

LE REPOS

Tous reconnaissent la nécessité du repos. La plupart s'en accordent peu au point qu'ils en survivent à peine. Alors, il faut se demander si se reposer, c'est prendre une pause-café, s'accorder une bonne nuit de sommeil, prendre deux ou trois semaines de vacances par année ou entrer dans une retraite pensionnée sur ses vieux jours. Ou si on trouve le repos sous les tropiques, en montagne ou sur un lac calme et poissonneux. S'agit-il plutôt d'un temps mort ou, au contraire, du moment d'enfin jouir de la vie? Surtout, qu'est-ce qui se repose dans l'être?

En effet, le corps n'a pas besoin de repos. Très peu ont réussi à épuiser complètement les ressources de l'organisme physique. Le corps est une merveille. Un être peut s'adonner à un dur labeur, mais voilà qu'il se régénère dans la même mesure : dès qu'il se calme, son métabolisme ralentit. À chaque moment, à tout nouveau tempo, correspond un état, une attitude du corps. Le corps s'exprime sur un mode parfait. Si le désir de vivre demeure, est-ce le cœur qui s'arrête ou est-ce le souffle qui s'épuise? Un être à beau se retrouver fatigué, à plat, si quelque chose renouvelle son intérêt, sa fatigue s'évanouit immédiatement, l'énergie revient, abondante. Ne blâme pas ton corps, s'il faillit à tes attentes; ne t'enfle pas d'orgueil s'il est vigoureux : il ne fait que refléter un état mental ou émotionnel.

Le repos ne vise pas à restaurer une partie du corps en particulier. C'est un état d'être. Il peut suivre un être partout, il est omniprésent : chacun l'est. Celui qui sous-estime son corps le préfère fatigué, délabré, il l'obligera. S'il le veut en santé, il l'est. Vous êtes fatigués de penser, d'être conscients, qu'il en soit ainsi! Votre cœur bat, aime, vous aimez, rêvez, même que vous voyagez dans l'astral. Votre pensée ne se fatigue pas, votre subconscient non plus. Et tout continue.

Alors, qu'est-ce qui a besoin de repos? Car digérer, respirer, vivre, c'est du travail. Ah! mais pour chacun, travailler ce doit être pénible, mériter considération, être apprécié par les autres. Chacun doit pouvoir s'enorgueillir de dire : *C'est moi qui ai fait cela, alors est-ce que ça ne mérite pas du repos?* Mais un instant... vous n'avez rien de laborieux à faire! Au contraire, vous devez laisser le travail se faire à travers vous. Vous devez vous en remettre à la vie. Vous devez vous abandonner à ce que vous faites. Car c'est au plus humble qu'appartiennent le grand œuvre, la plus grande joie et le repos. Donnez congé à vos prétentions si vous comptez vous reposer tout en travaillant.

Il a été dit : *Venez à moi, vous tous qui peinez et ployez sous le fardeau, et moi, je vous soulagerai. Car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez soulagement pour vos âmes. Oui, mon joug est aisé et mon fardeau léger.* (Jésus)

LA SOUFFRANCE

Il faut mettre fin à la souffrance qui vient d'une pensée qui s'égare.

Un être souffre parce qu'il ne connaît pas mieux. Ou parce qu'il a appris que, pour aller au ciel... il lui faut souffrir. Permettez-moi de vous dire que le Dieu que je révère ne demande à personne de souffrir. Mais depuis combien de siècles nous enseigne-t-on qu'il faut se mortifier, se limiter. Quelqu'un peut-il me démontrer la logique de tels énoncés? Qui peut me prouver que la limite de l'être humain réside ailleurs que dans son incompréhension, résultat de son ignorance? Car, s'il est si limité, comment a-t-il pu évoluer aussi rapidement au cours des dernières années? D'où proviennent ces nouvelles découvertes et où se loge la grande limitation qu'on lui attribuait autrefois? Nul n'a besoin de se référer à de grands livres ou à de grands maîtres pour trouver la réponse. Il n'a qu'à s'ouvrir les yeux et les oreilles. Nul n'est appelé à se limiter, chacun est plutôt appelé à découvrir ses limites et à les dépasser.

L'être humain doit comprendre que l'enseignement contribue à son évolution, sauf que les valeurs changent, comme tout ce qui l'entoure... Celui-ci a de la difficulté à offrir l'échange qui permet au changement de se produire. Il a du mal à accepter que toutes les réalités changent continuellement, changent à chaque instant de la vie. Au contraire, il déteste le changement. Il est lâche et il éprouve de la peur... il utilise la peur comme une béquille, sauf qu'il s'agit d'une béquille qui le ralentit... Libérés de ses peurs, il avancerait bien plus rapidement.

Combien de béquilles entretenons-nous ainsi, dans divers états d'être, notamment lorsque surgissent des difficultés? Pour un moment pensez à quel point la Création est

superbe, belle dans le sens le plus plein et le plus profond du mot. On nous a appris que c'est Dieu qui a tout créé et que tout ce qu'il a créé est bon, beau, même magnifique. Non seulement a-t-il tout créé, mais il nourrit tout à titre de Force qui soutient sa Création. Alors, indiquez-moi où réside la force de l'être humain.

Avez-vous besoin que je vous donne un exemple concret? Alors, si vous pensez toujours à la faillite, allez-vous pouvoir réussir? Non. Une personne qui pense aussi négativement a de la difficulté à accepter qu'il se produise quelque chose de nouveau ou de différent dans sa vie : elle le voudrait bien, mais elle trouve cette possibilité trop difficile à concevoir. Surtout, cela lui prendrait trop de temps pour y parvenir.

Nous avons tous attaché trop de valeur à certaines réalités qui n'en ont pas alors que nous avons oublié d'en attribuer à celles qui en ont grandement.

Nous pouvons toujours nous reconstruire. Voilà la première chose que doit savoir celui qui veut faire du changement. Pour y arriver, il doit se remettre au neutre. Je veux dire qu'il doit prendre conscience de ce qui lui nuit et réorganiser ses énergies de manière à assurer son équilibre en oubliant son conditionnement passé. Il s'agit pour lui d'employer l'énergie de façon constructive plutôt que destructive. Le Système cosmique, comme le système organique, se renouvelle constamment. Si certaines cellules ont été détruites, il faut laisser au système corporel le temps de se remettre avant de se renouveler.

LA TRANSFORMATION REPRÉSENTE LE PROCESSUS MÊME DE LA VIE. Vous en avez un exemple dans le fait que Mrs. Churchill s'est guérie de la tuberculose alors qu'elle vivait dans un cachot. Encore, il y a des alcooliques qui, après leur désintoxication, ont vécu très vieux. Tout est en perpétuel changement. Il suffit d'accorder aux cellules détruites le temps de se reproduire. ET C'EST UN TRAVAIL QUE TOUT INDIVIDU PEUT ACCOMPLIR SEUL, PAR LUI-MÊME.