

ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ VI

Εισαγωγή.

1. Γι αυτή την επανάληψη παίρνουμε μόνο μία ιδέα κάθε μέρα, και την ασκούμε όσο πιο συχνά είναι δυνατόν. Εκτός από τον χρόνο που δίνεις πρωί και βράδυ, που δεν πρέπει να είναι λιγότερος από δεκαπέντε λεπτά, και τις ωριαίες υπενθυμίσεις όλη την ημέρα, χρησιμοποίησε την ιδέα όσο πιο συχνά μπορείς ανάμεσα σε αυτές. Η κάθε μία από αυτές τις ιδέες μόνη της είναι επαρκής για την σωτηρία, αν μαθευτεί αληθινά. Η κάθε μία θα ήταν αρκετή για να δώσει απελευθέρωση σε σένα και στον κόσμο από κάθε μορφή δεσμών, και να προσκαλέσει την μνήμη του Θεού να επανέλθει.
2. Με αυτό κατά νου αρχίζουμε την πρακτική μας, κατά την οποία ανακεφαλαιώνουμε τις σκέψεις που μας έχει χαρίσει το Άγιο Πνεύμα στα τελευταία είκοσι μαθήματα. Η κάθε μία περιέχει όλη την διδακτέα ύλη αν γίνει κατανοητή, αποδεκτή, και εφαρμοστεί σε όλα τα φαινομενικά συμβάντα κατά την διάρκεια της ημέρας. Μία είναι αρκετή. Αλλά από αυτή την μία, δεν θα πρέπει να γίνει καμία εξαίρεση. Επομένως χρειάζεται να τις χρησιμοποιήσουμε όλες και να τις αφήσουμε να αναμειχθούν σαν μία, εφόσον η κάθε μία συνεισφέρει στο σύνολο που μαθαίνουμε.
3. Αυτές οι ασκήσεις, όπως και στην προηγούμενη ανακεφαλαίωση, επικεντρώνονται γύρω από ένα κεντρικό θέμα με το οποίο αρχίζουμε και τελειώνουμε κάθε μάθημα. Είναι αυτό:

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

Η μέρα αρχίζει και τελειώνει με αυτό. Και το επαναλαμβάνουμε κάθε ώρα, ή θυμόμαστε, ανάμεσα, ότι έχουμε μια λειτουργία που υπερβαίνει τον κόσμο που βλέπουμε. Πέρα από αυτό, και από την επανάληψη της συγκεκριμένης σκέψης που έχουμε για σήμερα, δεν χρειάζεται καμία άλλη μορφή άσκησης, εκτός από μια βαθιά παράδοση του καθετί που τaráζει το νου, και τον κάνει κουφό στην λογική, την σωφροσύνη και την απλή αλήθεια.

4. Θα επιχειρήσουμε να πάμε πέρα από τις λέξεις και τις εξειδικευμένες μορφές άσκησης γι αυτή την ανακεφαλαίωση. Διότι, αυτή την φορά, επιχειρούμε, να πετύχουμε ένα γρήγορο βήμα σε ένα πιο σύντομο μονοπάτι προς την γαλήνη και τη ειρήνη του Θεού. Απλά κλείνουμε τα μάτια μας, και έπειτα ξεχνάμε όλα όσα νομίζαμε ότι ξέραμε και καταλαβαίναμε. Γιατί έτσι μας δίδεται ελευθερία από όλα όσα δεν ξέραμε και δεν μπορούσαμε να καταλάβουμε.

5. Υπάρχει μόνο μια εξαίρεση σε αυτή την απουσία δομής στις ασκήσεις μας. Μην επιτρέψεις σε καμία νωθρή σκέψη να περάσει αναμφισβήτητη. Αν παρατηρήσεις κάποια, μην δεχτείς να σε κρατήσει και σπείσε να διαβεβαιώσεις το νου σου ότι αυτό δεν είναι εκείνο που θέλει να έχει. Τότε, ευγενικά, άφησε το νου σου να παραιτηθεί από την σκέψη που αρνήθηκες, γρήγορα ανταλλάσσοντάς την με βεβαιότητα με την ιδέα που ασκούμε σήμερα.

6. Όταν μπαίνεις σε πειρασμό, σπείσε να διακηρύξεις την ελευθερία σου από τον πειρασμό, καθώς λες:

Αυτή την σκέψη δεν την θέλω. Στην θέση της δ αλέγω _____.

Και έπειτα επαναλαμβάνεις την σκέψη της ημέρας, και την αφήνεις να πάρει την θέση αυτής που σκέφτηκες εσύ. Πέρα από αυτές τις εφαρμογές της κάθε ιδέας για την ημέρα, θα προσθέσουμε μόνο μερικές τυπικές εκφράσεις ή συγκεκριμένες σκέψεις για να βοηθήσουν στην άσκησή μας. Θα δώσουμε, όμως, αυτές τις στιγμές ησυχίας στον Δάσκαλο που μας διδάσκει με ησυχία, μας μιλά για ειρήνη, και δίνει στις σκέψεις μας όποιο νόημα μπορεί να έχουν.

