

Neville Goddard - Synthèse

But

Le but est de réaliser ce qui est souhaité, que cela soit un état d'être intérieur ou une création dans le monde extérieur, en sachant et surtout en expérimentant, que tout part de notre état intérieur. Depuis le document "Neville Goddard - Notes du livre", j'ai sélectionné, regroupé et synthétisé les propos pour les organiser avec cohérence et clarté - selon ma perspective. Ceci dans le but de faciliter la compréhension concernant d'autres manières de réaliser ce qui est souhaité. Cette perspective ne sera peut-être pas la vôtre mais ça n'est pas important. Je trouve que ce qui compte est que quelque chose dans ce document vous soit bénéfique, tout simplement.

Organisation des propos

Certaines tournures de phrases peuvent mieux convenir que d'autres. Régulièrement, la *forme* des phrases (le choix des mots) est différente, mais le *fond* - le message, le but, l'idée - est identique. Même s'il y a une forme d'ordre des chapitres, vous verrez petit à petit des liens entre les chapitres selon vos préférences. Les 90% environ des phrases viennent du livre, j'ai parfois modifié un mot dans une phrase pour que cela soit plus adapté au langage actuel. Les 10% restants sont des ajouts personnels. Je ne l'ai pas précisé dans chaque phrase, ça serait trop long. Je vous le dis ici pour que vous ayez une idée de la forme de ce document. Et étant donné la nature, le fond des propos, c'est plus simple pour vous et pour moi de faire comme ça.

Des audios de Neville sont disponibles sur Youtube. Chercher, par exemple, "Neville Goddard Julie DK".

Pour la suite, à vous de sélectionner ce qui vous convient et d'oublier le reste. Je recommande l'appropriation de ce qui est écrit pour que cela vous soit utile. Voilà pourquoi je fournis le document en format Word: pour copier, supprimer, modifier, reformuler les phrases.

Avis personnel quant à la valeur de l'imagination

Si chaque humain prenait conscience de sa capacité d'imagination pour créer une vie meilleure - selon les choix personnels - aucun mot, aucun texte ne pourrait représenter la vie géniale que nous pourrions tous vivre. Je suis content d'écrire cela car je dois apprendre ou réapprendre cette capacité et j'en suis très heureux.

Fait le 21 août 2024 par Stéphane Egli. Contact: stephane.egli@gmail.com

Table des matières

1	La conscience	3
1.1	La création.....	4
1.2	S'élever	4
1.3	Divers	5
1.4	Donner et recevoir.....	5
2	Désirer, demander, se reposer, recevoir.....	5
2.1	Désirer	6
2.2	Demander, décréter	7
2.3	Se reposer	7
2.4	Recevoir.....	8
3	Réception-Impression-Expression.....	8
3.1	La réception.....	8
3.2	L'impression.....	8
3.3	L'expression	9
4	Un exemple de pratique.....	9
5	Conviction, foi et limites, doutes	11
6	Diriger l'attention.....	12
7	Le temps et l'espace	12
8	L'imagination ou processus de création	12
8.1	Les liens avec la foi.....	13
8.2	La rêverie contrôlée.....	13
9	Le sommeil	14
9.1	L'humeur	14
10	La prière.....	15
11	La double nature de la conscience : le conscient et le subconscient.....	15
11.1	Le vrai et le faux n'existent pas	16
11.2	Les sentiments indésirables.....	16
11.3	La maîtrise.....	17
11.4	La réalisation du désir.....	17
11.5	Ma responsabilité.....	18
12	La loi de réversibilité	18

1 La conscience

Je suis d'abord conscient d'être, puis conscient d'être un homme. Ma conscience inconditionnelle d'être est plus grande que mon état conditionné ou ma conception de moi. Je suis plus grand que ce dont je suis conscient d'être actuellement.

Ma conscience est la cause des expressions de la vie et la vie me récompense avec ce que j'affirme être vrai de moi. Mon environnement reflète ce que je suis en conscience. Je suis toujours envoyé dans l'expression par ma conscience et mon expression est toujours celle dont je suis conscient d'être. J'attire dans mon monde ce que je suis conscient d'être. La nature de la manifestation est déterminée par l'état de conscience dans lequel je me trouve. Ma conscience ne demande pas la permission d'exprimer ce que je suis conscient d'être.

Si je suis insatisfait de mon expression actuelle de la vie, je dois naître à nouveau. La renaissance est l'abandon du niveau dont je suis insatisfait et l'élévation au niveau de conscience que je désire exprimer et posséder. Mourir à l'un et vivre à l'autre. Ma conscience comme la cause de la naissance (du début) et de la mort (de la fin) de toute expression.

Je détourne mon attention de ce qui semble si réel et j'élève ma conscience vers ce que je désire être. L'abandon concerne notre conception actuelle de soi avec toutes nos limitations.

C'est vers ma propre conscience que je dois me tourner pour découvrir la seule réalité. C'est là et seulement là que je réveille ce qui est endormi.

Lorsque la croyance et la volonté sont en conflit, la croyance l'emporte toujours. Ce n'est pas ce que je veux que j'attire. J'attire ce que je crois être vrai. Ce n'est pas tant une volonté forte qui envoie la parole subjective en mission que la pensée claire et le sentiment de la vérité de l'état affirmé.

J'exprime tout ce que je prétends être. J'affirme que je suis mon idéal désiré, dans le présent. Je décide que l'invisible apparaisse, puis il apparaîtra. Sans effort ni mots, à chaque instant, l'homme s'ordonne d'être et de posséder ce qu'il a conscience d'être et de posséder. Je suis conscient d'être ce que je veux paraître.

Je change l'intérieur, l'impression; c'est la cause. L'extérieur, l'expression prendra soin d'elle-même; c'est l'effet, le résultat de la cause. Mon monde, dans ses moindres détails, est la ressemblance objectivée de l'état de conscience subjectif dans lequel ma conscience demeure. Les états objectifs témoignent des impressions subconscientes.

