

9 juin 1969

## Leçon 15

### Mes pensées sont des images que j'ai faites

Les pensées que vous **croyez** penser apparaissent comme des images, c'est pourquoi vous ne les reconnaissez pas comme n'étant rien. Vous **croyez** que vous les pensez. Ainsi vous pensez que vous les voyez.

C'est de cette manière que votre « vue » a été faite. C'est la fonction que vous avez donnée aux yeux de votre corps. Mais cela n'est pas voir, c'est faire des images et c'est ce qui prend la place de voir, remplaçant la vision réelle par des illusions.

Cette idée qui introduit le processus de fabrication d'images que vous appelez « voir » n'aura pas beaucoup de signification pour vous au début. Vous allez commencer à le comprendre quand vous aurez vu de petites plages de lumière autour des mêmes objets familiers que vous voyez maintenant. Ce sera alors le début de la vision réelle. Vous pouvez être certain que la vision réelle va venir rapidement lorsque ce phénomène se sera produit.

A mesure que nous avançons, vous pouvez avoir de nombreux « épisodes de lumière ». Ils peuvent prendre plusieurs formes différentes, certaines tout à fait inattendues. N'ayez pas peur de ces spots de lumière, ils sont les signes que vous êtes en train d'ouvrir les yeux.

Ils ne persisteront pas. Ils symbolisent simplement la perception juste et ne sont pas reliée avec la connaissance. Autrement dit, ces exercices ne vous révèlent pas la connaissance, mais ils préparent le chemin vers elle.

En pratiquant l'idée pour aujourd'hui, répétez-la d'abord à vous-même. Puis appliquez-la à quoi que ce soit que vous voyez autour de vous, en utilisant son nom et en laissant vos yeux reposer dessus tout en disant :

« Ceci \_\_\_\_\_ est une image que j'ai faite. »

« Cela \_\_\_\_\_ est une image que j'ai faite. »

Il n'est pas nécessaire d'inclure un grand nombre d'objets particuliers pour l'application de l'idée d'aujourd'hui.

Toutefois il est nécessaire de continuer à regarder chaque sujet pendant que vous vous répétez l'idée. L'idée devrait être répétée tout à fait lentement à chaque fois. Vous ne serez évidemment pas capable d'appliquer l'idée à plusieurs choses à la fois pendant la minute ou à peu près de la pratique recommandée, mais essayez de faire la sélection de façon aussi aléatoire que possible.

Moins d'une minute conviendra pour les périodes de pratique si vous commencez à vous sentir mal à l'aise. N'ayez pas plus de trois périodes d'application pour l'idée d'aujourd'hui à moins de vous sentir complètement à l'aise avec elle, et ne dépassez pas quatre. Toutefois, l'idée peut être appliquée au besoin tout au long de la journée.