

**LA CYCLOMANCIE  
OU COMMENT LIBERER  
VOTRE PUISSANCE  
PSYCHIQUE**

par  
**Frank Rudolph Young**

# Tables de Matières

---

## PREMIERE LEÇON

COMMENT FAIRE TRAVAILLER POUR VOUS LE FANTASTIQUE POTENTIEL DE VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF . . . . . 3

Les deux preuves scientifiques «de confusion» (5). La Composition de votre Autoconscient Primitif (7). Description des 10 parties de votre Autoconscient Primitif (7). Trois étapes pour conduire votre Pouvoir Psychique dans n'importe quelle partie de votre corps (13). La dynamite cachée dans votre Irritabilité Protoplasmique (13). Les désavantages de l'Adaptation aux Ordres (14). Ce que peut faire pour vous un simple 1% de votre Inconscient Primitif (15).

## DEUXIEME LEÇON

COMMENT PLACER VOTRE ESPRIT CONSCIENT, LE CENTRE D'ENREGISTREMENT DE VOS SENSATIONS ET LE CENTRE DE CONTROLE DE VOS ORGANES SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 17

Comment améliorer la transmission du Commandement de votre Pouvoir Psychique (17). 7 exercices pour donner des ordres à votre Esprit Conscient au moyen des Commandements de votre Pouvoir Psychique (18). Comment développer votre Sens du Temps grâce au Contrôle du Pouvoir Psychique (21). Comment intensifier votre Pouvoir de Volition (22). Exercices pour rendre la pensée plus pénétrante pour le Contrôle du Pouvoir Psychique (24). Comment des faits miraculeux sont accomplis par le Contrôle du Pouvoir Psychique du Centre d'Enregistrement des Sensations et votre Centre de Contrôle des Organes sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (26). Comment développer la Discrimination Spatiale (28). Comment placer votre Centre de Contrôle des Organes sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (30).

### TROISIÈME LEÇON

COMMENT PLACER VOTRE CENTRE DE COORDINATION DES MUSCLES SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 33

Comment vous pouvez gagner infiniment avec les incroyables potentiels de votre Centre de Coordination des Muscles (33). Comment fonctionne votre Centre de Coordination des Muscles (34). D'autres façons dans lesquelles votre Centre de Coordination des Muscles vous aide (35). La Force Multipliée qui est donnée à vos Muscles par la Transmission du Commandement de votre Pouvoir Psychique sur votre Centre de Coordination des Muscles (37).

### QUATRIÈME LEÇON

COMMENT PLACER SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE LES POINTS DE JONCTION RESISTANTS DE VOS NERFS . . . . . 41

Votre Pont Nerveux Chimique et comment il conduit vos Messages et vos Commandements de l'autre côté du Point de Jonction des Nerfs (41). Votre Arc Psychique — et comment le créer pour réduire la Résistance au Point de Jonction des Nerfs (43). Ce que fait votre Arc Psychique au Point de Jonction des Nerfs quand vous lui ajoutez le Contrôle du Pouvoir Psychique (44). Comment acquérir plus rapidement la maîtrise d'une nouvelle spécialité grâce à l'Arc Psychique (45). Comment votre Arc Psychique contrôle votre Chemin Commun Final (48). Le Pouvoir de l'Arc Psychique Irradiant et comment l'employer (50). Comment acquérir un invincible self-contrôle avec le remarquable Secret de l'Arc Psychique Différé (52).

### CINQUIÈME LEÇON

COMMENT PLACER L'ELECTRICITE NERVEUSE DE VOTRE CERVEAU ET DE VOTRE CORPS SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 55

Votre Potentiel d'Electricité Nerveuse (55). Les Frontières sans limites de vos Liens de Contrôle non saturés (56). Comment vos Liens Cérébraux sont différenciés dans votre Cerveau (57). La Façon rapide d'acquérir un Lien Cérébral pour une Nouvelle Activité (58). Comment

placer votre Personnalité sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (59). Comment placer l'Electricité Nerveuse dans vos Muscles sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (62). Comment établir l'Equilibre entre l'Electricité de Votre Corps et l'électricité de l'Atmosphère (65). Comment Contrôler les Gens avec votre Electricité Nerveuse (65).

#### SIXIÈME LEÇON

COMMENT MULTIPLIER VOTRE ENERGIE GRACE  
AU CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 67

Le Besoin d'une Respiration Stimulante (67). Comment une Respiration Stimulante affecte votre Esprit Conscient (68). La Façon la plus profitable de respirer profondément et régulièrement (68). Les Avantages de la Respiration Profonde pour les usages du Pouvoir Psychique (69). L'Ozona Horizontal: comment récupérer rapidement votre Energie quand vous êtes fatigué (69). Le Zembla Accroupi: comment récupérer très vite votre Energie quand vous êtes exténué (70). Comment le Zembla Accroupi ajoute un étonnant Potentiel à votre Force (71). Comment acquérir une Endurance Physique Exceptionnelle grâce au Zembla Accroupi et à l'Ozona Horizontal (72). Comment utiliser le Zembla pour retarder le Vieillessement (73). L'Indestructibilité de votre Energie Pensante (74). Comment conserver l'Electricité de votre Corps (ou votre Energie) au moyen du Verrou Corporel (75).

#### SEPTIÈME LEÇON

COMMENT NE «JAMAIS ETRE FATIGUE» EN PLAÇANT VOTRE TONUS MUSCULAIRE SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 77

Comment vous conserver en forme (77). La Grande Valeur Pour Vous du Tonus Musculaire (78). Comment votre Corps crée le Tonus Musculaire (79). Comment prolonger indéfiniment votre Tonus Musculaire pour que vous ne soyez «jamais» fatigué (80). Comment surmonter la Maladresse grâce au Contrôle Sélectif du Tonus Musculaire (82). Les Secrets d'une Endurance Musculaire Miraculeuse (83). Les trois moyens de débarrasser rapidement vos Muscles des Produits de Fatigue Accumulés (85).

## HUITIÈME LEÇON

COMMENT UTILISER LE STUPEFIANT POUVOIR DE VOS ANTENNES CEREBRALES ET LE PLACER SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 95

Les Extraordinaires Moyens de vos Ondes Cérébrales (96). Les Buts de vos Ondes Cérébrales (100). L'Artillerie pour tirer votre Rafale du Pouvoir Psychique avec les Cornes de votre Cerveau (100). L'écrasant Pouvoir de vos Rayons Infra-Rouges (101). Les Effets de la Force des Photons de vos Rayons Infra-Rouges (104). L'incontestable Domination de vos Ondes Radio (106).

## NEUVIÈME LEÇON

COMMENT PLACER VOS REFLEXES VISUELS ET AUDITIFS SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 111

Vos Colliculi Supérieurs, vos Centres des Réflexes Visuels (111). Ce que vos Réflexes Visuels font pour vous (112). Comment fonctionnent vos Colliculi Supérieurs (113). Le mystère de votre Pouvoir de Perception du Mouvement (115). Vos Colliculi Inférieurs, votre Centre des Réflexes Auditifs (117). Les Grands Avantages de placer vos Réflexes Visuels et Auditifs sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (118).

## DIXIÈME LEÇON

COMMENT PLACER VOTRE CENTRE DE VUE PRIMITIVE ET VOTRE GRAND CENTRE VISUEL SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 121

Les Fonctions de votre Corps Géniculé Externe, votre Centre de Vue Primitive (121). Comment réveiller votre Centre de Vue Primitive (123). Les Parties Importantes de votre Grand Centre Visuel et comment elles travaillent pour vous (124). Les Avantages recherchés qui vous échoient en développant votre Grand Centre Visuel et en le plaçant sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (125). Comment obtenir une Vue plus perçante grâce au Contrôle du Pouvoir Psychique (126). Comment votre Centre de Vue Primitive et votre Grand Centre Visuel "voient" Les Couleurs pour vous (128). Comment Rajeunir vos

Yeux chaque iour grâce à l'étonnante Electricité Nerveuse de l'«Effet-Eteint» (128).

#### ONZIÈME LEÇON

COMMENT PLACER VOTRE CENTRE DE L'OUÏE PRIMITIVE SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 131

Ce que votre Centre de l'Ouïe Primitive peut faire pour vous (131). L'Electricité de votre Limaçon — votre autre Mystérieuse Electricité de l'Ouïe (132). Le Mystérieux Pouvoir de l'Electricité du Limaçon (133). Les Dix Différences convaincantes qui existent entre votre Electricité du Limaçon et votre véritable Electricité Nerveuse Auditif (133). Les Stupéfiants Avantages qui vous attendent quand vous placez votre Electricité du Limaçon sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (135). Les Trois Etapes pour acquérir l'Hyper-Acuité (136). Comment Développer et placer votre Electricité du Limaçon sous le Contrôle du Pouvoir Psychique Auditif et Intensifier Automatiquement les Fonctions de votre Centre de l'Ouïe Primitive (137).

#### DOUZIÈME LEÇON

COMMENT UTILISER L'AUTOCONSCIENT GUERISSEUR POUR AMENER LES AUTRES SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 141

Les 4 Points de l'Autoconscient Guérisseur (142). Comment créer l'Organe Guéri Visualisé (145).

#### TREIZIÈME LEÇON

COMMENT REALISER CE QUI SEMBLE IMPOSSIBLE GRACE A VOTRE ELECTRICITE CORPORELLE ET A VOS ANTENNES CEREBRALES . . . . . 147

La Lampe Humaine (147). Comment Créer une Lampe Humaine (148). Le Miracle de l'Antidrome Psychique (148). Exercice pour utiliser l'Antidrome Psychique à des fins courantes (151). Comment votre Centre du Pouvoir Psychique Peut vous conserver Jeune (152). Comment se reposer étendu dans la Position de l'Homme Mort (152). La Position «Tête en Bas» et ses Grands Avantages (153). Comment augmenter votre Potentiel Electrique

(154). Pourquoi vous Pouvez Accomplir des Miracles — le Pouvoir de l'Action Moléculaire (154). Le Pouvoir Latent Inconcevable qui abonde dans chaque chose (155). Le pouvoir du Contrôle du Pouvoir Psychique sur la Matière (156). Les Yeux Moléculaires — Comment Dissoudre un Nuage (158). Le Pouvoir de vos Mots (159).

#### QUATORZIÈME LEÇON

COMMENT DEVELOPPER LA VISION DU POUVOIR PSYCHIQUE ET EN TIRER D'INCROYABLES AVANTAGES . . . . . 161

Les Miracles de la Vision du Pouvoir Psychique (161). Les Six Moyens pour Acquérir la Vision du Pouvoir Psychique (162). Comment les Trois Moyens Normalement employés peuvent fonctionner pour vous donner la Vision du Pouvoir Psychique (163). Comment Développer la Vision du Pouvoir Psychique (163). Comment Développer la Vision du Pouvoir Psychique avec les Trois Moyens Normalement employés (163). Comment Développer la Vision du Pouvoir Psychique avec les Trois Moyens Normalement employés (163). Comment Développer la Vision du Pouvoir Psychique avec le Quatrième Moyen (165). Les cinquième et sixième Moyens pour la Vision Miraculeuse du Pouvoir Psychique (167).

#### QUINZIÈME LEÇON

COMMENT DEVELOPPER L'OUÏE DU POUVOIR PSYCHIQUE ET EN TIRER DES AVANTAGES PRODIGIEUX . . . . . 169

La Preuve indiscutable de l'Ouïe du Pouvoir Psychique (169). Votre Ouïe du Pouvoir Psychique (169). La Composition de votre Grand Centre Auditif (170). Les Parties les moins importantes de votre Autoconscient Primitif (172).

#### SEIZIÈME LEÇON

COMMENT PLACER VOTRE AURA ET SON POUVOIR DE PSYCHOMETRIE SOUS LE CONTRÔLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 175

Ce qui contrôle vos Pouvoirs Physio-Astraux (175). Comment utiliser votre Aura pour le Contrôle du Pouvoir Psychique (175). Votre Aura et sa Composition (176).

L'Importance de l'Alcalinité ou de l'Acidité de votre Aura (176). Le Harpon Psychique (178). Comment Utiliser la Psychométrie pour le Contrôle du Pouvoir Psychique (180). La Psychométrie et l'Histoire Passée des Objets (183).

#### **DIX-SEPTIEME LEÇON**

COMMENT DEVELOPPER ET UTILISER VOS SENS  
ASTRAUX POUR LE CONTROLE DU POUVOIR PSY-  
CHIQUE . . . . . 185

L'importance de vos Sens Astraux (185). Comment placer vos Sens Astraux sous le Contrôle du Pouvoir Psychique (186). Comment utiliser votre Tube Astral pour le Contrôle du Pouvoir Psychique (188). Comment le Serpent utilise le Tube Astral pour venir à bout de sa Proie (191). Comment Développer le Microscope Astral (192). Comment Regarder dans le Microscope Astral (192). Comment Développer le Télescope Astral (193). Comment Regarder dans le Télescope Astral (194). Comment Développer des Yeux Radioscopiques (Rayons-X) (195). Comment Acquérir l'Ouïe Astrale (196).