Mon monde est défini par ma conception de moi PLUS mes conceptions des autres. Ma conception de l'autre qui n'est pas sa conception de lui-même est un cadeau qui m'est rendu.

Tous les hommes sont suffisamment sensibles pour reproduire les croyances que j'ai à leur égard. Tout le monde peut être transformé, toute pensée peut être transmise, toute pensée peut s'incarner visiblement. On ne donne pas à l'autre, on ressuscite ce qui est endormi en lui.

Je fais aux autres ce que je voudrais qu'ils me fassent. Mon paradis est défini par l'état de conscience dans lequel je vis, qui est constitué de tout ce que j'accepte comme vrai pour moi et pour les autres. Les suggestions sont comme des boomerangs. Mon monde est un cadeau que je me suis fait. La nature de ce cadeau est déterminée par la conception que j'ai de moi et par les cadeaux non-acceptés que j'ai offerts aux autres.

Tous les phénomènes sont formés de la même substance qui vibre à des rythmes différents.

1.1 La création

Au commencement était la conscience inconditionnée de l'être, puis elle est devenue conditionnée en s'imaginant être quelque chose. C'est le début de la création. Concevoir puis devenir. Le vide puis la forme. Le concepteur est plus grand que ses conceptions tout en restant un avec. Le sentiment réalise l'union entre la conscience inconditionnée et conditionnée. Le créateur est lié à sa création par le sentiment.

Le pouvoir de concevoir, de créer et la chose conçue, la création, sont un; et le pouvoir de concevoir est plus grand que la conception. Toutes les conceptions sont des limitations de celui qui les conçoit. La conception que j'ai de moi détermine ce que je vois être dans mon monde.

Conscience inconditionnée: un sentiment de savoir ce que JE SUIS sans savoir qui JE SUIS. Je suis conscient d'être un homme, je n'ai pas besoin d'être un homme pour être conscient d'être.

J'adopte l'attitude d'esprit comme si j'étais déjà dans ce nouvel état d'être ou que j'avais déjà la chose désirée. Je sens la présence de la chose désirée, j'actualise subjectivement un état en m'imprégnant, par le ressenti, d'un état conscient défini, c'est le secret de la création.

Je cesse de m'identifier aux divisions en devenant indifférent à ces affirmations. L'indifférence est le couteau qui tranche. Le sentiment est le lien qui unit.

L'élimination de la croyance que je suis un homme révèle ma conscience en tant que chef, responsable de la création.

1.2 S'élever

Le pouvoir de s'élever est en nous, c'est notre conscience. Je m'élève à un niveau supérieur de conscience en détournant mon attention de mes limites actuelles et en la plaçant sur ce que je désire être. Ce faisant, je manifeste le niveau ascensionné, exprimant cette conscience nouvellement acquise.

Sachant que la conscience s'objective elle-même, l'homme doit pardonner à tous les hommes d'être ce qu'ils sont. Je dois réaliser que tous les hommes expriment ce qu'ils sont conscients d'être. Le pardon permet une élévation de conscience.

Je cherche toujours à transcender toutes les conceptions de moi. Je me crois être ce qui transcende.

Je change la conception de moi et je transformerai automatiquement mon monde pour qu'il soit conforme à ma nouvelle conception de moi. J'imagine ce que je suis conscient d'être.

Mon comportement est influencé par mon hypothèse subconsciente concernant mon rang social et intellectuel et celui de la personne à laquelle je m'adresse. Je recherche et j'évoque le rang le plus élevé et le plus noble de tous, celui qui dépouille l'homme de sa moralité et le revêt d'une gloire immortelle intacte.

Je ne juge pas selon les apparences, je juge avec droiture. Je vois les autres comme je veux qu'ils soient, j'entends que ce que je veux entendre. Je vois que le bien chez les autres. En moi, il n'y a pas de condamnation, car je transforme le monde par ma vision et mon écoute.

1.3 Divers

Tout commence et finit dans la conscience. Que crois-je que ma conscience est? Toute destruction apparente est le résultat d'un changement de conscience.

Transformer "Voir c'est croire" en "Croire c'est voir". C'est notre croyance en une chose et non la chose elle-même qui nous aide.

Je peux être pour les autres que ce que je suis pour moi.

Les hommes s'adressent symboliquement à la partie du monde qui diffère de la leur.

Liens entre les mots: invisible, visible - viser, vision.

1.4 Donner et recevoir

Donner, c'est simplement croire, car ce que je crois vraiment des autres, je l'éveillerai en eux. L'état vibratoire transmis par ma croyance persiste jusqu'à ce qu'il éveille la vibration correspondante chez celui dont je crois. Avant de pouvoir être transmis, l'état vibratoire doit d'abord être éveillé en moi, l'émetteur. Tout ce qui est éveillé dans ma conscience, je le suis.

Donnez et vous recevrez. Les croyances éveillent invariablement ce qu'elles affirment. Le monde est un miroir dans lequel chacun se voit reflété. Le monde objectif reflète les croyances de l'esprit subjectif.

Donner présuppose la capacité de recevoir. La possibilité d'imprimer une idée dans un autre esprit présuppose la capacité de cet esprit à recevoir cette impression.

2 Désirer, demander, se reposer, recevoir

Ce chapitre présente un processus de manifestation. Il a des similarités avec le chapitre 3: Réception-Impression-Expression. Ces deux chapitres sont le cœur du processus, du mécanisme de manifestation, de création, de réalisation - de l'idée et du désir jusqu'à la réalisation dans notre vie. De l'invisible au visible.

Un grand but pour tous les humains, à mon avis, est une appropriation de ce mécanisme.

Les idées enveloppées de sentiments sont des actions créatives. Ce que j'absorbe en tant que sentiment, je le fais ressortir en tant que condition, action ou objet dans l'espace.

