutes ses plaies, tous ses conflits et toutes ses séparations internes. Pourquoi cela ? Parce que la Connaissance est dans le monde.

Alors que vous découvrez la Connaissance en vous, rappelez-vous que la Connaissance est latente en chaque personne, et que, même dans cet état de latence, elle projette son influence et étend sa direction. Le monde contient la Connaissance également. C'est une représentation plus large de vous-même que vous considérez ici. Ainsi, en devenant un étudiant de la Connaissance et en étant capable de reconnaître objectivement votre préparation, vous commencerez à avoir une vraie vision de l'évolution du monde. Ici, votre point de vue ne sera pas déformé par des préférences ou des peurs personnelles, car l'évolution du monde vous sera simplement évidente. L'évolution du monde est évidente pour vos Enseignants qui regardent le monde d'au-delà de ses limites. Mais, vous qui êtes dans le monde, qui ressentez l'influence du monde et qui partagez le doute et l'incertitude du monde, vous devez à votre tour apprendre à regarder le monde sans ces limitations.

Le monde tente de devenir une seule communauté. Rappelez-vous cela à chaque heure, et lors de vos deux séances approfondies de pratique, mettez activement à contribution votre mental pour essayer de comprendre l'idée d'aujourd'hui. Réfléchissez aux problèmes du monde et aux solutions qu'ils appellent. Pensez aux conflits dans le monde et à la nécessité qu'ils soient réglés. Réalisez que si un quelconque individu ou groupe d'individus s'oppose à ces résolutions et à ces nécessités, ceci l'induera à mener une guerre contre le monde et contre les autres. Les conflits que vous percevez sont simplement la tentative de préserver la séparation. Cependant, le monde tente de devenir une seule communauté et quelle que soit la résistance à cela, il tentera sans relâche de le faire, car telle est son évolution. C'est le véritable désir de tous ceux qui demeurent ici, car toute séparation doit cesser et toute contribution doit être apportée. Tel est votre but et le but de tous ceux qui sont venus ici.

Rappelez-vous, vous avez été appelé et vous êtes en train de répondre à votre unique et véritable but. Avec le temps, d'autres seront appelés et répondront. Ceci est inévitable. Vous accomplissez l'inévitable, ce qui prendra beaucoup de temps et demandera de nombreux pas. La Connaissance est votre source et la Connaissance est le résultat. Vous pouvez donc être certain de l'issue finale de vos actions. Quelle que soit la manière dont le monde procédera dans sa préparation et dans ses difficultés, il doit accomplir cet unique et véritable but. Vous pouvez donc avancer avec certitude.

Lors de vos plus longues méditations, essayez de pénétrer l'idée d'aujourd'hui. Ne soyez pas complaisant ici, mais mettez activement votre mental à contribution de la manière dont votre mental était censé être utilisé. Essayez de prendre conscience de votre propre ambivalence à propos du fait que le monde devienne une seule communauté. Essayez de

reconnaitre vos peurs et vos inquiétudes à ce sujet. Essayez de reconnaître également votre désir pour une communauté unie et votre compréhension de cette nécessité. Lorsque vous aurez fait l'inventaire de vos pensées et de vos sentiments au sujet de l'idée d'aujourd'hui, vous comprendrez pourquoi le monde se trouve dans son dilemme actuel. Le monde a une certaine destinée et une certaine direction à suivre, et pourtant il est ambivalent à tout propos. Le monde lui-même doit ainsi désapprendre l'ambivalence, tout comme vous apprenez maintenant à le faire, et vos accomplissements l'assisteront dans sa grande entreprise, car telle est votre contribution au monde.

PRATIQUE 309 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

310ème PAS

JE SUIS LIBRE PARCE QUE JE DÉSIRES DONNER.

Votre liberté sera réalisée, votre liberté sera achevée et votre liberté sera rétablie pour toujours grâce à la contribution de vos véritables dons au monde. Vous qui vous consacrez maintenant à donner et qui apprenez de la nature de votre don et de votre responsabilité en tant que donneur, vous préparez le terrain pour votre propre liberté et pour assurer votre liberté dans le monde. Ne soyez pas découragé que le monde ne détienne pas vos valeurs et ne soyez pas consterné que le monde ne partage pas votre engagement, car nombreux sont ceux qui, dans le monde et au-delà du monde, entreprennent la même préparation que vous. Nombreux sont ceux qui ont accompli votre préparation actuelle et qui servent à présent le monde de tout leur cœur et de toute leur âme.

Vous faites donc partie d'une vaste communauté d'apprentissage. Ce que vous apprenez en ce moment, le monde entier devra finalement l'apprendre, car tous doivent rétablir la Connaissance. Telle est la Volonté de Dieu. Nous cherchons à présent à minimiser le temps que cela prendra et les difficultés qui seront rencontrées. Cependant, nous comprenons que l'évolution doit suivre son cours en chaque individu et également en l'humanité. Ainsi, la Connaissance s'étend pour soutenir la véritable évolution de la vie, de sorte que la vie puisse se réaliser et s'accomplir. Ce processus se poursuit en vous et dans le monde. Vous qui revendiquez votre statut d'étudiant de la Connaissance, revendiquerez votre statut d'avocat de la Connaissance. En cela, vous deviendrez de plus en plus une force pour le bien dans le monde – une force qui dissipe l'ambivalence, la confusion et le conflit, une force de paix, une force de certitude et une force de coopération et de relations véritables.

Remémorez-vous cette idée à chaque heure tout au long de la journée et, lors de vos deux séances approfondies de pratique, mettez activement votre mental à contribution pour réfléchir à cela. Laissez votre mental être un instrument d'investigation utile. Une fois de plus, révisez l'ensemble de vos idées et de vos croyances qui sont associées à l'idée

d'aujourd'hui. Une fois encore, réalisez combien l'ambivalence continue à vous voler l'inspiration, à vous voler la motivation, à vous voler le courage et à vous voler les relations. Renforcez votre statut d'étudiant et votre soutien en faveur de la Connaissance, afin d'échapper encore davantage à l'ambivalence aujourd'hui, et de recevoir la certitude qui est votre héritage.

PRATIQUE 310: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

311ème PAS

LE MONDE M'APPELLE.

JE DOIS ME PRÉPARER POUR LE SERVIR.

Vous êtes venu pour servir le monde, cependant, vous devez vous préparer pour le servir. Vous ne pouvez pas vous préparer vous-même, car vous ne savez pas à quoi vous vous préparez et vous ne connaissez pas les méthodes de préparation, car elles doivent vous être fournies. Mais vous savez bien que vous devez vous préparer et vous savez bien que vous devez suivre les étapes de la préparation, car ces choses sont déjà présentes en votre Connaissance.

Vous êtes venu pour servir le monde. Si ceci est nié ou négligé, vous tomberez dans un désarroi intérieur. Si votre but n'est pas servi et poursuivi, vous vous sentirez étranger à vous-même, et vous tomberez dans les ténèbres de votre propre imagination. Vous vous condamnez et croirez que Dieu vous condamne également. Dieu ne vous condamne pas. Dieu vous appelle à reconnaître votre but et à l'accomplir.

Ne laissez pas l'ambition vous amener prématurément dans le monde. Souvenez-vous que vous êtes un étudiant de la Connaissance. Vous suivez la Connaissance dans le monde parce que vous vous préparez à être un véhicule pour sa contribution et un réceptacle de ses dons. Ceci exigera de vous de la retenue. Ceci exigera votre adhésion à une préparation supérieure. Un étudiant a seulement besoin de suivre les directives de l'enseignement. Un étudiant a seulement besoin d'avoir confiance en le pouvoir de l'enseignant. Votre Connaissance confirmera cela et chassera ici votre incertitude, car votre Connaissance retourne à sa Demeure et à sa Source. Elle retourne vers ce à quoi elle doit retourner. Elle répond à ce qu'elle doit accomplir dans le monde.

Ne haïssez pas le monde ni ne lui résistez, car il est le lieu où vous accomplirez votre destinée. Aussi mérite-t-il votre gratitude et votre appréciation. Cependant, souvenez-vous également de respecter le pouvoir de sa confusion et de ses incitations. Vous devez ici être fort avec la Connaissance, et bien que vous appréciiez le monde parce qu'il fortifie votre résolution pour la Connaissance, vous prenez également note de sa confusion et entrez dans le monde avec précaution, discernement et adhésion à la Connaissance. Tout cela est important et nous vous le rappellerons à mesure que nous avancerons, car cela vous est essentiel pour

apprendre la Sagesse en tant qu'étudiant. Ce sont à la fois votre désir pour la Connaissance et votre capacité pour la Connaissance que nous devons cultiver et que vous devez apprendre à recevoir.

PRATIQUE 311 : *Lisez la leçon trois fois aujourd'hui.*

312ème PAS

IL EXISTE POUR MOI DE PLUS GRANDS PROBLÈMES À RÉSOUDRE DANS LE MONDE.

Nombres de vos problèmes personnels seront résolus alors que vous vous donnerez à un appel supérieur. Vous aurez à vous occuper de certains de vos problèmes personnels, mais même là, vous trouverez que le poids qu'ils exercent sur vous diminuera à mesure que vous entrerez dans une plus grande arène de participation à la vie. La Connaissance vous donne de plus grandes choses à faire, mais elle ne néglige aucun détail de ce que vous devez accomplir. Par conséquent, les petits détails et les grands détails, les petits ajustements et les grands ajustements, tous sont inclus. Rien n'est omis. Vous ne pouvez pas vraiment ajuster votre préparation par vous-même, car vous ne sauriez pas comment établir vos priorités entre ce qui est grand et ce qui est petit. Essayer de le faire ne ferait que vous pousser plus profondément dans la confusion et la frustration.

Soyez alors reconnaissant que vous n'avez pas à tenter l'impossible pour vous-même, car ce qui est réel vous est donné. Ce que vous devez faire est devenir un étudiant et un véhicule de la Connaissance. Ceci activera tout développement individuel significatif et toute éducation individuelle significative. Ceci exigera de vous davantage que ce que vous avez exigé de vous-même, et ce qui est exigé se réalisera et vous cèdera sa véritable promesse.

À chaque heure, rappelez-vous cela et trouvez votre courage en la promesse d'un plus grand engagement qui vous permettra d'échapper à votre misère individuelle. Lors de vos séances approfondies de pratique en ce jour, mettez activement à contribution votre mental pour revoir tous vos petits problèmes personnels. Examinez tout ce qui vous semble vous retenir en arrière et tout ce qui vous pensez devoir résoudre par vous-même. À mesure que vous regarderez chaque élément objectivement, sans déni, souvenez-vous et rappelez-vous qu'un plus grand appel vous est adressé, lequel corrigera ces choses, ou rendra leur correction inutile. Rappelez-vous que la Connaissance fournira sa correction à tous les niveaux, à mesure que votre vie deviendra uniforme et dirigée, à mesure que votre Connaissance commencera à émerger et à mesure que votre véritable perception de vous-même émergera dans votre conscience et sera reçue.

PRATIQUE 312 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

313ème PAS

LAISSEZ-MOI RECONNAÎTRE QUE CE QUI EST COMPLEXE EST SIMPLE.

Vous pensez que vos problèmes personnels sont complexes. Vous pensez que les problèmes du monde sont complexes. Vous pensez que votre avenir et votre destinée sont complexes. C'est parce que vous avez vécu dans l'imagination et que vous avez essayé de répondre sans certitude aux questions. Ceci résulte de l'utilisation de vos croyances personnelles pour organiser l'univers selon vos goûts. Ceci résulte de la tentative de réaliser l'impossible et ceci résulte de l'échec devant l'impossible.

Vous avez été sauvé car la Connaissance est avec vous. Vous avez été sauvé car vous apprenez à recevoir la Connaissance. En cela, tous les conflits seront résolus et vous trouverez un but, un sens et une direction véritables dans le monde. Vous verrez que vous essayerez toujours de résoudre vos problèmes par vous-même, et ceci vous rappellera simplement que vous avez besoin de la Connaissance pour vous guider, car tout ce que peuvent faire vos propres efforts en l'absence de la Connaissance est de vous rappeler votre besoin de la Connaissance.

Aussi, aujourd'hui, souvenez-vous à chaque heure que la Connaissance est avec vous et que vous êtes un étudiant de la Connaissance. Ayez confiance que tout problème que vous percevez – grand ou petit, en vous ou en dehors de vous – sera résolu en la Connaissance.

Rappelez-vous également que cela ne vous met pas dans un état de passivité. Cela exigera votre engagement actif en tant qu'étudiant de la Connaissance et le développement actif de vos capacités dans un but véritable. En effet, vous étiez passif auparavant car vous avez tenté l'impossible et avez échoué devant l'impossible. A présent vous devenez actif, et ce qui est actif en vous est la Connaissance, car vous recevez actuellement votre Véritable Soi.

Lors de vos deux longues pratiques, engagez-vous activement avec l'idée d'aujourd'hui. Essayez de pénétrer son sens. Examinez l'ensemble des idées et croyances que vous entretenez actuellement à son égard. Permettez-vous de faire l'inventaire de vos pensées et de vos croyances, afin que vous puissiez arriver à reconnaître le travail qui doit être accompli en vous. Vous êtes le premier destinataire de la Connaissance, et une fois que vous aurez atteint un certain degré d'accomplissement ici, la Connaissance s'écoulera naturellement par votre intermédiaire. Vos activités seront alors engagées de façon croissante au service du monde autour de vous, et de plus grands problèmes vous seront présentés afin que vous puissiez être sauvé de votre propre dilemme.

PRATIQUE 313 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

314ème PAS

JE N'AURAI PAS PEUR DE SUIVRE AUJOURD'HUI.

N'ayez pas peur de suivre, car vous êtes un suiveur. N'ayez pas peur d'être un étudiant, car vous êtes un étudiant. N'ayez pas peur d'apprendre, car vous êtes un apprenti. Acceptez simplement ce que vous êtes et utilisez-le pour le bien. Vous mettez ainsi fin à la guerre contre vous-même, dans laquelle vous avez essayé d'être ce que vous n'êtes pas. Apprenez à vous accepter et vous réaliserez que vous êtes accepté. Apprenez à vous aimer et vous réaliserez que vous êtes aimé. Apprenez à vous recevoir et vous réaliserez que vous êtes reçu. Comment pouvez-vous vous aimer, vous accepter et vous recevoir ? En étant un étudiant de la Connaissance, car ici tous ces accomplissements sont naturels. Vous devez les accomplir pour être avec la Connaissance, et la Connaissance les accomplira. Un moyen simple vous est donc donné pour résoudre un dilemme en apparence complexe.

Ne doutez pas du pouvoir de la Connaissance en vous et de ce qu'il peut accomplir, car vous ne pouvez pas comprendre le sens de la Connaissance, la source de la Connaissance ou le mécanisme de la Connaissance. Vous pouvez seulement en recevoir les bienfaits. En ce jour, il vous est seulement demandé de recevoir. Il vous est seulement demandé d'être un réceptacle de la Connaissance.

À chaque heure, souvenez-vous de votre idée et accordez-lui une considération sérieuse tout au long de la journée. Prenez conscience des nombreuses opportunités de pratique en ce jour, maintenant que votre mental est détourné de l'illusion et de la confusion. Prenez conscience du temps et de l'énergie qui vous sont disponibles. Vous serez stupéfait de voir à quel point votre vie va s'ouvrir et quelles grandes opportunités commenceront à émerger pour vous.

Lors de vos pratiques approfondies aujourd'hui, entrez à nouveau dans la quiétude. À nouveau, prenez refuge loin des vicissitudes et de la confusion du monde. À nouveau, entrez dans le sanctuaire de la Connaissance pour vous donner. C'est dans ce don que vous recevez. C'est dans ce don que vous trouverez ce que vous cherchez en ce jour.

PRATIQUE 314: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

315ème PAS

AUJOURD'HUI JE NE SERAI PAS SEUL.

Aujourd'hui, ne soyez pas seul. Ne vous isolez pas dans votre peur ou dans votre imagination négative. Ne vous isolez pas dans vos illusions. Ne pensez pas que vous êtes seul, car cela est une illusion. Aujourd'hui, ne soyez pas seul. Réalisez que ceux qui sont avec vous ne sont pas influencés par vos erreurs ou consternés par vos échecs, mais reconnaissent votre véritable nature et votre Connaissance. Ceux qui sont avec vous aujourd'hui vous aiment sans exception. Recevez leur amour, car ceci confirmera que vous n'êtes pas seul et ceci confirmera que vous ne désirez pas être seul.

Pourquoi voudriez-vous être seul, si ce n'est pour cacher votre douleur, votre sentiment d'échec et votre sentiment de culpabilité ? Toutes ces choses qui viennent de votre sentiment de séparation ne font que vous isoler davantage.

Cependant, vous n'êtes pas seul aujourd'hui. Ne choisissez donc pas d'être seul, et vous verrez que vous ne l'avez jamais été. Choisissez de ne pas vous isoler, et vous verrez que vous faites déjà partie de la vie. Confirmez ceci à chaque heure et prenez à nouveau conscience des nombreuses opportunités de considérer cela tout au long de la journée. Lors de vos pratiques de méditation profonde, commencez par l'invocation du message d'aujourd'hui. Entrez ensuite dans la quiétude et le silence, où n'existe aucune séparation. Permettez-vous de recevoir les grands dons d'amour qui vous sont dus et qui dissiperont tout sentiment d'inadéquation et d'indignité, lesquels ne sont que le résidu de votre vie séparée et imaginée. Aujourd'hui vous n'êtes pas seul. Aussi, il y a de l'espoir pour le monde.

PRATIQUE 315 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

316ème PAS

JE FERAI CONFIANCE À MES ASPIRATIONS LES PLUS PROFONDES AUJOURD'HUI.

