

INTRODUCTION

1. Un fondement théorique comme celui que le texte procure est un cadre nécessaire pour rendre les leçons de ce livre d'exercices significatives. Or, c'est de faire les exercices qui rendra le but de ce cours possible. Un esprit inexercé ne peut rien accomplir. C'est le but de ce livre d'exercices d'entraîner ton esprit à penser de la façon qui est présentée dans le texte.

2. Les exercices sont très simples. Ils ne requièrent pas beaucoup de temps et peu importe où tu les fais. Ils n'ont pas besoin de préparation. La période d'entraînement est de un an. Les exercices sont numérotés de 1 à 365. N'entreprends pas de faire plus d'une leçon par jour.

3. Le livre d'exercices est divisé en deux sections principales, la première traitant du défaire de ta façon de voir maintenant ; et la seconde, de l'acquisition de la perception vraie. À l'exception des périodes de révision, les exercices de chaque jour sont planifiés autour d'une idée centrale, qui est d'abord énoncée. Suit une description des procédures concrètes par lesquelles l'idée du jour sera appliquée.

4. Le but de ce livre d'exercices est d'entraîner ton esprit d'une manière systématique à une perception différente de tous et de tout en ce monde. . Les exercices sont planifiés de façon à t'aider à généraliser les leçons, afin que tu comprennes que chacune d'elles est également applicable à tous ceux et à tout ce que tu vois.

5. Le transfert de l'entraînement en perception vraie ne se fait pas comme le transfert de l'entraînement du monde. Si la perception vraie a été atteinte par rapport à une personne, une situation ou un événement quelconque, le transfert total à tous et à tout est certain. D'autre part, une seule exception tenue à part de la perception vraie rend ses accomplissements impossibles n'importe où.

6. Les seules règles générales à observer d'un bout à l'autre sont donc : Premièrement, que les exercices soient faits d'une manière très concrète, comme il sera indiqué. Cela t'aidera à appliquer les idées en question à toute situation dans laquelle tu te trouves, ainsi qu'à tous ceux et à tout ce qu'elle englobe. Deuxièmement, assure-toi de ne pas décider par toi-même qu'il y a certaines personnes, situations ou choses auxquelles les idées sont inapplicables. Cela interférera avec le transfert de l'entraînement. C'est la nature même de la perception vraie de n'avoir pas de limites. C'est l'opposé de ta façon de voir maintenant.

7. Le but général des exercices est d'augmenter ton aptitude à étendre les idées que tu pratiqueras jusqu'à tout y inclure. Cela n'exigera aucun effort de ta part. Les exercices eux-mêmes satisfont aux conditions nécessaires pour ce type de transfert.

8. Certaines des idées que présente le livre d'exercices te paraîtront difficiles à croire ; d'autres te sembleront tout à fait surprenantes. Cela n'a aucune importance. Il t'est simplement demandé d'appliquer les idées de la manière indiquée. Il ne t'est pas demandé de les juger. Il t'est seulement demandé de les utiliser. C'est leur utilisation qui leur donnera une signification pour toi et te montrera qu'elles sont vraies.

9. Souviens-toi seulement de ceci : tu n'as pas besoin de croire les idées, tu n'as pas besoin de les accepter, tu n'as pas même besoin de leur faire bon accueil. Il se peut qu'à certaines d'entre elles, tu résistes activement. Rien de tout cela n'a d'importance, et leur efficacité n'en est pas diminuée. Mais ne te permets pas de faire des exceptions dans l'application des idées que contient le livre d'exercices ; et quelles que soient tes réactions à ces idées, utilise-les. Rien d'autre que cela n'est requis.