Pour saisir les grandes manifestations de la vie, j'entre dans des états de conscience plus profonds et plus libres. La porte des sens doit être fermée hermétiquement avant que ma nouvelle revendication puisse être honorée. Je vis et je m'approprie la nouvelle conscience.

Je reste fidèle à mon nouvel état jusqu'à ce que la plénitude soit atteinte. Je vis consciemment dans l'état d'être de ma revendication consciente. Ainsi je ressusciterai et réaliserai mon désir.

Si je ne suis pas conscient d'être ce que je cherche, je ne le trouverai pas. "Je me sentirai bien" signifie "Je suis malade"¹. Je n'attire jamais ce que je veux, j'attire toujours ce que je suis conscient d'être.

Chaque idée dans mon esprit est associée à un sentiment précis. Je saisis le sentiment associé à mon souhait réalisé en assumant le sentiment que je suis déjà en possession de la chose que je désire, puis mon souhait s'objectivera et je recevrai. Si je suis parfaitement discipliné, je suis toujours en phase avec mon souhait en tant que fait accompli.

1) Au lieu de lutter contre l'évidence des sens extérieurs, je prétends être et je sens être ce que je désire être. Lorsque mon attention se porte sur cette affirmation, les portes des sens se ferment automatiquement contre mon ancien maître (celui que j'étais conscient d'être).

2) Lorsque je me perds dans le sentiment d'être (celui que j'affirme maintenant être vrai de moi), les portes des sens s'ouvrent à nouveau, révélant que mon monde est l'expression parfaite de ce que je suis conscient d'être. Puis vient l'apparition de la chose, de l'état désiré.

2.1 Désirer

Je dois savoir ce que j'attends de la vie. J'assume et je m'approprie l'état de conscience que je désire exprimer. Le désir doit être fixé et uni à la conscience pour lui donner une réalité. J'accepte mon désir.

Les désirs sont des états de conscience cherchant à s'incarner. Le désir fondamental - l'objectif réel - contient le plan et le pouvoir d'expression. Le désir est l'indication positive de capacités illimitées pour sa réalisation. La preuve que je suis suivra l'affirmation que je suis, pas l'inverse.

¹ J'affirme au présent, affirmer au futur crée une séparation.

Tout désir doit être déterminé par un besoin. Les besoins, apparents ou réels, seront satisfaits s'ils sont accueillis avec suffisamment d'intensité comme des désirs définis.

Je peux choisir un idéal vers lequel tendre, un état à désirer et à acquérir, un but pour améliorer ma vie, celle des autres, selon ce que je souhaite. Comment me sentirais-je si j'étais ce que je désire être?

Ajouter, enlever (se contenter de moins) ou modifier des éléments compromet et complique le désir², tout comme planifier (le "comment").

J'atteins le sentiment désiré (exemple: la bonne santé) avant même d'en avoir la moindre preuve dans mon monde. Je laisse de côté tout jugement et je m'élève en conscience jusqu'au niveau de mon désir, je fais un avec lui en affirmant qu'il en est ainsi maintenant.

L'homme indiscipliné voit une opposition à la réalisation de son désir et à cause de la frustration, il forme des désirs de destruction qu'il croit devoir exprimer avant que son désir fondamental ne se réalise.

2.2 Demander, décréter

J'ose revendiquer mon désir. Je revendique des qualités - que je n'ai pas encore - au point d'en être convaincu, et mes revendications seront honorées. Je décrète en conscience, pas avec des mots, ce qui apparaîtra et s'accomplira dans mon monde.

Etre dans la nature des choses demandées avant de pouvoir les recevoir. Pour entrer facilement dans cette nature, une amnistie générale³ est nécessaire. S'élever en conscience jusqu'au naturel de la chose ressentie, c'est ouvrir en grand la porte et inviter cette chose à s'incarner.

L'impression consciente doit être faite pour entrer dans le repos mental. Je réussis à prendre conscience d'être ce que je désire être avant d'entrer dans le silence, le repos.

Je ressens intensément, je me repose avec confiance, j'attends, puis la chose, l'état apparaît dans mon monde. Je rends visible l'invisible par le commandement "JE SUIS CELA".

2.3 Se reposer

La fixation de la nouvelle revendication consciente est suivie d'un temps de repos, de non-effort. Ce repos mental est accessible lorsque je réussis à faire un ajustement psychologique. Le repos mental vient après l'état psychologique fixé.

² Pour illustrer cette idée de "complication du désir", voir le film: Spider-Man: No way home, 2021, dès la 22ème minute et 30 secondes environ. Spider-man modifie trop son désir et Strange n'arrive pas à le réaliser. Mon interprétation: Spider-man est moi, Strange est les mécanismes de l'univers.

³ Cette amnistie générale - dans l'idée - pourrait ressembler à un oubli de tout ce qu'on pensait vrai concernant les processus, fonctionnements, mécanismes de notre réalité, que ce soit de nous-même et du monde. L'oubli des "anciens paradigmes" dont on peut entendre parler. Une autre idée pour aider: c'est parfois bien plus facile de "repartir de zéro" que de chercher à comprendre ce qui ne va pas pour retrouver ce qui convient - en terme de fonctionnements, de mécanismes. Ce nouveau départ est notre désir, plus rien d'autre n'existe à part lui. Si simple qu'on a quelques difficultés à croire que ça pourrait fonctionner?

Si je suis convaincu que mon nouveau sentiment, ma nouvelle vision, est acquise, alors je pourrai être tranquille, être serein.

C'est l'intervalle de temps entre l'impression (état subjectif intérieur) et l'expression (manifestation extérieure). C'est une période d'incubation pour la manifestation.

2.4 Recevoir

J'ai déjà accepté le don qui n'était qu'un désir avant que je ne m'élève en conscience. Je me sens reconnaissant d'avoir reçu ce qui n'est pas encore apparent pour les sens. Je suis devenu un dans la conscience de la chose pour laquelle j'ai remercié. Je remercie d'avoir déjà reçu. Ma foi est maintenant la substance qui habillera mon désir.