Vos aspirations les plus profondes émanent de la Connaissance. À mesure que votre mental se libère de ses limites et à mesure que votre vie commence à s'ouvrir à l'appel supérieur qui émerge à présent pour vous, ces aspirations plus profondes deviendront plus puissantes et plus évidentes. Vous serez capable de les discerner plus facilement. Ceci demandera une grande confiance en soi, ce qui demandera bien sûr un grand amour de soi. Avoir foi en vos aspirations les plus profondes, suivre la Connaissance et être un étudiant de la Connaissance rétabliront votre amour pour vous-même et le placeront sur une fondation stable que le monde ne pourra pas ébranler.

Ici, vous êtes racheté à vos propres yeux. Ici, vous êtes amené en relation avec la vie. Ici, l'amour que vous avez pour vous-même engendre de l'amour pour les autres, car il n'existe là aucune inégalité. Vous êtes réintégré et par votre réintégration, la Connaissance commence à s'exprimer dans le monde. Vous êtes son premier bénéficiaire, mais son impact sur le monde est encore plus grand. En effet, par votre don, vous rappellerez au monde qu'il n'est pas sans espoir, qu'il n'est pas seul, que vous n'êtes pas seul, que les autres ne sont pas seuls, et que toutes les aspirations les plus profondes pour l'espoir, la vérité et la justice que d'autres ressentent ne sont pas sans fondement, mais sont nées de la Connaissance en eux. Ainsi, vous serez une force de confirmation dans le monde, ainsi qu'une force pour confirmer la Connaissance en les autres.

Rappelez-vous votre idée à chaque heure et tâchez d'utiliser toutes les situations que vous rencontrerez aujourd'hui dans le but de rétablir la Connaissance. De cette façon, vous verrez que votre vie entière peut être utilisée pour pratiquer. À mesure que cela se fera, chaque chose qui arrive vous servira, et vous éprouverez de l'amour pour le monde. Vos aspirations les plus profondes raviveront et encourageront les aspirations les plus profondes chez les autres, et vous serez ainsi une force pour la Connaissance dans le monde.

Lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, en la quiétude prenez refuge dans le temple de la Connaissance en vous. Essayez de demeurer dans la quiétude et ressentez simplement le pouvoir de la Connaissance dans votre vie. N'apportez pas vos questions, car elles trouveront leurs réponses en la Connaissance lorsque celle-ci émergera en vous. Venez avec ouverture, cherchant le repos, cherchant le réconfort, cherchant la force et cherchant la certitude. Vous en ferez l'expérience parce qu'ils émanent de l'essence de la Connaissance en vous. Laissez ce jour être un jour où vous avez foi en vous, et donc un jour où vous éprouvez de l'amour pour vous-même.

PRATIQUE 316: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

317ème PAS

JE N'AI QU'À RENONCER À MON AMBIVALENCE POUR CONNAÎTRE LA VÉRITÉ.

Comme il est simple de connaître la vérité quand la vérité est vraiment désirée. Comme il est facile de reconnaître l'ambivalence et de voir son impact dévastateur sur votre vie. Comme il est simple de voir l'évidence de l'ambivalence dans le monde autour de vous et à quel point elle sape les inclinations plus profondes de tous ceux qui demeurent ici. Cherchez donc à vous libérer de l'ambivalence, car il s'agit là de confusion. Cherchez donc à vous alléger du fardeau des décisions à prendre et autre choix à faire en permanence, car il s'agit là d'un fardeau.

L'homme et la femme de la Connaissance n'ont pas à s'alourdir du fardeau d'une constante délibération sur ce qu'ils doivent faire, comment ils doivent être, qui ils sont et où ils vont dans la vie, car ces choses sont connues lorsque chaque pas est anticipé et fait. Ainsi, le grand poids que vous portez dans le monde est ôté de vos épaules. Vous commencez alors à prendre confiance en vous et en le monde. Ici, la paix est possible et assurée, même pour ceux qui sont actifs dans le monde, car ils portent en eux la quiétude et l'ouverture. Ils ont été soulagés de leur fardeau et sont à présent en position d'apporter leur véritable contribution.

Rappelez-vous votre leçon à chaque heure et lorsque vous regarderez le monde, voyez l'effet et l'influence de l'ambivalence. Voyez à quel point elle est invalidante et de quelle manière elle émane de la confusion et

soutient cette dernière. Elle résulte de la tentative de valoriser ce qui est dépourvu de sens et d'ignorer ce qui a un sens. Ici, chez ceux qui les perçoivent, les choses sans valeur entrent en compétition avec celles qui possèdent une vraie valeur. Reconnaissez ceci alors que vous observez le monde. Ne laissez pas passer une heure aujourd'hui sans pratiquer, car de cette façon cette journée vous enseignera l'importance de la Connaissance.

Elle vous enseignera qu'il faut fuir l'ambivalence et que cette dernière constitue la malédiction de la confusion dans le monde.

Lors de vos séances approfondies de pratique, fuyez votre propre ambivalence, et entrez à nouveau dans le sanctuaire de la Connaissance où, dans la quiétude et la paix, vous pouvez pleinement faire l'expérience du pouvoir de la Connaissance et de la vérité de votre propre nature. Ceci est un jour de liberté. C'est un jour pour comprendre votre dilemme et pour réaliser que l'issue est à votre portée. Faites ce pas avec confiance, car aujourd'hui vous pouvez échapper à l'ambivalence.

PRATIQUE 317: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

318ème PAS

IL Y A UN GRAND POUVOIR À L'ŒUVRE DANS LE MONDE.

Il y a un grand pouvoir à l'œuvre dans le monde car il y a un grand pouvoir à l'œuvre dans votre vie, et ce grand pouvoir est à l'œuvre dans la vie de tous ceux qui demeurent ici. Même si la majorité des habitants de votre monde ne sont pas encore prêts à entreprendre le rétablissement de la Connaissance, la Connaissance demeure néanmoins en eux et exerce son influence sur eux – une influence qui les affectera dans certains domaines et qu'ils ignoreront dans d'autres. Cependant, à mesure que vous deviendrez le réceptacle et le représentant de la Connaissance et à mesure que vous deviendrez le véhicule pour l'expression de la Connaissance dans le monde, vous aurez le pouvoir d'activer et d'influencer tous ceux qui ont besoin de recevoir la Connaissance en eux. De cette manière, tout ce que vous faites, grand ou petit, devient une bénédiction sur le monde. Vous qui apprenez actuellement à abandonner toute auto-condamnation et à fuir l'ambivalence, vous verrez l'efficacité de votre propre Guidage Interne à projeter son étincelle de vie sur le monde. Ainsi, vous ferez partie de la force pour le bien, une force qui sert un Pouvoir Supérieur dans le monde.

Le monde démontre ses erreurs avec gravité et ampleur, mais ces erreurs sont compensées par la présence d'un pouvoir supérieur dans le monde. Sans ce pouvoir supérieur, l'humanité n'aurait pas évolué jusque-là. Sans ce pouvoir supérieur, tout ce qui a été bénéfique dans vos expressions, tout ce qui a servi et inspiré l'humanité et tout ce qui a exprimé la grandeur de la Connaissance, directement ou indirectement, n'aurait pas eu lieu. Le pouvoir supérieur dans le monde a permis à l'évolution de l'humanité de se poursuivre et a gardé la Connaissance vivante dans le monde grâce à des individus comme vous qui, à la lueur de leur propre Connaissance, ont été

appelés à se préparer afin que la Connaissance puisse être rétablie, exprimée et ainsi gardée vivante.

Ayez donc de l'espoir car un pouvoir supérieur est dans le monde. Mais ne croyez pas que ceci vous rende passif. Ne croyez pas que ceci enlève de vos épaules la responsabilité qui accompagne toujours la réclamation de la Connaissance. Ce pouvoir supérieur dans le monde exige que vous soyez préparé à le recevoir et à l'exprimer. Votre voix est sa voix ; vos mains sont ses mains ; vos yeux sont ses yeux ; vos oreilles sont ses oreilles ; votre mouvement est son mouvement. Il compte sur votre préparation et sur votre démonstration, comme vous comptez sur celui-ci pour la certitude, et comme vous comptez sur celui-ci pour le but, le sens et la direction. Ainsi, c'est parce que vous dépendez de la Connaissance et que la Connaissance dépend de vous que votre union avec la Connaissance est totalement rétablie.

À chaque heure, rappelez-vous qu'un pouvoir supérieur est à l'œuvre dans le monde. Considérez ceci lorsque vous regardez l'ambivalence et l'erreur du monde. Considérez ceci lorsque vous regardez la magnificence et les expressions inspirantes du monde. Si seulement vous pouvez regarder sans jugement, vous verrez l'extraordinaire présence de la Connaissance dans le monde. Ceci vous donnera confiance en le monde comme vous apprenez à présent à avoir confiance en vous.

Lors de vos séances approfondies de pratique aujourd'hui, entrez à nouveau dans votre sanctuaire où vous venez vous donner à un pouvoir supérieur qui est dans le monde et qui est en vous. Laissez votre mental demeurer dans la quiétude afin que vous puissiez recevoir ce pouvoir supérieur et en faire l'expérience dans votre vie. Ici, vous apprenez à recevoir ce qui vous reçoit. Ici, vous apprenez à reconnaître ce qui reçoit le monde et qui donne au monde son seul et véritable espoir.

PRATIQUE 318: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

319ème PAS

POURQUOI DEVRAIS-JE AVOIR PEUR ALORS QU'UN POUVOIR SUPÉRIEUR EST DANS LE MONDE ?

Chaque fois que vous tombez dans l'obscurité de la peur, vous vous retirez de la Connaissance et entrez dans l'obscurité de l'imagination. Chaque fois que vous tombez dans l'obscurité de votre propre peur, vous déniez la réalité d'un pouvoir supérieur dans le monde et perdez ainsi sa bienfaisance pour vous. Chaque fois que vous tombez dans l'obscurité de votre propre peur, vous suivez l'enseignement de la peur qui sévit dans le monde. Vous vous permettez d'être un étudiant de la peur. Vous vous permettez d'être gouverné par la peur. Reconnaissez cela et vous réaliserez que ceci n'a pas lieu d'être, que vous avez le pouvoir de réorienter

votre position d'étudiant et que vous avez la capacité d'entrer à nouveau dans une véritable préparation.

Réfléchissez sérieusement à ceci aujourd'hui. Pourquoi devriez-vous avoir peur alors qu'un pouvoir supérieur est dans le monde ? Ce pouvoir supérieur que vous apprenez maintenant à recevoir est la source de votre rédemption. Que pourriez-vous donc perdre, alors que cette source est en train d'être reconnue, alors que vous apprenez à entrer en relation avec cette source, alors que vous servez cette source et lui permettez de vous servir ? Que peut vous retirer le monde alors que la source de la Connaissance est en vous ? Que peut s'infliger le monde alors que la source de la Connaissance est dans le monde ?

Cette prise de conscience appelle votre totale participation au monde et votre service total à la Connaissance. Elle vous appelle à vous engager entièrement dans votre contribution aux autres, parce que vous êtes un véhicule du pouvoir supérieur dans le monde. De plus, vous comprenez également à travers cette participation active que l'éveil de toutes les consciences à la lumière de la Connaissance en elles n'est qu'une question de temps. Ceci peut prendre un temps très long, mais le temps est avec vous et vous pouvez avancer avec patience et confiance, car qu'est-ce qui pourrait entraver votre préparation et votre contribution si ce n'est le doute de soi et la peur ? Qu'est-ce qui pourrait vous dissuader d'avancer avec une certitude et un engagement total, si ce n'est le doute de l'existence de la Connaissance dans le monde ?

Aussi, à chaque fois que vous entrerez dans la peur aujourd'hui, appliquez-vous à reconnaître qu'un pouvoir supérieur est dans le monde. Servez-vous de cette reconnaissance pour vous sortir de la peur en vous souvenant qu'un pouvoir supérieur est dans le monde et en vous souvenant qu'un pouvoir supérieur est dans votre vie. Réfléchissez-y à chaque heure, et lors de vos deux séances de pratique de méditation profonde, entrez à nouveau dans votre sanctuaire où en la quiétude et la confiance vous accueillez le pouvoir supérieur qui est dans le monde. Vous devez ici réaliser que votre préparation requiert que vous vous écartiez de la peur et de l'obscurité, et que vous avanciez dans la lumière de la vérité. Ces deux activités confirmeront votre nature et ne trahiront rien de ce qui est réel en vous ou dans le monde.

Lorsque vous observerez le monde sans jugement et lorsque vous vous observerez vous-même sans jugement, vous verrez qu'un pouvoir supérieur est à l'œuvre. Ceci rétablira chez vous la joie, car vous réaliserez que vous avez amené votre Ancienne Demeure avec vous et que votre Ancienne Demeure est aussi ici. Ceci dissipera de votre esprit le fardeau de la peur, l'oppression de l'anxiété et la confusion de l'ambivalence. Vous vous souviendrez alors de la raison de votre venue, et vous dévouerez votre vie à contribuer ce que vous êtes venu donner. Votre vie sera alors une expression de joie et d'inclusion, et tous ceux qui vous verront se souviendront qu'eux aussi sont venus de votre Ancienne Demeure.

PRATIQUE 319: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

320ème PAS

JE SUIS LIBRE DE TRAVAILLER DANS LE MONDE.

Lorsque le monde ne vous oppresse pas, vous êtes libre de travailler dans le monde. Lorsque le monde ne vous intimide pas, vous êtes libre de travailler dans le monde. Lorsque vous reconnaissez que le monde est un lieu qui demande votre contribution, vous êtes libre de travailler dans le monde. Ainsi, plus votre expérience de la Connaissance dans votre vie est grande, plus vous êtes libre de travailler dans le monde. Et travailler dans le monde, c'est ce que vous ferez avec le temps, et votre travail sera bien plus efficace, bien plus intéressant et bien plus complet que tout ce que vous avez fait jusqu'ici. Par le passé, vous avez eu peur du monde, vous avez été intimidé par le monde, irrité par le monde et déprimé par le monde. Aussi, votre contribution au monde par le passé a été limitée par ces réactions. Vous avez été ambivalent vis-à-vis de votre existence dans le monde, parce que vous avez eu peur du monde. Peut-être avez-vous cherché refuge dans des choses spirituelles, mais votre vraie nature spirituelle vous réorientera dans le monde et elle vous y ramènera avec un plus grand pouvoir, une plus grande certitude et un plus grand but, car vous êtes venu pour être dans le monde.

En comprenant cela, vous prendrez à nouveau conscience de l'importance de la Connaissance. Vous confirmerez à nouveau combien vous désirez donner au monde, et combien cela vous est douloureux lorsque ce don est entravé ou refusé. Vous êtes venu travailler dans le monde, et vous voulez faire cela complètement, de sorte que lorsque vous quitterez le monde, vous le quitterez en y ayant laissé vos dons et en ayant tout offert. Vous n'avez rien d'autre à emporter du monde avec vous dans votre Demeure que le rétablissement des relations. Avec cette compréhension, vous deviendrez libre d'être dans le monde.

À chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui et reconnaissez que, quel que soit le degré actuel de votre ambivalence d'être dans le monde, celle-ci est causée et perpétuée par votre propre intimidation face au monde et votre peur de celui-ci. Souvenez-vous de cela à chaque heure afin que vous puissiez apprendre la grande leçon qui est enseignée aujourd'hui, la grande leçon selon laquelle vous êtes en train de devenir libre dans le monde. Ici, vous amenez votre Ancienne Demeure avec vous. Ici, vous n'essayerez pas de fuir le monde simplement parce qu'il vous effraie, vous menace ou vous déprime.

Vous êtes ici pour donner au monde, car la Connaissance est plus grande que le monde – le monde étant seulement un lieu temporaire où la Connaissance a été temporairement oubliée. En ceci, vous réaliserez ce qui donne et ce qui reçoit, ce qui est grand et ce qui est petit. Votre travail dans le monde peut à présent recevoir votre complète attention et votre

complète dévotion. Votre travail peut à présent recevoir votre plein engagement. Ainsi, votre vie physique peut prendre tout son sens, posséder un but et une grande valeur.

Lors de vos deux pratiques approfondies de méditation aujourd'hui, ravivez en vous le feu de la Connaissance en pénétrant de nouveau dans votre sanctuaire. Souvenez-vous de demeurer dans la quiétude. Souvenez-vous de vous donner à la pratique. Ce travail est à votre portée. A partir de celui-ci, la liberté d'expression sera donnée à votre travail dans le monde, et à vous qui êtes dans le monde seront donnés la certitude et le réconfort que votre Ancienne Demeure est avec vous.

PRATIQUE 320: *Deux séances de pratique 30 minutes. Pratique horaire.*

321ème PAS

LE MONDE ATTEND MA CONTRIBUTION.

Le monde attend bel et bien votre contribution, mais souvenez-vous que votre contribution s'exprimera dans toutes les choses que vous faites, qu'elles soient grandes et petites. Ainsi, n'imaginez pas pour vous un rôle grandiose, ou un rôle terriblement difficile. Ceci n'est pas la Voie de la Connaissance. La Connaissance s'exprimera au travers de toutes vos activités, car elle est une présence que vous portez avec vous. A mesure que votre esprit et votre vie seront libérés des conflits, cette présence s'exprimera à travers vous de façon croissante et vous serez un témoin de la Connaissance à l'œuvre, à la fois en vous et dans votre vie. Ici, vous commencerez à comprendre ce qu'apporter la Connaissance dans le monde signifie.

Votre imagination vous a peint des images grandioses et des cauchemars dévastateurs. Elle n'est pas en harmonie avec la vie. Elle surcharge la vie par son espoir et sa peur. Elle surcharge votre perception de vous-même, surtout dans le sens de votre propre autodépréciation. Lorsque votre imagination sera réorientée par la Connaissance, elle fonctionnera d'une manière entièrement nouvelle. Elle servira un but entièrement nouveau. Alors, vous serez capable d'être libre, et votre imagination ne vous trahira pas.

