

## « L'Éternel est mon berger »

*par Marie-France Côté*

### **Psaume 23**

L'Éternel est mon berger: je ne manquerai de rien.

Il me fait reposer dans de verts pâturages,

Il me dirige près des eaux paisibles.

Il restaure mon âme,

Il me conduit dans les sentiers de la justice,

À cause de son nom.

Quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort,

Je ne crains aucun mal, car tu es avec moi:

Ta houlette et ton bâton me rassurent.

Tu dresses devant moi une table,

En face de mes adversaires;

Tu oins d'huile ma tête,

Et ma coupe déborde.

Oui, le bonheur et la grâce m'accompagneront

Tous les jours de ma vie,

Et j'habiterai dans la maison de l'Éternel

Jusqu'à la fin de mes jours.

## **L'Éternel est mon berger, je ne manquerai de rien.**

Toujours, l'Éternel, l'Impérissable, l'Inaltérable gouverne mon Âme, l'être que Je suis, car mon Âme est l'individualisation, l'expression même de l'Éternel, donc invariablement un avec Lui. Mais pour qu'Il soit ce qui gouverne, conduit, guide, prend soin de mon expérience sur la scène visible, je dois Le reconnaître consciemment comme mon Berger intérieur, toujours présent dans l'Infini Invisible et ce, malgré toutes les apparences de chaos, de pertitions, de manques et de limitations. C'est à la mesure de ma confiance réitérée en ce Berger, que je peux sentir Son action dans ma vie. Et je manifeste concrètement ma confiance à chaque fois que je m'en remets, que j'abandonne toute inquiétude, tout contrôle, toute préoccupation pour ma vie, sachant qu'elle est sous son entière gouverne.

Dans la reconnaissance vivante que tout m'est offert à partir de ma propre conscience individuelle, là où l'Éternel est aux rênes, je constate effectivement que rien ne manque non plus sur la scène visible. Mais c'est seulement quand j'ai touché, goûté, senti ce «je ne me manque de rien» au dedans, que le dehors en sera la traduction, l'effet secondaire. C'est cette réalisation du Berger au-dedans qui amène les formes harmonieuses et illimitées au dehors, comme le dit Joel Goldsmith dans son livre «Le Tonnerre du Silence» :

«Lorsque l'esprit reçoit la lumière de la sagesse spirituelle [l'Éternel Berger], l'apparence se conforme davantage à la pure forme de l'Esprit.»

## **Il me fait reposer dans de verts pâturages.**

Lorsque, consciemment, je reconnais l'Éternel comme mon berger, Il me guide sans cesse vers ce qui constitue pour moi la meilleure nourriture qui soit, une nourriture qui est accomplissement, satisfaction et ce, à tous les niveaux de mon expérience : d'abord spirituellement, puis par extension sur le plan physique, moral,

financier, relationnel, occupationnel. Je me rappelle que la véritable satiété n'est pas dans les effets, mais dans l'herbe vivante de l'Esprit, et tout le reste, sur la scène visible, découlera de Ce qui sustente, contente, satisfait de l'intérieur.

Il me procure sans cesse cette nourriture vivante à mâcher, à ruminer; cette nourriture qui me garde dans Sa plénitude. Ainsi, je suis maintenu dans la fraîcheur, la verdure de l'être, sans cesse soutenu par un approvisionnement infini, sous toutes les formes qui me sont nécessaires, sur tous les plans de mon existence.

### **Il me dirige près des eaux paisibles.**

Sous la guidance consciente de l'Éternel Berger, je serai assurément amené à cet état de calme, cet état paisible où il n'y a pas de forces multiples qui sont en conflit en moi, pas de luttes et oppositions intestines susceptibles de créer trouble et confusion. Quand l'Éternel est reconnu comme le seul Berger, rien d'autre n'est admis comme pouvoir apte à me diriger, apte à agir sur moi.

Il n'y a donc plus d'antagonismes, de contre-courants, de faux bergers acceptés en conscience; ainsi il ne peut y avoir de dissonances, de remous, de tourbillons intérieurs. En d'autres mots, la vie suit son cours et bien qu'elle croise des apparences d'obstacles, de rochers, de murs, elle continue à s'écouler dans la direction qui est la sienne, sans être déviée de son cours paisible.