3 Réception-Impression-Expression

L'attitude réceptive de l'esprit est l'aspect qui reçoit les impressions; l'aspect féminin. Ce qui fait l'impression est l'aspect pressant; l'aspect masculin. Avec le temps, l'impression devient une expression, qui est toujours la ressemblance et l'image de l'impression.

3.1 La réception

Cette attitude réceptive est l'état de conscience à adopter avant qu'une impression se fasse. Lorsque cet état d'esprit souple et impressionnant est atteint, je commence à me convaincre que je suis ce que je veux être en affirmant, en visualisant et en ressentant que j'exprime et possède maintenant ce que j'ai décidé être et avoir. Je continue dans cette attitude jusqu'à ce que l'impression soit faite.

Je dois perdre mon identité en prenant la nature de la chose désirée. J'accepte de renoncer à mes limites et à mon identité actuelle pour devenir ce que je désire être. Je cherche en conscience la chose désirée en assumant la conscience de la qualité désirée.

3.2 L'impression

Ma conscience - JE SUIS - est le potentiel illimité sur lequel les impressions sont faites. JE SUIS est le fondement sur lequel repose l'état défini ou la conscience de moi. JE SUIS n'est pas défini par ces états définis et n'en dépend pas pour son existence.

Les impressions de manque produisent du manque⁴. Ne pas souhaiter "Je ne veux pas manquer de [quelque chose]." mais affirmer au présent son désir. C'est en affirmant que je suis ce que je désire être que j'exprimerai mes désirs. Le fait de ressentir un état produit cet état.

Mes actions, mes expressions, sont déterminées par mes impressions subconscientes. L'illusion de libre arbitre, ma croyance en la liberté d'action, est mon ignorance des causes qui me font agir. Je me crois libre car j'ai oublié le lien entre moi et l'événement. L'homme éveillé est contraint d'exprimer ses impressions subconscientes.

⁴ Les blessures, répressions émotionnelles et/ou les conditions sociales de vie, peuvent amener à des sentiments de manque et nous faire douter du processus, qu'un désir "impossible" puisse vraiment se produire. Je suggère donc de prêter attention à ces schémas intérieurs et de les modifier.

Chaque réaction fait une impression subconsciente, et à moins d'être contrée par un sentiment opposé et plus fort, sera la cause d'une action future.

Un changement d'impression entraîne un changement d'expression.

3.3 L'expression

Les expressions suivent les impressions, pas l'inverse. Toute expression est le résultat d'une impression de moi. Tous les états définis ou conceptions de moi ne sont que des expressions éphémères de mon être.

Tous les changements d'expression sont provoqués par un changement de sentiment. Un changement de sentiment est un changement de destin.

4 Un exemple de pratique

Avant de commencer cet exercice, je recommande de définir ce qu'on désire. Cela évitera de chercher lors de l'étape 4.

1) Je me mets dans une position confortable (lit, fauteuil,...) la colonne vertébrale la plus droite possible pour bien respirer, avec ou sans musique relaxante⁵. Le mieux est de se couper des bruits ambiants et de toute distraction et dérangement. Je me détache du monde des sens. Je suis dans un état émotionnel serein, calme, sans contrariété.

2) Je dis et répète tranquillement et avec le sentiment d'être: "JE SUIS". Petit à petit, je perds toute conscience du monde et je me connais en tant qu'être. Je suis comme perdu dans le sentiment d'être simplement - sans visage et sans forme - sans conditionnement. Je ne me trouve plus ni dans un lieu (chez moi), ni dans un temps (telle ou telle date).

3) Je peux sentir une sorte d'expansion de mon corps, comme s'il devenait un peu plus grand, plus large. Je sens que je suis sans visage et sans forme et je continue à le faire jusqu'à me sentir flotter. Le flottement est un état psychologique qui nie complètement le physique. Je refuse de réagir aux impressions sensorielles pour être en pure réceptivité. Je meurs à mes limites.

Dans cet état de détachement complet, une pensée unique et déterminée peut être gravée dans ma conscience non modifiée. Cet état de conscience est nécessaire à la véritable méditation.

4) Lorsque j'atteins cette expansion de conscience, ce sentiment d'expansion, je donne forme à la nouvelle conception en moi. Je revendique les qualités désirées (l'état, la chose). Je sens être ces qualités, elles s'imprègnent en moi.

JE SUIS... (exemple: en bonne santé). Je recherche la qualité en conscience jusqu'à me sentir être cette qualité. Lorsque je me perds dans le sentiment de cette qualité, elle s'incarne dans mon monde.

⁵ Comme musique relaxante, il y a des musiques avec des fréquences précises qui peuvent bien convenir. Par exemple des musiques avec les ondes alpha (voir les liens entre les fréquences et le cerveau).

Lorsque je ressens l'état désiré, la visualisation, je reste dans cet état psychologique jusqu'à obtenir une réaction consciente de satisfaction complète pour cette victoire. Je continue à revendiquer et à me sentir la qualité désirée (ex: en bonne santé) jusqu'à la conviction totale, que les doutes disparaissent, que je sais et sens que je suis libéré des limitations du passé.

5) La joie me parcourt en sentant que je suis ce que je souhaite être. En contemplant, en étant et en possédant ce que j'ai décidé être et avoir, un frisson de joie me parcourt à chaque inspiration. Son intensité augmente. Dans une dernière inspiration, j'explose de joie et je sais par mon sentiment que je suis fécondé. Dès l'impression faite, j'ouvre les yeux et reviens dans le monde. Dans cette attitude réceptive, j'accomplis l'acte spirituel de la génération. Le doute est la seule force capable de perturber l'impression.

Lorsque je retourne dans le monde des sens, la conviction et la conscience que je suis (ex: en bonne santé) est si bien ancrée en moi que je tressaille d'impatience.

La foi ou le sentiment est le secret de cette appropriation du processus, du mécanisme de manifestation.