#### **DIX-HUITIEME LEÇON**

COMMENT TIRER DES CONNAISSANCES PROFITA-  
BLES DU MONDE PHYSIO-ASTRAL GRACE AU CON-  
TROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE . . . . . 199

Le Mystérieux Contact de votre Esprit avec le Passé et l'Avenir (199). Les Annales de la Terre du Passé et du Futur (200). Clairvoyance du Passé et du Futur (202). Comment acquérir la Réceptivité Appropriée pour les Annales de la Terre du Passé et du Futur (203). Comment voir dans le Cristal pour Aider votre Réceptivité Appropriée (206). Comment Utiliser la Voyance Pratique pour Améliorer votre Avenir (208). Comment Pratiquer et Développer une Voyance Pratique (209).

#### **DIX-NEUVIEME LEÇON**

COMMENT UTILISER LES SECRETS DE LA DOMINA-  
TION DU POUVOIR PSYCHIQUE POUR CONTROLER  
LES AUTRES GENS A VOLONTE . . . . . 213

Comment Créer l'Atmosphère de Domination Psychique avec le Cône Astral Evasé (213). Comment Appliquer et Tirer Merveilleusement Profit de votre Atmosphère de

Domination Psychique (214). Comment Remarquablement Progresser Socialement et dans les Affaires grâce à la Force d'Attraction Incontrôlable de votre Cône Astral Evasé (215). Comment utiliser votre Atmosphère de Domination Psychique pour Attirer Spontanément les Connaissances et les Renseignements Nécessaires (216). Les Dangers Accablants Attirés sur vous par la Crainte et comment les Eviter (217). Comment faire le Casque Aural — votre Meilleure Défense contre la Domination du Pouvoir Psychique (218). Comment Intensifier votre Domination du Pouvoir Psychique avec le Corps Astral Voyageur (219). Ce qu'il vous faut pour voyager dans votre Corps Astral (220). La Composition Logique de votre Corps Astral (220). Comment Maîtriser les Trois Stupéfiantes Qualités pour faire voyager votre Corps Astral (222). Comment projeter des Formes de Pensées Astrales Personnalisées (224).

#### VINGTIÈME LEÇON

COMMENT PLACER LE MONDE PHYSIO-ASTRAL SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE ET ACQUERIR UN POUVOIR MIRACULEUX . . . . . 227

Comment Créer l'Image Magique que les autres puissent Voir grâce à la Vision Suscitée (227). Comment utiliser votre Corps Astral pour la Télékinesthésie (230). Comment Maîtriser et Utiliser le Pouvoir de Matérialisation (233). Les Miracles que vous pouvez espérer d'une Coopération Tri-Consciente (234). Comment Réaliser Consciemment la Lévitiation (235). La Lévitiation par la Magnétisation Renversée (235). Comment réaliser la Lévitiation avec votre Corps Astral (236). La Répulsion Polaire Magnétique Normale existe entre tous les Humains (237). Comment Renverser la Polarité Magnétique de votre Corps avec le Pouvoir Psychique (237). Comment Conserver votre Autoconscient Primitif Toujours Eveillé avec le Moule Psychique (239). Le Moule Psychique — pour Conserver votre Autoconscient Primitif Eveillé de façon permanente (239). Comment Créer le Moule Psychique (240). Comment être le Nouveau, l'Insurpassable «VOUS» pour le reste de votre Vie (241). Méthode Progressive pour Utiliser le Nouveau, l'Insurpassable «VOUS» (241).

" Cyclomancy - The Secret of Psychic Power Control "  
Original English language edition published by  
Prentice Hall, Inc., Englewood Cliffs, New-Jersey (USA)  
Copyright @ 1966 by Parker Publishing Company, Inc.  
West Nyack, NY.  
Edition française by S.I.P.,  
2, bd de France,  
Monte-Carlo  
Tous droits réservés.

#### DEDICACE

"Ce quelque chose n'est-il pas plus que de la fantaisie?"

HAMLET

"Il y a plus de choses dans les corps et les esprits des gens,  
mon fils, qu'il n'en a été rêvé dans toutes leurs sciences ".

JOHN ARNOLD YOUNG (Le père de l'auteur à la mémoire de qui  
le livre est dédié).

#### CE QUE CE LIVRE FERA POUR VOUS

Ce livre va vous apprendre la façon dont vous pourrez acquérir  
d'étonnants pouvoirs mystiques. Pouvoirs de guérison, pouvoirs de  
matérialisation, pouvoirs de prophétie et de transmission de pensée  
et encore d'autres bien plus étonnants. Il prouve clairement que la  
Magie existe réellement et il montre comment - sans même lever le  
petit doigt - des résultats incroyables peuvent être obtenus!  
La CYCLOMANCIE (un autre nom pour la Magie Blanche) est  
simplement l'utilisation de certains pouvoirs cachés que nous possédons  
tous. Pouvoirs qui nous furent donnés bien longtemps avant  
que les livres ne soient inventés. Pouvoirs oubliés. Par exemple, com-  
ment déplacer des objets sans les toucher. Mais vous possédez quand même le  
pouvoir de le faire!

Ce pouvoir en sommeil repose en vous en ce moment même!

Ainsi que beaucoup d'autres! Pouvoirs comme la vision radioscopique  
la projection astrale, l'attraction mentale hypnotique, et l'ouïe  
sur-

puissante, pour n'en nommer que quelques-uns!

Dans chaque phase de votre vie vous remarquerez que la CY-  
CLOMANCIE vous apporte d'incroyables résultats. Par exemple  
grâce à la vision radioscopique, ainsi que vous le montre ce livre.  
Le maître psychique lit à travers des murs de briques, d'acier  
massif et de pierre, perçoit ce qui passe dans une pièce contiguë ou  
dans un endroit voisin. Avec la Vision du Pouvoir Psychique il lit  
des passages dans des livres fermés, lit des lettres cachetées et voit  
le contenu de coffres-forts fermés à clé. Le sol lui-même sur lequel  
il marche, pour lui devient transparent et il peut voir jusque  
dans

ses profondeurs. A l'intérieur de la terre... il peut découvrir des veines  
de minerais, de charbon, de pétrole et des rivières souterraines.

Et malgré tout, ces techniques magiques ne sont pas difficiles à  
utiliser du tout. Au contraire, elles n'exigent aucune aptitude spéciale,  
ni matériel onéreux d'aucune sorte. Vous n'avez qu'à lire les  
instructions et faire les exercices, et il est possible que vous puissiez  
réveiller en vous des pouvoirs étonnants dont vous n'aviez jamais rêvé  
Quelle sorte de pouvoirs? Des pouvoirs tels que ceux-ci:

- 1) Le pouvoir de voir de près à une grande distance, grâce à votre  
Télescope Astral!
- 2) Le pouvoir d'extraire l'histoire passée d'un objet étranger  
simplement  
en le tenant dans votre main!
- 3) Le pouvoir de savoir, grâce à la Psychométrie, ce qui se passe

en un certain endroit à une certaine heure, sans y être!

4) Le pouvoir de savoir comment sont les gens avant de les avoir vus!

5) Le pouvoir de voyager avec votre Corps Astral!

6) Le pouvoir d'étendre votre Bras Astral et de déplacer des objets grâce à lui!

7) Le pouvoir de prédire l'avenir grâce à la boule de cristal!

8) Le pouvoir de maigrir et de rester mince sans privations!

Et tout cela n'est que le commencement! Vous verrez comment beaucoup de charmantes, d'inoubliables personnalités n'utilisèrent qu'un seul procédé de la CYCLOMANCIE (comme ce sera expliqué plus loin) pour se catapulte dans la gloire et dans la fortune. Et comment vous pouvez faire de même, si vous le désirez!

Voici ce que cela signifie pour vous: vous devriez être capable de fasciner les autres par vos pensées, de les charmer par la grâce de vos mouvements, de décupler votre puissance musculaire rien que par votre esprit, d'éveiller un intense désir chez les personnes du sexe opposé rien que par votre présence, et d'attirer les gens vers vous comme le miel attire les abeilles.

Tout est là, tout vous est exposé graduellement, avec des instructions complètes, faciles à suivre. Vous verrez comment faire venir à vous votre compagnon sans rien demander... Comment commander aux autres de faire ce que vous voulez qu'ils fassent, sans proférer un son ni lever le petit doigt... Comment élargir constamment une armée entière de loyaux amis et de partisans!

Vous trouverez dans ce livre des secrets censurés pendant des siècles par des autorités bien disposées mais qui se trompaient parce qu'elles redoutaient ce qui pourrait arriver si chacun de nous connaissait les formidables pouvoirs que nous possédons tous.

La sagesse interdite fut supprimée pendant des siècles et utilisée seulement par quelques-uns qui la connaissaient et qui l'utilisèrent à des fins personnelles. Vous aussi, aujourd'hui, -pouvez utiliser ces puissants pouvoirs et réaliser un "miracle" dans votre vie.

Oui c'est vrai. Dans ces pages vous découvrirez la CYCLOMANCIE la seule vraie forme de magie qui vous rendra capable de récolter une ample moisson de sagesse, de compréhension, de pouvoir et d'amour. Vous découvrirez comment vous pouvez "voir" la vérité profonde des choses grâce à l'étrange et merveilleux Troisième Oeil - comment regagner un soupirent ou un conjoint hésitant - attirer dans votre entourage des gens qui pensent comme vous au sujet d'un certain projet ou d'une idée - obtenir toutes connaissances ou informations nécessaires grâce au secret de la Maîtrise du Pouvoir Psychique!

Et tout cela n'est qu'un petit échantillon de l'immense sagesse et de la perspicacité que ce remarquable livre vous offre.

#### VOTRE VIE EST CHANGEE INSTANTANEMENT!

Si c'est de l'argent que vous voulez, essayez les étonnantes techniques de matérialisation à la leçon 20.

Si vous voulez une jolie maison, de beaux vêtements ou des bijoux, la CYCLOMANCIE devrait vous le procurer facilement, aussi sûrement que la lumière du soleil brille à travers votre fenêtre.

Supposons que vous avez utilisé le Pouvoir Psychique pour faire revenir votre compagnon à vous sans le lui demander ou pour rétablir le contact avec un ami ou un parent perdu depuis longtemps.

Pour obtenir que lui, ou elle, fasse ce que vous voulez, projetez simplement sur l'esprit de cette personne un rayon Psychique.

Quelques secondes plus tard, cette personne est d'accord avec vous, est coopérative et obéit à votre ordre - aussi obstiné qu'il, ou elle, ait pu être auparavant!

Grâce à ces pouvoirs, votre vie prendra une nouvelle tournure.

Chaque jour nouveau qui n'apportait précédemment qu'un nouveau tourment, vous apportera maintenant une nouvelle victoire! Vos problèmes peu importe combien ils furent longs et désastreux - devraient sembler soudainement se résoudre et disparaître! Comme un miracle!... Presque du jour au lendemain vous transformerez le chagrin en joie - l'échec en succès - la haine en amour - la colère en bienveillance - la défiance en confiance - la faiblesse et l'impuissance en audace, force et vitalité - l'ennui et l'apathie en une sincère joie de vivre et en plaisir!

Car la CYCLOMANCIE c'est la Magie! Magie qui peut même refouler les années! Grâce à elle, ainsi que vous le découvrirez dans les leçons 6 et 7, vous pouvez rendre le tonus à vos muscles et à votre peau, effacer les rides, paraître plus frais, plus jeune, beaucoup plus attrayant presque du jour au lendemain... donner un éclat de radieuse santé à votre peau et à vos cheveux... manger mieux, travailler mieux, jouer mieux et dormir comme un bébé, dès cette semaine!

UN POUVOIR ILLIMITÉ EST ENTRE VOS MAINS!

Une fois que vous aurez la maîtrise de ces premières épreuves la CYCLOMANCIE fera encore plus pour vous. A l'argent, l'amour, le succès en affaires, les nouveaux amis, une nouvelle énergie, une sagesse infinie et le contrôle sur les gens, vous pourrez ajouter: une personnalité plus dynamique, plus autoritaire! une mémoire infailible!

- un pouvoir de concentration amélioré!
- un pouvoir d'élocution et de vocabulaire augmenté!
- une résistance aux rhumes, aux gripes et aux troubles respiratoires!

Manifestement, il n'y a pas de limites aux possibilités de la CYCLOMANCIE. Ce livre vous donne une technique éprouvée, progressive qui amplifiera vos aptitudes à faire n'importe quoi et tout ce que vous pouvez imaginer, avec une rapidité et une facilité à vous couper le souffle ! Vous découvrirez un nouveau VOUS-MEME dont vous n'aviez jamais soupçonné l'existence! Le concept que ce livre propose est révolutionnaire. Il doit vous réussir parce qu'il a réussi à des centaines d'hommes et de femmes qui ne sont pas différents de vous.