Je suis alors comme un roc au fond de l'eau qui peut voir les apparences de vagues, de houle là-bas au loin, sans en être ébranlé, remué. L'Éternel est ce roc.

## **Il restaure mon âme.**

Mon âme est sans cesse nourrie, lorsque je me place consciemment sous la guidance du Berger. Ainsi, elle est constamment maintenue dans sa force et sa vigueur première.

De même, si je viens qu'à m'éloigner en conscience du Berger un moment, il s'agit que je me tourne vers Lui à nouveau pour que mon âme soit ramenée à son état originel. En fait, la pureté est son état éternel, son état de toujours; seulement, tout le temps que j'entretenais la croyance que j'étais sans berger, séparé de Lui, j'avais l'impression que mon âme était en train de s'abimer, de se perdre, de se dévitaliser. Je réalise, en me tournant vers Lui, qu'il n'en est rien. La vision de mon âme est restaurée et ramener à sa vérité.

## **Il me conduit dans les sentiers de la justice, à cause de son nom.**

En raison de Sa nature même, mon Berger me conduit dans ce qui est exclusif à sa nature; ainsi tout est conforme, aligné à Sa justesse, à Son bien. Dans mon expérience, cela se traduit par: le discernement juste, puis les pensées, les paroles et les actions justes qui en découlent. Tout est divinement ajusté quand je me laisse consciemment guider et que je reconnais cette gouvernance, cette influence comme étant la seule qui peut opérer sur moi, car la seule qui EST.

De même, Sa justice étant impersonnelle et impartiale, Il conduit tous les êtres et ce, sans exception. Seulement, seuls ceux qui se tournent vers Lui sont à même de le réaliser et, dès le moment où ils se tournent, ils voient que le Berger a toujours été là, peu importe qu'ils aient eu l'impression d'avoir erré si loin ou de s'être égaré si profondément. Sa justice, Son Bien sont les mêmes pour tous, invariablement; seules les expressions visibles de Sa justice et de Son bien apparaissent en une infinité de formes variées, toutes aussi belles et harmonieuses les unes que les autres.

## **Quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, je ne crains aucun mal, car tu es avec moi.**

Peu importe la profondeur de la vallée, peu importe les ombres aux allures terrifiantes qui y sont projetées, en présence de la Vérité, en Présence de la Lumière, je n'ai rien à craindre. Sa Présence est omniprésente, Elle est donc là même où il semble y avoir la plus sombre des vallées. Cela ne change rien à la Réalité éternelle.

À la Lumière de l'Éternel, le temporaire, les apparences d'ombres retournent à leur néant et ne peuvent me faire aucun mal, car elles sont reconnues comme n'ayant aucun pouvoir, aucune substance. Elles ne sont pas de la substance spirituelle, alors elles ne sont pas. Mais seulement la Présence reconnue de mon Berger intérieur me donne cette assurance, car de moi-même, je ne suis pas plus qu'une apparence parmi les apparences.

Ainsi, quand je ne reconnais pas l'omniprésence de l'Éternel, un avec moi et un avec tout ce qui est, je me retrouve aux prises avec un sentiment de vulnérabilité; j'ai l'impression que les apparences ont le pouvoir de m'affecter, car je me considère alors comme un simple effet sur lequel sont susceptibles d'agir une multitude de causes. Et cela constitue alors mon expérience. Mais, dès l'instant où je me retourne et le reconnais, les ombres s'estompent sous Sa lumière.

## **Ta houlette et ton bâton me rassurent.**

Ta houlette me rappelle constamment à ta souveraineté, ton autorité sur tout être et toute chose. Nul ne peut être en dehors de ton autorité aimante, alors qu'ai-je à craindre?