Le monde vous appelle. A présent, vous vous préparez. Dans son grand besoin, vous reconnaissez votre grande contribution. Mais souvenez-vous toujours que votre contribution se donne d'elle-même, et que votre désir qu'elle se donne d'elle-même est votre désir de donner. Votre désir que votre vie devienne un véhicule d'expression est votre désir que votre vie soit libre du conflit et de son ambivalence. Votre désir de donner est votre désir de devenir libre et entier. Tel est votre désir – que votre vie soit un véhicule pour la Connaissance.

Votre tâche est donc grande, mais pas à la mesure de votre imagination, car votre tâche est de perfectionner votre véhicule afin que la Connaissance puisse s'exprimer librement. Vous n'avez pas besoin de vous

demander ou d'imaginer comment cela peut être accompli, car cela est accompli aujourd'hui et sera accompli demain. À mesure que vous suivrez les pas de votre préparation actuelle et apprendrez à suivre les pas au-delà de cette préparation, vous verrez que vous n'avez rien d'autre à faire pour avancer que de suivre les pas tels qu'ils sont donnés.

À chaque heure, rappelez-vous votre leçon et n'oubliez pas. Observez le monde et réalisez qu'il vous appelle à contribuer. Lors de vos méditations plus profondes, entrez de nouveau dans votre sanctuaire dans la quiétude et la réceptivité. Ce faisant, réalisez que la Connaissance a besoin que vous deveniez son véhicule. Elle a besoin que vous deveniez son réceptacle. Elle a besoin de s'accomplir à travers vous. Ainsi, vous et la Connaissance vous épanouissez ensemble.

À chaque heure et lors de vos pratiques approfondies aujourd'hui, réalisez l'importance de votre rôle. Réalisez également que toute assistance véritable vous est donnée pour vous préparer, et demeurera avec vous dans votre contribution à mesure que vous apprendrez à exprimer la Connaissance et à permettre à la Connaissance de s'exprimer à travers vous.

PRATIQUE 321: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

322ème PAS

RÉVISION

Révisons à présent les deux semaines de préparation passées. Une fois de plus, révisez chaque pas, en relisant attentivement les instructions et en vous rappelant votre pratique pour ce jour en particulier. Poursuivez ainsi pour tous les jours de cette période de deux semaines. Soyez objectif et reconnaissez les moments où votre pratique aurait pu être plus profonde ou plus consciencieuse. Reconnaissez à quel point vous permettez encore au monde de vous submerger, et à quel point vous avez à vous appliquer de nouveau avec une certitude et une détermination plus grandes. Faites cela objectivement. La condamnation ne fera que vous décourager et vous conduire à l'abandon de votre participation, car la condamnation n'est autre que la décision de ne pas participer et le prétexte pour ne pas participer.

Aussi, ne tombez pas dans cette habitude, mais voyez votre participation avec objectivité. Ici, vous apprendrez comment apprendre, et vous apprendrez comment vous préparer et vous régir. Vous devez choisir de participer, et vous devez choisir d'approfondir votre participation. Chaque décision que vous prenez au nom de la Connaissance est soutenue par les décisions de tous ceux qui prennent la même décision, ainsi que par le pouvoir et la présence de vos Enseignants qui sont avec vous. Ainsi, votre décision en faveur de la Connaissance, chaque fois qu'elle est prise et soutenue, se trouve grandement amplifiée par la présence de

tous ceux qui pratiquent avec vous et par la présence de vos Enseignants spirituels. Ceci est certainement ce qu'il vous faut pour surmonter n'importe quel obstacle que vous voyez en vous ou dans votre monde.

Le pouvoir de décision vous est donné. Ici, le pouvoir de décision consiste à voir votre participation avec objectivité et à reconnaître où elle peut être approfondie et renforcée. Prenez la résolution de poursuivre durant les deux prochaines semaines de pratique ce que vous avez reconnu comme nécessaire en ce jour. Ici, vous agirez avec grand pouvoir en votre nom, et votre pouvoir sera appliqué au service de la Connaissance, car vous vous préparez à recevoir la Connaissance. Ici, votre volonté et votre détermination sont confirmées, car elles se mettent au service d'un grand bien.

PRATIQUE 322 : *Une longue séance de pratique.*

323ème PAS

MON RÔLE DANS LE MONDE EST TROP IMPORTANT POUR ÊTRE NÉGLIGÉ.

Votre rôle dans le monde est trop important pour être négligé. Aussi, ne le négligez pas aujourd'hui. Mettez en œuvre la détermination que vous a donné la révision d'hier. Mettez en œuvre ce que vous avez à faire pour approfondir votre pratique, pour utiliser votre pratique, pour utiliser votre expérience dans le monde en vue de la pratique, pour porter votre pratique dans le monde et pour permettre à votre monde de soutenir votre pratique. Ne négligez pas ceci, car en le négligeant vous ne faites que vous négliger et négliger votre certitude, votre accomplissement et votre bonheur.

Ne négligez pas la préparation en cours actuellement. Chaque jour vous la renforcez, et en faisant cela chaque jour vous défendez la Connaissance. Vous défendez votre participation à la vie. En effet, même dans votre préparation actuelle vous êtes en train d'enseigner la Connaissance et de renforcer la Connaissance dans le monde. Peut-être ne pouvez-vous pas encore le voir, mais avec le temps cela vous deviendra si évident que vous apprendrez à accorder de la valeur à chaque instant, à chaque rencontre, à chaque pensée et à chaque souffle. Vous accorderez de la valeur à chaque expérience de la vie parce que vous y serez présent, et vous réaliserez qu'en chacune d'elle vous pouvez exprimer la Connaissance et faire l'expérience de la Connaissance qui s'exprime.

Souvenez-vous à chaque heure d'aujourd'hui. Prenez la résolution, au début de cette journée et au début de tous les jours qui suivront, d'utiliser vos pas aussi complètement que possible. Lors de vos deux séances approfondies de pratique, entrez de nouveau dans la quiétude pour reposer votre mental. Renforcez votre capacité et votre résolution pour permettre à votre mental devenir silencieux et réceptif. Vous devez renforcer cela chaque jour, car cela fait partie de votre pratique. Vous devez

vous y donner chaque jour, car c'est ainsi que vous donnez, à vous-même et au monde.

Ne sous-estimez pas l'importance de votre rôle, mais ne vous accablez pas en pensant que votre rôle se trouve hors de votre portée, car qu'est ce qui pourrait vous être plus naturel que d'accomplir le rôle pour lequel vous êtes venu ? Qu'est ce qui pourrait confirmer plus pleinement l'importance et la valeur de votre vie que de mener à bien ce pourquoi votre vie a été conçue ? Il vous est donné aujourd'hui de renforcer et d'appliquer votre pouvoir de décision, cependant le Pouvoir Supérieur derrière votre décision est bien plus grand que votre décision. Ce Pouvoir Supérieur demeure auprès de vous à présent. Ne négligez pas votre préparation. Ne négligez pas de progresser vers la réalisation et l'accomplissement de votre rôle dans le monde, car à mesure que vous en approcherez, le bonheur s'approchera de vous.

PRATIQUE 323: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

324ème PAS

JE NE JUGERAI PAS AUTRUI AUJOURD'HUI.

A nouveau, exercez-vous à affirmer cette idée. A nouveau, mettez-la en application dans vos expériences réelles. A nouveau, renforcez votre compréhension que la Connaissance est avec vous et qu'elle n'a pas besoin de votre jugement, ni de votre évaluation.

Ne jugez pas autrui aujourd'hui. Apprenez à voir. Apprenez à entendre. Apprenez à regarder. Il n'existe pas une personne dans le monde qui ne puisse pas vous donner quelque chose de bénéfique lorsque vous ne la jugez pas. Il n'existe pas une personne dans le monde qui, par ses accomplissements ou par ses erreurs, ne puisse confirmer l'importance de la Connaissance et ne puisse démontrer son besoin dans le monde. Ainsi, ceux que vous aimez et ceux que vous méprisez, tous vous offrent des dons d'une égale valeur. Ceux que vous pensez être vertueux et ceux que vous pensez ne pas être vertueux, tous vous livrent ce qui est essentiel pour vous. Le monde, en vérité, démontre tout ce que cette préparation vous procure, si seulement vous pouvez regarder le monde sans le juger ni le condamner. Vous vous jugerez vous-même à la mesure de votre jugement que vous portez sur les autres. Le fait de regarder autrui avec un jugement vous conduira à vous juger vous-même. Vous ne voulez pas de votre jugement sur vous-même, alors ne jugez pas autrui.

Souvenez-vous à chaque heure. Ne négligez pas votre pratique aujourd'hui, car elle est essentielle à votre bonheur. Elle est essentielle au bien-être et à l'avancement du monde. Lors de vos deux séances approfondies de pratique, entrez de nouveau dans la quiétude. Venez pour vous donner à la pratique. Venez pour vous donner. Vous ressentirez votre force à mesure que vous ferez cela. Ici, il vous appartient d'user du pouvoir

de décision. À mesure que vous l'exercerez, ce pouvoir deviendra plus puissant et efficace pour dissiper tout ce qui fait obstacle. Souvenez-vous que vous êtes un étudiant de la Connaissance, et les étudiants doivent pratiquer pour avancer et se développer. Ne jugez pas autrui aujourd'hui et vous avancerez dans la vérité.

PRATIQUE 324: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

325ème PAS

LE MONDE ÉMERGE DANS LA GRANDE COMMUNAUTÉ DES MONDES. AUSSI, JE DOIS ÊTRE ATTENTIF.

Le monde émerge dans la grande Communauté des mondes. Comment pouvez-vous reconnaître cela si vous êtes préoccupé par vos propres soucis, vos propres espérances et vos propres ambitions ? Comment pouvez-vous reconnaître ce qui se passe dans votre monde ? Comment pouvez-vous voir ces forces qui influencent votre vie extérieure et gouvernent vos affaires dans une si grande mesure ? Devenir fort en la Connaissance consiste en partie à devenir attentif. Vous ne pouvez devenir attentif que si votre mental n'est pas préoccupé par ses propres rêves et illusions.

Le monde se prépare à émerger dans la Grande Communauté des mondes, et ceci sous-tend actuellement son évolution et tous ses avancements. C'est la raison pour laquelle des conflits éclatent dans le monde, car ceux qui s'opposent à l'évolution du monde se battent contre cela. Ceux qui souhaitent favoriser l'avancement du monde tenteront de renforcer la bonté de l'humanité et le sentiment que l'humanité est une seule communauté, qui doit prendre soin d'elle-même et se soutenir intrinsèquement au-delà de toutes les divisions entre nations, races, religions, cultures et tribus. Ainsi, vous, qui devenez un représentant et un réceptacle de la Connaissance, fortifierez la paix, l'unité, la compréhension et la compassion dans le monde. Tout ceci fait partie de la préparation du monde en vue de son émergence dans la Grande Communauté des mondes, car telle est l'évolution du monde. Telle est la manifestation de la Connaissance dans le monde.

La Connaissance dans le monde n'encourage en aucune façon le conflit. Elle ne fait pas la promotion de la haine ou de la division. Elle ne fait pas la promotion de quoi que ce soit qui divise ou qui soit cruel ou destructeur. C'est l'expérience collective de la Connaissance dans le monde qui met en mouvement le monde vers l'union et la communauté. Parce que votre monde fait partie d'une Grande Communauté, il évolue vers l'union et la communauté du fait de sa propre évolution et en réponse à la Grande Communauté dont il fait partie. Vous ne pouvez connaître l'importance de cette idée à moins d'être attentif au monde, et vous ne pouvez connaître l'importance de cela pour vous-même, vous qui êtes venu servir cette émergence, à moins d'être attentif à vous-même.

Souvenez-vous une fois encore que vous ne pouvez que perdre le contact avec vous-même si vous entrez de nouveau dans l'imagination ou dans la fantaisie, parce que c'est là la seule alternative au fait d'être attentif à vous-même et à votre monde. Réveillez-vous donc de vos rêves et devenez attentif. Souvenez-vous à chaque heure de porter un regard sans jugement sur le monde, et vous verrez que le monde tente de devenir une seule communauté, car il cherche à s'étendre dans la Grande Communauté.

La Grande Communauté représente une communauté qui appelle l'humanité à entrer et à participer. Vous ne pouvez pas comprendre le mécanisme de cela, car il est bien trop grand pour vos yeux et pour vos capacités mentales actuellement, mais ce mouvement est tellement évident et apparent, si seulement vous prenez la peine de regarder.

À chaque heure, regardez et lors de vos pratiques de méditation profonde, appliquez activement votre mental à la considération de cette idée. La pratique d'aujourd'hui n'est pas une pratique de la quiétude, mais une pratique d'application active et utile de votre mental. Considérez votre propre réaction à l'idée d'aujourd'hui. Prenez note de vos pensées, celles qui sont en sa faveur et celles qui s'y opposent. Prenez note de vos inquiétudes, en particulier au sujet du monde devenant une communauté unique dans son émergence et dans sa participation à la Grande Communauté. Prenez note de ces choses, car de cette façon vous comprendrez ce qui, en vous, soutient votre progrès et ce qui le renie. À mesure que vous apprendrez à regarder ces choses sans condamnation, mais avec une véritable objectivité, vous comprendrez pourquoi le monde est en conflit. Vous comprendrez cela et vous ne le verrez pas avec haine, malice ou envie. Vous le verrez avec compréhension et compassion. Ceci vous enseignera, alors, la manière dont vous devez apprendre à œuvrer dans le monde, afin de pouvoir accomplir votre but ici.

PRATIQUE 325: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

326ème PAS

LA GRANDE COMMUNAUTÉ EST QUELQUE CHOSE QUE JE PEUX RESSENTIR MAIS QUE JE NE PEUX COMPRENDRE.

Comment pouvez-vous comprendre la Grande Communauté alors que vous pouvez à peine comprendre la communauté dans laquelle vous vivez, sans parler de la nation dans laquelle vous vivez et du monde dans lequel vous vivez ? Ici, vous devez seulement comprendre qu'il existe une Grande Communauté, et qu'il s'agit d'un contexte élargi dans laquelle la vie s'exprime. À mesure que l'humanité essaiera de s'unifier en une seule communauté et à mesure que vous essayerez de devenir une seule personne au lieu de plusieurs, vous réaliserez que vous émergez dans le monde en tant que personne plus grande et que le monde émerge dans la Grande Communauté en tant que communauté élargie. Ici, toute individualité recherche la communauté, car c'est dans la communauté qu'elle trouve sa

véritable expression, sa véritable contribution et son véritable rôle. Ceci est aussi vrai pour vous que ça l'est pour le monde.

Vous pouvez sentir cela. C'est si évident. Vous pouvez savoir cela, car cette idée est née de la Connaissance. Ne vous alourdissez pas en essayant de tout comprendre, car la compréhension n'est pas nécessaire ici.

Il vous suffit de savoir et de ressentir la réalité de cela. Ce faisant, votre compréhension grandira naturellement. Elle ne naîtra pas de votre illusion ou de votre idéalisme, mais naîtra au contraire de la Connaissance et de l'expérience. Ainsi, elle demeurera avec vous, vous servira et rendra votre vie plus réelle et plus efficace.

Souvenez-vous que vous comprendrez à mesure que vous vous avancerez, car la compréhension s'acquiert par la rétrospective et une véritable application. Ayez ainsi confiance en le fait que votre compréhension grandira avec votre participation. Vous n'avez pas besoin de comprendre l'univers, mais vous avez besoin d'en faire l'expérience. Vous avez besoin de le sentir en vous et autour de vous. Vous avez besoin de vous voir en tant qu'une personne seule et unique, vous avez besoin de voir votre monde comme une seule et unique communauté, vous avez besoin de voir votre univers comme une Grande Communauté qui, au sein d'une plus vaste sphère de participation, essaie de s'unifier également. Ainsi, la Connaissance se trouve à l'œuvre dans tous les domaines et à tous les niveaux de participation – en chaque personne, dans chaque communauté, dans chaque monde, entre chaque monde et au sein l'univers tout entier. C'est pourquoi la Connaissance est si grande et c'est pourquoi, bien que vous la receviez en vous, elle est bien plus grande que vous ne pouvez la concevoir.

Ainsi donc vous pouvez à présent faire l'expérience de la Grande Communauté, et ne pas vous en séparer en essayant de la comprendre. La compréhension vient avec la participation. À chaque heure, rappelez-vous l'idée d'aujourd'hui et lors de vos deux séances approfondies de pratique, tentez encore une fois de réfléchir activement au sens de cette leçon. Appliquez-la à votre expérience. Appliquez-la à votre perception du monde. Prenez conscience de ces pensées qui lui sont favorables et de celles qui s'y opposent. Prenez conscience de l'inspiration et de l'espoir que cette leçon vous livre et reconnaissez les inquiétudes qu'elle peut soulever. Faites l'inventaire de vos pensées et de vos expériences concernant l'idée d'aujourd'hui, mais ne la jugez pas, car elle émane de la Connaissance. Elle est destinée à vous libérer du handicap de votre propre imagination. Elle est destinée à vous libérer ainsi que le monde.

Aujourd'hui, utilisez votre mental et votre corps pour devenir un étudiant de la Connaissance. En cela, vous apprendrez à comprendre le sens de votre individualité, du monde et de la Grande Communauté des Mondes.

PRATIQUE 326: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

JE SERAI EN PAIX AUJOURD'HUI.

