

17 juin 1969

Leçon 23

**« Je peux échapper au monde que je vois
en abandonnant les pensées d'attaque »**

L'idée d'aujourd'hui contient la seule issue hors de la peur qui fonctionnera. Rien d'autre ne marchera ; tout le reste est sans signification. Mais ce chemin ne peut pas échouer. Chaque pensée que vous avez fabriquée, certain segment du monde que vous voyez, c'est avec vos pensées alors, que nous devons travailler pour changer votre perception du monde.

Si la cause du monde que vous voyez est les pensées d'attaque, vous devez apprendre que ce sont ces pensées que vous ne voulez pas. **Il n'y a aucune raison de pleurer le monde. Il n'y a aucune raison d'essayer de changer le monde.** Il est incapable de changement parce qu'il est simplement un effet.

Mais il y a vraiment une raison de changer vos pensées au sujet du monde. Parce qu'ici vous changez la cause, et l'effet changera automatiquement. Le monde que vous voyez est un monde plein de vengeance, et tout en lui est un symbole de vengeance. Chacune de vos perceptions de « réalité externe » est une représentation imagée de vos propres pensées d'attaque.

On pourrait bien se demander si ceci peut être appelé voir. Est-ce que fantasme ne serait pas un meilleur mot pour un tel processus, et hallucination un terme plus approprié pour le résultat ?

Vous voyez le monde que vous avez fait, mais vous ne vous voyez pas comme le fabricant de l'image. Vous ne pouvez pas être sauvé du monde, mais vous pouvez échapper à sa cause. C'est ce que le salut signifie, car où est le monde que vous voyez quand sa cause a disparu ?

La vision contient déjà un remplacement pour chaque chose que vous **pensez** voir maintenant. La beauté peut éclairer vos images, et ainsi les transformer pour que vous les aimiez, même si elles ont été fabriquées de haine, car vous ne les ferez pas seul.

L'idée d'aujourd'hui introduit la pensée que vous n'êtes pas piégé dans le monde que vous voyez, parce que sa cause peut être changée.

Ce changement demande d'abord

- 1) Que la cause soit identifiée
- 2) De la laisser partir, pour qu'elle soit remplacée.

Les deux premiers pas de ce processus demandent votre coopération. Le pas final non. Vos images ont déjà été remplacées. En entreprenant les deux premières étapes, vous verrez qu'il en est ainsi. En plus de l'utiliser tout au long du jour à mesure que le besoin se présente, cinq périodes de pratique sont demandées de l'application de l'idée d'aujourd'hui.

Pendant que vous regardez autour de vous, répétez-vous lentement l'idée, et puis fermez les yeux et consacrez environ une minute à chercher dans votre mental autant de pensées d'attaque qu'il s'en présente à vous.

Alors que chacune traverse votre esprit dites :

« Je peux échapper au monde en abandonnant les pensées d'attaque au sujet de _ »

Gardez chaque pensée d'attaque dans le mental pendant que vous dites ceci, et puis écartez cette pensée et passez à la suivante.

Dans les périodes de pratique, soyez sûr d'inclure à la fois vos pensées **d'attaquer** et **d'être attaqué**. Leurs effets sont exactement les mêmes, parce qu'elles sont exactement les mêmes. Vous ne reconnaissez pas encore ceci, et il vous est demandé pour l'instant de seulement les traiter comme la même chose dans les périodes de pratique d'aujourd'hui.

Nous en sommes encore à l'étape d'identifier la cause du monde que vous voyez. Quand finalement vous réaliserez que les pensées d'attaque et d'être attaqué ne sont pas différentes, vous serez prêt à laisser partir la cause.