



## L'idée d'un ailleurs

Ramener l'esprit en Soi est vraiment le fondement de la contemplation. L'esprit ordinaire est enclin à se projeter ici et là. Cependant, c'est comme si une fois à l'extérieur, il ne savait plus rentrer.

En réalité, puisqu'il s'agit d'une projection, il ne va nulle part. Il se comporte comme un élastique qui peut être tantôt ramassé, tantôt étiré. La tendance naturelle de l'élastique est de se ramasser en reprenant sa forme initiale. Il en va de même pour l'esprit.

Lorsque nous réalisons que les projections ne nous mènent nulle part ; nous les arrêtons. "Revenir en Soi" réapparaît comme un mouvement spontané lorsque nous ne voyons plus l'utilité ni la possibilité de nous trouver "ailleurs".