## PREMIERE LECON

Comment Faire Travailler pour vous

le fantastique potentiel de Votre Auto conscient Primitif

VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF EN SOMMEIL

Votre Auto conscient Primitif est votre esprit "instinctif pré-historique ". A mesure que la vie a progressé, depuis l'âge plus instinctif des poissons, des amphibiens, des reptiles et des oiseaux, jusqu'à l'âge plus intellectuel des grands singes et de l'homme, il éprouva de moins en moins le besoin de ce remarquable contrôle que l'Auto conscient Primitif exerçait sur lui et de plus en plus celui de ses pouvoirs de raisonnement. L'Homme, en conséquence, perdit le chancelant contrôle psychique et musculaire dont l'Auto conscient Primitif avait doté les plus anciennes mais les plus basses formes de vie. Il fit évoluer en remplacement, le cortex cérébral (l'enveloppe extérieure grise du cerveau) comparativement épais qui abrite son conscient et son subconscient. En fait, pendant tout le temps de votre croissance jusqu'à votre maturité vous avez perdu encore davantage de votre Auto conscient Primitif. Il a été mieux développé en vous anatomiquement (ainsi que les embryologistes l'ont découvert) pendant que vous étiez un enfant. Votre cortex était alors plus mince aussi, ce qui indique que vos pouvoirs de raisonnement étaient moins importants à ce stade de votre vie et donc qu'ils interféraient moins avec votre Auto conscient Primitif. Il se trouve cependant que vos occupations et votre vie quotidienne, dans la marche de la civilisation, ont un plus grand besoin que jamais de votre Auto conscient Primitif. Les décisions importantes ne dépendent plus exclusivement de l'opinion de gens à l'esprit clair, ainsi que les Présidents Eisenhower Kennedy et Johnson l'ont laissé entendre. D'autres, comme Clark Gable, Rudolph Valentino, Jean Harlow et évidemment Marilyn Monroe et d'autres inoubliables charmantes vedettes de l'écran, n'eurent recours qu'à un seul petit avantage de leur personnalité inconnue (nous l'expliquerons plus loin) pour se catapulte dans la gloire et la fortune. Votre logique et votre raisonnement peuvent vous aider tout autant. Votre instinct, ou votre Auto conscient Primitif, prend ensuite le dessus et souvent démolit complètement vos conclusions les plus parfaitement étudiées qui étaient basées sur votre logique la plus rigoureuse et sur votre habileté.

Heureusement, vous n'avez PAS PERDU votre Auto conscient Primitif. Il constitue toujours une grande partie de votre cerveau et il fonctionne toujours en vous Involontairement (ou instinctivement). Son déficient contrôle psychique et musculaire est toujours en sommeil en vous comme cela est démontré par les incroyables accomplissements dont les gens sont capables en état d'hypnose. De plus, son contrôle PEUT être réveillé en vous et utilisé consciemment pour accomplir des choses fantastiques. Par exemple, vous ne pouvez probablement plus faire bouger vos oreilles à votre volonté, mais vous possédez toujours les muscles pour le faire. Vous pourriez, si vous le souhaitiez, encourager ces muscles à faire de nouveau bouger vos oreilles. Vous pouvez acquérir un incroyable pouvoir psychique et physiologique en ne réveillant même seulement qu'une fraction de votre Auto conscient Primitif. Vous pouvez l'utiliser pour obtenir une santé exceptionnelle... pour fasciner les gens avec vos pensées... les subjuguier par la grâce de vos gestes... les attirer vers vous comme le miel attire les abeilles... pour contrôler leurs esprits même à grande distance... apprendre n'im-

porte quel métier en beaucoup moins de temps qu'il ne vous en aurait fallu auparavant... éveiller un intense désir sexuel chez le sexe opposé et ce par votre simple présence... augmenter dix fois votre force musculaire rien que par votre seul esprit... devenir champion dans un sport où vous avez un certain talent... améliorer considérablement votre vision et votre ouïe... rattraper un amoureux hésitant ou un mari volage... connaître le passé d'un objet en le tenant simplement dans vos mains-apprendre rapidement ce qui se passe dans un endroit déterminé à des milliers de kilomètres de distance sans même y être... trouver l'emplacement d'une nouvelle mine dans les parages de celui d'une autre... voir et entendre à d'énormes distances... attirer des gens dans votre localité qui pensent comme vous au sujet d'un certain projet ou d'une idée... attirer à vous les connaissances et les informations nécessaires... prendre contact avec le passé et le futur grâce à votre esprit. Grâce à lui, comme il vous le sera démontré, le maître psychique voit même à travers la terre, dissout un nuage, semble déplacer des montagnes et accomplit des " miracles " sans fin.

#### LES DEUX PREUVES SCIENTIFIQUES "DE CONFUSION"

II existe deux preuves scientifiques indiscutables que N'IMPORTE QUI peut réveiller son Auto conscient Primitif pour transformer tout son être et sa vie tout entière. La première est une preuve pathologique qui pourrait être démontrée sur n'importe quelle malheureuse victime, au cours de quelques années. La seconde est une preuve psychopathique qui pourrait être exposée par N'IMPORTE QUI en un instant, si l'occasion se présentait. Ces deux preuves sont la syphilis et l'hystérie. Première preuve. La Syphilis. D'éminents pathologistes appellent la syphilis " La Grande Imitatrice ". Ses manifestations cliniques sont légion, car elle peut intéresser n'importe quel organe ou tissu et peut pratiquement prendre l'aspect de n'importe quelle maladie. (De nombreuses autorités déclarent qu'elle peut réellement prendre l'aspect de n'importe quelle maladie). Autrement dit, les tissus de chaque personne possèdent une qualité inconnue qui, lorsqu'elle est soumise au stimulant pathologique approprié (c'est-à-dire *Treponema pallidum* ou organisme de la syphilis), peut, dans un délai de quelques mois ou de quelques années, pratiquement imiter n'importe quelle maladie dont le corps peut souffrir.

Seconde preuve. L'Hystérie. L'hystérie est strictement une condition mentale, bien que l'hystérique puisse manifester les symptômes de n'importe quelle maladie qu'il croit avoir, même si tous les examens physiques de ses tissus se sont révélés normaux. Pendant la guerre, par exemple, plus d'un soldat ont été frappés de cécité hystérique après avoir échappé de justesse à une mutilation corporelle, mais après avoir vu, un moment plus tard, leur meilleur camarade mis en pièces par une explosion. D'autres soldats qui furent chargés d'enterrer les cadavres en putréfaction, perdirent le sens de l'odorat. Une autre nom pour l'hystérie est maladie psychosomatique. Cela peut varier depuis pratiquement n'importe quelle maladie de peau, maladie des muscles (rhumatismes, maux de dos, crampes), maux respiratoires (asthme, hoquet), maladie de coeur, maladie gastro - intestinale, maladie génito - urinaire, mauvais fonctionnement glandulaire, maladie du système nerveux - en fait, maladie de n'importe quelle partie du corps. L'hystérique n'a qu'à se convaincre qu'il possède la maladie et il en développera tous ses symptômes. Il ne peut pas non plus être aisément persuadé qu'il n'a pas cette maladie, en dépit de tous les

résultats d'examens cliniques et de laboratoire les plus probants. Resterait-il convaincu trop longtemps qu'il a effectivement cette maladie que ses tissus obéiraient à sa conviction et contracteraient la maladie.

Qu'est-ce que tout cela prouve? Cela prouve que la supériorité du pouvoir psychique de l'hystérique est tellement irrésistible qu'il peut réellement donner à son esprit ou à son corps l'état qu'il croit avoir. Ses tissus peuvent vraiment dégénérer, simplement parce qu'il est convaincu qu'ils le sont déjà. L'ordre de son pouvoir psychique prend le dessus sur le raisonnement logique de son esprit conscient et ordonne à son Autoconscient Primitif de modifier son esprit ou son corps en telle ou telle condition dans laquelle il croit être. Il devient en fait ce qu'il imagine être.

La conclusion évidente. Si vous acquériez maintenant le même contrôle de votre esprit et de votre corps que l'hystérique, mais que vous en usiez sainement et constructivement, quelles merveilles ne pourriez-vous pas engendrer dans votre vie! Cependant, votre conscient, esprit " logique " ne vous laisserait pas, et votre pouvoir psychique s'est subordonné à lui au fil des années. La CYCLOMANCIE, LE SECRET DE LA MAITRISE DU POUVOIR PSYCHIQUE libérera votre pouvoir psychique d'une telle subordination. C'est comme cela que les miracles sont accomplis. Le soldat hystérique est devenu aveugle en un instant parce qu'il A REFUSE de voir davantage et qu'il s'est convaincu lui-même qu'il avait perdu la vue. Bienheureusement, d'autre part, plus d'une personne aveugle ont recouvré-la vue perdue en un instant simplement parce qu'elles croyaient totalement en leur guérison et qu'elles étaient convaincues qu'elles verraient de nouveau.

Ces deux preuves scientifiques "de confusion" montrent que les tissus de votre esprit et de votre corps possèdent déjà une qualité inhérente qui les rend capables, avec une stimulation pathologique appropriée, d'imiter presque chaque maladie si on leur en donne le temps nécessaire et l'occasion. Elles prouvent également que votre pouvoir psychique, quand il est assez fort, peut changer la condition de votre esprit et de votre corps pratiquement comme il le veut par le contrôle qu'il exerce sur votre Autoconscient Primitif. Apprenez ce qu'est votre étonnant Autoconscient Primitif et comment le placer sous le contrôle du pouvoir psychique.

#### LA COMPOSITION DE VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF

Anatomiquement, votre Autoconscient Primitif se compose de dix parties importantes de votre cerveau. Ce sont:  
1ère partie. Le Centre de votre Pouvoir Psychique ("La région du Silence " de votre cerveau ou votre front et la région des tempes).

2ème partie. Le Centre d'Enregistrement de vos Sensations. (Votre thalamus).

3ème partie. Le Centre de Contrôle de vos Organes. (Votre hypothalamus).

4ème partie. Le Centre de Coordination de vos Muscles. (Votre système nerveux extra-pyramidal).

5ème partie. Vos Antennes Cérébrales. (L'artillerie de votre pouvoir psychique. Vos nerfs optiques et la rétine).

6ème partie. Les Centres des Réflexes de votre Vue et de votre Ouïe. (Vos colliculi supérieur et inférieur).

7ème partie. Le Centre de votre Vue Primitive et votre Grand Centre Visuel. (Vos corps géniculés externes et vos lobes occipitaux).

8ème partie. Le Centre de votre Ouïe Primitive. (Vos corps géniculés moyens).

9ème partie. La Vision de votre Pouvoir Psychique. (Votre globe oculaire).

10ème partie. L'Ouïe de votre Pouvoir Psychique. Vos nerfs auditifs et vos lobes temporaux).

#### DESCRIPTION DES 10 PARTIES

##### DE VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF

1ère partie. Le Centre de votre Pouvoir Psychique. (La Zone du Silence de votre cerveau) diffère microscopiquement des zones adjacentes de votre cerveau et possède un pouvoir éprouvé, stupéfiant sur votre esprit et votre corps que vos esprits conscients et subconscients ne possèdent pas. Etant donné que son cortex n'a pas été convenablement analysé (selon Gray), le mystérieux pouvoir de cette partie de votre cerveau doit être votre pouvoir psychique puisque personne n'a pu prouver qu'il était autre chose. Scientifiquement, il a été prouvé que ce centre contrôlait votre pouvoir d'attention, votre mémoire, votre digestion, votre coeur et vos fonctions rénales, votre respiration, votre tension, vos sensations de douleur, de température et de tension. Il est aussi relié à beaucoup de vos plus importantes zones de réception de messages (sensorielle) telles que votre zone somesthétique (connaissance de votre corps) et vos zones visuelle et auditive. En bref, votre Centre de Pouvoir Psychique est la plus importante région de votre cerveau pour développer votre personnalité inconnue. Une fois que vous avez appris à gouverner votre corps grâce à lui, vous pouvez contrôler à volonté vos poumons, votre coeur, votre foie et vos fonctions rénales, votre digestion, vos selles, votre tension sanguine, la coordination de vos muscles, votre température et encore bien des choses ainsi qu'accomplir des tours de force mentaux et physiques qui laisseront les gens confondus. C'est comme l'oeil unique du Cyclope, CYCLOMANCIE. Sans lui, Cyclope était un géant désemparé, avec lui, il était invincible.

Excepté pour votre Grand Centre visuel (dans votre lobe temporal), les autres parties de votre Autoconscient Primitif ne sont PAS des centres de pouvoirs psychique. Elles gouvernent cependant vos muscles et différents systèmes nerveux. Votre Centre de Pouvoir Psychique est capable de contrôler votre corps tout entier seulement parce qu'il peut gouverner toutes les autres parties de votre Autoconscient Primitif.