7. Σε Αυτόν προσφέρω αυτή την επανάληψη εκ μέρους σου. Σε εναποθέτω στην ευθύνη Του, και Τον αφήνω να σε διδάξει τι να κάνεις, να πεις και να σκεφτείς, κάθε φορά που στρέφεται προς Αυτόν. Αυτός πάντα θα είναι στην διάθεσή σου, κάθε φορά που Τον καλείς να σε βοηθήσει. Ας Του προσφέρουμε όλη την ανακεφαλαίωση που αρχίζουμε τώρα, και ας μην ξεχνάμε σε Ποιον την δίνουμε, καθώς ασκούμεστε μέρα με την ημέρα, προχωρώντας προς τον στόχο που Αυτός θέτει για εμάς · επιτρέποντάς Του να μας διδάσκει πώς να

πορευόμαστε, και να Τον εμπιστευόμαστε απόλυτα για τον τρόπο που η κάθε περίοδος άσκησης μπορεί να γίνει ένα δώρο αγάπης και ελευθερίας για τον κόσμο.



ΜΑΘΗΜΑ 201

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός.

(181) Εμπιστεύομαι τους αδερφούς μου, που είναι ένα με μένα.

Όλοι είναι αδελφοί μου. Είμαι ευλογημένος με την ενότητα με το σύμπαν και τον Θεό, τον Πατέρα μου, τον ένα Δημιουργό του όλου που είναι ο Εαυτός μου, για πάντα Ένα μαζί μου.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός.



ΜΑΘΗΜΑ 202

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(182) Θα ησυχάσω για μία στιγμή και θα πάω σπίτι μου.

Γιατί να επιλέξω να μείνω έστω για μία στιγμή ακόμα εκεί όπου δεν ανήκω, όταν ο Θεός ο Ίδιος μου έχει δώσει την Φωνή Του για να με καλέσει σπίτι μου;

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 203

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(183) Επικαλούμαι το Όνομα του Θεού και το δικό μου

Το Όνομα του Θεού είναι η απελευθέρωσή μου από κάθε σκέψη κακού και αμαρτίας, διότι είναι δικό μου, όπως και δικό Του.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 204

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(184) Το Όνομα του Θεού είναι η κληρονομιά μου.

Το Όνομα του Θεού μου θυμίζει ότι είμαι ακόμα ο Υιός Του, και όχι δούλος του χρόνου, αδέσμευτος από νόμους που κυβερνούν τον κόσμο των αρρωστημένων ψευδαισθήσεων, ελεύθερος μέσα στον Θεό, για πάντα μαζί μ' Αυτόν.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 205

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(185) Θέλω την ειρήνη του Θεού.

Η ειρήνη του Θεού είναι όλα όσα θέλω. Η ειρήνη του Θεού είναι ο ένας μου στόχος · ο σκοπός όλης της ζωής μου εδώ, το τέλος που αναζητώ, ο σκοπός και η λειτουργία μου και η ζωή μου, όσο κατοικώ εκεί όπου δεν είμαι στο σπίτι μου.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 206

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(186) Η σωτηρία του κόσμου εξαρτάται από εμένα.

Ο Θεός μου έχει εμπιστευτεί τα δώρα Του, διότι είμαι ο Υιός Του. Και εγώ θα δίνω τα δώρα Του εκεί όπου τα προορίζει Αυτός.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 207

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(187) Ευλογώ τον κόσμο διότι ευλογώ τον εαυτό μου.

Η ευλογία του Θεού λάμπει επάνω μου μέσα από την καρδιά μου, όπου Αυτός κατοικεί. Δεν χρειάζεται παρά να στραφώ προς Αυτόν, και κάθε θλίψη λιώνει και εξαφανίζεται, καθώς δέχομαι την απεριόριστη Αγάπη Του για μένα.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 208

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(188) Η ειρήνη του Θεού λάμπει μέσα μου τώρα.

Θα μείνω ήσυχος, και θα αφήσω την γη να ησυχάσει μαζί μου. Και μέσα σε αυτή την ησυχία θα βρούμε την ειρήνη του Θεού. Αυτή είναι μέσα στην καρδιά μου, που φέρει τα πειστήρια του Θεού του Ίδιου.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 209

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(189) Νιώθω την Αγάπη του Θεού μέσα μου τώρα.

Η Αγάπη του Θεού είναι αυτό που με δημιούργησε. Η Αγάπη του Θεού είναι όλα όσα είμαι. Η Αγάπη του Θεού με ανακήρυξε Υιό Του. Η Αγάπη του Θεού μέσα μου με απελευθερώνει.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός



ΜΑΘΗΜΑ 210

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός

(190) Διαλέγω την χαρά του Θεού αντί για τον πόνο.

Ο πόνος είναι δική μου ιδέα. Δεν είναι Σκέψη του Θεού, παρά είναι μία σκέψη ξέχωρη από Αυτόν και την Θέλησή Του. Η Θέλησή Του είναι χαρά, και μόνο χαρά για τον αγαπημένο Του Υιό. Και αυτήν επιλέγω, αντί για ό,τι έφτιαξα εγώ.

Δεν ε μα σώμα. Ε μα ελεύθερος. Γ ατ ε μα ακόμα όπως με δημ ούργησε ο Θεός
α