Vous pouvez être en paix aujourd'hui, quand bien même vous considérez de plus grandes choses dans le monde et au-delà du monde. Vous pouvez être en paix aujourd'hui, quand bien même vous relevez le défi de devenir un étudiant de la Connaissance, et celui d'observer votre monde avec objectivité. Comment pouvez-vous être si actif, faire face à de tels défis et quand même demeurer en paix ? La réponse est que la Connaissance est avec vous. A mesure que vous demeurez avec la Connaissance, ressentez la Connaissance et portez la Connaissance dans le monde, en vous-même vous serez calme, même lorsque vous êtes activement engagé à l'extérieur. Il n'existe aucune contradiction entre la paix et le mouvement, entre la quiétude intérieure et l'engagement extérieur. Bien que le monde soit un lieu d'existence difficile et frustrant, il est un réceptacle naturel de la Connaissance. Ses difficultés et ses frustrations n'ont pas à affecter votre état intérieur, qui devient toujours plus unifié et toujours plus harmonieux.

Rappelez-vous à chaque heure d'être en paix lorsque vous êtes dans le monde. Laissez s'en aller toute peur et toute anxiété, et fortifiez votre adhésion à la Connaissance en faisant cela. Lors de vos deux séances approfondies de pratique, durant lesquelles vous vous réfugiez hors du monde, rallumez le feu de la Connaissance et trouvez réconfort en sa présence chaleureuse. Prenez conscience que, dans ce feu, tout ce qui est imaginaire et malfaisant se trouve consumé. Le feu de la Connaissance ne vous brûlera pas, mais il réchauffera votre âme. Vous pouvez entrer dans ce feu sans crainte de la douleur ou du mal. Il vous purifiera et vous nettoiera, car il est le feu de l'amour. Aujourd'hui soyez en paix, car aujourd'hui est un jour de paix, et en ce jour il vous est donné de recevoir la paix.

PRATIQUE 327: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

AUJOURD'HUI J'HONORERAI CEUX QUI M'ONT DONNÉ.

Encore une fois nous affirmons cette leçon qui affirmera la réalité de l'amour et du don dans le monde. Vos idées au sujet du don sont bien trop étroites et limitées. Il leur faudra grandir afin que vous puissiez reconnaître l'étendue du don dans le monde.

À chaque heure, pensez à vous souvenir de ceux qui vous ont donné. Ne pensez pas seulement à ceux dont vous êtes certain qu'ils vous ont donné, mais souvenez-vous de ceux dont vous avez le sentiment qu'ils vous ont blessé, qu'ils vous ont rejeté ou qui se sont mis en travers de votre chemin. Souvenez-vous d'eux, car ils vous ont également donné quelque chose. Ils vous ont rappelé que la Connaissance est nécessaire, et ils vous ont fait la démonstration d'une vie sans la Connaissance. Ils vous ont démontré que la Connaissance cherche également à émerger en eux. Qu'ils

acceptent ou résistent à cette émergence, elle est toujours présente et se manifeste toujours.

Vous avancez parce que d'autres vous ont fait la démonstration de leur inspiration et de leurs erreurs – leur acceptation de la Connaissance et leur rejet de la Connaissance. S'il n'y avait aucun rejet de la Connaissance dans le monde, vous ne pourriez pas apprendre ici. Vous ne pourriez pas reconnaître l'importance de la Connaissance. En matière d'enseignement, le contraste vous apprendra ce qui a de la valeur et ce qui n'en a pas, et cela vous enseignera à être compatissant et à être aimant. Comprendre cela vous permettra de servir dans le monde.

À chaque heure, prenez conscience de ceux qui sont en train de vous donner en ce moment et de ceux qui vous ont donné par le passé. Ainsi, ce jour sera un jour de gratitude et d'appréciation. Vous comprendrez à quel point votre préparation est importante et combien nombreux sont ceux qui se sont donnés à vous afin de vous servir et afin que vous puissiez entreprendre cette préparation.

Lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, répétez l'idée d'aujourd'hui et permettez ensuite à chaque individu qui attend d'être reconnu et béni de vous, d'émerger dans votre esprit. Ce faisant, tous les individus qui en ont besoin se présenteront à vous. Regardez et voyez comment ils vous ont servi et remerciez-les pour vous avoir servi. Remerciez-les pour vous avoir aidé à reconnaître votre propre besoin de la Connaissance. Remerciez-les pour vous avoir montré qu'il n'existe aucune alternative à la Connaissance. Et remerciez-les pour avoir renforcé votre participation à la Connaissance. Bénissez chacun, puis laissez l'individu suivant vous venir à l'esprit. De cette façon, vous bénirez tous ceux qui ont été dans votre vie et tous ceux qui sont actuellement dans votre vie. De cette façon, vous apprendrez à apprécier votre passé et à ne pas le condamner. De cette façon, l'amour émanera naturellement de vous, car l'amour doit naître de la gratitude, et la gratitude doit naître de la véritable reconnaissance. C'est la véritable reconnaissance que vous pratiquerez aujourd'hui.

PRATIQUE 328 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

329ème PAS

JE SUIS LIBRE D'AIMER LE MONDE AUJOURD'HUI.

Seuls ceux qui sont libres peuvent aimer le monde, car seuls ceux qui sont libres peuvent donner au monde. Eux seuls peuvent reconnaître totalement les besoins du monde et leur propre contribution. Seuls ceux qui sont libres peuvent aimer le monde parce qu'eux seuls peuvent voir le fait que le monde les a soutenus et les a servis afin qu'ils puissent devenir libres et contribuer au monde. Parce que le monde aspire tant à votre contribution, il s'est donné à votre préparation de sorte que vous puissiez

apprendre à être un contributeur. Il a renforcé cela grâce à la vérité qui existe dans le monde et grâce au déni de la vérité qui existe dans le monde.

Par tous les chemins, le monde sert l'émergence de la Connaissance. Même si le monde contredit la Connaissance et semble la nier, la rejeter et l'attaquer, vu sous cette perspective, vous réaliserez qu'en réalité il sert la Connaissance. Comment quoi que ce soit pourrait donc rivaliser avec la Connaissance ? Comment quoi que ce soit pourrait donc dénier la Connaissance ? Tout ce qui semble rejeter la Connaissance ne fait qu'appeler la Connaissance et plaider pour la venue de la Connaissance. Tous ceux qui sont dans la confusion, l'obscurité et le désespoir aspirent au soulagement et au réconfort. Et bien que ces derniers ne comprennent pas le message de leur propre détresse, ceux qui sont avec la Connaissance peuvent la percevoir et apprendront grâce à la Sagesse à servir ces individus, tous les individus et le monde dans son ensemble.

Aujourd'hui, à chaque heure, rappelez-vous qu'à mesure que vous deviendrez libre, vous serez capable d'aimer le monde. À mesure que vous apprendrez à aimer le monde, vous serez capable de devenir libre, car vous êtes dans ce monde sans être de ce monde. Parce que vous êtes dans ce monde, vous représentez ce que vous avez apporté avec vous de votre Ancienne Demeure. Comme ceci est clair et simple avec la Connaissance, et comme c'est cependant difficile à saisir dès lors que vous vous trouvez dans votre propre imagination et que vous entretenez vos propres idées de séparation. Telle est la raison de votre pratique – vous permettre de confirmer ce qui vous est naturel et vous éloigner de ce qui vous est contre-nature.

Lors de vos pratiques de méditation approfondie, recevez à nouveau la liberté qui vient à vous dans la quiétude et la réceptivité. Un mental qui demeure dans la quiétude est un mental sans entrave et libre. Il se développera naturellement, et dans ce développement, il exprimera ce qui lui est le plus naturel. Ainsi, lors de vos méditations approfondies vous vous exercez à recevoir, et lors de vos pratiques horaires vous vous exercez à donner. Vous êtes libre d'aimer le monde aujourd'hui, et le monde a besoin de votre liberté car il a besoin de votre amour.

PRATIQUE 329: *Deux séances de 30 minutes. Pratique horaire.*

330ème PAS

JE NE NÉGLIGERAI PAS LES PETITES CHOSES DANS MA VIE.

Une fois encore, nous affirmons cette idée que vous ne devez pas négliger ces simples tâches pratiques qui vous permettent d'être un étudiant de la Connaissance. Souvenez-vous que vous ne cherchez pas à échapper au monde, mais œuvrez à devenir puissant dans le monde. Aussi, ne négligez pas ces simples petites choses qui vous permettent de devenir un étudiant de la Connaissance et vous en donnent la liberté. Ici, l'ensemble de vos activités, même les plus ordinaires et répétitives peuvent être perçues

comme une forme de service et de contribution. Ainsi, toutes les petites choses, même ordinaires et répétitives, peuvent servir le monde parce que par leur intermédiaire vous honorez votre Véritable Soi. Il s'agit du Soi qui existe en tous les individus, du Soi qui existe dans le monde et du Soi qui existe dans la Grande Communauté des Mondes.

Soyez attentif aux petites choses que vous faites en ce jour et ne les négligez pas. Si vous ne les craignez pas, vous ne leur résisterez pas. Si vous ne leur résistez pas, vous serez capable de vous en occuper. Et, à mesure que vous vous en occuperez, vous serez capable de vous donner à elles. Ainsi la Connaissance s'exprimera à travers toute activité et la Connaissance sera enseignée et renforcée à travers toute activité. Le monde a besoin de cette démonstration, car le monde pense que Dieu, l'amour, le véritable pouvoir et la vraie inspiration n'existent que dans un état idéal et en des circonstances idéales. Le monde ne comprend pas que Dieu exprime Dieu partout et que la Connaissance s'exprime partout et en toutes choses.

Lorsque vous en viendrez à comprendre cette grande vérité, vous verrez la présence de la Connaissance en toutes choses. Vous verrez la Connaissance dans le monde. Vous verrez la Connaissance en vous. Cela vous donnera une entière confiance en votre participation et en votre service à la Connaissance. Vous réaliserez alors que vous faites gagner du temps au monde dans son évolution, dans sa progression et dans son salut. C'est tellement important pour votre confiance. Il vous est cependant plus important encore de réaliser la grandeur de la Connaissance et la grandeur dont vous ferez l'expérience en vous à mesure que vous apprendrez à la recevoir.

À chaque heure, souvenez-vous de l'idée d'aujourd'hui et mettez-la en application, afin de pouvoir être consciencieux en chaque heure. Lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, entrez de nouveau dans la quiétude afin de pouvoir raviver votre expérience du feu de la Connaissance et de permettre au feu de la Connaissance de purifier et de nettoyer votre mental, et de le libérer de toute contrainte. Vous pourrez ainsi être dans le monde de manière plus complète, et les petites choses ne seront pas négligées.

PRATIQUE 330: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

331ème PAS

CE QUI EST PETIT EXPRIME CE QUI EST GRAND.

Regardez la nature autour de vous. Observez la plus minuscule des créatures et prenez conscience du mystère de l'existence de cette créature, de la merveille de son mécanisme physique et de la vérité de sa complète inclusion dans la nature toute entière. La plus petite créature peut exprimer la plus grande des vérités. La chose la plus simple peut exprimer le pouvoir de l'univers. Une petite créature exprime-t-elle moins la vie et l'inclusion

dans la vie qu'une créature qui est grande ? Utilisez cette analogie pour prendre conscience que la plus petite des activités peut incarner le plus grand des enseignements. Réalisez que le mot le plus simple, le geste le plus ordinaire, peut exprimer le plus profond des sentiments et la plus profonde des émotions. Réalisez que la chose la plus simple peut accroître votre pratique et confirmer la présence de la Connaissance en vous.

À mesure que vous prêterez attention à la vie, vous commencerez à être témoin du mystère de la vie en toutes choses. Quelle grandeur ce sera pour vous, qui êtes maintenant en train de vous réveiller du sommeil de votre propre imagination séparée. Le mystère de la vie vous inspirera et vous appellera. Il confirmera le mystère de votre propre vie, qui s'avérera de plus en plus réel et de plus en plus démonstratif pour vous.

Vous pouvez vous sentir petit, mais vous exprimez ce qui est grand. Vous n'avez pas besoin d'être grand pour exprimer ce qui est grand parce que la grandeur est en vous et votre véhicule physique est petit en comparaison. Votre réalité est née de la grandeur qui est avec vous, et qui désire s'exprimer dans la simplicité de votre petit véhicule. Ici, vous comprenez que vous faites partie de ce qui est grand et que vous œuvrez à travers de ce qui est petit. Ici, vous ne démentez pas la relation qui existe entre ce qui est grand et ce qui est petit, et dans laquelle ce qui est petit doit exprimer ce qui est grand, ce qu'il fait naturellement. Est-ce qu'une petite créature doit essayer d'exprimer ce qui est grand ? Non. Ce qui est grand s'exprime simplement à travers la petite créature.

Ainsi, dans votre vie – qui à tout moment pourrait vous sembler petite, qui à tout moment pourrait paraître séparée et confinée – la grandeur est avec vous. Ainsi, ce qui est petit est utilisé, confirmé, honoré et béni. Il n'existe alors aucun fondement à l'auto-condamnation et à la haine. Toutes choses grandes et petites sont alors appréciées, car toutes choses grandes et petites sont unies.

Ainsi, à chaque heure, dans n'importe quelle petite tâche, dans n'importe quelle forme d'expression ou geste et dans n'importe quelle petite perspective, permettez à ce qui est grand de s'exprimer. Lors de vos deux pratiques approfondies, venez de nouveau à proximité de ce qui est grand en vous. Entrez de nouveau dans le feu de la Connaissance qui vous purifie. Prenez refuge dans le sanctuaire de la Connaissance. Là, vous rencontrez ce qui est grand de façon complète. C'est au-delà de toute forme. Là ce qui imprègne toutes formes et leur confère un but, un sens et une direction, attend que vous le receviez. Ce qui est petit exprime ce qui est grand, et ce qui est grand bénit ce qui est petit.

PRATIQUE 331: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

332ème PAS

JE COMMENCE SEULEMENT À COMPRENDRE LE SENS DE LA CONNAISSANCE DANS MA VIE.

Vous commencez seulement à comprendre ceci, car votre compréhension naîtra de l'expérience, de la prise de conscience et résultera de votre application. Parce que vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance, vous avez une compréhension débutante.

Prenez courage en cela, car ceci vous libère de la tentative de tirer des conclusions sur votre participation et sur votre vie. Vous n'avez ainsi pas à tenter l'impossible, et pouvez soulager votre esprit d'un grand fardeau, qui sans cela éclipserait votre bonheur et disperserait votre sentiment de paix et de la poursuite d'une activité qui ait un sens aujourd'hui. Lorsque vous acceptez que vous commencez à peine à comprendre le sens de votre vie et le sens de la Connaissance dans votre vie, cela vous libère pour participer et apprendre davantage. Sans le fardeau du jugement, qu'autrement vous placeriez sur votre vie, vous êtes libre de participer et votre participation vous rendra libre.

Rappelez-vous à chaque heure que vous commencez à peine à comprendre le sens de la Connaissance dans votre vie. Lors de vos séances approfondies de pratique, entrez une fois encore dans votre sanctuaire de la Connaissance afin que votre capacité pour la Connaissance puisse croître, que votre désir pour la Connaissance puisse croître et que votre expérience de la Connaissance puisse croître. C'est seulement lorsque ces choses croîtront que votre compréhension pourra croître. Par conséquent, vous êtes libéré du jugement. Vous êtes libre de participer, là où toute compréhension émergera.

PRATIQUE 332: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

333ème PAS

IL Y A UNE PRÉSENCE AVEC MOI. JE PEUX LA SENTIR.

Ressentez aujourd'hui la présence de vos Enseignants qui demeurent avec vous et qui surveillent votre préparation d'étudiant de la Connaissance. Ressentez leur présence aujourd'hui et vous ressentirez votre propre présence, car vous êtes réunis en cette présence que vous ressentez. Souvenez-vous que vous n'êtes pas seul, et vous ne vous isolerez pas dans vos propres pensées. Vous ne vous isolerez pas dans vos propres considérations craintives.

À chaque heure, faites l'expérience de cette présence, car cette présence est avec vous à chaque heure. Ressentez cette présence peu importe là où vous vous trouvez aujourd'hui, que vous soyez au travail ou à la maison, seul ou avec quelqu'un d'autre, car cette présence est avec vous partout où vous allez.

Lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, permettez-vous de faire l'expérience de la présence de

l'amour, qui est la présence de la Connaissance, qui est la présence de la Sagesse, qui est la présence de la certitude, qui est la source de votre but, de votre sens et de votre direction dans le monde et qui contient pour vous votre appel dans le monde. Venez en la proximité de cette présence et faites l'expérience de cette présence lors de vos méditations approfondies. Ne négligez pas ceci, car ici vous faites l'expérience de l'amour de soi, de la confiance en soi et de la véritable inclusion dans la vie. Prenez cette présence avec vous aujourd'hui et recevez cette présence dans vos méditations approfondies, et vous saurez que la présence est avec vous tous les jours.

PRATIQUE 333 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

334ème PAS

LA PRÉSENCE DE MES ENSEIGNANTS EST AVEC MOI TOUS LES JOURS.

Tous les jours, où que vous soyez, où que vous alliez, la présence de vos Enseignants est avec vous. Le but de cette idée est de vous rappeler que vous n'êtes pas seul. Le but de cette idée est de vous offrir une opportunité de sortir de l'isolement de votre propre imagination, de faire l'expérience de cette présence et de recevoir le don de cette présence. Au travers de ce don, vos Enseignants vous délivreront les idées et l'inspiration dont vous avez besoin. Par ce fait, vous exprimerez ce que vous avez reçu et ainsi confirmerez ce que vous avez reçu.

Souvenez-vous de cela à chaque heure en vous concentrant une fois encore sur la présence qui est avec vous. Vous avez seulement à vous détendre pour la sentir, car il est certain qu'elle est avec vous. Lors de vos pratiques approfondies, entrez de nouveau dans la quiétude, dans le sanctuaire de la Connaissance, afin que vous puissiez recevoir cette présence et la grande confirmation et le grand réconfort qu'elle vous donne.