Aucune brebis ne peut s'égarer sous la houlette de l'Éternel Berger. Je n'ai pas non plus à craindre pour mes frères et mes sœurs, car ils sont préservés de tout égarement. Croire qu'ils sont égarés, craindre pour eux, c'est douter de l'amour, de l'autorité de l'Éternel. Et

puisque l'Éternel est l'individualisation de ma propre conscience, et puisqu'ils sont tous en ma conscience, où peuvent-ils être autre qu'en Toi. Comment puis-je croire que quiconque soit en dehors de l'infinie Conscience que Tu es et que, par Toi, Je suis?

Ton bâton, Éternel, me rappelle à l'unicité, et sur cette unicité je peux m'appuyer solidement. Ton soutien est indéfectible, ton soutien c'est notre unité: moi avec Toi, et moi avec tous les êtres et toutes les idées divines qui sont aussi en Toi.

### **Tu dresses devant moi une table, en face de mes adversaires.**

Face à tout ce qui m'apparaît comme des conditions adverses, voilà que tu dresses une table. Le banquet de tes délices est toujours disponible et ne cesse de m'être servi. Ces adversités n'ont aucun impact sur ce banquet sacré, qui est la réalisation que je suis un avec Toi, avec Ta conscience, ô Éternel.

Dans ces moments d'adversité, tu es là pour m'accueillir, car, dans ces moments, je suis souvent plus disposée à me tourner vers Toi, alors qu'autrement, j'arrive trop souvent à me contenter des miettes que m'offre le statut d'humanité. Face à la famine de l'expérience humaine, Te retrouver, c'est réellement un banquet pour moi, un festin. Me sentir à nouveau un avec toi, c'est la plus délicieuse des nourritures! Tu es la solution à toutes les apparences d'adversités.

Quand dans l'adversité, je me tourne vers Toi, combien grande est la fête. Je reconnais alors qu'il n'y a pas d'adversité, ni d'adversaire et je savoure les délices de la victoire du Réel sur... rien. Ta Présence est abondance, même en temps d'apparente pénurie.

## **Tu oins d'huile ma tête.**

Grâce à Toi, à notre unité, à Ta Présence que je sens en moi, je suis sacré, je ne peux être souillé ou profané, car je suis de la même Substance que Toi, Esprit inviolable que nul mensonge ne peut pénétrer.

Par Toi, en Toi, je ne peux être atteint par les rumeurs et suggestions du monde. Sur ma tête perle une huile de joie qui coule et s'écoule en bénissant tous ceux qui entrent en contact avec ma conscience, reconnue Une avec Toi et de même nature que Toi. C'est le Christ, la Vérité en moi qui est oint, car c'est la Vérité vivante qui guérit, qui bénit, qui console, qui enseigne, qui pourvoit, qui libère tous ceux qui ne se reconnaissent pas encore un avec Toi.

Être oint, c'est être confirmé dans ma fonction de prêtre, investi consciemment de cette responsabilité de répandre cette huile d'allégresse, Ta Présence, Ô Éternel, qui en moi réduit à néant tout ce qui n'est pas de substance spirituelle. Et cette mise à néant ne peut que se répandre, car elle vaut autant pour moi que pour tous. Quelle joie de reconnaître qu'il n'y a que Toi, le Bien éternel.

L'esprit du Seigneur, l'Éternel, est sur moi, Car l'Éternel m'a oint pour porter de bonnes nouvelles aux malheureux; Il m'a envoyé pour guérir ceux qui ont le cœur brisé, Pour proclamer aux captifs la liberté, Et aux prisonniers la délivrance. (Ésaïe 61:1)

Voici comment Joel Goldsmith traduit en ses mots ce à quoi est appelé celui qui est oint:

«Il m'a oint pour prêcher l'évangile aux pauvres : sa mission ou fonction est d'éclairer et d'enrichir spirituellement. Il m'a envoyé guérir les cœurs brisés: sa mission consiste également à remplacer les croyances erronées par les idées parfaites de Vérité et de Vie; amener la conscience de l'amour là où un sentiment de son absence semble être; établir en moi la réalisation consciente de la présence de l'Amour. Prêcher la délivrance aux captifs des sens: pour me

libérer de la servitude du témoignage des sens; me délivrer de la croyance que le mirage du désert a de la substance ou de la réalité; amener la liberté spirituelle là où la servitude matérielle de toute nature touche l'être individuel. Recouvrer la vue aux aveugles: offrir la vision spirituelle, le discernement spirituel, à la place du sens limité ou du concept matériel.» (Interprétation spirituelle de l'Écriture)