2ème partie. Le Centre d'Enregistrement de vos Sensations (votre thalamus) est la région de votre cerveau où vous ressentez d'abord la douleur, les différences de température et de pression, la position et les mouvements des différentes parties de votre corps et le contact sur les parties poilues (ou sensations de plaisir) - tout cela avant que votre esprit conscient en ait même connaissance. Ensuite votre esprit conscient réprime et affine ces sensations avant de vous laisser y répondre. C'est pourquoi qu'en gouvernant le Centre d'Enregistrement de vos Sensations grâce à votre pouvoir psychique vous pouvez contrôler vos sensations de douleur, de température, de pression et de plaisir. Vous pouvez, par exemple, endurer un froid intense, et malgré cela vous sentir si chaud que vous en transpirez. Vous pouvez, à volonté, faire preuve d'une ardeur tellement vibrante que vous pouvez éveiller un intense désir sexuel chez les personnes du sexe opposé rien que par votre simple présence. Vous pouvez bannir la gaucherie et acquérir une saisissante grâce physique en développant à un haut degré de sensibilité la position et les mouvements des différentes parties de votre corps. (Cela s'applique aussi à votre façon de parler). En faisant la

cour, en jouant un instrument de musique et tapant à la machine ou en faisant quoi que ce soit qui requiert l'emploi de vos doigts (y compris la chirurgie, la chirurgie dentaire, les soins aux malades, le massage, les soins de beauté et encore beaucoup d'autres) vous pouvez exceller rien qu'en appliquant vos doigts avec la pression appropriée.

3ème partie. Le Centre de Contrôle de vos Organes (votre hypothalamus) est le centre de commandement à la fois de votre système nerveux combattant (le grand sympathique) et de votre système nerveux aimant (le parasympathique). C'est aussi le centre de commandement de vos émotions. Bien que vos systèmes nerveux combattant et aimant contrôlent tous les deux toutes les fonctions vives de votre corps, vous pouvez également les contrôler ainsi que vos émotions, et à votre gré, une fois que vous avez acquis le contrôle du pouvoir psychique sur le Centre de Contrôle de vos Organes.

Vous pouvez alors, par exemple, considérablement augmenter ou diminuer votre appétit à volonté. (Au laboratoire les sucs digestifs peuvent être augmentés de huit fois par l'entremise du Centre de Contrôle de vos Organes). De cette façon et grâce à cela vous pourriez contrôler votre poids, à moins que votre poids ne change pour une raison pathologique auquel cas vous auriez besoin d'un traitement. Vous pourriez régulariser vos selles... chasser la crainte et la nervosité... vous remplir d'une invincible confiance... regorger d'une énergie infatigable. A titre d'exemple, bien qu'il soit impraticable pour vous, le yogi, en contrôlant à la fois les Centres d'Enregistrement de ses Sensations et de Contrôle de ses Organes, peut se mettre dans un état de léthargie pendant des semaines à la fois et malgré tout vivre.

4ème partie. Le Centre de Coordination de vos muscles (votre système nerveux extra-pyramidal) contrôle la coordination de vos muscles. Grâce à lui sous le contrôle du pouvoir psychique, vous pouvez accomplir d'incroyables performances d'équilibre sans entraînement... décupler votre puissance musculaire sans augmenter le volume de vos muscles... ne "jamais" vous sentir fatigué... acquérir plus facilement la maîtrise de n'importe quelle activité requérant l'usage de vos muscles telle qu'un sport pour lequel vous possédez un certain talent, que ce soit golf, tennis, sports sur piste et sur terrain, basket-ball, lutte, acrobaties, sports nautiques, patinage, ski, natation, ping-pong, volleyball, baseball, football, haltérophilie... acquérir plus facilement la maîtrise d'activités musculaires sociales telles que la danse, la danse de ballet, le bowling, le modeling, marcher avec grâce dans la rue ou sur une scène, conduire une voiture, monter à bicyclette. La coordination des muscles vous évitera des efforts considérables dans tout ce que vous entreprendrez physiquement et augmentera en même temps votre puissance musculaire et votre efficacité.

Prenez un exemple effectif mais simple de coordination de muscles et voyez comment votre Centre de Coordination des Muscles fera des merveilles pour vous.

COMMENT VOTRE BICEPS SOULEVE UN  
POIDS LEGER, MOUVEMENT PAR MOUVEMENT

1er mouvement. Votre biceps, la motrice du poids, se contracte pour lever le poids.

2ème mouvement. Votre triceps, son antagoniste, est immédiatement relâché par le Centre de Coordination de vos Muscles de façon à laisser votre biceps se contracter sans opposition.

3ème mouvement. Mais votre triceps ne se relâche pas complètement, mais se contracte aussi, pour "freiner" votre biceps. Toutefois, il se contracte moins que le biceps.

4ème mouvement. Les muscles de fixation de votre coude se contractent (grâce à votre Centre de Coordination des Muscles) pour assurer la jointure de votre coude et laisser votre biceps soulever ce poids léger avec la moindre perte d'effort. Et ainsi, votre biceps soulève le poids léger.

COMMENT VOTRE BICEPS SOULEVE UN  
POIDS PLUS LOURD MOUVEMENT PAR MOUVEMENT

1er mouvement. Quand vous levez un poids lourd avec votre biceps, celui-ci se contracte avec plus de force.

2ème mouvement. Votre triceps de nouveau se relâche immédiatement; mais, grâce à votre Centre de Coordination des Muscles, il se contracte aussi encore plus pour " freiner " plus fortement votre biceps.

3ème mouvement. Des muscles de fixation supplémentaires (ceux de votre épaule et de votre avant-bras) qui se contractent seulement faiblement pour commencer, se contractent aussi avec plus de force maintenant pour stabiliser les jointures de l'épaule et du poignet en plus de la jointure de votre coude, de façon à laisser votre biceps lever le poids plus lourd avec la moindre perte d'effort. Ceci est encore dû au Centre de Coordination de vos Muscles contrôlant vos muscles. Et ainsi, votre biceps lève le poids plus lourd.

COMMENT VOTRE BICEPS SOULEVE UN  
POIDS LOURD, MOUVEMENT PAR MOUVEMENT

1er mouvement. Quand vous levez un poids lourd avec votre cerveau et un véritable système nerveux par elle-même.

Elle ne ressemble à aucun autre organe des sens. Grâce aux différentes projections de chaleur, de radiations et d'ondes de votre biceps, presque toutes les fibres du muscle de votre biceps se contractent.

2ème mouvement. Votre triceps, une fois de plus, se relâche immédiatement, mais il se contracte aussi, même plus fortement, pour " freiner " votre biceps.

3ème mouvement. Le Centre de Coordination de vos Muscles oblige maintenant pratiquement tous les muscles de votre corps à se contracter comme muscles de fixation pour stabiliser toutes les jointures de votre corps et laisser votre biceps lever le poids lourd avec la moindre perte d'effort.

Les muscles de vos pieds et de vos jambes, par exemple, se contractent pour bloquer vos chevilles et vos genoux de façon à maintenir votre position malgré la traction du poids vers le bas. Ceux de vos hanches se contractent pour bloquer les jointures de vos hanches et les garder en extension dans la position debout.

Ceux de votre dos, de votre poitrine et de votre abdomen se contractent pour tenir votre tête droite ainsi que vos épaules et votre thorax.

Même les muscles de votre visage et de votre front se contractent en un froncement de sourcils à la suite du pouvoir psychique et de la détermination exercés par votre esprit.

En résumé, en stabilisant vos différentes jointures pendant l'effort du soulèvement, toutes ces séries de muscles permettent à votre biceps de lever le poids lourd en douceur et avec une économie de force. Ce qui lui permet aussi de lever un poids beaucoup plus lourd - et en faisant beaucoup moins d'effort - qu'il pourrait lever sans leur coordination. Quand vous gouvernez votre Centre de Coordination des Muscles grâce au pouvoir psychique, vous pouvez devenir un hercule sans même vous entraîner; vous deviendrez aussi gracieux qu'un cygne sans même pratiquer; et vous vous rendrez à vos occupations quotidiennes comme si vous étiez infatigable. Vous acquerrez aussi la

maîtrise de nouvelles activités exigeant de la grâce, de l'agilité ou du rythme avec une rapidité extraordinaire.

5ème partie. Vos antennes Cérébrales (votre artillerie du pouvoir psychique). C'est aussi pour la projection du pouvoir psychique et la réception du pouvoir psychique depuis l'extérieur de votre corps. Cela consiste principalement en vos nerfs optiques et votre rétine. Votre rétine est une excroissance de votre cerveau et un véritable système nerveux par elle-même. Elle ne ressemble à aucun autre organe des sens, grâce aux différentes projections de chaleur, de radiations et d'ondes de vos Antennes Cérébrales, vous pouvez émettre de là ou y recevoir des messages et des ordres à n'importe quelle distance. Grâce à elle vous pouvez influencer sur la santé des gens qui sont près de vous ou éloignés... vous faire des amis et contrôler les gens... et exercer la psychokinésie (ou pouvoir psychique sur les substances inorganiques).

6ème partie. Les Centres des Réflexes de votre Vue et de votre Ouïe (vos colliculi supérieur et inférieur) vous économisent chaque jour une somme considérable d'énergie. Ils ne sont pas intéressés par les sensations, mais par les réflexes. Ils vous donnent une prestance que l'on remarque en développant l'économie de mouvements (mouvements gracieux, félins) et rendent votre esprit capable de fonctionner pendant que vous êtes en action, à son maximum d'efficacité. Cela vous rend très efficace en affaires et dans la vie sociale. Cela ajoute aussi incommensurablement à l'attrait de votre aspect.

7ème partie. Le Centre de votre Vue Primitive et votre Grand Centre Visuel (vos corps géniculés externes et vos lobes occipitaux). En éveillant votre Centre de Vue Primitive vous possédez automatiquement deux importants centres visuels au lieu d'un. Rien que cela vous favorise d'un pouvoir de vue que vous n'avez encore jamais possédé. Vous pouvez ainsi lire beaucoup plus vite car vous possédez " quatre " yeux au lieu de deux. Plus tard, en développant aussi votre Grand Centre Visuel, vous augmenterez votre faculté de reconnaître, déterminer et identifier les couleurs et les formes et acquerrez un oeil artistique plus perçant. Vous pouvez faire de même quand vous êtes en mouvement et exceller dans des activités, des métiers et des sports comme vous n'avez jamais pu le faire auparavant.

8ème partie. Le Centre de votre Ouïe Primitive (vos corps géniculés moyens). Grâce à la mystérieuse Electricité du Limacon qu'elle possède et que vous pouvez développer énormément, votre ouïe peut approcher de beaucoup plus près la super-acuité de l'hystérique " (qui entend seize fois mieux que vous) et l'ouïe radar de la chauve-souris.

9ème partie. La Vision de votre Pouvoir Psychique (votre globe oculaire). En acquérant le pouvoir d'action de la Vision du Pouvoir Psychique, le maître psychique peut acquérir l'oeil "microscopique" et "télescopique" et "voir au travers" de la matière et à de longues distances. En créant un Tube Astral vous pouvez vous-même voir astralement à d'énormes distances. Vous pouvez même grâce au pouvoir de vos yeux vous "allonger" et toucher des gens à six mètres de distance. Pour des buts pratiques, vous pouvez améliorer à la fois votre vision proche et votre vision éloignée d'une façon marquante.

10ème partie. L'Ouïe de votre Pouvoir Psychique (vos nerfs auditifs et vos lobes temporaux) vous permet d'améliorer considérablement votre ouïe... de déceler des sons avec une capacité étonnante au milieu de nombreux bruits divers entendus en même temps... de "sentir" des sons avant même de les avoir entendus... de multiplier vos efficaces réactions au son grâce à

l'Electricité du Limaçon dirigée par votre pouvoir psychique... de créer une oreille astrale pour recevoir des sons de très grandes distances et pour améliorer votre ouïe dans des proportions remarquables comme le font les aveugles.

EN RESUME. En réveillant votre Autoconscient Primitif vous pouvez récupérer une part surhumaine de vos pouvoirs en sommeil de la tête aux pieds, mentalement, physiquement et astralement. C'est pourquoi les potentiels de votre Autoconscient Primitif sont si fantastiques. Dans la leçon suivante vous commencerez à les réveiller. Apprenez d'abord à diriger votre pouvoir psychique en eux pour les réveiller.

TROIS ETAPES POUR CONDUIRE VOTRE POUVOIR  
PSYCHIQUE DANS N'IMPORTE QUELLE PARTIE  
DE VOTRE CORPS

Quelle que soit la partie de votre cerveau ou de votre corps que vous désiriez commander avec votre pouvoir psychique, employez toujours la même technique. Elle consiste en trois étapes. Ce sont :

1ère étape. Donnez l'ordre dans votre esprit conscient. Mais si votre esprit conscient manque de pouvoir d'action pour l'exécuter, transférez l'ordre au Centre de votre Pouvoir Psychique. Cette étape est aisément franchie. Vous n'avez qu'à bien élaborer votre ordre -ensuite envoyez-le dans votre front.

2ème étape. Dirigez le commandement de votre pouvoir psychique depuis votre front jusque et à travers l'entière longueur de nerf qui le transporte dans la partie de votre cerveau ou de votre corps que vous voulez gouverner.