Permettez-vous d'abandonner votre doute de soi et le sentiment d'être indigne qui l'accompagnent, car ces choses seront consumées dans le feu de la Connaissance et épurées de votre esprit. Lorsque ce sera fait, vous n'aurez pas besoin de vous prodiguer des idées grandioses sur vous-même. Vous n'aurez pas besoin de donner une fausse image de vous-même en essayant d'échapper à votre sentiment de culpabilité et d'inadéquation, car la culpabilité et l'inadéquation se consomment dans le feu de la Connaissance.

Par conséquent, livrez toutes choses qui entravent votre participation et toutes peurs qui vous hantent et vous oppressent au feu de la Connaissance afin qu'elles puissent être consumées. Vous vous assiérez devant ce feu, et vous les verrez se consumer, et vous sentirez votre esprit être baigné et nettoyé dans le feu aimant de la Connaissance. La présence est avec vous tous les jours. Le feu de la Connaissance est avec vous tous les jours.

PRATIQUE 334: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

LE FEU DE LA CONNAISSANCE EST AVEC MOI TOUS LES JOURS.

Où que vous alliez, quoi que vous fassiez, le feu de la Connaissance brûle en vous. Sentez le brûler. À chaque heure, sentez le brûler. Sans vous préoccuper de ce que vous voyez, ni de ce que vous pensez, sentez le feu de la Connaissance brûler. Telle est la présence de la Connaissance que vous ressentirez en vous, de même que vous ressentirez la présence de vos Enseignants tout autour de vous. Le feu de la Connaissance brûle et à mesure que vous en faites l'expérience, il consumera tout ce qui vous retient en arrière – tout ce qui vous hante et vous oppresse, tout sentiment d'indignité et de culpabilité, toute souffrance et tout conflit. À mesure que ces choses se consumeront, elles cesseront de projeter leur influence sur votre vie, et votre vie deviendra naturellement plus uniforme et plus harmonieuse.

Aujourd'hui, vous faites un pas majeur dans cette direction en vous souvenant du feu de la Connaissance et en faisant l'expérience à chaque heure. Lors de vos deux séances approfondies de pratique, entrez de nouveau en le feu de la Connaissance dans le sanctuaire de la Connaissance. Souvenez-vous que ce feu vous réconfortera et vous libérera. Il ne vous brûlera pas mais ne fera que réchauffer votre âme. Il vous procurera réconfort et encouragement. Il vous donnera la confirmation du sens et du but de votre vie, et de la grandeur que vous portez en vous.

Ne négligez pas votre pratique aujourd'hui, mais réalisez son entier bienfait pour vous. Rien de ce que vous pouvez voir dans le monde ne peut vous donner la certitude, le pouvoir, la paix et le sentiment d'inclusion que le feu de la Connaissance peut octroyer. Rien ne peut davantage vous rappeler votre entière inclusion à la vie que la présence de vos Enseignants qui demeurent avec vous. Aussi, vous avez déjà l'expérience dont vous avez besoin, et, de là, vous apprendrez avec le temps à l'étendre à toutes vos relations – avec les autres, avec le monde et avec la Grande Communauté des Mondes dans laquelle vous vivez.

PRATIQUE 335 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

RÉVISION

Commencez votre révision des deux semaines en révisant la première leçon de cette période de deux semaines, en relisant la leçon et en vous rappelant votre pratique pour ce jour. Continuez ainsi pour chacun des jours qui s'ensuivent. Revoyez votre pratique. Réalisez à quoi sert votre pratique et prenez conscience de ce que votre pratique renforce en vous. Réalisez à quel point vous voulez que ce renforcement se produise et

prenez conscience du cadeau inestimable que vous recevez et tentez de recevoir alors que vous vous préparez en tant qu'étudiant de la Connaissance. Laissez votre révision d'aujourd'hui être une confirmation de l'importance de votre préparation. Réalisez combien vous avez besoin de renforcer votre participation, et combien vous avez besoin de mettre de côté les idées qui vous minent ou qui nient l'existence de la Connaissance dans votre vie. Souvenez-vous que la Connaissance est avec vous et que vos Enseignants sont avec vous, et qu'il vous est possible d'en faire l'expérience et de les recevoir à tout moment. À mesure que vous apprendrez à recevoir cela, vous l'exprimerez naturellement.

Durant votre unique longue séance de pratique aujourd'hui, revoyez les deux semaines passées de pratique et prenez conscience de ce qui vous est offert. Réalisez à quel point vous avez besoin de recevoir. Réalisez à quel point vous voulez recevoir.

PRATIQUE 336: *Une longue séance de pratique.*

337ème PAS

SEUL JE NE PEUX RIEN FAIRE.

Seul vous ne pouvez rien faire, mais vous n'êtes pas seul. Oui, vous êtes un individu, mais vous êtes plus grand qu'un individu. C'est pour cela que vous ne pouvez pas être seul, et c'est pour cela que votre individualité contient une grande promesse et un grand but dans le monde. C'est pour cela que la partie de vous qui fait partie d'une grandeur plus grande que votre individualité, et la partie de vous qui fait partie de votre individualité deviennent une entité entière et unique. En cela, tout ce que vous avez construit pour vous-même est transformé pour le bien. À toutes vos créations sont donnés un but, un sens, une direction et une inclusion à la vie. Ainsi, votre vie est rachetée et rétablie, et vous devenez une partie de la vie et un véhicule pour son expression unique. Tel est le sens véritable de la leçon aujourd'hui.

Il n'y a que dans les ombres et l'obscurité de l'imagination que vous pouvez vous cacher de la lumière de la vérité. Vous devez croire que vous êtes seul pour penser que vos illusions sont réelles. Apprendre que vous n'êtes pas seul peut sembler au départ effrayant, parce que vous avez peur que vos illusions et votre culpabilité ne soient révélées. Cependant, lorsque vous étudiez cela avec honnêteté et sans condamnation, vous réalisez que cela signifie que vous avez été rétabli, régénéré, et que vous êtes à présent préparé à recevoir le pouvoir qui demeure en vous, le pouvoir qui est votre Source et votre Véritable Soi.

À chaque heure, répétez l'idée d'aujourd'hui et réalisez qu'elle est une affirmation de votre force et de votre inclusion dans la vie. Lors de vos méditations approfondies, dans le sanctuaire de la Connaissance, permettez-vous d'entrer de nouveau dans la quiétude, là où il deviendra évident que vous n'êtes pas seul. Ici, vous êtes dans un véritable

mariage avec la vie et dans une véritable union avec ceux qui sont venus pour vous servir et pour vous guider et avec ceux qui pratiquent avec vous à présent. Dans votre inclusion réside votre bonheur. Dans votre isolement se trouve votre misère. Votre misère n'est pas fondée, car vous n'êtes pas seul et votre succès est garanti, car seul, vous ne pouvez rien faire.

PRATIQUE 337: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

338ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI ATTENTIF.

Soyez attentif aujourd'hui, de sorte que vous puissiez voir ce qui se passe autour de vous. Soyez attentif aujourd'hui, de sorte que vous puissiez faire l'expérience de vous-même dans le monde. Soyez attentif aujourd'hui, de sorte que vous puissiez faire l'expérience du feu de la Connaissance qui brûle en vous. Soyez attentif aujourd'hui, de sorte que vous puissiez faire l'expérience de la présence de vos Enseignants qui est avec vous. Soyez attentif aujourd'hui, de sorte que vous puissiez voir le feu de la Connaissance brûler dans le monde et également la réalité de la présence de vos Enseignants dans le monde. Ces choses viendront à vous naturellement lorsque vous êtes attentif, car sans condamnation vous verrez ce qui se passe réellement. Ceci confirmera votre nature spirituelle et votre but spirituel dans le monde. Ceci confirmera votre véritable identité et donnera un sens à votre vie individuelle.

Soyez attentif à chaque heure aujourd'hui, et soyez confiant que le fait d'être attentif vous conféra ses véritables résultats. Sans jugement ni évaluation, vous verrez à travers toutes les apparences effrayantes que le monde peut vous présenter. Vous verrez à travers toutes les apparences effrayantes que votre imagination peut vous présenter, car toutes les apparences effrayantes sont issues de l'imagination et nourries par elle. En étant attentif au monde, vous prenez conscience de la confusion du monde et de son besoin de la Connaissance. Cela confirmera votre propre confusion et votre propre besoin de la Connaissance, et vous rendra heureux d'être actuellement en train de vous préparer à recevoir la Connaissance elle-même.

Lors de vos pratiques de méditation approfondie, soyez attentif, soyez présent, et donnez-vous à la quiétude dans le sanctuaire de la Connaissance. Vous avez seulement à être attentif. Le jugement n'est pas nécessaire. Soyez attentif, et vous percerez ce qui est faux et vous recevrez ce qui est vrai. Car la véritable attention vous donnera toujours ce qui est vrai, et la fausse attention vous donnera toujours ce qui est faux.

Aujourd'hui vous renforcez cette faculté du mental, cette capacité d'être attentif. Vous la renforcez pour vous-même et pour le monde, qui a besoin d'être reconnu. Car le monde a besoin d'être aimé, et l'amour ne vient que par une véritable reconnaissance des choses.

PRATIQUE 338: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

339ème PAS

LA PRÉSENCE DE L'AMOUR EST AVEC MOI MAINTENANT.

La présence de l'amour est avec vous, en le feu de la Connaissance en vous. Comme la présence de vos Enseignants en est l'exemple, cette présence pénètre toutes choses dans le monde. C'est le contexte dans lequel le monde existe. Elle est tranquille ; ainsi elle demeure auprès de chaque chose. Pouvez-vous, vous qui percevez le monde, percevoir cette présence constante ? Pouvez-vous, vous qui agissez dans le monde, voir l'effet de cette présence dans le monde. Si cette présence n'était pas dans le monde, le monde se serait détruit depuis longtemps et il n'existerait aucun espoir pour votre salut. Il n'existerait aucun espoir pour une véritable communauté et pour tout ce dont les êtres humains sont capables dans leur vie temporaire ici. Aucune chose de véritable valeur n'émanerait, car l'obscurité de l'imagination et l'obscurité de la peur recouvriraient le monde en permanence, et tous vivraient dans une totale obscurité. Sans la présence de l'amour dans le monde, cela serait le cas. Votre vie ici serait scellée dans l'obscurité, et jamais vous ne seriez capable de vous évader.

C'est la raison pour laquelle votre vie dans le monde est temporaire. Elle ne pourrait pas être permanente, car vous êtes né de la lumière à laquelle vous retournerez. Comment pourriez-vous vivre en permanence dans l'obscurité alors que vous êtes né de la lumière à laquelle vous retournerez ? Vous avez été envoyé dans le monde pour apporter la lumière dans le monde, pas pour confirmer l'obscurité du monde. La volonté de Dieu est que vous ameniez la lumière dans le monde, pas que vous soyez banni dans l'obscurité du monde. Vous êtes ici pour apporter la lumière dans le monde.

Vous qui êtes un étudiant de la Connaissance apprenez à présent à recevoir pas à pas la lumière de la Connaissance et le feu de la Connaissance. À mesure que vous en ferez l'expérience en vous, vous verrez le feu de la Connaissance brûler dans le monde, car il est la présence de l'amour. Tel est Dieu dans le monde. Ce que Dieu fait dans le monde, Dieu le fera à travers vous, mais la présence de Dieu dans le monde active la Connaissance dans tous les esprits et appelle tous les esprits à se réveiller. Ceci démontre, confirme et renforce l'émergence de la Connaissance partout là où elle a lieu.

La présence de Dieu est permanente. Le monde lui-même est temporaire. L'univers physique est temporaire. La présence de Dieu est permanente. Pouvez-vous alors voir ce qui est grand et ce qui est petit ? Pouvez-vous alors voir ce qui donne et ce qui doit apprendre à recevoir ? Pouvez-vous alors réaliser l'importance de votre préparation ? Pouvez-vous alors réaliser l'importance de votre service dans le monde ?

À chaque heure soyez attentif et faites l'expérience de la présence de l'amour dans le monde. Si vous êtes attentif, vous en ferez l'expérience. Lors de vos pratiques de méditation profonde, faites l'expérience de la présence de l'amour en vous, laquelle est le feu de la Connaissance. Souvenez-vous en considérant ceci, dans votre monde et en vous-même, que de la quiétude de cette présence émanent toutes les œuvres pour le bien, toutes les idées importantes et la motivation de toute activité importante. C'est ce qui mène l'humanité et même la Grande Communauté des mondes vers la Connaissance et, avec la Connaissance, vers l'établissement d'une communauté unique.

PRATIQUE 339 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

340ème PAS

MA PRATIQUE EST MA CONTRIBUTION AU MONDE.

Vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. En tant qu'étudiant débutant, vous vous engagez complètement dans votre pratique. N' imaginez pas pour vous-même un grand rôle en tant que sauveur ou rédempteur dans le monde, car cela ne ferait que vous décourager, car vous n'êtes pas encore préparé à porter en avant ce qui est grand. Votre devoir consiste à suivre les pas tels qu'ils sont donnés. C'est ce qui est requis. Avec le temps, la grandeur croîtra en votre expérience, et vous ferez l'expérience de la grandeur dans le monde. Cependant, comme nous l'avons si souvent indiqué dans notre préparation jusqu'ici, la grandeur dont vous ferez l'expérience s'exprimera dans des choses simples et ordinaires. Par conséquent, n' imaginez pas des idées grandioses de vous-même en sauveur. Ne vous voyez pas crucifié dans le monde, car ces images sont issues de l'ignorance et vous ne saisissez pas leur véritable sens.

Suivez chaque pas, car chacun d'entre eux demandera votre attention complète et votre engagement total. En n'essayant pas d'ajouter ce qui n'est pas nécessaire à votre préparation, vous pourrez ainsi pleinement vous engager dans votre préparation. Ceci vous engagera totalement, et élèvera l'ensemble de vos capacités physiques et mentales et leur fournira un but et une direction uniformes. Votre pratique est votre don au monde. À partir de votre pratique, tous les dons que vous donnerez dans l'avenir pourront être donnés avec confiance, avec amour et avec certitude.

À chaque heure, rappelez-vous que votre pratique est votre don au monde. Si vous souhaitez vraiment servir le monde et si vous souhaitez vraiment illustrer dans le monde ce qui vous est le plus cher et ce que vous honorez en vous, donnez-vous alors à votre pratique et ne la négligez pas en ce jour. Lors de vos méditations approfondies donnez-vous à la pratique, car la pratique est un acte de don. Et vous, qui apprenez à présent à recevoir, vous vous donnez aussi pour apprendre à recevoir. Ainsi, vous apprenez également à donner. Si vous ne pouvez pas vous donner à la

pratique, vous ne serez pas capable de donner au monde, car donner au monde est également une forme de pratique. Souvenez-vous que tout ce que vous pouvez faire, c'est de pratiquer. Peu importe ce que vous faites, vous pratiquez quelque chose, vous affirmez quelque chose, vous confirmez quelque chose et vous étudiez quelque chose. Ceci étant compris, donnez-vous à votre véritable préparation, car tel est votre don à vous-même et au monde.

PRATIQUE 340 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

341ème PAS

JE SUIS HEUREUX CAR JE PEUX A PRÉSENT RECEVOIR.

Apprenez à recevoir et vous apprendrez à être heureux. Apprenez à donner et votre bonheur sera confirmé. Dit avec les mots les plus simples, c'est là ce que vous êtes en train d'entreprendre. Si vous ne rendez pas cela compliqué par vos idées et attentes, vous serez capable de voir la vérité toujours présente de ceci, et vous apprendrez exactement ce que cela signifie et ce que cela demandera. Souvenez-vous que la complexité est une dénégation de la simplicité de la vérité. La vérité avancera dans son activité chaque jour, pas à pas, de même que vous avancerez dans votre préparation chaque jour, pas à pas. A mesure que vous apprenez à devenir un étudiant de la Connaissance, vous apprenez à vivre la vérité. Cette simplicité vous est toujours présente, car la vérité est simple et évidente pour tous ceux qui recherchent la vérité et pour tous ceux qui portent un regard dénué du poids de la condamnation ou du jugement.

Souvenez-vous de votre pratique à chaque heure, et lors de vos méditations approfondies renforcez encore une fois votre capacité et votre désir pour la quiétude. Car si vous faites l'expérience d'un petit peu plus de quiétude chaque jour, elle croîtra encore et encore, remplira votre vie et émanera de votre vie telle une grande lumière, car vous êtes ici pour être une lumière dans le monde.

PRATIQUE 341: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

342ème PAS

JE SUIS UN ÉTUDIANT DE LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

Aujourd'hui vous êtes un étudiant de la Connaissance. Vous suivez votre préparation pas à pas. Vous apprenez à être déchargé du fardeau de votre propre jugement et de votre propre anxiété. Vous apprenez à être confirmé par la présence de la Connaissance en vous et par la présence de l'amour dans votre vie. Vous apprenez à vous honorer et vous apprenez à apprécier votre monde. Vous apprenez à reconnaître votre responsabilité et vous apprenez à reconnaître le besoin qu'a le monde que cette responsabilité soit assumée. Vous apprenez à être silencieux à l'intérieur et

à vous engager utilement à l'extérieur. Vous apprenez à recevoir. Vous apprenez à donner. Vous apprenez à reconnaître que votre vie est en train d'être sauvée.

Soyez un étudiant de la Connaissance aujourd'hui, et suivez les directives de ce jour aussi complètement et aussi explicitement que possible. Rappelez-vous à chaque heure que vous êtes un étudiant de la Connaissance et prenez un moment à chaque heure pour réfléchir à ce que cela signifie, en particulier dans vos circonstances actuelles dans lesquelles vous vous trouvez. Lors de vos séances approfondies de pratique, mettez activement votre mental à contribution pour réfléchir à ce qu'est un étudiant de la Connaissance. Rappelez-vous ce qui a été enseigné jusqu'ici.