Il nous rappelle cependant que ce travail se fera principalement en silence :

« Faites l'essentiel de vos dons en donnant en silence. Ne refuser jamais la reconnaissance de la vérité à ceux qui vous entourent. Vous pouvez donner des traitements à tous les membres de votre famille et à tous vos amis et à tous vos voisins, à condition de ne pas le faire tout haut. Pourquoi? Parce que c'est aimer votre prochain comme vous-même. Si vous étiez en détresse en ce moment et que quelqu'un de votre entourage l'observait, vous seriez très reconnaissant s'il vous en soulageait. Mais vous pourriez être contrarié d'apprendre comment ce soulagement vous a été apporté, peut-être pas vous, mais votre voisin pourrait l'être. Alors ne dites rien à propos de tout cela, jusqu'à ce que leur désir vienne. » (Los Angeles Practitioner Class, The Spiritual View)

### **Et ma coupe déborde.**

Ma coupe, c'est ce qui est fermement sur pied en moi, ce qui est fermement établi en ma conscience : cette régularité à me maintenir dans la vérité et à ne pas me laisser influencer par les suggestions «intérieures» ou extérieures» qui se présentent à ma conscience.

Et Toi, Éternel, tu viens remplir cette coupe de Ton Amour et ma coupe déborde. La fermeté, la force seule, sans Amour, est froide, dure. Mais par la Grâce, tu déverses en moi Ton Amour qui réchauffe, pas seulement mon cœur, car ton Amour ne peut qu'être débordant

et s'écouler, se répandre vers l'extérieur; Il réchauffe aussi le cœur de tous ceux qui cognent à ma porte. L'infinité de Ton Amour ne peut que remplir ma coupe pour abreuver, apaiser la soif de toutes tes brebis.

**Oui, le bonheur et la grâce m'accompagneront tous les jours de ma vie.**

Oui, je sais maintenant que ta grâce ne me quitte jamais. Elle est l'activité de ton Être qui est un avec mon être. Ta grâce m'emplit et me fait vivre le contentement, le seul bonheur qui soit. Sans ta grâce, aucun bonheur ne peut être avec moi. C'est pourquoi Ta grâce me suffit. Ta grâce est le sentiment de contentement, de satisfaction en moi, par lequel je peux réellement ressentir, savoir que rien ne me manque et que rien ne peut me manquer en Ta Présence éternelle.

**Et j'habiterai dans la maison de l'Éternel jusqu'à la fin de mes jours.**

La maison de l'Éternel, c'est là où Je demeure, c'est là où la paix, la joie, le contentement demeurent, ne passent pas. Ailleurs que dans la demeure de l'Éternel, tout passe. Ce qui est, éternellement, réside, demeure, habite dans la maison de Ce qui Est de tout temps.

Cette maison est omniprésente, infinie... C'est la seule maison qui soit. Si je suis dans l'impression du passager, du temporaire, du précaire, du défailant, c'est que je ne me reconnais pas de cette maisonnée qui est mienne, qui est la maisonnée de tous, de tout.

*Et le monde passe, et sa convoitise aussi ; mais celui qui fait la volonté de Dieu demeure éternellement. (1 Jean 2:17)*

Pour faire l'expérience d'être dans la maison de l'Éternel et pour bénéficier dans mon expérience de l'infinité de biens qui affluent sans cesse dans cette demeure, il me faut y rester consciemment et il

me faut laisser l'Éternel habiter en moi : Sa parole, Sa guidance, Sa loi, Ses principes, Son amour, Sa sagesse, Sa vie, Sa subsistance.

Ainsi, J'habite dans l'Éternel et l'Éternel habite en moi. Nous sommes un dans l'autre éternellement.

Reposer en paix, ce n'est pas mourir, c'est vivre... mais pour reposer en paix, il me faut certes mourir à cette croyance que je suis périssable, c'est-à-dire de nature autre que nature d'éternité. Je repose en paix quand Je me reconnais de l'Éternel, de la substance du contentement et de la plénitude.