3ème étape. Maintenant, implantez le commandement de votre pouvoir psychique dans cette partie et il l'incitera à faire ce que vous voulez.

Dans la leçon 2 vous apprendrez à exécuter ces trois étapes avec une prodigieuse autorité et immédiatement après vous vous élèverez vers d'autres expériences.

LA DYNAMITE CACHEE DANS VOTRE  
IRRITABILITE PROTOPLASMIQUE

Vous êtes capable de diriger un ordre de votre pouvoir psychique à travers vos nerfs dans n'importe quelle partie de votre cerveau ou de votre corps à cause de la dynamite cachée dans votre irritabilité protoplasmique. L'irritabilité (ou tendance à réagir à une stimulation) est une propriété fondamentale commune à tous les protoplasmes - et vos nerfs, comme tous les autres tissus vivants, sont composés de protoplasmes. Chacun, malgré tout, diffère .protoplasmiquement. Chaque personne a sa propre odeur distincte qu'un chien ou un chat peuvent facilement détecter. Chaque individu a même sa propre couleur et sa propre forme d'aura et une réceptivité télépathique.

L'irritabilité du protoplasme est de la dynamite cachée parce qu'elle possède un potentiel électrique. Quand le protoplasme est stimulé ou excité, même par le pouvoir psychique, un courant électrique est lancé à travers lui et se répand tout le long du tissu ou de l'organe dont il fait partie. C'est cela qu'on appelle la dynamite cachée.

Ce courant électrique protoplasmique, évidemment, est faible. Excepté chez les animaux (comme la torpille et l'anguille), vous devez avoir un mécanisme délicat pour le détecter. Mais cela ne le rend pas moins important. Grâce à cette dynamite cachée dans vos nerfs (puisqu vos nerfs sont aussi des protoplasmes) vous pouvez diriger vos ordres du pouvoir psychique à travers eux jusqu'à n'importe quelle partie de votre cerveau ou de votre corps que vous voulez gouverner.

LES DESAVANTAGES DE L'ADAPTATION AUX ORDRES

Il y a certaines indications à suivre, cependant, pour tirer le maximum d'efficacité de cette dynamite cachée. Electriquement parlant, le tissu d'un nerf ne s'épuise pas lui-même. Il récupère promptement son état électrifié dès que le courant est passé de lui dans le tissu désigné. Mais il s'adapte par contre à un courant qui circulerait constamment. L'adaptation à toutes les formes de stimulation semble, en fait, être une propriété universelle du protoplasme. C'est pourquoi vous ne devriez jamais diriger vos ordres du pouvoir psychique à travers vos propres nerfs, ou à travers ceux d'autres gens, pendant plus longtemps qu'une ou deux secondes à la fois. Vos nerfs et les leurs s'adapteraient et ne répondraient plus.

Vous n'avez pas à attendre, néanmoins, avant d'envoyer un même ordre du pouvoir psychique à travers vos nerfs, ou les leurs, encore plusieurs fois! Vous n'avez qu'à subitement augmenter ou diminuer son intensité et cela stimulera vos nerfs, ou les leurs, pour lui répondre comme au commencement.

CONCLUSION. Maintenant vous connaissez le fantastique potentiel de votre Autoconscient Primitif et ses bases scientifiques. Vous n'avez besoin que de trouver comment placer ses différentes parties sous le contrôle du pouvoir psychique pour pouvoir l'éveiller et commencer à en profiter rapidement et extraordinairement en faisant travailler pour vous son fantastique potentiel. Ce livre, la CYCLOMANCIE: LE SECRET DE LA MAITRISE DU POUVOIR PSYCHIQUE fera cela pour vous.

CE QUE PEUT FAIRE POUR VOUS UN SIMPLE

1% DE VOTRE INCONSCIENT PRIMITIF

Vous savez déjà que votre Autoconscient Primitif est votre personnalité inconnue. Mais vous n'avez pas besoin d'éveiller complètement votre Autoconscient Primitif. Développez seulement (ou éveillez) votre personnalité inconnue de pas plus de 1% et vous serez converti en un miracle fait homme. Vous pouvez à peine imaginer ce que votre esprit peut accomplir rien qu'en contrôlant, par l'intermédiaire de votre personnalité d'Autoconscient Primitif, la physiologie de votre corps, sa biochimie, sa neurologie, sa psychologie, et ses bio-électriques. Regardez ce que les yogis peuvent accomplir avec les leurs! Oui, grâce à lui, vous pouvez aussi atteindre aux mystérieux pouvoirs de votre esprit et de votre corps - à des pouvoirs qui feront vaciller votre imagination et qui pourraient multiplier votre efficacité en tout ce que vous entreprendrez par 109 fois. Réfléchissez -y, multiplier votre efficacité par 109 fois!

Comment pourraient-ils accomplir cela? Cela peut s'expliquer très simplement. Avant tout, il est un fait admis que vous n'utilisez que 1/10 de votre personnalité mentale connue. En d'autres termes, 9 fois de ce que vous utilisez de votre personnalité connue reste inemployé. Mais vous n'utilisez pratiquement aucune partie de votre Inconscient Primitif. Donc, 100 fois de ce que vous utilisez de votre personnalité inconnue, ou de votre Autoconscient Primitif reste inemployé. Par conséquent, un total de 9 fois, plus 100 fois de vos personnalités connue et inconnue (soit 109 fois) reste inutilisé.

C'est la raison pour laquelle les yogis et les mystiques accomplissent des "miracles". Ils utilisent leurs pouvoirs mentaux dans la proportion de 109 à "votre 1". Ils sont 109 fois plus efficaces que vous avec leur esprit, et l'esprit contrôle le corps. Ce n'est pas surprenant qu'ils vous surclassent dans l'emploi de leur esprit et de leur corps!

Mais vous n'avez pas besoin d'être 109 fois plus efficace que les autres gens pour les surclasser. Vous n'avez besoin d'être que 1/10 plus efficace qu'eux et ils ne pourront pas se comparer à

vous. Donc, vous n'avez qu'à développer (ou éveiller) votre Autoconscient Primitif d'un simple 1% et vous utiliserez ainsi 11% de vos personnalités connues et inconnues combinées, tandis que les autres n'utiliseront que seulement 10% de leurs personnalités combinées. Cela vous rendra 1/10 ou 10% plus efficace qu'eux. Mais, retenez bien ceci! A l'école, dans votre profession, dans les sports, en amour, en popularité, en affaires, en n'importe quoi que vous entrepreniez: si vous dépassez quelqu'un de 10%, vous le surclasserez. Une firme qui gagne constamment 10% de plus que sa rivale (toutes choses étant égales) la fera précipiter. Et pourquoi? Parce que la firme perdante gagnera régulièrement de moins en moins tout en perdant de plus en plus d'affaires au bénéfice de l'autre, jusqu'à ce qu'elle soit surclassée par elle de 20%, puis de 30% et enfin conduite à la faillite. La même règle s'applique à la concurrence avec les personnes, socialement ou en affaires. D'abord vous surclassez votre rival de 10%. Cela le met en déroute et décourage ses meilleurs efforts. Avant qu'il soit longtemps vous le surclassez de 15%, puis 20%, puis 25% et davantage. A partir de ce moment il est vaincu et sous votre domination. C'est pourquoi vous avez besoin d'acquiescer la maîtrise et de savoir COMMENT DEVELOPPER VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF - et d'utiliser le pouvoir caché de votre esprit et de votre corps, de pas plus de 1%. Donc, prenez le départ tout de suite.

## DEUXIEME LECON

Comment

Placer Votre Esprit Conscient

Le Centre d'Enregistrement de Vos

Sensations et le Centre de Contrôle de Vos

Organes sous le Contrôle du

Pouvoir Psychique

COMMENT AMELIORER LA TRANSMISSION DU

COMMANDEMENT DE VOTRE POUVOIR PSYCHIQUE

La transmission du commandement de votre pouvoir psychique est assurée par la lère partie de votre Autoconscient Primitif, votre Centre du Pouvoir Psychique. Avec cette partie, comme nous l'avons établi précédemment, vous pouvez gouverner les neuf autres parties de votre Autoconscient Primitif et également votre esprit conscient. Acquérez une solide transmission du commandement de votre pouvoir psychique aussi vite que possible et vous serez sur le chemin de développer un étonnant pouvoir sur vous-même et sur les autres. Puisque vous n'utilisez probablement pas plus de 1% de votre pouvoir psychique quand vous l'appliquez consciencieusement, vous n'utilisez pas plus de 1% des fibres nerveuses de votre Centre du Pouvoir Psychique quand vous donnez un ordre du pouvoir psychique; Votre pouvoir psychique peut donc être intensifié encore cent fois. C'est ce que le maître psychique fait lorsqu'il accomplit des " miracles ". (En réalité, comme le maître psychique, vous pouvez intensifier le commandement de votre pouvoir psychique 1.200 fois en surmontant rapidement la résistance qu'il rencontre au Point de Jonction du nerf. Comme certains trajets de nerfs ont jusqu'à trois ou quatre points de jonction, vous pouvez intensifier votre pouvoir psychique dans ceux-ci d'au moins 3.600 fois!) Vous apprendrez dans la leçon 4 comment y arriver.

Dans les exercices 1 et 2 ci-dessous vous vous créez une puissante transmission du commandement de votre pouvoir psychique. Vous y apprendrez à ordonner à votre esprit conscient de " sentir " une sensation beaucoup plus intensément qu'il ne la sent en réalité.

Dans l'exercice 3 vous " sentirez " deux différentes situations en même temps avec les différentes moitiés de votre cerveau et vous ordonnerez à chaque moitié de votre esprit conscient par les commandements de votre pouvoir psychique, de " sentir " chaque différente sensation beaucoup plus intensément qu'elles ne les sentent en réalité.

TOUS les sept exercices vous obligeront à mettre de plus en plus de fibres nerveuses de votre Autoconscient Primitif en action au commandement de votre pouvoir psychique et à développer les pouvoirs cachés de votre esprit.

7 EXERCICES POUR DONNER DES ORDRES A VOTRE  
ESPRIT CONSCIENT AU MOYEN DES COMMANDEMENTS DE VOTRE POUVOIR PSYCHIQUE

Vous ne pouvez pas espérer gouverner le reste de votre corps, encore moins les esprits et les corps des autres avec les commandements du pouvoir psychique si vous ne pouvez pas, d'abord, gouverner grâce à eux votre propre esprit.

L'exercice 1 vous donne ce pouvoir - le pouvoir d'obliger votre propre esprit conscient, logique et doué de raison à accepter exactement le contraire de ce qu'il sait être vrai en lui envoyant simplement un commandement du pouvoir psychique depuis votre Centre du Pouvoir Psychique. C'est seulement quand vous aurez accompli cela que vous serez sur le chemin de devenir une personne miraculeuse. Le Sauveur demandait toujours au malade avant de s'aventurer à la guérir: " Crois-tu en Moi ? "

ou d'autres mots à cet effet. Les étrangers malades n'avaient pas de raison logique de croire en Lui, mais comme ils n'avaient plus d'espoir d'être guéris, ils obligeaient leurs esprits conscients à croire qu'Il pourrait les guérir. C'est ce qui permit au miracle de se réaliser.

Vous pouvez faire comme les étrangers malades ont fait.

Quand vous avez entraîné votre esprit conscient à accepter les commandements de votre pouvoir psychique sans discussion (et vraiment sans discussion) vous serez capable, vous-même, d'accomplir des miracles. Mais même si vous le persuadez pour 1 % vous doublerez le 1% qu'il possède déjà de votre Autoconscient Primitif et cela pourrait bien vous suffire pour des fins pratiques. En conséquence, l'exercice 1 est très important.

Exercice 1. Comment gouverner votre esprit conscient au moyen des commandements du Pouvoir Psychique. Placez votre main gauche dans un bol suffisamment profond plein d'eau fraîche. Ensuite, lancez un commandement du pouvoir psychique à votre esprit conscient lui ordonnant de " sentir " que l'eau est " très chaude ". Représentez-vous le commandement de votre pouvoir psychique en fait, comme une fusée " très chaude " lancée de votre front vers l'arrière dans votre esprit conscient, dans le cortex sur le dessus de votre tête. Votre esprit conscient "sentira " immédiatement que l'eau fraîche est un peu plus chaude. En lançant cette fusée-commandement du pouvoir psychique vous aurez utilisé environ 1% des fibres nerveuses de votre personnalité inconnue.

Après une ou deux secondes, avant que votre esprit conscient ne s'adapte à la fusée " très chaude ", lancez-lui une autre fusée-commandement du pouvoir psychique encore plus chaude. Puis immédiatement imaginez que votre main gauche devient sensiblement plus chaude qu'elle n'était. Pour transmettre ce message renforce, vous mettrez automatiquement en jeu encore plus de fibres nerveuses de votre personnalité inconnue.