Prenez conscience de ce qui est fortifié pas à pas, et de que vous êtes encouragé à abandonner. Vos deux séances de pratique sont des périodes d'engagement mental actif durant lesquelles vous considérez l'idée d'aujourd'hui et cherchez à percevoir son sens dans les conditions de votre vie. Quand vous pensez, pensez de manière constructive, car toute pensée doit être constructive. Quand penser n'est pas nécessaire, la Connaissance vous portera. Dans le monde vous devez avoir la Connaissance, et vous devez apprendre à penser de manière constructive car vous êtes un étudiant de la Connaissance. Aujourd'hui, soyez un étudiant de la Connaissance et vous honorerez ce qui vous guide, vous mène et vous bénit. Vous représenterez la Connaissance, car vous êtes un étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 342: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire*

343ème PAS

AUJOURD'HUI J'HONORERAI LA SOURCE DE MA PRÉPARATION.

Honorez la source de votre préparation en étant un étudiant de la Connaissance aujourd'hui. Souvenez-vous de cela à chaque heure et réfléchissez encore à ce que signifie être un étudiant de la Connaissance.

Essayez de vous rappeler tout ce qui vous a été donné et tout ce qui se trouve renforcé, et essayez de prendre conscience de manière objective de ce qui vous fait obstacle et qui vous retient en arrière. Renforcez votre foi. Renforcez votre participation. Exercez votre pouvoir de décision à cette fin, et souvenez-vous, en faisant cela, que vous honorez et représentez ce qui vous guide et ce que vous servez.

Lors de vos deux séances approfondies de pratique, employez activement votre mental à la considération du sens de l'idée d'aujourd'hui. Souvenez-vous que vous ne pouvez servir que ce à quoi vous accordez de la valeur. Si vous accordez de la valeur à la Connaissance, vous servirez la Connaissance. Si vous accordez de la valeur à l'ignorance et à l'obscurité, vous servirez cela. Ce à quoi vous accordez de la valeur est votre maître, et votre maître vous donnera ce que vous devez apprendre. Vous êtes un étudiant de la Connaissance. Vous êtes un étudiant de la

Connaissance parce que vous avez choisi que votre statut d'étudiant et le maître qui vous guide reflètent la Connaissance et la vérité dans le monde.

Ici, vous n'avez que deux choix, car vous ne pouvez que servir la

Connaissance ou bien ce qui essaie de se substituer à la Connaissance.

Puisque rien ne peut réellement se substituer à la Connaissance, le désir de servir ce qui se substitue à la Connaissance est le désir de ne rien servir, de ne rien être et de ne rien avoir. C'est ce que nous voulons dire lorsque nous parlons de pauvreté. C'est un état dans lequel on ne sert rien, dans lequel on n'est rien et dans lequel on n'a rien.

Aussi, honorez ce qui vous sert. Honorez ce qui reconnaît votre réalité, le sens et la valeur de votre présence dans le monde, et vous servirez quelque chose de réel, vous serez quelque chose de réel et vous aurez quelque chose de réel. C'est ainsi que vous qui apprenez à servir serez la personne qui apprend à recevoir.

PRATIQUE 343 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

344ème PAS

MA CONNAISSANCE EST LE DON QUE J'OFFRE AU MONDE.

La Connaissance est votre don au monde, mais vous devez au préalable devenir un véhicule afin que celle-ci puisse s'exprimer. Vous devez l'accepter, la recevoir, apprendre d'elle et donner ce qu'elle vous donne à donner. Vous devez vous ouvrir, de sorte qu'elle puisse naturellement briller sur le monde à travers vous. Tout découlera de votre Connaissance – toutes les activités significatives, toutes les contributions importantes, toutes les pensées importantes, toutes les expressions importantes de l'émotion et toute la motivation pour rassurer, pour reconforter, pour aimer, pour guérir, pour rejoindre et pour libérer les autres. Cela signifie simplement que votre véritable vous s'exprime enfin. Tel est votre don au monde.

À chaque heure, rappelez-vous cela et sentez le feu de la Connaissance brûler en vous. Ressentez-vous comme un véhicule qui porte la Connaissance dans le monde. Soyez heureux que vous n'ayez pas à vous tourmenter en essayant d'arriver à comprendre comment vous donnerez la Connaissance, comment la Connaissance se donnera et quel sera le résultat de tout cela. Vous suivez simplement les pas. Comme vous l'avez vu jusque-là, les pas requièrent que vous développiez vos capacités mentales et que vous les appliquiez de façon appropriée. Ils demandent que vous soyez mentalement présent. Ils demandent que vous équilibriez et harmonisiez votre vie. Même parvenu à ce point de votre préparation, vous réaliserez que vous savez beaucoup de choses concernant votre vie que vous n'avez pas encore acceptées ou mises en œuvre. La Connaissance a été avec vous tout le temps et même maintenant dans votre préparation débutante, à mesure que vous avancez avec les autres qui avancent avec vous, le pouvoir

et l'efficacité de la Connaissance vous deviennent toujours plus réels. Tel est votre don au monde.

Lors de vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, dans la quiétude et la réceptivité, exercez-vous à recevoir le pouvoir de la Connaissance de sorte qu'il puisse croître en vous et que vous puissiez en acquérir une expérience de plus en plus grande à mesure que vous vous aventurerez au dehors dans le monde. Ces longues séances de pratique sont tellement vitales à votre préparation, car elles augmentent votre capacité, elles augmentent votre compréhension, elles augmentent votre expérience et elles vous rendent toujours plus accessible l'expérience de la Connaissance lorsque vous êtes dans le monde. Car votre Connaissance est votre don au monde, et votre Connaissance est votre don à vous-même.

PRATIQUE 344: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

345ème PAS

MA CONNAISSANCE EST MON DON À MA FAMILLE SPIRITUELLE.

Votre Connaissance est votre don à votre Famille Spirituelle, car vous êtes venu dans le monde non seulement pour votre propre avancement et pour celui du monde, mais aussi pour celui de votre Famille Spirituelle.

Votre groupe d'apprentissage spécifique requiert que vous avanciez afin qu'il puisse lui-même avancer, car il recherche également une plus grande union. Au cours du temps, vous avez cultivé la gamme de vos relations et votre capacité à vous y engager. Toutes vos réussites jusqu'à ce jour, sont reflétées dans l'expression et l'évidence de votre Famille Spirituelle.

Le retour à Dieu est le retour à l'inclusion dans la relation. Cela dépasse votre capacité de compréhension et certainement vos idées et votre idéalisme. Cela peut seulement être expérimenté. Cela doit être expérimenté, et à travers cette expérience, vous comprendrez que vous êtes venu ici non seulement pour votre propre rédemption, non seulement pour servir le monde, mais aussi pour servir ceux qui vous ont envoyé. En cela, votre rôle devient encore plus important. En cela, votre préparation devient encore plus importante. Si vous réfléchissez à cela, vous saurez que c'est vrai.

Aujourd'hui, à chaque heure, réfléchissez à cette idée et souvenez-vous de votre Famille Spirituelle, dont vous apprenez à présent à vous souvenir. Lors de vos deux pratiques de méditation approfondie, entrez de nouveau dans votre sanctuaire de la Connaissance et essayez de faire l'expérience de la présence de votre Famille Spirituelle. Si votre mental est silencieux, vous réaliserez qu'ils sont avec vous en ce moment. Comment pourraient-ils être séparés de vous qui ne pouvez pas être séparé d'eux, et alors que vous êtes dans le monde, ils sont avec vous en ce moment.

PRATIQUE 345: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

346ème PAS

JE SUIS DANS LE MONDE POUR TRAVAILLER.

Vous êtes dans le monde pour travailler. Travailler est ce que vous voulez faire. Travailler est ce pour quoi vous êtes venu. Mais quel est ce travail dont nous parlons ? S'agit-il de votre emploi actuel, auquel vous vous opposez et avec lequel vous avez des difficultés ? S'agit-il des nombreuses tâches que vous considérez comme vôtres et que vous vous assignez ? Votre véritable travail peut être exprimé dans n'importe laquelle de ces activités, mais il est véritablement plus grand. Ce sera pour vous un bonheur et un accomplissement de mener à bien chaque étape de votre véritable travail.

Votre véritable travail dans le monde consiste à découvrir votre Connaissance et à permettre son expression à travers vous. Votre véritable travail dans le monde consiste à répondre à votre appel spécifique qui vous engage avec certaines personnes de certaines façons, de sorte que vous puissiez accomplir votre destinée individuelle dans le monde.

Tel est votre travail. Ne pensez pas que vous pouvez comprendre à cet instant ce qu'est ce travail, et n'essayez pas de lui donner une définition au-delà de ce que nous vous avons donné. C'est normal de ne pas savoir complètement ce que cela signifie. C'est normal de ressentir le mystère de votre vie sans essayer de lui attribuer de forme.

Vous êtes dans le monde pour travailler. Aussi, appliquez-vous de sorte que votre application puisse vous révéler la source de votre but, de votre sens et de votre direction. C'est par votre travail et vos activités importantes que vous ferez l'expérience de votre valeur – la valeur de votre vie individuelle et la promesse de votre véritable destinée. Votre travail véritable vous garantit toutes les choses de valeur et vous fournit une échappatoire à tout ce qui vous dissimule et vous rend impuissant et misérable.

Rappelez-vous l'idée d'aujourd'hui à chaque heure. Lors de vos deux pratiques approfondies, une fois encore, appliquez activement votre mental à la considération de l'idée d'aujourd'hui. Réfléchissez à la manière dont vous percevez votre travail et à toutes les choses qui s'y associent. Revoyez la manière dont vous avez réagi au travail par le passé – votre désir de travailler, votre ambivalence vis-à-vis du travail et votre résistance à travailler. Prenez conscience que tout désir de fuir le travail s'est révélé être un désir de découvrir la Connaissance. Réalisez que la Connaissance vous engagera dans le travail avec un nouveau but, un nouveau sens et une nouvelle direction. Examinez vos pensées. Vous devez comprendre vos pensées, car elles influencent encore très efficacement votre perception et votre compréhension. Lorsque vous deviendrez objectif envers votre propre mental, vous serez capable de permettre à la Connaissance de rayonner sur lui, et vous serez capable d'user du pouvoir de décision pour vous préparer

et pour travailler avec le contenu de votre mental. Ceci est efficace au niveau de participation qui est le vôtre, car il ne vous appartient pas de déterminer le but, le sens et la direction de la Connaissance, mais de devenir le réceptacle de la Connaissance, de faire l'expérience de la Connaissance et de permettre à la Connaissance de s'exprimer à travers vous.

Aussi, lors de vos deux longues séances de pratique, appliquez activement votre mental. Concentrez-vous sur cette seule idée. Prenez conscience de toutes les pensées et de tous les sentiments qui y sont associés. Dans la dernière partie de chaque longue séance de pratique, permettez à toute pensée de vous quitter. Entrez à nouveau dans la quiétude et la réceptivité afin que puissiez savoir. La Connaissance ne demande pas que vous pensiez lorsque vous faites l'expérience de la Connaissance elle-même, car toute pensée est un substitut à la Connaissance. La Connaissance dirigera cependant toutes vos pensées au service d'un but supérieur.

PRATIQUE 346: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

347ème PAS

JE PERMETS À MA VIE DE SE DÉVELOPPER AUJOURD'HUI.

Permettez à votre vie de se développer aujourd'hui. Sans votre propre désorientation intérieure, sans l'obscurité de votre propre imagination et sans votre propre confusion et vos propres conflits, vous pouvez être le témoin du développement de votre vie. Ce jour représente un pas dans le développement de votre vie, dans l'émergence de votre Connaissance, dans la culture de votre véritable compréhension et dans l'expression de vos vrais accomplissements. Soyez attentif en cette journée et apprenez à observer avec objectivité votre vie extérieure et votre vie intérieure. De cette manière, vous pouvez faire l'expérience de ce qui est vraiment là, et vous aimerez ce qui est vraiment là, car ce qui est vraiment là est vrai et reflète l'amour même.

À chaque heure, rappelez-vous d'observer votre vie se développer. Lors de vos pratiques de méditation profonde, dans la quiétude et dans la réceptivité, observez votre vie intérieure se développer. Observez votre vie extérieure et votre vie intérieure se développer ensemble, comme elles le doivent. Ici, vous ressentirez le mouvement de votre vie. Ici, vous saurez que votre vie est guidée et dirigée. Ici, vous saurez que tout ce à quoi vous accordez de la valeur, tout ce qui vous tient le plus à cœur et tout ce que nous avons indiqué dans notre préparation jusque-là prennent naissance. Ici, vous permettez à certaines choses de se dissiper et à certaines choses d'émerger. Ici, vous gouvernez la partie de votre vie qu'il vous revient de gouverner : votre pensée et votre comportement. Ici, vous permettez à cette partie de votre vie que vous ne pouvez pas gouverner : votre but, votre sens et votre direction, d'émerger et de s'exprimer naturellement. Ici, vous êtes le témoin de votre vie qui en ce jour émerge et se développe.

PRATIQUE 347: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

348ème PAS

AUJOURD'HUI JE SERAI LE TÉMOIN DU DÉVELOPPEMENT DU MONDE.

Sans vos spéculations effrayées, sans vos réactions anxieuses aux apparences effrayantes et sans vos ambitions et dénis, vous pourrez voir le monde se développer aujourd'hui. Vos yeux verront cela, vos oreilles l'entendront, votre peau le sentira et vous le ressentirez avec l'intégralité de votre être physique et mental. Vous le saurez parce que votre être sait, tandis que votre mental pense et que votre corps agit. C'est ainsi que le pouvoir de la Connaissance est le pouvoir de l'être, dont vous faites partie.

C'est avec ce pouvoir que vous pouvez observer le monde se développer, car le monde possède un être, un mental et un corps. Son être sait, son mental pense et son corps agit. La nature est son corps. Votre pensée collective est son mental. La Connaissance est son être.

Ainsi, à mesure que vous commencerez à prendre conscience de la Connaissance dans votre vie, vous prendrez conscience de la Connaissance dans le monde. De même que vous voyez la Connaissance nettoyer et purifier votre mental, vous verrez la Connaissance nettoyer et purifier tous les mentaux dans votre monde. De même que vous voyez la Connaissance vous guider dans un mode d'action efficace, vous verrez la Connaissance dans le monde guider les autres dans un mode d'action efficace. Ainsi, de même que vous apprenez à éprouver de la compassion envers vous-même, vous apprendrez à éprouver de la compassion envers le monde. De même que vous êtes le témoin du développement de votre vie, vous serez le témoin du développement du monde.

Aujourd'hui à chaque heure, répétez cette idée et témoignez du développement du monde. Lors de vos deux longues séances de pratique aujourd'hui, les yeux ouverts, contemplez le monde autour de vous. Passez ces moments, seul, à contempler le monde autour de vous. Regardez sans jugement. Ressentez le monde se développer. Vous n'avez pas besoin d'essayer de le ressentir. Vous le ressentirez parce que c'est naturel. Sans obstruction ni intervention de votre part, cette expérience vous sera toujours présente et disponible. Ressentez le monde se développer, car ceci confirmera tout ce que vous apprenez à présent, et tout ce que vous apprenez à présent servira le monde dans son développement.

PRATIQUE 348 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

349ème PAS

JE SUIS HEUREUX DE POUVOIR ENFIN SERVIR LA VÉRITÉ.

C'est votre plus grande joie, votre plus grand bonheur et votre plus grande satisfaction que de pouvoir enfin servir la vérité. Votre passé a été frustré et maussade car vous avez essayé de servir des choses qui ne possèdent ni fondement, ni sens. Vous avez essayé de vous identifier à des choses qui ne possèdent ni but, ni direction. Ceci vous a donné le sentiment d'être dénué de but, de sens et de direction. Réjouissez-vous de pouvoir à présent représenter la vérité et servir la vérité, car la vérité vous donne tout ce qui est vrai. Elle vous donne un but, un sens et une direction, qui sont ce que vous avez recherché dans tous vos engagements, dans toutes vos relations, dans toutes vos activités et dans tous vos efforts. C'est là ce que vous avez recherché dans tous vos fantasmes, dans toutes vos préoccupations et dans tous vos espoirs.

Tout ce que vous avez vraiment désiré vous est à présent donné. Apprenez maintenant à recevoir ce que vous avez vraiment désiré, et vous prendrez conscience de ce qui est vrai. Vous prendrez conscience également ce que vous avez toujours vraiment désiré. Cela permet à la vérité de devenir simple et évidente. Cela permet à votre propre nature individuelle de devenir simple et évidente, car dans la simplicité tout est su. Dans la complexité tout se trouve dissimulé. Seul ce qui est mécanique dans le monde peut être complexe, cependant son essence est simple et peut être expérimenté de façon directe. C'est seulement en contrôlant ce qui est mécanique dans la vie, ce que vous devez faire jusqu'à un certain point, que surgissent les complexités, mais même ces complexités sont simples à résoudre pas à pas. Votre approche de la vie doit donc être simple, que vous ayez affaire à la simplicité ou à la complexité. La complexité dont nous parlons ici, qui est une forme de déni, représente la complexité de votre propre pensée et la confusion dans votre propre approche.

Soyez alors heureux que vous puissiez servir ce qui est vrai, car cela simplifiera toutes choses et vous permettra de traiter la complexité de ce qui est mécanique d'une manière directe et efficace. Soyez ainsi heureux que votre vie possède un but, un sens et une direction, car vous servez ce qui a un but, un sens et une direction. Souvenez-vous de cela à chaque heure, et lors de vos deux pratiques approfondies, entrez de nouveau dans la quiétude avec une grande réceptivité et une grande dévotion. Souvenez-vous que vous vous donnez ici, que la pratique est don, que vous êtes en train d'apprendre à donner et que vous êtes en train d'apprendre à servir. Vous donnez ce qui est vrai et vous servez ce qui est vrai, et c'est ainsi que vous faites l'expérience de ce qui est vrai et que vous recevez ce qui est vrai. Par conséquent, aujourd'hui est un jour de bonheur parce que vous servez ce qui est vrai.

