

3 juin 1969

Leçon 9

Je ne vois rien tel que c'est ici et maintenant

Cette idée découle évidemment des deux leçons précédentes. Mais alors que vous pouvez être capable de l'accepter intellectuellement, il est peu probable qu'elle signifie quelque chose pour vous dès à présent. Mais comprendre n'est pas nécessaire à ce point. En fait, la reconnaissance que vous ne comprenez pas est un pré requis pour se défaire des idées fausses.

Ces exercices se soucient de la pratique, non de la compréhension. En fait, vous n'avez pas besoin de pratiquer ce que vous comprenez réellement. Ce serait vraiment tourner en rond de viser la compréhension et supposer que vous l'avez déjà. Il est difficile pour un esprit non entraîné de **croire** que ce qui semble représenté devant lui n'est pas là. Cette idée peut être tout à fait perturbante et peut rencontrer une résistance active sous une de ses nombreuses formes.

Pourtant cela n'exclut pas de l'appliquer. Rien de plus n'est demandé pour ces exercices et pour tous les autres. Chaque petit pas va éclairer un peu l'obscurité. Finalement la compréhension viendra illuminer chaque recoin de l'esprit mental qui aura été nettoyé des débris qui l'obscurcissent.

Ces exercices, pour lesquels trois ou quatre périodes de pratique sont suffisantes, impliquent de regarder autour de vous et d'appliquer l'idée du jour à quoi que ce soit que vous voyez, en vous souvenant qu'il est nécessaire de l'appliquer sans discrimination et que la règle essentielle est de ne rien exclure.

Il est encore souligné que si tout inclure ne devrait pas être tenté, une exclusion particulière doit être évitée. Soyez sûr que vous êtes honnête en faisant cette distinction. Vous pourriez être tenté de l'obscurcir.

Par exemple :

« Je ne vois pas cette machine à écrire comme elle est maintenant. »

« Je ne vois pas cette clé comme elle est maintenant. »

« Je ne vois pas ce téléphone comme il est maintenant. »

Commencez avec les choses qui sont les plus proches de vous, puis étendez-en la portée:

« Je ne vois pas ce porte-manteaux comme il est maintenant. »

« Je ne vois pas ce visage comme il est maintenant. »

« Je ne vois pas cette porte comme elle est maintenant. »