

28 mai 1969

Leçon 3

Je ne comprends pas quoi que ce soit que je vois dans cette pièce

(dans cette rue, depuis cette fenêtre, en ce lieu)

Appliquez cette idée de la même façon que les précédentes sans faire de distinctions. Quoi que ce soit que vous voyez devient un sujet parfait pour appliquer l'idée. Soyez sûr que vous ne vous demandez pas si quelque chose convient ou pas pour appliquer l'idée.

Ceux-ci ne sont pas des exercices pour le jugement. Quelque chose convient dès que vous le voyez. Certaines des choses que vous voyez peuvent avoir des significations chargées d'émotions pour vous. Essayez de laisser de tels sentiments de côté. Utilisez simplement ces choses exactement comme vous le feriez de quelque chose d'autre.

L'objectif des exercices est de vous aider à clarifier votre esprit mental de toutes les associations passées, pour vous aider à voir les choses exactement comme elles vous apparaissent maintenant dans l'instant. L'objectif est aussi de vous faire réaliser combien peu vous comprenez réellement à leur sujet.

Par conséquent, il est essentiel que vous gardiez un esprit parfaitement ouvert, non entravé par le jugement, en sélectionnant les choses auxquelles l'idée du jour doit être appliquée. Dans cette intention une chose est pareille à une autre, adaptée à l'idée et par conséquent aussi utile qu'une autre.