Après encore une ou deux secondes, avant que votre esprit conscient ne s'adapte au commandement renforcé de votre pouvoir psychique, lancez-lui encore une autre fusée-commandement du pouvoir psychique plus chaude et imaginez immédiatement que votre main gauche devient tout à fait chaude. Cette fois vous pouvez mettre en jeu ENCORE DAVANTAGE de nouvelles fibres de votre Autoconscient Primitif - peut-être en tout 2%. Deux fois encore lancez des fusées-commandements du pouvoir psychique de plus en plus chaudes à votre esprit conscient de façon à utiliser et à développer au moins 3% de votre Autoconscient Primitif. A partir de ce moment, vous pourrez réellement donner des ordres à votre esprit conscient au moyen des commandements du pouvoir psychique.

Exercice 2. Maintenant placez votre main droite dans un bol suffisamment profond plein d'eau très chaude et répétez l'exercice 1, mais avec le but opposé. Lancez une fusée-commandement du pouvoir psychique " très froide " depuis votre front dans votre esprit conscient, lui ordonnant de " sentir " que votre main est " très fraîche " au lieu de chaude.

Après une ou deux secondes, lancez-lui une fusée-commandement du pouvoir psychique encore plus fraîche, en même temps que vous imaginez que votre main droite est sensiblement plus fraîche qu'elle n'était.

Répétez cela encore trois fois en intensifiant vos fusées-commandements du pouvoir psychique jusqu'à un total de cinq lancements de commandements du pouvoir psychique échelonnés.

Une fois encore, vous avez donné des ordres à votre esprit conscient grâce aux commandements du pouvoir psychique.

Exercice 3. Asseyez-vous avec votre main gauche dans un bol d'eau fraîche et votre main droite dans un bol d'eau chaude. Répétez les exercices 1 et 2 exactement en même temps. Pour ce faire exigez que vous concentriez votre attention divisée et, par conséquent, cela double la difficulté de l'exercice. Cela est réalisable cependant, parce que la moitié droite de votre cerveau contrôle votre main gauche, pendant que la moitié de gauche contrôle votre main droite. Cela vous entraîne à placer chaque moitié de votre esprit conscient sous un différent commandement du pouvoir psychique EN MEME TEMPS.

Pratiquez ces trois exercices jusqu'à ce que vous sentiez que les fusées-commandements de votre pouvoir psychique sont dirigées directement dans votre cou et jusqu'à vos mains droite et gauche.

Exercice 4. Répétez les exercices 1, 2 et 3, mais maintenant commandez à votre main droite (celle qui est dans l'eau chaude) de sentir le froid instantanément et à votre gauche (celle qui est dans l'eau fraîche) de sentir instantanément très chaud.

Vos commandements du pouvoir psychique ne vont pas réussir du premier coup, évidemment, mais vos efforts mettent en action de plus en plus de fibres de votre Autoconscient Primitif et le développent en conséquence. Dès le moment où vous sentirez un changement immédiat et sensible dans la température de vos mains après y avoir lancé les commandements de votre pouvoir psychique (et vous devriez le sentir avant longtemps) vous aurez acquis toute la transmission des commandements de votre pouvoir psychique dont vous avez besoin pour réaliser vos desseins les plus élevés beaucoup plus aisément qu'avant.

Mise en garde. NE PAS utiliser votre imagination pour vous en sortir. NE PAS imaginer que votre main est enfermée dans la glace quand elle est seulement plongée dans de l'eau chaude. Vous vous entraînez pour développer la transmission des commandements de votre pouvoir psychique et pas votre imagination. Forcez plutôt votre main ou la partie de votre corps, par le moyen de fusées-commandements de votre pouvoir psychique, à résister à son environnement naturel sans le secours de l'esprit conscient. C'est CELA le commandement du pouvoir psychique.

La moindre capacité que vous pouvez acquérir dans ces exercices mettra en jeu de plus en plus de fibres nerveuses de votre Autoconscient Primitif et vous dotera d'une transmission de commandements du pouvoir psychique que les gens que vous connaissez ou que vous rencontrerez soupçonneront à peine.

Exercice 5. La transmission silencieuse: pour développer rapidement votre transmission du Commandement de votre Pouvoir Psychique. Asseyez-vous confortablement dans votre chambre, vos mains reposant sur vos genoux. Fermez les yeux et pensez seulement à votre main gauche. Avec une vive force d'esprit, lancez de votre front une fusée-commandement du pouvoir psychique très chaude à travers le Centre d'Enregistrement de vos sensations (profondément dans votre cerveau) jusqu'à tout à fait en-dessous de la base de votre cou. De là, lancez-la dans votre épaule gauche et ensuite le long de votre bras jusqu'à votre main gauche.

Immédiatement après, bloquez au Centre d'Enregistrement de vos Sensations, au moyen d'une autre fusée-commandement du pouvoir psychique, toutes les sensations de température normale que votre main gauche pourrait lui envoyer.

Continuez de lancer des fusées-commandements du pouvoir psychique renforcées à votre main gauche, pendant ce temps, pour augmenter sa sensation de chaleur.

Exercice 6. Répétez l'exercice 5, mais lancez maintenant une fusée-commandement du pouvoir psychique froide à votre

main droite.

Exercice 7. La transmission silencieuse croisée. Répétez les deux exercices 5 et 6 en même temps. Lancez votre commandement du pouvoir psychique à votre main gauche depuis la moitié droite de votre front et, en même temps, lancez une fusée similaire à votre main droite depuis la moitié gauche de votre front. Avec les exercices 5, 6 et 7 vous développerez rapidement toute la transmission du commandement du pouvoir psychique dont vous avez besoin pour la prompte réalisation de vos fins terrestres.

COMMENT DEVELOPPER VOTRE SENS DU TEMPS

GRACE AU CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Exercice 1. Plusieurs fois par jour, essayez d'estimer l'heure exacte. Ne pensez pas en arrière pour analyser vos activités depuis la dernière fois que vous avez jeté un coup d'oeil à la pendule et essayer de vous représenter l'heure exacte, mais forcez seulement votre esprit à sentir l'heure exacte à ce moment-là. N'essayez pas de deviner non plus. Fixez votre pouvoir psychique au lieu de cela sur la "sensation" générale du temps et faites-la sortir.

Après avoir répété cet exercice un certain nombre de fois pendant plusieurs jours, vous commencerez à faire travailler votre esprit subconscient en vous selon ces directives, gardant l'heure secrètement pour vous à l'intérieur. Quand plus tard vous vous poserez vous-même cette question, votre Centre du Pouvoir Psychique lancera une fusée à votre esprit subconscient et allumera l'obscur et invisible horloge placée à l'intérieur qui vous projettera l'heure exacte.

Exercice 2. Prenez un livre (pas celui-ci), vérifiez l'heure et ensuite lisez une page ou deux d'une manière intelligible. Estimez le temps qu'il vous a fallu pour lire et vérifiez votre estimation sur votre montre. Encore une fois n'essayez pas de vous figurer le temps qu'il vous a fallu pour lire ces pages; cela ressortirait à votre esprit conscient doué de raison. Dépendez seulement du contrôle de votre pouvoir psychique de votre esprit subconscient.

EN RESUME. Musiciens, danseurs, athlètes, ménagères, docteurs, infirmières, hommes d'affaires. Vendeurs, speakers, ceux qui sont dans les innombrables professions ou activités de loisirs (y compris la conversation ordinaire) doivent constamment utiliser leur sens de l'heure. Dans la plupart de ces activités il est impossible de regarder une pendule pendant le travail. Dans les autres, il est, soit gênant de le faire, soit insultant pour les autres personnes. Et malheureusement, sans un sens exact de l'heure dans ces situations, vous êtes voué : " à perdre un temps considérable, à manquer à vos amis ou à risquer de les perdre. Etre capable de "deviner" l'heure avec suffisamment de précision, sans avoir recours à une montre où à une pendule, étonne et fascine les gens. Cela augmente aussi énormément votre habileté et votre efficacité dans tous les projets que vous entreprendrez.

COMMENT INTENSIFIER VOTRE POUVOIR DE VOLITION

(OU VOTRE FORCE DE VOLONTE)

GRACE AU CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Votre pouvoir de volition, ainsi que les physiologistes le nomment (en réalité votre force de volonté) appartient à votre esprit conscient. Grâce au pouvoir de volition vous pouvez guider vos muscles pour faire un mouvement déterminé. Vous pouvez aussi encourager votre esprit à penser d'une certaine façon et vos actions à accomplir un certain projet. Quel que soit le mouvement que vous fassiez avec vos muscles ou quel que soit le projet que vous vous proposiez avec votre esprit, si vous l'accomplissez sans volition il sera fait sans conviction à moins que

vous n'avez déjà l'habitude d'accomplir ce mouvement ou ce projet et que vous ne l'avez converti en un réflexe conditionné. Quand votre pouvoir de volition sera intensifié au point que vous défieriez les chances de mener à bien l'acte ou le projet que vous envisagez, vous atteindrez alors des résultats dans votre vie quotidienne qui étonneront tout le monde.

Le maître psychique développe son pouvoir de volition au point où il éclipse totalement celui des masses. Même intensifié à un moindre degré, votre pouvoir de volition peut opérer des presque-miracles dans votre vie quotidienne. Sans l'intensifier du tout, vous ne pouvez pas espérer développer votre personnalité inconnue d'une manière assez satisfaisante. Faites les exercices suivants et vous intensifierez votre pouvoir de volition avec une rapidité étonnante.

Exercice 1. Comment vous obliger à faire quelque chose que vous voulez faire en dépit des obstacles qui pourraient se trouver sur votre chemin. Fixez-vous une heure précise pour aller au lit le soir. Quand cette heure approche, préparez-vous à aller au lit malgré ce que vous préféreriez faire d'autre, à moins que ce ne soit un cas d'urgence. Forcez-vous à être au lit exactement à l'heure que vous avez choisie, ni avant ni après. Ne laissez personne ni rien vous détourner de votre projet. N'insultez personne en lui disant "de se retirer de votre chemin", mais excusez-vous poliment si vous avez à le faire et conservez votre suite dans les idées. Ne faites pas non plus une névrose d'anxiété, poursuivez seulement votre plan patiemment et méticuleusement. Observez la pendule minutieusement et assurez-vous d'être au lit - pour y rester - à l'heure que vous avez choisie.

Cela semble être un exercice simple, mais il est difficile parce qu'il mettra à l'épreuve vos ressources du pouvoir de volition. Vous serez plus que probablement débordé par les raisons et obstacles qui s'opposeront à l'exécution de votre plan à la lettre et vous aurez à les vaincre tous. Vous pouvez être appelé à surmonter les désirs d'autres gens, des situations inattendues, de vieilles habitudes et votre entourage intransigeant pour arriver à être au lit à l'heure que vous avez choisie, ni un moment avant, ni un moment après. Même si vous vivez seul, ce ne sera pas facile. L'effort exige aussi de votre part un minutage précis. Et, encore une fois, vous devez y arriver sans aucun sentiment d'anxiété. Mais vous serez surpris de voir dans quelle proportion s'intensifiera votre pouvoir de volition en exécutant tout ceci à la lettre. Répétez cet exercice plusieurs soirs de suite.

Exercice 2. Obligez-vous à vous asseoir tout de suite et à commencer à écrire une lettre à quelqu'un. Si vous avez un rendez-vous maintenant, choisissez une heure déterminée demain pour écrire cette lettre. Choisissez aussi une heure appropriée tout de suite pour écrire une lettre à quelqu'un la semaine prochaine.

Exercice 3. Dans l'exercice 2, obligez-vous à écrire une lettre de trois pages à votre correspondant. Ne la faites ni plus longue, ni plus courte et terminez-la en une demi-heure.

Cet exercice forcera la grande région de votre cerveau qui recouvre le dessus de votre tête (votre lobe pariétal) à vous fournir rapidement pour cette lettre les mots, les pensées et les expressions. Mais encore une fois, faites tout cela calmement.

EN RESUME. Même si vous n'arrivez pas à faire ces exercices, correctement ou exactement les premières fois, répétez-les. Jusqu'à ce que vous fassiez chacun d'eux bien au moins trois fois. Ils vous font utiliser votre pouvoir psychique pour intensifier votre pouvoir de volition de manière à mener à bien ces tâ-

ches "plutôt fastidieuses" exactement comme vous les avez prévues. Le maître psychique développe ses grands pouvoirs en se forçant à accomplir à plusieurs reprises des tâches "plutôt fastidieuses" qui développent ses différents pouvoirs.

#### EXERCICES POUR RENDRE LA PENSÉE PLUS PÉNÉTRANTE POUR LE CONTRÔLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Exercice 1. Prenez le livre "le plus profond" que vous ayez à portée de la main - un que vous exécutez en raison de sa profondeur. Ouvrez-le dans le milieu et lisez-le couramment comme si ce n'était qu'un simple livre scolaire élémentaire. Quand vous tombez sur un mot que vous ne comprenez pas, attribuez-lui spontanément une signification qui semble correspondre à la phrase et continuez à lire. Lisez à peu près deux tiers de la page, en vous forçant tout le temps à absorber l'information comme si c'était écrit simplement.