PRATIQUE 349 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

350ème PAS

RÉVISION

Une fois encore, révisez les deux semaines passées de votre apprentissage, en lisant chaque leçon et en revoyant chaque jour de pratique. Une fois encore, développez votre capacité à être objectif. Une fois encore, prenez conscience du mouvement global de votre vie – les lents mais très importants et très substantiels changements qui se produisent dans vos valeurs, dans vos engagements avec les autres, dans vos activités et, le plus important, dans votre perception de vous-même toute entière.

Gardez à l'esprit que tout changement important est graduel et qu'il suit souvent son cours sans être remarqué jusqu'à ce que ses résultats deviennent évidents. Réalisez qu'un changement mineur ou insignifiant est souvent associé à un grand bouleversement émotionnel où les gens pensent qu'il s'est passé quelque chose d'extraordinaire. Le grand changement est plus profond et change tout. Un petit changement marginal affecte votre point de vue de façon immédiate, mais son effet global ne dure pas tant que ça. La seule exception à cela est lorsque vos Enseignants interviennent dans votre sphère personnelle pour manifester leur présence ou pour délivrer un message d'une grande force et dont vous avez absolument besoin à cet instant. Ces interventions sont rares mais peuvent se produire à l'occasion, quand cela est nécessaire pour vous.

Ainsi, voyez le mouvement global de votre vie. Voyez votre vie se développer. Ceci vous prépare pour l'avenir, car ce programme vous prépare pour l'avenir. Tout ce qui est enseigné ici, vous devez l'utiliser et le renforcer, et vous devez pratiquer à la fois dans le cadre de cette préparation et bien au-delà de celui. Lors de vos longues séances de pratique aujourd'hui, faites-vous le sage observateur de votre propre développement. Prenez conscience de là où votre pratique a besoin d'être renforcée. Réalisez que ceci émane de votre Connaissance. Suivez cela au mieux de votre capacité alors que nous approchons maintenant des leçons finales à ce niveau des Pas vers la Connaissance.

PRATIQUE 350: *Une longue séance de pratique.*

LEÇONS FINALES

Vous êtes sur le point de commencer les derniers pas dans notre préparation. Ce ne sont pas les derniers pas de votre approche globale de la Connaissance, ou de votre utilisation et de votre expérience de la Connaissance. Cependant, ce sont les derniers pas à ce grand niveau de développement dans lequel vous êtes à présent engagé. Aussi, donnez-vous à la prochaine section de pratique avec un désir et une intensité accrus.

Permettez à la Connaissance de vous diriger dans votre participation. Permettez-vous d'être aussi puissant, aussi fort et aussi engagé. Ne pensez pas à votre passé, mais prenez conscience de la réalité de la Connaissance dans l'instant et de sa grande promesse pour l'avenir. Vous êtes honoré, vous qui honorez la source de votre préparation. Vous êtes honoré en ce jour alors que vous débutez les derniers pas de ce niveau essentiel de votre développement.

351ème PAS

JE SERS UN BUT SUPÉRIEUR, DONT JE COMMENCE À PRÉSENT À FAIRE L'EXPÉRIENCE.

Répétez cette idée à chaque heure et ne l'oubliez pas. À mesure que vous renforcerez cette compréhension, elle deviendra de plus en plus réelle et évidente pour vous. À mesure qu'elle deviendra plus réelle, toutes les autres idées et notions qui rivalisent avec elle s'évanouiront, car cette grande vérité a de la substance. Tout ce qui prétend être la vérité et qui s'oppose à elle s'évanouira par leur manque de substance. Ce qui est vrai existe que vous le vouliez ou non, que vous y croyiez ou non et que vous y adhériez ou non. C'est ce qui le rend vrai.

Vous avez pensé par le passé que tout existe par le simple fait de votre vouloir. Ceci n'est vrai que dans le royaume de l'imagination, un royaume duquel vous apprenez actuellement à vous échapper. Et même dans le royaume de l'imagination, vous apprenez à accorder de la valeur à ce qui est le plus proche de la vérité afin de pouvoir vous échapper du royaume de l'imagination. Car le royaume de l'imagination n'est pas le royaume de la Création. Ce qui crée, crée à partir de la Connaissance. C'est une Création qui est permanente, qui a un sens et possède un vrai pouvoir et une véritable valeur, même dans le monde. Ce n'est pas le royaume de l'imagination.

Lors de vos séances approfondies de pratique, entrez dans la quiétude. Venez avec une grande vénération à ce que vous tentez de faire. Rappelez-vous l'importance de ces périodes de quiétude. Rappelez-vous que ce sont des instants d'adoration, des instants de véritable consécration, des instants où vous vous ouvrez et des instants où la Connaissance s'ouvre. Permettez à ce jour d'être un jour de plus grande compréhension. Permettez à ce jour être un jour d'une plus grande dévotion, car vous êtes aujourd'hui un véritable étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 351 : Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

352ème PAS

JE SUIS UN VÉRITABLE ÉTUDIANT DE LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

Affirmez cela à chaque heure, et lors de vos deux pratiques de méditation, entrez dans vos périodes de silence avec une grande révérence et une grande dévotion. Ce sont vos temps d'adoration. Vous allez vraiment à l'église à présent – non pas par obligation, non pas par peur ou par inquiétude, et non pas par un sentiment de devoir envers un Dieu qui n'est pas aimant, mais poussé par un sentiment de grande joie et par un désir de vous donner à ce qui se donne à vous. Soyez un véritable étudiant de la Connaissance. Souvenez-vous de tout ce qui vous a été dit jusqu'ici, et utilisez-le chaque heure qui passe. Engagez-vous dans la

pratique de manière significative, à la fois en vous et à l'extérieur de vous. Fortifiez ce jour. Donnez ce jour à la Connaissance comme la Connaissance vous donne ce jour afin que vous puissiez apprendre de la présence de la Connaissance dans votre vie.

La Connaissance est le don que vous fait Dieu, car la Connaissance est l'extension de Dieu vers vous. Ainsi, la Connaissance sera Dieu pour vous mais exprimera une grandeur qui va au-delà d'elle, car la Connaissance est ici pour vous permettre d'entrer en relation avec vous-même, avec les autres et avec la vie d'une manière qui ait un sens. Grâce à cela, vous serez capable de rétablir vos relations et ainsi de vous acheminer vers votre Véritable Demeure en Dieu.

PRATIQUE 352: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

353ème PAS

MA VÉRITABLE DEMEURE EST EN DIEU.

Votre véritable Demeure est en Dieu. Votre Véritable Demeure est. Votre Demeure est vraie. Vous êtes vrai. Vous êtes chez vous en ce moment-même, alors que vous êtes dans le monde, et bien que le monde ne soit pas votre Véritable Demeure. Parce que vous êtes chez vous en étant dans le monde et parce que vous êtes avec la Connaissance, vous pouvez donner au monde et lui fournir exactement ce dont il a besoin, et vous voudrez donner ce sentiment de chez-soi au monde, un monde qui se sent sans foyer et perdu.

À chaque heure, répétez cette idée et observez les gens dans le monde et voyez combien ils semblent sans foyer. Souvenez-vous à quel point ils sont vraiment chez eux sans en avoir conscience. Comme vous-même, ils sont endormis chez eux. Vous apprenez à présent à sortir de votre sommeil, et à réaliser que vous êtes toujours chez vous, parce que votre Famille Spirituelle est avec vous, que la Connaissance est avec vous et que vos Enseignants sont avec vous.

C'est ainsi que vous êtes chez vous en Dieu, quand bien même vous paraissez loin de votre Véritable Demeure actuellement. Vous avez amené avec vous votre Véritable Demeure. Comment pouvez-vous être là où Dieu n'est pas si Dieu est partout ? Comment pouvez-vous ne pas être avec vos Enseignants s'ils vous accompagnent ? Comment pouvez-vous ne pas être avec votre Famille Spirituelle si votre Famille Spirituelle est toujours présente ? Cela peut paraître contradictoire que vous puissiez vous trouver loin de votre Véritable Demeure et être cependant chez vous, mais vous ne paraissez être loin de votre Demeure que lorsque vous regardez le monde en vous identifiant avec le monde que vous voyez. Cependant, en vous, vous portez la Connaissance qui est un rappel que vous êtes vraiment chez vous et que vous êtes dans le monde pour étendre votre Véritable Demeure jusque dans le monde. Car votre Véritable Demeure souhaite se donner au

monde, de sorte que le monde puisse trouver son chemin pour retourner à la Demeure.

À chaque heure souvenez-vous de cela, et lors de vos deux méditations profondes rentrez chez vous en la

Connaissance. Rentrez chez vous dans le sanctuaire de votre temple intérieur. Ici, vous faites l'expérience de votre Véritable Demeure et celle-ci vous devient plus réelle. À mesure qu'elle vous deviendra plus réelle, elle demeurera de plus en plus avec vous dans votre expérience. Vous devez faire l'expérience de votre Véritable Demeure pendant que vous êtes dans le monde.

PRATIQUE 353: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

354ème PAS

JE DOIS FAIRE L'EXPÉRIENCE DE MA VÉRITABLE DEMEURE PENDANT QUE JE SUIS DANS LE MONDE.

Dans votre Véritable Demeure vous êtes heureux, vous êtes inclus, vous êtes complet, vous êtes en relation, vous participez entièrement, vous êtes essentiel et vous avez du sens. Votre Véritable Demeure vous est incompréhensible lorsque vous êtes dans le monde. En fait, votre véritable Demeure vous sera incompréhensible jusqu'à ce que vous soyez complètement arrivé à votre Véritable Demeure, jusqu'à ce que votre Famille Spirituelle ait rejoint toutes les autres Familles Spirituelles et jusqu'à ce que l'union soit complète dans l'univers.

Cependant, même si votre Véritable Demeure est incompréhensible, ne pensez pas qu'elle soit hors de votre portée. Il vous est donné aujourd'hui de faire l'expérience de votre véritable Demeure, car vous portez la Connaissance en vous. Votre seule limitation ici est votre capacité à faire l'expérience de la Connaissance et à l'exprimer. Cependant, à mesure que vous faites chaque pas et que vous recevez chaque pas dans votre préparation, votre capacité à faire l'expérience de la relation et de la communication grandit. À mesure que vous cherchez de plus en plus à vous libérer de votre propre imagination et de votre propre pensée isolée, vous faites l'expérience de votre inclusion dans la vie à un degré toujours plus élevé. Ainsi, votre évolution peut être évaluée par votre capacité croissante à faire l'expérience de la relation et de la communication, et par votre capacité croissante à faire l'expérience de la Connaissance et à l'exprimer. Ainsi, vous êtes chez vous alors que vous êtes dans le monde, car votre Véritable Demeure se développe en vous dans votre propre expérience. Le feu de la Connaissance s'accroît en puissance et son insatiable bienveillance devient toujours plus évidente à mesure que votre mental devient libre, entier et focalisé.

À chaque heure, rappelez-vous cela et lors de vos séances approfondies de pratique, retournez à votre Véritable Demeure. Vous êtes chez vous dans le monde. Aussi, vous pouvez être en paix dans le monde.

PRATIQUE 354: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

355ème PAS

JE PEUX ÊTRE EN PAIX DANS LE MONDE.

Il est possible d'être en paix dans le monde, car vous avez amené la source de la paix avec vous. Vous pouvez être en paix dans le monde même si le monde est un lieu d'engagement actif, un lieu de difficultés, un lieu de défis et un lieu de réalisations nécessaires, à cause de la paix que vous portez en vous, et à cause du feu de la Connaissance. De la Connaissance émergent toute pensée et toute activité significatives – toute véritable inspiration, toutes les idées importantes et toutes les grandes expressions. Cependant, la Connaissance est plus grande que ses expressions, car elle est une lumière dans le monde.

Vous êtes en paix dans le monde parce que vous êtes avec la lumière du monde, même si vous êtes engagé dans le monde parce que vous êtes venu ici pour travailler. C'est seulement en participant et en suivant chaque pas que vous pourrez réaliser qu'il n'existe aucune contradiction entre la paix et le travail. Il n'existe aucune séparation entre la quiétude et l'activité. Vous devez faire pleinement l'expérience de cela, car c'est une expérience intégrale, et votre capacité pour cette expérience doit être développée de plus en plus. Votre compréhension et votre entendement doivent se développer continuellement. Votre engagement avec la vie doit devenir de plus en plus harmonieux et uniforme. Votre discernement à l'égard des relations doit être accru et réellement appliqué. Toutes les qualités associées à la culture de la Connaissance doivent également être développées. Cela vous permettra d'être en paix dans le monde, car vous étiez destiné à être en paix dans le monde. La paix dans le monde est une expression de votre Véritable Demeure dans le monde, et en cela vous vous trouverez.

PRATIQUE 355: *Lisez la leçon trois fois aujourd'hui.*

356ème PAS

JE TROUVERAI MON SOI AUJOURD'HUI.

Votre Soi dépasse votre capacité actuelle à en faire l'expérience. Vous pouvez cependant trouver votre Soi et en faire l'expérience dans le champ de votre capacité actuelle. Souvenez-vous qu'il s'agit de votre grand désir. Souvenez-vous de cela à chaque heure. Souvenez-vous que vous voulez trouver votre Soi, car sans votre Soi, vous êtes perdu dans votre propre pensée et dans la pensée erratique du monde. Sans votre Soi, vous vous sentirez aussi temporaire et aussi changeant que

le monde. Sans votre Soi, vous vous sentirez aussi menacé et aussi menaçant que le monde. Par conséquent, votre véritable désir est de rétablir votre Soi, et avec votre Soi toutes les qualités intrinsèques à votre Soi qui sont issues de votre seule et unique Véritable Source, qui sont exprimées par votre Connaissance et qui vivent dans votre Ancienne Demeure.

Aujourd'hui lors de vos séances approfondies de pratique, venez de nouveau à la Connaissance. Venez vous donner. Venez prier. Venez avec dévotion et révérence, afin que vous puissiez accroître votre capacité à faire l'expérience de vous-même, à la fois lorsque vous pratiquez la méditation et lorsque vous êtes dans le monde. Vous êtes venu dans le monde pour rétablir votre Connaissance et pour permettre à votre Connaissance de s'exprimer. Vous exprimerez alors votre Soi, car vous êtes dans le monde pour exprimer votre Soi.

PRATIQUE 356: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

357ème PAS

JE SUIS DANS LE MONDE POUR EXPRIMER MON SOI.

Tout ce que vous avez jamais dit et tout ce que vous avez jamais fait a été une tentative d'exprimer votre Soi. Votre dilemme dans le passé vient du fait que vous avez tenté d'exprimer un soi qui n'est pas votre Soi. Ce soi temporaire, ce soi personnel, a été utilisé comme substitut à votre Véritable Soi, alors qu'il est seulement destiné à servir d'intermédiaire entre votre Véritable Soi et le monde. Parce qu'il a été utilisé comme substitut, sa propre confusion intrinsèque et son manque de fondement ont rendu impossibles votre communication et votre expression. C'est ainsi que vous n'avez pas trouvé la source de votre expression, ou le meilleur véhicule pour votre expression.

Il est évident, dans toutes vos activités passées, que votre Véritable Soi désire s'exprimer, si vous voulez bien les comprendre avec objectivité. Tout ce que vous avez jamais communiqué à quelqu'un d'autre contient une graine d'expression vraie. Tout ce que vous avez jamais fait ou essayé de démontrer contient la graine d'une véritable démonstration et expression. Il vous suffit de purifier votre expression pour qu'elle soit complète et représente vraiment votre nature, et qu'elle vous soit ainsi réellement satisfaisante.

Parce que vous êtes ici pour exprimer votre Soi, vous devez aussi apprendre comment exprimer votre Soi, de quelle manière votre expression vraie affectera les autres et comment cet effet peut être utilisé d'une façon appropriée à votre bien-être et également à leur bien-être. Ici, vous apprenez ce que vous souhaitez exprimer et comment l'exprimer. Et vous apprenez aussi à prendre conscience de son impact sur le monde. Cela exige que vous cultiviez la Connaissance en vous, que vous cultiviez vos capacités personnelles et que votre être personnel soit transformé de l'état de

substitut de la Connaissance à l'état d'intermédiaire de la Connaissance. En qualité d'intermédiaire, votre être personnel doit être développé et activé correctement. Celui-ci sert ici un Soi Supérieur en vous, tout comme votre Soi Supérieur sert le Soi Supérieur de l'univers. Tout trouve ici sa juste place et son expression uniforme.

Rappelez-vous à chaque heure que vous désirez exprimer votre Soi, et lors de vos expériences de méditation profondes, où vous entrez dans la quiétude et dans la dévotion, laissez votre Véritable Soi s'exprimer à vous. Au-delà des mots et au-delà des actions, votre Véritable Soi s'exprimera et vous connaîtrez son expression. Vous saurez que vous désirez recevoir son expression et étendre son expression dans le monde. Le monde est l'endroit où vous êtes venu exprimer votre Soi, parce que le monde est l'endroit où vous désirez être chez vous.

PRATIQUE 357: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

358ème PAS

JE DÉSIRES ÊTRE CHEZ MOI DANS LE MONDE.

Vous désirez être chez vous dans le monde. Vous n'êtes pas venu ici pour fuir le monde. Vous êtes venu ici pour être chez vous dans le monde. Comprendre cela vous permettra d'accorder de la valeur à votre contribution et de vous engager complètement dans son expression. Fuir le monde sans contribuer au monde ne fera qu'aggraver votre dilemme, et vous retournerez vers votre Famille Spirituelle avec vos cadeaux sans qu'ils aient été ouverts ni remis. Vous réaliserez alors que vous devez revenir parce que le travail que vous aviez l'intention d'accomplir dans le monde n'a pas été accompli.