Je marche dans le secret et la joie pendant l'intervalle de temps nécessaire pour que l'impression devienne une expression. En traversant cet intervalle de temps pour que les choses ressenties s'incarnent, je ressens un frisson secret en sachant que ces choses seront mises en place. Au moment où je ne pense pas, alors que je marche fidèlement dans cette conscience, je commencerai à exprimer et à posséder ce que je suis conscient d'être et de posséder.

Complément pour les étapes 4 et 5

Je ferme les yeux et je sens que l'endroit où je me trouve est l'endroit désiré. Ce n'est pas un voyage mental mais un effondrement de l'espace. Dit autrement, je fais venir la nouvelle réalité à moi, je ne vais pas vers elle. Je sens et ressens la réalité jusqu'à être consciemment impressionné par ce fait. Puis, j'invite la solution à venir remplir cet espace. Je fais venir ma visualisation, je sens sa proximité, sa présence immédiate, sa réalité et sa solidité. Je sens le frisson de l'accomplissement réel et la joie de la possession. Je fixe un état psychologique précis, là où je suis dans la conscience, je serai aussi dans le corps.

J'imagine que j'entends la voix d'un ami qui me raconte qu'il est ou qu'il possède ce qu'il souhaite. Ou je peux même créer un dialogue entre nous. Je ressens le frisson de l'avoir entendu puis je laisse tomber complètement.

6) Quand ma revendication est établie au point d'être convaincante, je commence à attirer à moi les preuves⁶ de ma revendication.

⁶ Les preuves, résultats sont variables selon le souhait. Les synchronicités (événement, rencontre,...) sont un exemple de preuve - je dirai - très fiables et positives pour des étapes d'accomplissement du désir.

5 Conviction, foi et limites, doutes

La conviction que j'ai de moi détermine mon expression dans la vie. La foi est la substance de ce que j'espère, l'évidence de ce que je ne vois pas encore. Je dois être absolument convaincu de l'existence d'un lien permanent entre la réalité invisible et sa manifestation visible. Ma confiance dans cette procédure est la clé. Je rends possible l'impossible par ma foi.

Je ne suis pas préoccupé par le résultat. Je ne conditionne pas le désir. Cela signifie que je ne dirige pas mon attention sur le "comment" mon désir sera réalisé, qui est une emprise mentale. La tendance à vouloir "tout contrôler" est un frein. Spéculer, réfléchir sur le "comment" montre que je doute de la fiabilité du processus de manifestation. Je fais disparaître les doutes.

Nous avons souvent appris que pour avoir quelque chose ou être quelqu'un, nous devons "travailler dur" ou/et ne rien désirer "de plus", oublier, ignorer nos désirs. Ces attitudes sont comme des héritages et nous pouvons les changer.

L'immobilité est la conviction profonde que tout va bien, que c'est fait. La notion d'immobilité ressemble à une tranquillité d'esprit. Je ne repense pas à mon désir qui arrivera bientôt. Donc, j'ai confiance dans le mécanisme.

Lorsque je crois en la valeur des conseils qui me sont donnés et que j'applique, j'établis en moi la réalité du succès.

Chercher la cause de ma confusion dans le monde des effets est infructueux.

Je suis déjà ce que je veux être, mon refus de le croire est la seule raison pour laquelle je ne la vois pas. J'ignore l'évidence des sens et je m'approprie le sentiment du désir réalisé : c'est la voie de la réalisation de mon désir.

L'idée désirant se manifester est détruite par l'explication raisonnable ou la sagesse. Je n'ai pas besoin des contraintes de la raison. La seule contrainte à laquelle je peux obéir est le mystérieux instinct qui m'apprend à éliminer toute humeur autre que celle du désir accompli.

L'échec est toujours dû à une autosuggestion contraire, découlant d'un doute. Beaucoup d'entre nous, soit par manque d'émotion, soit par excès d'intellect - des obstacles⁷ sur le chemin de la prière - ne peuvent pas croire ce que leur sens nie. Se forcer à croire aboutira à un doute encore plus grand. Pour éviter les contre-suggestions, je dois ignorer, objectivement, les suggestions qu'on me donne.

Des exemples de ce qui peut nous limiter: nos différents rôles dans la société, l'image qu'on veut donner aux autres pour différentes raisons, les blessures émotionnelles pas guéries. Je laisse mon passé tranquille. Si c'est difficile: évacuer, exprimer les émotions, pardonner, se pardonner.

⁷ Un obstacle, une difficulté peut être perçue comme une expérience difficile, "négative". Nous pouvons aussi percevoir cette même expérience comme un moyen pour apprendre, pour mieux se connaître.

Je connais assez le pouvoir des émotions pour affirmer que selon le parcours de vie - et surtout le début de vie - ça peut-être délicat dans le présent. Et aussi, surtout: se revaloriser, être/chercher à être digne de soi.

6 Diriger l'attention

Du problème à la solution

Chaque problème révèle sa propre solution sous la forme d'un désir de se libérer du problème. Je dirige mon attention vers ce que je cherche. Je détourne consciemment mon attention de mon problème et je dirige ma conscience sur ce que je désire exprimer. Je deviens indifférent et je commence à sentir la solution souhaitée en me sentant déjà être ce que je désire.

Ce que j'entends

Je dois être sélectif dans ce que j'entends et accepte comme vrai. Tout ce que j'accepte comme vrai laisse une impression sur ma conscience et doit, à terme, être défini comme une preuve ou une réfutation. Je conditionne ma perception auditive. Je réagis uniquement aux impressions que je décide. Dès ma revendication consciente établie, je continue dans cette confiance jusqu'à la récompense reçue. Tout attribut revendiqué consciemment se manifestera.

Le calme intérieur

Le calme est atteint en observant l'observateur. Je me persuade que je suis ce que je désire être jusqu'à ce que mon esprit se calme dans la conviction qu'il en est ainsi.