Posez le volume et recommencez la même chose avec un autre livre "profond". Vous serez étonné de constater comme vous le comprenez plus vite. S'atteler à une tâche aussi formidable d'une manière aussi triviale met une partie de votre Auto-conscient Primitif en action et fait toujours des merveilles pour vous.

Mais cela exige de vous une réelle énergie mentale pour tenir bon longtemps; c'est pourquoi vous ne devez lire que deux tiers de page chaque fois que vous faites cet exercice.

Répéter cet exercice quatre fois par semaine développe plus de fibres nerveuses de votre personnalité inconnue ainsi que de votre énergie mentale que vous ne pouvez en supporter. Augmentez graduellement la longueur de votre lecture en ajoutant une ligne ou deux jusqu'à ce que vous lisiez une page à la fois. Puis lisez une page et demie à la fois et plus tard deux pages. Votre aptitude à assimiler des informations compliquées se développera et on vous admirera beaucoup. Si vous êtes étudiant, vous constaterez que votre aptitude à extraire le meilleur de vos vastes tâches augmentera par sauts et par bonds.

De temps en temps, cessez d'utiliser cette aptitude pendant plusieurs jours ou même une semaine à la fois. Ne mettez pas trop votre Autoconscient Primitif à l'épreuve avant qu'il ne soit plus grandement éveillé. Même les yogis n'utilisent pas tout le temps les leurs.

Exercice 2. Choisissez un problème urgent pour lequel vous ne pouvez pas trouver immédiatement une solution satisfaisante. Analysez-le à nouveau avec de nouveaux yeux et promptement choisissez la "meilleure" solution. (Vous n'avez pas à appliquer réellement cette solution, mais choisissez-la comme si vous en aviez l'intention).

Faites de même pour chaque problème qui se pose à vous et pour lequel vous n'avez pas de solution prête. Dès le moment où vous vous sentez fatigué de l'effort ou que vous avez à lutter pour trouver des solutions spontanées, arrêtez l'exercice. Pour tirer profit de ces exercices, pratiquez-les toujours avec un esprit frais et reposé. Seulement alors pourrez-vous vous sentir maître - et être maître - avec le pouvoir psychique.

Exercice 3. Choisissez instantanément, après une courte réflexion, une solution pratique pour mettre fin pour toujours à la guerre.

#### COMMENT DES FAITS MIRACULEUX SONT ACCOMPLIS PAR LE CONTRÔLE DU POUVOIR PSYCHIQUE DU CENTRE D'ENREGISTREMENT DES SENSATIONS

Les sorciers polynésiens peuvent marcher sur des charbons ardents sans se brûler parce qu'ils refoulent momentanément toute chaleur de leurs jambes et de leurs pieds grâce à leur

Centre d'Enregistrement des Sensations. Ils ne sentent pas la brûlante chaleur des charbons. Il y a des aveugles qui peuvent voir avec leurs doigts; ils ont développé une vision extra-oculaire. Tous les nerfs du corps porteurs de messages sont reliés d'une façon ou d'une autre à tous les nerfs du corps délivrant les ordres. Vous pouvez transférer les fonctions d'une partie de votre corps à une autre. Dans la CYCLOMANCIE : LE SECRET DE LA MAITRISE DU POUVOIR PSYCHIQUE, vous n'apprendrez, toutefois, que les procédés pratiques et profitables qui vous aideront à mieux vous intégrer dans la société et à progresser comme chef reconnu et dont on admire le succès.

COMMENT PLACER VOTRE CENTRE D'ENREGISTREMENT  
DES SENSATIONS ET VOTRE CENTRE DE CONTROLE  
DES ORGANES SOUS LE CONTROLE  
DU POUVOIR PSYCHIQUE

Puisque la léthargie est un exemple si parfait, quoique impraticable, de la Maîtrise du Pouvoir Psychique du Centre d'Enregistrement des Sensations et du Centre de Contrôle des Organes (les deuxième et troisième parties de votre Autoconscient Primitif) elle sera révélée ici entièrement et scientifiquement. Comment le Yogi réalise la léthargie. La léthargie est le moyen physiologique "miraculeux" par lequel un yogi qui se permet de se faire enterrer vivant sera encore vivant et en bonne santé, quoique un peu émacié, quand on le sortira quelque quarante jours plus tard. Pour mener à bien cet accomplissement apparemment déconcertant il déclenche de son pouvoir psychique un commandement d'une telle violence à la fois à son Centre d'Enregistrement des Sensations et à son Centre de Contrôle des Organes qu'il provoque dans ses fonctions corporelles les incroyables changements suivants qui servent à le conserver vivant pendant la durée de l'expérience, sans nourriture, sans eau et sans air:

- (1) II réduit sa température normale de 37° environ à une température variant entre 27° et 32°.
- (2) II réduit le rythme de son coeur et de sa respiration d'une façon tellement étonnante que son pouls radial (celui de son poignet) est à peine perceptible.
- (3) II fait tomber sa tension si bas qu'elle ne peut plus être mesurée.
- (4) II diminue sa production d'urine à pratiquement rien ou la supprime entièrement grâce à un incroyable contrôle sur ses fonctions rénales.
- (5) II diminue son activité digestive à un minimum.
- (6) II réduit le volume de son sang en circulation à un goutte à goutte à peine compatible avec la vie.
- (7) II réduit son métabolisme (son processus de vie) de 20 à 50%.
- (8) Dans ces conditions son corps n'exige pratiquement pas de nourriture pour survivre pendant une période considérable. Sa digestion, son métabolisme et sa tension sont si imperceptibles qu'il n'utilise qu'un minimum d'énergie pour rester vivant. En conséquence, il n'a besoin pour respirer que de très peu d'oxygène. L'homme normal mourrait dans de telles conditions parce qu'il ne pourrait pas ralentir son processus vital à un tel degré et exigerait en conséquence considérablement plus d'oxygène pour rester vivant.
- (9) Etant donné que le yogi dans cet état respire dans si peu d'oxygène, la graisse de son corps (qui est pauvre en oxygène) se convertit en carbo-hydrate (qui est riche en oxygène). C'est ainsi que son corps se procure son oxygène quand il est en léthargie. Et il a vraiment besoin d'oxygène pour survivre.

Pour être explicite, il s'assure son oxygène nécessaire NON PAS de l'air (car il y a trop peu d'air disponible pour faire respirer son corps lorsqu'il est enterré), mais de lui-même en convertissant simplement la graisse de son corps en carbo-hydrate.

(La léthargie est obtenue de nos jours dans la médecine moderne par la réfrigération ou cryothérapie. On y a recours pour les maladies chroniques telles que le cancer de la peau ou pour soulager une vive douleur intraitable).

En plaçant son Centre d'Enregistrement des Sensations et son Centre de Contrôle des Organes sous le Contrôle du pouvoir psychique, comme cela a été exposé plus haut, le yogi peut se mettre lui-même en état de léthargie et vivre quarante jours et nuits sans nourriture, sans eau et sans air. C'est ainsi que l'écureuil et l'ours hibernent durant l'hiver sans nourriture.

Exercice. Comment vous réchauffer grâce au Centre de Contrôle des Organes quand vous avez froid. Un jour qu'il fait froid et si vous êtes en bonne santé, faites une promenade moins couverte que d'habitude. Votre Centre d'Enregistrement des Sensations reçoit une sensation de fraîcheur et la transmet à votre esprit conscient. Immédiatement, donc, envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique depuis votre Centre de Pouvoir Psychique à votre Centre d'Enregistrement des Sensations lui ordonnant de vous réchauffer. Votre Centre d'Enregistrement des Sensations PEUT le faire par le truchement de vos nerfs combattants (votre système nerveux sympathique).

N'EXAGEREZ PAS CET EXERCICE, cependant. Emportez un pull-over de réserve, au cas où vous en auriez besoin. Répétez cet exercice par temps encore plus froid, en ne portant pas davantage de vêtements. (Vous pourriez même faire cela dans votre chambre en arrêtant le chauffage par temps froid ou en mettant en marche le conditionneur d'air par temps chaud). Conservez vos mains et vos pieds au chaud avec des gants et des chaussettes de laine. Ne laissez PAS refroidir vos extrémités. Ne vous exposez pas trop longtemps pour ne pas devenir bleu ou engourdi par le froid. Développez graduellement le contrôle du pouvoir psychique sur la température de votre corps. D'un autre côté, n'abandonnez pas dès que vous vous sentez désagréablement froid. Résistez sans crainte pendant un moment à la sensation de froid en commandant à votre Centre d'Enregistrement des Sensations (grâce aux fusées-commandements du pouvoir psychique) de vous conserver au chaud et représentez-vous visuellement que c'est fait par l'intermédiaire de vos nerfs combattants. C'est CELA la chose importante.

COMMENT DEVELOPPER LA DISCRIMINATION SPATIALE

OU VOTRE SENS DE LA DIRECTION DANS L'ESPACE

En développant la discrimination spatiale ou le sens de la direction dans l'espace, vous ajoutez une sûreté de position et des "yeux" à vos pieds.

Le maître psychique a des "yeux" dans toutes les parties du corps.

Exercice 1. Comment mettre des " yeux " dans vos pieds. Tenez-vous debout à une extrémité de votre chambre ou dans un coin. Regardez droit devant vous un point sur le mur. Fermez vos yeux et marchez vers ce point. Aucun meuble ou autre obstacle ne doivent se trouver sur votre chemin. Tenez une main légèrement étendue en avant de vous pour éviter de vous cogner dans le mur. Vous entraînez vos jambes à marcher en ligne droite les yeux fermés et vous les guidez par un commandement du pouvoir psychique sur votre Centre d'Enregistrement des Sensations.

Quand vous toucherez le mur, ouvrez les yeux et déterminez la distance d'éloignement du point auquel vous êtes arrivé. Pratiquez cet exercice jusqu'à ce que le commandement de votre pouvoir psychique obtienne, en guidant votre Centre d'Enregistrement des Sensations, une parfaite maîtrise du sens de la direction dans l'espace.

Exercice 2. Retournez à votre place de départ et regardez à nouveau le même point sur le mur à travers la chambre. Tournez-vous de côté maintenant et, ensuite, fermez les yeux. Sans ouvrir les yeux, tournez-vous de face à nouveau et essayez de faire face au même point sur le mur de l'autre côté de la chambre.

Avec une main légèrement étendue en avant, traversez la pièce à nouveau. Quand vous atteindrez le mur, ouvrez vos yeux et appréciez à quelle distance du point vous êtes arrivé. Pratiquez cet exercice. Il entraîne le commandement de votre pouvoir psychique à diriger votre Centre d'Enregistrement des Sensations d'après une très courte mémoire. Des exercices compliqués nécessitent l'emploi de plusieurs plans et mouvements mémorisés, la plupart rapidement maîtrisés, si pas tous. Le pouvoir psychique, et non votre esprit conscient, est alors ce qui vous aide.

Exercice 3. Retournez à votre place de départ et regardez encore le même point sur le mur de l'autre côté de la pièce. Faites un demi-tour maintenant de façon à faire face au mur qui était derrière vous.

Fermez les yeux.

Faites demi-tour à nouveau avec vos yeux toujours fermés et à nouveau traversez la pièce vers le même point sur le mur. Quand vous touchez le mur, ouvrez les yeux et déterminez à quelle distance vous êtes arrivé du point.

Ce particulier exercice sert principalement à entraîner votre Centre d'Enregistrement des Sensations lui-même. Ajouter à cela un commandement du pouvoir psychique le rend encore plus efficace.

Exercice 4. Retournez à votre place de départ et une fois de plus, regardez le même point sur le mur de l'autre côté de la pièce.

Fermez les yeux.

Faites un tour complet cette fois-ci avec les yeux fermés et puis marchez à travers la pièce vers le même point sur le mur. Ouvrez les yeux et déterminez encore la distance à laquelle vous êtes arrivé du point.

Cet exercice est destiné à entraîner à la fois votre Centre d'Enregistrement des Sensations et votre contrôle du pouvoir psychique sur lui.

Exercice 5. Vous serez devenu un maître du sens contrôlé du pouvoir psychique de la direction dans l'espace quand vous pourrez tourner complètement deux fois sur vous-même avec les yeux fermés avant de traverser la pièce et de vous diriger directement vers le point sur le mur avec les yeux toujours fermés. Essayez cela tout de suite - mais ne vous attendez pas à réussir avant quelque temps.

Faites tous ces exercices l'un après l'autre. Ils commencent par la fixation du point à travers la pièce fermement dans votre esprit conscient. Une fois que vous avez fermé les yeux, donc, vous vous fiez autant, si pas plus, au commandement du pouvoir psychique pour vous guider à travers la pièce droit sur le point.