Soyez donc heureux d'être actuellement dans le monde, et de ne pas avoir à attendre pour y revenir. Vous êtes déjà là. Vous avez progressé jusque-là. Vous êtes en parfaite position d'accomplir votre destinée ici. Vous avez amené avec vous votre Ancienne Demeure – dans la graine et dans la lumière de votre Connaissance, qui à présent croît, émerge et se développe.

Le monde n'est pas votre Demeure, mais vous êtes destiné à être chez vous dans le monde. A chaque heure, réfléchissez-y et réalisez à quel point vous désirez être chez vous dans le monde. Réalisez à quel point vous ne désirez pas condamner le monde, ou simplement vous échapper du monde. Quand vous serez chez vous dans le monde, vous serez capable de vous mouvoir au-delà du monde pour servir d'une manière supérieure et pour faire l'expérience d'une réalité supérieure à ce que le monde peut vous présenter. Mais vous ne partirez pas avec regret, colère ou déception. Vous partirez avec bonheur et satisfaction. C'est ainsi que votre expérience ici sera achevée. C'est ainsi que le monde sera béni et que vous serez béni, vous qui vous êtes béni vous-même et avez béni le monde alors que vous étiez dans le monde.

Lors de vos pratiques de méditation profonde, permettez-vous de considérer sérieusement ce qu'être chez soi signifie pour vous. De nouveau, ceci est une pratique d'engagement actif de votre mental. Utilisez votre mental pour considérer les choses importantes qui sont en train de vous être données à présent. Il vous faudra examiner toutes les pensées que vous entretenez en rapport avec l'idée d'aujourd'hui pour comprendre la manière dont vous approchez l'idée d'aujourd'hui et vos réactions à son sujet. Le pouvoir de décision vous appartient, mais vous devez comprendre le contenu actuel de votre mental. Ce faisant, vous serez capable de prendre une décision adéquate et sage en votre faveur, dans le champ de votre responsabilité. Vous êtes destiné à être chez vous dans le monde. Amenez votre Demeure avec vous, de sorte que les autres puissent se sentir chez eux dans le monde. Ainsi, le monde est béni parce qu'il n'est plus un lieu séparé. Ne fuyez pas le monde aujourd'hui, mais soyez présent pour servir le monde.

PRATIQUE 358 : *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

359ème PAS

JE SUIS PRÉSENT POUR SERVIR LE MONDE.

Soyez présent pour servir le monde, et la présence qui sert le monde parlera à travers vous. Soyez présent pour servir le monde, et vous serez présent à cette présence. Vous serez engagé dans chaque activité, et chaque activité sera importante et significative. Vous ne chercherez alors pas à fuir votre expérience, vous ne chercherez pas à fuir le monde et vous ne chercherez pas un endroit sombre où vous cacher, car vous réaliserez que la lumière de la Connaissance est totalement bienfaisante. Vous désirerez vous y baigner de plus en plus et l'exprimer de plus en plus dans le monde. Tel est votre devoir ici et tel est votre grand amour.

À chaque heure, rappelez-vous que vous désirez être présent pour servir le monde. Rappelez-vous aussi que vous désirez être présent pour que le monde vous serve. Rappelez-vous que vous devez apprendre comment recevoir et comment donner, et c'est pourquoi vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance. Ne vous alourdissez pas d'attentes vous concernant au-delà de ce qui est indiqué dans votre programme de préparation. Vos Enseignants reconnaissent votre niveau actuel et ils reconnaissent votre étape actuelle. Ils ne sous-estiment pas votre pouvoir, mais ils ne surestiment pas non plus vos capacités actuelles. C'est la raison pour laquelle vous aurez besoin d'eux pour avancer avec certitude, honnêteté et fiabilité.

Lors de vos pratiques approfondies, soyez présent pour vous donner à votre pratique dans la quiétude. Souvenez-vous encore que toute pratique est un don. Vous vous donnez de sorte que votre Véritable Soi puisse vous être donné. Ici, vous amenez ce qui est petit à ce qui est grand et ce qui est grand vient à ce qui est petit. Ici, vous réalisez que vous

aussi êtes grand, et que le petit est destiné à exprimer la grandeur dont vous faites partie. Le monde réclame désespérément que cette grandeur soit révélée, vous devez cependant apprendre comment révéler la grandeur dans le monde.

PRATIQUE 359: *Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.*

360ème PAS

JE DOIS APPRENDRE COMMENT RÉVÉLER LA GRANDEUR AU MONDE.

Avec simplicité, humilité et sans fausses présomptions, en vous rappelant que vous êtes un étudiant débutant de la Connaissance, vous serez capable d'apprendre comment révéler la grandeur au monde. Ceci est tout à fait essentiel, parce que le monde est ambivalent vis-à-vis de la grandeur, vis-à-vis de la Connaissance et vis-à-vis de l'amour. Si vous présentez au monde son propre désir alors qu'il est dans un état d'ambivalence, il ne saura pas comment réagir. Aussi, sa réaction démontrera ou bien l'acceptation de votre contribution ou son rejet. Tout individu, toute communauté ou tout monde assailli par l'ambivalence, réagira de plus d'une façon, parce qu'il est ambivalent. Pour cette raison vous devez apprendre à approcher l'ambivalence avec Sagesse, car ceux qui sont ambivalents doivent apprendre comment recevoir leur certitude, comme vous apprenez actuellement à le faire.

Reconnaissez ainsi à quel point vous avez été ambivalent jusqu'ici à l'égard de votre vie et à l'égard de cette préparation. Réalisez que c'est la raison pour laquelle cette préparation vous a été donnée sous forme de pas très progressifs, un pas à la fois, jour après jour. Un pas à la fois, vous apprenez à développer et à accepter votre désir et votre capacité pour la Connaissance et vous apprenez également à exprimer la Connaissance. Être un étudiant signifie que vous êtes là pour apprendre, et à mesure que vous apprendrez, vous démontrerez, enseignerez et produirez les grands résultats que la Connaissance désire produire. Cependant, la Connaissance ne peut pas aller au-delà de vos limites parce que la Connaissance prend soin de vous et vous protège le véhicule que vous êtes. Parce que vous faites partie de la Connaissance, vous souhaiterez également prendre soin de votre véhicule. C'est pourquoi vous devez prendre le plus grand soin de votre mental et de votre corps à mesure que vous avancez.

Aujourd'hui, lors de vos temps de pratique approfondie, permettez-vous d'être instruit sur la manière de révéler la grandeur dans le monde. Prenez conscience de l'ambivalence du monde et acceptez cela, car tel est l'état actuel du monde. Réalisez que vous devez donner avec Sagesse et discernement. Et réalisez que vous devez laisser la Connaissance se donner d'elle-même et ne pas essayer de donner selon votre propre ambition ou selon votre besoin d'échapper à un sentiment

d'inadéquation. Permettez à votre don être vrai et votre don sera vrai. Votre don se donnera alors de lui-même de manière appropriée, ce qui vous préservera et honorera ceux qui recevront votre don. Ceci les sortira de leur ambivalence, tout comme vous-même êtes à présent guidé vers la lumière.

PRATIQUE 360: Deux séances de pratique de 30 minutes.

361ème PAS

JE SUIS GUIDÉ VERS LA LUMIÈRE DE LA CONNAISSANCE AUJOURD'HUI.

Vous portez la lumière. Portez-la en vous à chaque heure et en toute circonstance. Utilisez votre journée toute entière pour vous exercer à porter la Connaissance. N'essayez pas d'exprimer la Connaissance, car la Connaissance le fera d'elle-même lorsque ce sera approprié. Votre tâche aujourd'hui consiste à porter la Connaissance, à être attentif et à vous souvenir que la Connaissance est avec vous. Que vous soyez seul ou avec d'autres personnes, que vous soyez au travail ou chez vous, que vous soyez dans une situation plaisante ou déplaisante, portez la Connaissance en vous. Sentez la brûler dans votre cœur. Sentez-la remplir le vaste espace de votre mental.

Lors de vos deux séances approfondies de pratique, entrez de nouveau dans le sanctuaire de la Connaissance afin de pouvoir être revigoré et renouvelé, afin de pouvoir être béni et honoré et afin de pouvoir trouver le répit et la liberté. Plus vous trouverez cela dans votre vie intérieure, plus vous serez capable de le porter dans votre vie extérieure, car vous êtes destiné à porter la Connaissance dans le monde aujourd'hui.

PRATIQUE 361: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

362ème PAS

J'APPRENDS À APPRENDRE CAR AUJOURD'HUI JE PORTE EN MOI LA CONNAISSANCE.

Vous apprenez à apprendre. Vous apprenez à recevoir la Connaissance. Vous apprenez à accorder de la valeur à la Connaissance. Vous apprenez à porter la Connaissance. Vous apprenez à exprimer la Connaissance. Vous apprenez à cultiver toutes les facultés physiques et mentales qui sont essentielles à l'ensemble de cette préparation. Vous êtes un étudiant accompli. Aussi, soyez totalement engagé avec votre statut d'étudiant aujourd'hui, ce qui vous libérera des fausses présomptions et vous évitera de placer d'impossibles fardeaux sur vos épaules. Vous serez capable de mettre en œuvre de façon naturelle ce qui est donné dans la vérité, car vous êtes naturellement créé pour le faire. Vos véhicules mental et physique, qui sont liés à ce monde, seront naturellement engagés dans votre véritable accomplissement.

Apprenez à apprendre. Apprendre à apprendre signifie que vous apprenez à participer. Cela signifie que vous suivez et guidez tout à la fois. Vous suivez vos Enseignants et leur programme de développement, et vous guidez vos véhicules mental et physique. De cette façon, guider et suivre deviennent la même chose, comme donner et recevoir sont la même chose. C'est ainsi que ceux qui reçoivent donneront et ceux qui suivent guideront. C'est ainsi que ceux qui donnent auront besoin de continuer à recevoir, et ceux qui guident auront besoin de continuer à suivre. Ici, la dualité de telles choses disparaît. Leurs natures uniformes et complémentaires sont reconnues parce que cela est simple, parce que cela est évident et parce que cela est vrai.

Souvenez-vous de cette idée à chaque heure, et utilisez vos deux séances de pratique pour vous engager avec la Connaissance dans la quiétude et dans la simplicité. Permettez à ces séances finales de pratique d'être d'une grande profondeur. Donnez-vous y aussi complètement que vous le pouvez, car en faisant cela vous accroîtrez votre capacité pour la Connaissance et votre expérience de la Connaissance. À mesure que votre capacité et votre expérience de la Connaissance croîtront, votre désir pour la Connaissance croîtra également, car la Connaissance est votre vrai désir.

PRATIQUE 362: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

363ème PAS

LA CONNAISSANCE EST MON VRAI DÉSIR CAR JE SUIS UN ÉTUDIANT DE LA CONNAISSANCE.

La Connaissance est votre vrai désir. Ne pensez pas que vos désirs soient faux, car tout désir, s'il est reconnu, est un désir de la Connaissance. C'est parce que vous avez mal interprété vos désirs ou que vous avez essayé de vous en servir dans le but de fortifier d'autres choses qu'ils vous ont égaré. N'essayez pas d'être sans désir, car la vie est désir. Le désir est but. Le désir est sens et direction. Cependant, vous devez reconnaître votre vrai désir, qui est le désir que la Connaissance s'accomplisse et s'affirme, le désir que la Connaissance vous sauve et que vous sauviez la Connaissance. Comment pouvez-vous sauver la Connaissance ? En la maintenant en vous, en étant un étudiant de la Connaissance, en portant la Connaissance partout où vous allez, en renforçant votre conscience de la Connaissance, en étant simple avec la Connaissance et en n'essayant pas de vous servir de la Connaissance pour réaliser vos propres objectifs et vos propres buts.

Poursuivez les activités normales de la journée, mais portez la Connaissance en vous. Si la Connaissance n'est pas dans le doute, vous n'avez pas à être dans le doute. Si la Connaissance n'a pas peur, vous n'avez pas à avoir peur. Si la Connaissance ne change pas la situation, vous n'avez pas à changer la situation. Cependant, si la Connaissance vous retient, retenez-vous. Si la Connaissance change la situation, changez la situation. Si la Connaissance vous dit de quitter une situation particulière, quittez cette

situation. Si la Connaissance vous dit de rester dans une situation particulière, restez dans cette situation. Ici, vous devenez aussi simple et aussi puissant que la Connaissance. Ici, vous devenez la Connaissance elle-même.

À chaque heure, répétez l'idée pour aujourd'hui et faites-en l'expérience. Dans votre vie intérieure, faites-en également l'expérience lors de vos pratiques de méditation profonde. Votre vie intérieure et votre vie extérieure sont là où vous vous appliquez et là où vous vous donnez. Elles sont là où vous portez la Connaissance. Avec le temps, vous verrez que la Connaissance vous portera.

PRATIQUE 363: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

364ème PAS

LA CONNAISSANCE ME PORTE CAR JE SUIS UN ÉTUDIANT DE LA CONNAISSANCE.

En même temps que vous portez la Connaissance, vous sentirez que la Connaissance vous porte. Vous sentirez la Connaissance vous guider et vous diriger, vous préserver, vous protéger, vous préserver des engagements difficiles et préjudiciables, vous engageant avec des individus avec lesquels vous devez vous engager et vous écartant des engagements discordants et dépourvus de but. C'est ainsi que vous devenez un guide et un suiveur, car vous suivez la Connaissance et vous vous guidez. Vous vous soumettez à la Connaissance, et cependant vous exercez le pouvoir de décision en votre propre nom. C'est ainsi que vous devenez un grand suiveur et un grand guide. Ainsi, vous êtes en position de servir, et vous vous sentirez de plus en plus comme porté par la Connaissance à travers la vie. Et vous sentirez que vous portez également la Connaissance. Vue correctement, vous réaliserez votre vraie relation à la Connaissance. Vous réaliserez que vous portez la Connaissance en vous et que la Connaissance porte votre bien-être en elle. C'est parfaitement complémentaire. C'est parfait car c'est né de la perfection même.

Soyez un véritable étudiant de la Connaissance. Engagez-vous dans la pratique. Donnez-vous à la pratique. Ne changez pas votre pratique. Ne négligez pas votre pratique. Tout ce que vous avez à faire est de pratiquer et d'être attentif, pratiquer et être attentif. À chaque heure et lors de vos deux pratiques de méditation profonde, où vous entrez dans la quiétude pour être avec la quiétude elle-même, exercez-vous à pratiquer, exercez-vous à apprendre et apprenez à apprendre. Aujourd'hui vous apprenez à apprendre. Aujourd'hui vous êtes un étudiant de la Connaissance.

PRATIQUE 364: Deux séances de pratique de 30 minutes. Pratique horaire.

365ème PAS

JE M'ENGAGE À APPRENDRE À APPRENDRE.

JE M'ENGAGE À DONNER CE QUE JE SUIS CENSÉ DONNER.

JE M'ENGAGE CAR JE FAIS PARTIE DE LA VIE.

**JE FAIS PARTIE DE LA VIE CAR JE NE FAIS QU'UN AVEC LA
CONNAISSANCE.**

Qu'est-ce que l'engagement, sinon l'expression naturelle de votre vrai désir ? Il vous libère ; il ne vous attache pas. Il vous engage ; il ne vous oblige pas. Il vous fortifie ; il ne vous limite pas. Le véritable engagement est issu de la véritable Connaissance, de laquelle vous-même êtes issu. Dans ce dernier pas à ce stade de votre préparation, donnez-vous et donnez votre journée entière à la pratique.

Honorez-vous pour avoir accompli une tâche remarquable et substantielle en terminant cette année de préparation. Honorez votre Connaissance pour vous avoir donné le désir de participer et la force de participer. Honorez votre Connaissance pour vous avoir donné la vision qui est maintenant en train d'émerger. Honorez tous ceux qui vous ont servi dans votre vie – votre famille, vos parents, vos amis et ceux qui paraissent vos ennemis et vos adversaires. Honorez tous ceux qui vous ont permis d'accorder de la valeur à la Connaissance et qui vous ont donné la force et la résolution d'entreprendre la préparation pour la Connaissance. Souvenez-vous également de vos Enseignants, car ils se souviennent de vous et demeurent avec vous en ce moment-même. Souvenez-vous que vous êtes un étudiant de la Connaissance, et avec cela vous serez capable de poursuivre votre préparation.

Aujourd'hui à chaque heure et lors de vos deux pratiques approfondies de méditation, donnez-vous. Considérez tout ce qui vous est donné. Que ce jour soit un jour d'accomplissement et de gratitude. Que ce jour soit un jour pour honorer la réalité de la Connaissance en vous et votre réalité en la Connaissance. Ouvrez-vous au prochain pas au-delà de ce programme. Le prochain pas vous attend – un pas qui vous engagera de façon significative avec d'autres étudiants de la Connaissance, un pas qui vous engagera de façon significative avec ceux qui ont avancé au-delà de ce que vous avez accompli jusqu'ici, un pas qui vous engagera au service de ceux qui commencent seulement à avancer vers le niveau que vous venez de terminer. Ainsi, vous recevez de ceux qui vous sont devant vous et vous donnez à ceux qui sont derrière vous. Ainsi, tous sont nourris et soutenus dans leur retour à la Demeure en Dieu. C'est ainsi que vous suivez et que vous guidez, que vous recevez et que vous donnez. C'est ainsi que toutes vos activités deviennent uniformes et que vous vous libérez de toute imagination négative. C'est ainsi que vous êtes un étudiant de la Connaissance. Et c'est ainsi que la Connaissance vous bénit, vous dont la destinée est de bénir le monde.

Nasi Novare Coram

*Si vous avez pu suivre deux fois le cursus des Pas vers la
Connaissance, [contactez-nous : contact@nouveaumessagededieu.org](mailto:contact@nouveaumessagededieu.org)*