7 Le temps et l'espace

Le temps étant relatif, il doit être éliminé, et notre désir sera exaucé. Notre capacité à demeurer à n'importe quel moment dans le temps nous permet d'utiliser le temps dans notre voyage vers la demeure désirée, vers le désir choisi.

La conception que j'ai de moi détermine automatiquement la vitesse nécessaire pour exprimer ce que j'ai conçu d'être.

Je fais en sorte que l'intervalle de temps soit naturel pour la réalisation de mon désir. La nature, qui a horreur du vide, se précipite pour le combler. La nature façonne ainsi un moule à l'image de ce que je crée potentiellement, à savoir la joie d'avoir réalisé mon désir défini.

La distance, l'espace, n'existe pas pour l'esprit subjectif. Que l'objet de mon désir soit proche ou lointain, les résultats seront les mêmes. Un frein est de considérer l'espace comme un obstacle.

8 L'imagination ou processus de création

L'imagination est le début de la création. D'abord, j'imagine ce que je désire, puis je le crois vrai. J'imagine et j'attends toujours le meilleur. Grâce à mon pouvoir d'imaginer et de ressentir, et à ma liberté de choisir l'idée que je vais entretenir, j'ai le contrôle de la création. J'imagine que j'ai réalisé mon souhait, sous forme d'images et de sentiments. J'échouerais seulement si je ne parviens pas à me convaincre de la réalité de mon souhait.

Dans mon for intérieur, dans mes profondeurs, chaque idée existe en elle-même et non en relation avec quelque chose d'autre. Tout ce que je peux voir, toucher, expliquer, discuter, sont des moyens que je peux utiliser pour imaginer. Le processus créatif commence par une idée et son cycle se déroule sous la forme d'un sentiment et se termine par une volonté d'agir.

Le monde changera quand je changerai ma conception du monde. Je n'ai que moi à changer, je n'ai ni adversaire ni aide pour provoquer ce changement en moi. Je dois simplement me convaincre de la véracité de ce que je souhaite voir se manifester. La réalisation de mon souhait s'accomplit en assumant le sentiment du souhait accompli.

Je suis un rêveur éternel qui rêve des rêves non éternels.

L'imagination et la foi sont les deux secrets de la création.

8.1 Les liens avec la foi

L'imagination et la foi (ou confiance) sont les seules facultés de l'esprit nécessaires pour créer des conditions objectives. La foi nécessaire au bon fonctionnement de la loi de la conscience est une foi purement subjective pouvant être atteinte seulement si mon esprit objectif cesse de s'y opposer activement. Cette foi dépend de ma capacité à ressentir et à accepter comme vrai ce que mes sens objectifs nient. L'imagination est le point de départ de la croissance de toutes les formes, et la foi est la substance à partir de laquelle elles sont formées. L'attente confiante (le repos) d'un état est le moyen le plus puissant pour le réaliser.

8.2 La rêverie contrôlée

L'activité et le pouvoir de l'esprit subjectif sont proportionnels au sommeil de l'esprit objectif. Des suggestions qui semblent impuissantes lorsqu'elles sont présentées directement à la conscience objective sont très efficaces lorsque le sujet est en état d'hypnose. L'état hypnotique consiste simplement à ne pas être conscient, objectivement. L'esprit conscient est endormi (voir exemple au chapitre 4) et les pouvoirs subconscients sont exposés de manière à pouvoir être directement atteints par la suggestion.

Dans la rêverie contrôlée, les idées doivent être suggérées avec la plus grande prudence. Si je ne contrôle pas mon imagination dans la rêverie, c'est elle qui me contrôlera. Ce que je suggère avec confiance est une loi pour l'esprit subjectif; il est tenu d'objectiver ce que j'affirme mentalement.

Contrôler le subconscient c'est dominer sur tout. Chaque état obéit au contrôle d'un seul esprit. Le contrôle du subconscient s'effectue par le contrôle de mes croyances, qui à leur tour sont le facteur tout-puissant des états visibles.

Les images visuelles, les sons mentaux et les actions mentales sont des créations de mon imagination. Bien qu'ils semblent venir de l'extérieur, ils viennent en fait de l'intérieur. Par exemple, j'entre dans l'esprit de mes conversations mentales et je leur donne le même degré de réalité qu'une conversation téléphonique.

Certaines personnes sont plus impressionnées par des images visuelles, d'autres par des sons mentaux et d'autres encore par des actions mentales. La forme d'activité mentale qui permet de concentrer toute la puissance de mon attention dans une direction choisie est celle qu'il faut cultiver, jusqu'à ce que je puisse faire jouer toutes les formes d'activités pour atteindre mon objectif en même temps.

Je crée ma propre histoire, mon scénario, d'une scène que je souhaite. En ajoutant des détails, des qualités d'être, ou d'autres éléments, je renforce mon imagination et donc la réalité de ce scénario imaginé.

Tout rêve peut être réalisé par ceux qui ont l'autodiscipline d'y croire.

9 Le sommeil

Le sommeil est la porte naturelle du subconscient, il est comme "la porte du paradis". Dans le sommeil et la prière, un état proche du sommeil, je pénètre dans le subconscient pour y loger mes impressions et recevoir mes instructions. Dans ces états, conscient et subconscient se rejoignent de manière créative.

Ce que j'ai en conscience au moment de m'endormir est la mesure de mon expression dans les deux tiers éveillés de ma vie terrestre. Le sommeil dissimule l'acte créateur tandis que le monde objectif le révèle.

Si je ne définis pas consciemment et délibérément l'attitude d'esprit avec laquelle je m'endors, je m'endors inconsciemment dans l'attitude d'esprit composée de tous les sentiments et réactions de la journée. Donc, je ne m'endors jamais avec un sentiment de découragement, d'insatisfaction, avec la conscience d'avoir échoué.

Pour changer cela, j'imagine, je crée un scénario, une petite histoire, pour transformer ma mauvaise expérience en bonne expérience. Par exemple, si je me suis énervé avec quelqu'un, j'imagine une nouvelle rencontre qui se passe dans une bonne entente.