Où puis-je vivre, où est la Vie, sinon dans ce qui demeure?

*C'est moi qui suis la vigne ; vous, vous êtes les sarments. Celui qui demeure en moi, comme moi en lui, celui-là porte beaucoup de fruit; hors de moi, en effet, vous ne pouvez rien faire. (Jean 15:5)*

## **Le «Fils» : Berger sur le terrain**

*Celui qui entre par la porte est le berger des brebis... En vérité, en vérité, je vous le dis, Je Suis la porte des brebis. (Jean 10:2;7)*

Soyons les yeux du Berger sur le terrain. Soyons, en conscience, à travers notre vision éclairée par la vérité, ce Je, cette porte qui donne accès au Berger. Soyons ce qui rapatrie les brebis. Comment? En reconnaissant qu'elles ne sont pas perdues, qu'elles n'ont jamais été perdues et qu'elles ne pourront jamais l'être, car le Berger et son troupeau sont un. Parce que Je est la porte par laquelle entre le Berger et Je est mon identité et l'identité de tous.

Par le sens personnel limité, je ne peux laisser entrer le Berger. Il me faut la «grande porte».

## **Le sens personnel : une trop petite porte pour l'Infini**

Pour quelle raison ai-je de la difficulté à laisser aller ce sens personnel? Pour quelle raison est-ce que je veux le conserver?

- «Par habitude» : Fais de moi ton habitude, Je Suis ton habitude, ton naturel. Je suis ce qui règle ta vie. Prends l'habitude de venir dans ma maison, qui est Ta maison.
- «Je me sens emprisonné» (dans ce sens personnel) : Troque l'emprisonnement, le confinement, la limitation pour Je, car Je suis la Liberté.
- «Perte de sens» : Le sens personnel est sans direction, il va dans tous les sens, mais dans aucun, en réalité. Ce qu'il fait est vain et ne mène nulle part. Je suis la Voie. Sans moi, la vie n'a pas de sens, car Je suis la direction, la substance essentielle qui donne la qualité à l'expérience. Je suis la raison d'être, la Cause, le fondement de l'être. Tu n'as pas besoin d'une autre raison d'être.
- «Pour conserver la relation avec ma famille» : Je suis toutes tes relations. Je suis ta famille, car c'est Je, c'est Moi qui S'exprime en tant que chaque membre de ta famille. Il n'y a personne d'autre que Je. Si tu restes en moi, tu es en lien avec tous les êtres. Je suis le liant, ce qui relie tout ce qui est. Les relations peuvent changer, prendre différentes formes, mais tu ne peux les perdre, car les relations, c'est Moi, Je.
- «C'est tout ce que je connais» ou difficulté à s'ouvrir à l'inconnu : Je suis toi. Rien ne peut t'être plus familier que Moi, Je. Je suis «plus près de toi que ton propre souffle, que tes mains et tes pieds». Et tu ne me connais pas? Je suis la connaissance, Je suis ce qui connaît et ce qui est connu.
- «Peur de manquer de ressources pour payer les factures»: Je suis tout ce dont tu as besoin, ton essentiel. Le reste vient en surplus, de Moi. Je Suis ta Source encore et encore, ta Re-Source.

- «Peur d'être dans le manque, de ne pas obtenir ce dont j'ai besoin» : Je suis ta subsistance, car Je suis toutes ces formes de biens dont tu peux avoir besoin. Ainsi, tu n'as besoin que de Moi.
- «Peur de perdre la reconnaissance sociale» : Je suis celui qui te connaît et te reconnaît à travers tous les êtres. Reconnais-moi en eux et tu libèreras ma reconnaissance à travers eux et ils te reconnaîtront aussi.
- «Insécurité, peur» : Je suis ta sécurité, la seule. Comment être en sécurité dans ce qui n'a pas de fondement, dans ce qui est faux? Je Suis le seul roc solide, infaillible. Dans ma vérité, tu es à l'abri de toute illusion.
- «Peur de ne pas me trouver un autre emploi» : Je suis l'emploi, l'employeur et l'employé... Comment peux-tu me perdre, comment peux-tu être sans emploi... Je suis tout cela et Je suis omniprésence.

Tout ce que tu cherches, tout ce à quoi tu t'accroches, tout que tu crains de laisser, tout ce que tu as peur de manquer, Je le suis : sécurité, ressources, relations... Je suis tout cela. Ne t'accroche pas à une forme limitée, mais va, établis-toi dans la Source infinie de toutes formes que Je Suis.

## **L'Esprit**

L'Esprit est comme le vent, on ne sait d'où il vient, on ne sait où il va; nous ne pouvons le voir, mais nous en ressentons les effets.

Par exemple, alors que je suis en méditation, tourné vers l'Esprit, la Source, voilà que je ressens une immense vague d'Amour qui monte en moi et me submerge. Je ne peux voir d'où elle vient, ce qui l'a formée, pourtant elle est là, bien concrète, tangible en moi. Je sais que ce n'est pas moi qui l'ai créée par moi-même, par ma volonté. Ce n'est pas un souvenir heureux ou la pensée d'être cher qui l'a fait monter en moi. Ce n'est pas non plus la vue d'une scène, ni un

parfum, ni un goût, ni un toucher qui l'a suscitée. C'est l'activité de l'Esprit, qui jaillit d'un «monde» au-delà du physique et de la pensée.

C'est pourquoi, quand je me retrouve dans l'espace de Silence intérieur, me détournant de toutes les sensations physiques et les pensées pour me tourner, dans un état de réceptivité, d'ouverture vers l'Infini Invisible, c'est comme si j'ouvrais tout grands les bras pour accueillir l'Esprit. Et il ne manque pas de Se manifester à moi, à travers ses effets. C'est dans cette chambre haute, au-delà des sens et de l'intellect que je communie avec Dieu, mon Âme, qui est Esprit.

Je vois bien la graine éclore et devenir une jeune pousse. Mais quelle est l'activité derrière cette éclosion de vie? L'Activité Intangible de l'Esprit, qui est un avec ses effets tangibles, qui sont de même nature que leur Cause, donc qui sont spirituels.

### **Le Principe : le semblable engendre le semblable**

Le principe universel veut que le semblable engendre le semblable. Un pépin de pomme va toujours devenir un pommier qui va produire des pommes. Aussi, seuls les animaux d'une même espèce peuvent s'unir pour engendrer une progéniture qui sera elle aussi fertile. Et cette progéniture sera toujours de la même espèce. Il n'y a pas d'exception à ce principe.

De la même manière, si je veux m'unir à l'Esprit, il faut que je sois moi aussi de l'Esprit. Et notre progéniture, ne sera-t-elle pas spirituelle, c'est-à-dire de la substance de l'Esprit, puisque le semblable engendre le semblable?

En d'autres mots, si je veux m'unir à L'Esprit, je dois me reconnaître aussi de l'Esprit, sinon cette communion ne pourra se vivre. Autrement dit, le divin ne pourra s'écouler en tant que moi, puisqu'il ne peut Se donner qu'à son semblable. [Un peu comme l'exemple de

l'entonnoir qui doit être vis-à-vis la source pour qu'elle s'écoule à travers lui.]

Et pour que cette union porte ses fruits sur le plan visible [l'eau à travers l'entonnoir jusque dans le bocal], il faut aussi que le visible soit reconnu de la même substance que la Source et que mon être. Si je me considère de même nature que la Source (Esprit), mais que je considère la scène visible comme étant de nature matérielle, c'est-à-dire d'une autre substance que la Source, alors la Source ne pourra s'écouler jusque dans le visible et y manifester Son harmonie, Son abondance, Son intelligence, en somme, toutes Ses qualités. Je peux réaliser être un avec la Présence divine, mais mon expérience «extérieure» ne sera pas baignée de cette Présence.

Pour que le divin s'écoule en tant que moi et en tant que mon expérience, il doit y avoir «alignement», c'est-à-dire réalisation consciente que Je suis de même nature que l'Esprit et que l'univers est spirituelle. Dans cet alignement, il peut en être de même «sur la terre comme au ciel».