Je m'endors dans le sentiment du souhait réalisé. L'exemple pratique au chapitre 4 peut devenir une habitude et deviendra plus facile à réaliser en le faisant régulièrement.

9.1 L'humeur

L'expression de l'humeur est le secret du subconscient, qui reçoit des impressions uniquement par les sentiments.

D'une manière connue de lui seul, le subconscient donne à ces impressions une forme et une expression. Voilà pourquoi s'endormir de bonne humeur, grâce à la modification de nos expériences dérangeantes de la journée et/ou par l'imagination et la sensation de nos désirs, est un bon conseil.

10 La prière⁸

La prière est une illusion de sommeil qui diminue l'impression du monde extérieur et rend l'esprit plus réceptif aux suggestions de l'intérieur. Elle concerne presque entièrement le subconscient. La prière est l'art d'assumer le sentiment d'être et d'avoir ce que je veux; l'art de croire ce qui est nié par les sens. La prière est l'art de se plier au souhait et non de le forcer. La prière doit être sans effort. Les prières sont fructueuses s'il y a un rapport entre le conscient et le subconscient. Cela se fait par l'imagination et la foi.

Le but est de modifier ou changer nos hypothèses subconscientes par ce qui est appelé "prière". Un changement d'hypothèse est un changement d'expression. Par la prière, le subconscient est amené à accepter le souhait réalisé et, par un raisonnement déductif, le développe logiquement jusqu'à sa fin légitime.

Ma prière doit être exaucée si j'assume le sentiment que je suis déjà en possession de mon objectif, de mon souhait. Chaque fois que mon sentiment est en conflit avec mon souhait, c'est le sentiment qui l'emporte.

Pour réussir à faire du souhait un état accompli, je dois créer un état passif, une sorte de rêverie ou de réflexion méditative semblable au sentiment avant le sommeil. C'est un état de détente dans lequel je suis conscient et capable de bouger ou d'ouvrir les yeux, mais sans avoir envie de le faire. Je peux imaginer que j'ai sommeil. Dans cet état, j'imagine que j'ai réalisé mon souhait, sous forme d'images et de sentiment.

En acceptant la fin, le désir réalisé, je deviens totalement indifférent à un éventuel échec, car l'acceptation de la fin impose les moyens d'y parvenir.

11 La double nature de la conscience : le conscient et le subconscient

Une conception claire de la double nature de la conscience doit être à la base de tout véritable souhait. La conscience comprend une partie subconsciente et une partie consciente. Le subconscient est la partie la plus importante de la conscience. Il est la cause de l'action volontaire. Le subconscient est ce que l'homme est. Le conscient est ce que l'homme sait. Le subconscient et le conscient sont un, et le subconscient est plus grand que le conscient.

Ce dont je suis conscient est construit à partir de ce dont je ne suis pas conscient. Mes hypothèses subconscientes influencent mon comportement et façonnent aussi le modèle de mon existence objective. Le subconscient est ce par quoi tout est connu, ce par quoi tout est possible, ce par quoi tout passe, ce par quoi tout vient, ce qui appartient à tous, ce à quoi tous ont accès. Le subconscient est le conducteur universel que je modifie par mes pensées et sentiments.

La conscience est une et indivise, rassemble; pour les besoins de la création, la conscience semble divisée en deux. L'aspect conscient (objectif, masculin) et domine l'aspect subconscient (subjectif, féminin).

⁸ Le mot "prière" peut être remplacé par "souhait" ou un autre mot si besoin.

Pour imager, le conscient est la tête et le subconscient est le cœur. Ce leadership n'est pas celui du tyran mais celui de l'amoureuse ou de l'amoureux.

Le conscient est personnel et sélectif; le subconscient est impersonnel et non sélectif. Le conscient est le domaine de l'effet; le subconscient est le domaine de la cause. Le conscient génère des idées et les imprime dans le subconscient; le subconscient reçoit des idées et leur donne forme et expression. Le conscient impressionne le subconscient, tandis que le subconscient exprime tout ce qui lui est imprimé.

Le conscient raisonne par induction à partir de l'observation, de l'expérience et de l'éducation. Il peine donc à croire ce que les cinq sens et la raison inductive nient. Dit autrement: si je ne l'ai pas vu, vécu ou déjà appris, alors "ça" n'existe pas. Le subconscient raisonne de manière déductive et ne se préoccupe jamais de la vérité ou de la fausseté des prémisses⁹. Il part de l'hypothèse de la justesse des prémisses et objectivise les résultats qui sont cohérents avec les prémisses. Cette distinction doit être clairement perçue si je souhaite maîtriser l'art de la prière, tout comme l'importance, la puissance du subconscient par rapport au conscient.

Le subconscient transmet des idées d'un esprit à l'autre par télépathie. La télépathie nous permet d'être en communication immédiate avec autrui. Mes convictions inexprimées sur les autres leur sont transmises sans qu'ils en aient conscience ou qu'ils y consentent. Si elles sont acceptées inconsciemment par eux, elles influenceront leur comportement.

C'est par ces formes de relations, que toutes les choses évoluent à partir de la conscience.

11.1 Le vrai et le faux n'existent pas

Bonne, mauvaise ou indifférente, une idée ressentie doit être exprimée par le subconscient. Le subconscient n'aime pas la contrainte, il répond à la persuasion plutôt qu'au commandement. Le subconscient ne se préoccupe pas de la vérité ou de la fausseté de mes sentiments. Il accepte toujours comme vrai ce que je ressens comme vrai.

Le subconscient ne modifie pas les croyances que j'accepte. Il les décrit dans les moindres détails, bénéfiques ou non. Le subconscient n'émet pas d'idées, mais accepte comme vraies celles que l'esprit conscient ressent comme vraies et, d'une manière connue de lui seul, matérialise les idées acceptées.

Grâce à cette qualité du subconscient, tout est possible. Tout ce que mon esprit peut concevoir et ressentir comme vrai, le subconscient peut et doit l'objectiver.

11.2 Les sentiments indésirables

Ne jamais nourrir un sentiment indésirable, ne pas penser avec sympathie au mal sous quelque forme que ce soit. Ne pas s'attarder sur notre imperfection ou celle des autres. Cela reviendrait à imprégner le subconscient de ces limitations.

⁹ Prémisse: *Proposition, fait, d'où découle une conséquence.*

Ce qu'on ne veut pas qu'on nous fasse, ne sentons pas qu'on nous le fait ou qu'on va nous le faire, ou qu'on le fait ou ferait à quelqu'un d'autre.

Chaque sentiment fait une impression subconsciente et, à moins qu'il ne soit contrecarré par un sentiment plus puissant de nature opposée, ce sentiment doit être exprimé. Le sentiment dominant de deux sentiments est celui qui est exprimé. "Je suis en bonne santé." Sentir que je le serai, c'est avouer que je ne le suis pas. Ce que je pense être domine toujours ce que je pense vouloir être¹⁰.

11.3 La maîtrise

Toute création se produit dans le domaine du subconscient. Ce que je dois acquérir est un contrôle réfléchi, une maîtrise, du fonctionnement du subconscient, c'est-à-dire la maîtrise de mes idées et de mes sentiments.

La maîtrise n'est pas la restriction ou la répression des sentiments. La maîtrise est la capacité de transmuter, de modifier nos sentiments pour imaginer et entretenir des sentiments qui contribuent à notre bonheur.

La maîtrise de mes pensées et de mes sentiments est ma plus grande réussite et me permet de mener une vie pleine et heureuse.

Tant que je n'ai pas une parfaite maîtrise, le sommeil et la prière peuvent m'aider. Ce sont les deux portes d'entrée du subconscient.

11.4 La réalisation du désir

Pour impressionner le subconscient avec l'état souhaitable, je conçois d'abord une idée, un objectif, puis j'imprime l'idée conçue - par le moyen du sentiment (!) - dans le subconscient. L'idée seule ne suffit pas à exprimer le désir. Je transmets des idées à mon subconscient par le biais de mes sentiments.

Mes désirs sont acceptés dans mon subconscient seulement si j'assume le sentiment de leur réalité, car c'est par le sentiment qu'une idée est acceptée inconsciemment et c'est par cette acceptation inconsciente que cette idée est exprimée. En plus court: j'assume le sentiment de mon souhait déjà réalisé.

En définissant mon objectif, je dois uniquement me préoccuper de cet objectif. Je ne me préoccupe pas de la manière de l'exprimer ni des difficultés qu'il comporte. Donc, si je m'attarde sur des difficultés, mon subconscient va les imprimer puis les reproduire dans mon monde.

L'esprit subjectif (subconscient) est entièrement contrôlé par la suggestion. Les idées sont mieux suggérées lorsque l'esprit objectif (conscient) est partiellement subjectif, c'est-à-dire lorsque les sens objectifs sont diminués ou mis en suspens. Cet état partiellement subjectif peut être décrit comme une rêverie contrôlée, dans laquelle l'esprit est passif mais capable de fonctionner par absorption. Il s'agit d'une concentration de l'attention.

¹⁰ Formuler au présent, pas au futur.

Il ne doit pas y avoir de conflit dans mon esprit quand je prie. Je passe de ce qui est à ce qui devrait être. J'adopte l'état d'esprit d'un désir exaucé, et par la loi universelle de réversibilité, je réalise mon désir.

11.5 Ma responsabilité

C'est plus facile d'attribuer mon sentiment aux événements du monde que d'admettre que les conditions de monde reflètent mon sentiment. L'extérieur est le reflet de notre intérieur, notre subconscient. C'est peut-être délicat à concevoir car cela exige de moi une grande responsabilité. Il ne s'agit pas de chercher et pointer du doigt un coupable. Il s'agit de voir plus loin et de se sentir mieux afin d'améliorer notre vie. Dès que le coupable est connu, que faisons-nous, que souhaitons-nous de mieux?

12 La loi de réversibilité

La prière est un art et demande de la pratique. La première exigence est une imagination maîtrisée. Son exercice requiert la tranquillité et la paix de l'esprit. La répétition, comme réciter une phrase par cœur sans y croire, est vaine.

L'essence de la prière est la foi. La foi doit s'imprégner de l'intelligence pour acquérir cette qualité active qu'elle ne possède pas lorsqu'elle est isolée.

La loi universelle de réversibilité est le fondement de ces affirmations. Nous savons que toutes les transformations de force sont réversibles.

Exemples: la chaleur en mouvement mécanique, et le mouvement mécanique en chaleur; de l'électricité vers le magnétisme, du magnétisme vers l'électricité La cause et l'effet, l'énergie et la matière, l'action et la réaction sont identiques et interchangeables.

Si un fait physique peut produire un état psychologique, un état psychologique peut produire un fait physique. Cette loi est de la plus haute importance, car elle permet de prévoir la transformation inverse une fois que la transformation directe est vérifiée.

Si je sais comment je me sentirai si je réalisais mon objectif, alors, inversement, je saurai quel état je pourrai réaliser si j'éveillais en moi un tel sentiment.

L'injonction de prier en croyant que l'on possède déjà ce qu'on demande est basée sur la connaissance de la loi de la transformation inverse. Si ma prière réalisée produit en moi un sentiment ou un état de conscience précis, alors, inversement, ce sentiment ou cet état de conscience particulier doit produire ma prière réalisée.

Comme toutes les transformations de force sont réversibles, je dois toujours assumer le sentiment de mon souhait réalisé. C'est facile en ressentant la joie intérieure si mon objectif se réalisait.

Connaissant la loi de la réversibilité, l'homme discipliné transforme son monde en imaginant et en ressentant que ce qui est beau et bon. La belle idée que j'éveille en moi suscitera de l'affinité chez les autres.