COMMENT PLACER VOTRE CENTRE DE CONTROLE

DES ORGANES SOUS

LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Puisque le Centre de Contrôle de vos Organes gouverne toutes les fonctions de votre corps, l'amener sous le contrôle du pouvoir psychique peut avoir des effets bénéfiques illimités sur votre santé. Grâce à lui, par exemple, vous pouvez réduire votre poids, gagner de l'appétit, régulariser vos selles, supprimer la tension nerveuse, normaliser le rythme de votre sommeil, régulariser votre tension, combattre la maladie et même contrôler vos émotions de crainte, de colère, de plaisir et de joie. Les exercices suivants ne sont que quelques exemples de ce que vous pouvez faire pour vous-même en contrôlant votre Centre de Contrôle des Organes grâce aux commandements du pouvoir psychique.

Exercice 1. Comment perdre du poids grâce au centre de Contrôle des Organes. A l'heure d'un repas, si vous vous sentez lourd, sautez le repas. Mais représentez-vous vous-même comme si vous aviez mangé et que vous vous sentiez l'estomac rempli. Ne vous remplissez pas l'estomac d'eau pour avoir l'impression qu'il est plein, non plus, car cela maintiendrait votre poids; sentez-vous seulement l'estomac plein à cause d'un commandement du pouvoir psychique de vous le sentir plein. Lancez une fusée-commandement du pouvoir psychique de votre front au Centre de Contrôle des Organes lui ordonnant de détendre votre estomac pour qu'il se sente plein et cesse de sécréter des sucs gastriques. Pour aider votre Centre de Contrôle des Organes, représentez-vous en vous-même l'image de votre estomac se transformant en un pneu complètement à plat.

Vous pourriez même consommer seulement une portion ou une beaucoup plus petite quantité de votre repas habituel et ensuite soudainement vous représenter votre estomac devenant sec et ne sécrétant plus de sucs digestifs.

Ne faites pas que vous représenter ces changements. Dirigez l'image visualisée dans votre estomac avec une absolue conviction grâce à une fusée-commandement du pouvoir psychique.

Exercice 2. Comment vous entraîner à des habitudes de selles régulières grâce à votre Centre de Contrôle des Organes. Puisque le Centre de Contrôle des Organes gouverne vos intestins, il peut être utilisé pour leur donner des habitudes régulières. Il contrôle la vague péristaltique qui serre et descend le long de votre tube digestif quand vos intestins sont en mouvement et le vide. Quand il est gouverné par votre Centre de Pouvoir Psychique, votre Centre de Contrôle des Organes peut faire des merveilles pour vos intestins.

Voici l'exercice. Etant assis sur un tabouret, visualisez vos intestins comme s'ils étaient un tube conduisant directement de l'estomac à l'extérieur de votre corps. Visualisez-le se dilatant et se contractant rythmiquement toutes les cinq secondes avec son contenu descendant de votre estomac d'environ deux centimètres et demi à chaque fois. En d'autres termes, accordez votre Centre de Contrôle des Organes au rythme de la vague péristaltique lorsqu'elle rejette le contenu du tube hors de votre corps. Si vous pratiquez cela régulièrement (l'induction de la vague péristaltique) et à peu près à la même heure chaque jour vous entraînerez votre Centre de Contrôle des Organes à la mettre en action automatiquement et vos selles seront réglées par votre Centre de Contrôle des Organes contrôlé par le pouvoir psychique.

certaines situations, encouragez votre Centre de Contrôle des Organes à ralentir, pendant ces situations-là, le rythme de votre respiration et celui des battements de votre coeur. Faites cela simplement grâce au Contrôle de la Respiration par le Centre de Contrôle des Organes que vous avez appris dans l'exercice 3.

Vieux ou jeune, cette habitude vous fera un bien immense.

Plus vous respirez profondément, mieux c'est, parce que vous emmagasinez plus d'oxygène plus vite et que le rythme de votre respiration et de vos battements de coeur ralentira automatiquement. Par réflexe, ceux-ci contrôleront vos émotions. (Par réflexe, signifie un mouvement involontaire provoqué en réponse à une autre stimulation).

ADDENDA. En développant un contrôle conscient sur votre Centre d'Enregistrement des Sensations et sur votre Centre de Contrôle des Organes vous pourriez bien tout autant développer votre intelligence. Les fameux physiologistes Penfield et Jasper avancent que la conscience a son siège dans les Centres d'Enregistrement des Sensations et de Contrôle des Organes et dans les parties supérieures de la tige du cerveau supérieur. On appelle ces structures et leurs connexions le système Centrencéphalique et on le considère (plutôt que vos esprits conscient et subconscient) comme votre plus haut niveau du développement nerveux. Ce pourrait être l'importante raison pour laquelle les maîtres psychiques peuvent effectuer de stupéfiants phénomènes -leurs Centres d'Enregistrement des Sensations et le Contrôle des Organes ayant été développés (ou réveillés) par eux à un degré étonnant. Vous gagneriez incommensurablement à développer les vôtres à n'importe quel degré.

## TROISIEME LECON

Comment Placer Votre Centre de Coordination  
des Muscles sous le Contrôle du  
Pouvoir Psychique

COMMENT VOUS POUVEZ GAGNER INFINIMENT  
AVEC LES INCROYABLES POTENTIELS

DE VOTRE CENTRE DE COORDINATION DES MUSCLES

Votre Centre de Coordination des Muscles (la quatrième partie de votre Autoconscient Primitif) a trois importantes portions primitives: votre corps strié, votre noyau rouge et votre cervelet. Toutefois, pour simplifier, ils seront tous groupés ensemble sous le terme de Centre de Coordination des Muscles.

Des potentiels électriques spontanés se produisent dans votre Centre de Coordination des Muscles, mais ils sont faibles, parce que votre esprit conscient les gêne pour garder votre activité musculaire "conventionnelle". Au laboratoire, cependant, la connexion nerveuse entre le Centre et l'esprit conscient a été coupée expérimentalement, le libérant de cette contrainte. Des décharges de haut voltage ont été immédiatement expédiées du Centre. Votre Centre de Coordination des Muscles a, en d'autres termes, caché en lui, un très haut degré de la dynamite de l'irritabilité protoplasmique. Quand vous le libérez du contrôle civilisé de votre esprit conscient, il fait exploser son intensive dynamite et accomplit l'incroyable pour vous.

Vous pouvez le libérer de cette contrainte grâce au pouvoir psychique. Placez votre Centre de Coordination des Muscles sous le contrôle du pouvoir psychique et vous pourrez arracher cette contrainte de votre trop-raisonneur et trop-analyseur esprit conscient et immédiatement vous gagnerez un pouvoir musculaire explosif, de l'endurance, de la grâce physique et de l'allure. C'est exactement ce que fait l'hystérique, mais d'une façon négative. Vous pouvez faire la même chose, mais d'une façon positive.

COMMENT FONCTIONNE VOTRE CENTRE

DE COORDINATION DES MUSCLES

Chaque muscle de votre corps est sous le contrôle de votre Centre de Coordination des Muscles. Dans la leçon 1, vous avez appris comment fonctionne la coordination de vos muscles quand votre biceps soulève des poids de plus en plus lourds en faisant entrer en action de plus en plus de muscles stabilisants pour augmenter son pouvoir de soulèvement. Apprenez comment votre Centre de Coordination des Muscles fait entrer en action votre système nerveux pour créer cette augmentation de puissance et pourquoi vous pouvez ainsi accomplir le "miraculeux" grâce à lui en le plaçant sous le contrôle du pouvoir psychique. Quand vous essayez de lever un poids avec votre biceps, voici ce qui se passe dans votre système nerveux.

1. Un message est envoyé immédiatement par votre biceps le long d'un nerf, vers votre esprit conscient, demandant la "force" nécessaire pour lever le poids. Vous ne pourriez pas lever le poids si vous étiez inconscient ou endormi, aussi léger qu'il puisse être. Votre esprit conscient (ou inconscient) doit gouverner le muscle ou bien le muscle ne lèvera pas le poids.

2. Mais - le nerf ne conduit pas à votre esprit conscient. C'est seulement un segment de nerf conduisant à la moelle épinière et qui s'arrête là.

3. En conséquence, dans votre moelle épinière le message de votre biceps doit sauter le Point de Jonction du nerf (ou synapse) et se transférer lui-même sur un autre segment de nerf qui conduit à votre cerveau.

4. Ce second segment de nerf convoie le message du biceps

jusqu'à votre moelle épinière et jusqu'au Centre de Coordination des Muscles et s'arrête là.

5. Votre Centre de Coordination des Muscles reçoit le message du biceps et le fait suivre, par encore un autre segment de nerf, jusqu'à votre Centre d'Enregistrement des Sensations.

6. Finalement votre Centre d'Enregistrement des Sensations le relaie jusqu'à votre esprit conscient. Votre esprit conscient retient et affine le message et choisit pour votre biceps la somme de force exacte dont il a besoin pour lever ce poids.

7. Votre esprit conscient donne ensuite l'ordre à votre biceps, par l'intermédiaire des nerfs transmetteurs d'ordres, de se contracter suffisamment pour lever le poids.

8. MAIS - votre biceps a besoin d'un "équilibreur" pour maintenir votre position pendant qu'il lèvera le poids. Votre triceps étant son muscle antagoniste, votre Centre de Coordination des Muscles lui donne automatiquement l'ordre de se contracter aussi; pour mettre un "frein" à votre biceps.

9. D'autre part, votre triceps ne doit pas se contracter trop fermement au point d'empêcher votre biceps de lever le poids avec un minimum de perte d'énergie. C'est pourquoi votre Centre de Coordination des Muscles donne encore un autre ordre à votre triceps, celui de ne PAS se contracter trop fermement.

10. Votre triceps, en somme se contracte aussi, (quoique beaucoup moins que votre biceps) mais il se relâche aussi assez pour laisser votre biceps opérer sans une inutile perte d'énergie. Et ainsi votre biceps lève le poids, aidé par la coordination de votre triceps grâce à votre Centre de Coordination des Muscles.

11. Quand vous levez un poids encore plus lourd et que de plus en plus de muscles entrent en action comme muscles de stabilisation, ceux-ci aussi se placent sous le contrôle de votre Centre de Coordination des Muscles parce qu'ils aident votre biceps à lever, exactement comme le fait votre triceps.

D'AUTRES FAÇONS DANS LESQUELLES VOTRE CENTRE  
DE COORDINATION DES MUSCLES VOUS AIDE

DANS VOTRE VIE DE CHAQUE JOUR

La même extension de contrôle de vos muscles se fait quand vous dirigez ou accomplissez des mouvements difficiles tels que ceux qui exigent un équilibre du corps (c'est-à-dire le sens de l'équilibre) ou que vous participez à un sport ou à un jeu dans lesquels vos muscles sont utilisés de façon experte (par exemple, la natation, le ski, le patinage, le bowling, le golf, la danse, le chant, la pratique d'un instrument de musique, la peinture, se pavaner en vêtements élégants, l'activité sexuelle, la chirurgie dentaire, la chirurgie, servir aux tables, faire des travaux manuels ou spécialisés, jouer la comédie, réparer votre maison, conduire une voiture, monter à cheval, à bicyclette, à motocyclette, ainsi à l'infini).

Chacune de ces activités exige de vous que vous utilisiez beaucoup de muscles de votre corps dans une action synchronisée pour permettre au "principal muscle" employé d'augmenter plusieurs fois son efficacité. C'est aussi le cas, par exemple, quand un athlète s'efforce de battre un record, quand un danseur ou un musicien veulent améliorer leur performance, ou quand un automobiliste veut se faufiler dans une circulation dense. Le participant alors doit ajouter à son habileté une considérable maîtrise de son pouvoir psychique, car il ne peut pas prévoir chaque éventualité qui peut se présenter.

LA FORCE MULTIPLIÉE QUI EST DONNÉE À VOS

MUSCLES PAR LA TRANSMISSION

DU COMMANDEMENT DE VOTRE POUVOIR PSYCHIQUE

La force ou l'agilité que la transmission du commandement

du pouvoir psychique peut ajouter à vos muscles sont incroyables. C'est le secret de nombreux tours de force miraculeux qui ont été accomplis. Quand un muscle devient plus fort, ses fibres deviennent plus grosses. Mais la force que le muscle peut éventuellement atteindre est hors de proportion avec l'augmentation de son volume. Examinons le cas d'un culturiste moyen qui lève des poids. Il commencerait à s'entraîner avec un biceps mesurant 35 centimètres et, en quelques années, l'aurait développé à un maximum de 40 à 42,5 centimètres. Le tour de son bras a augmenté de moins de 25%. Or, au début il ne pouvait pas lever plus de 36 kilos au développé (levée "pression") mais en quelques années le porta à un maximum de 81 à 90 kilos. Sa force avait augmenté de 150% soit six fois autant que la grosseur de son bras. De plus, sous le microscope ses fibres musculaires sont exactement les mêmes, excepté qu'elles peuvent être jusqu'à un quart plus épaisses. Qu'est-ce qui peut bien avoir causé cette extraordinaire augmentation de la puissance musculaire, en dépit d'une augmentation de volume des muscles relativement insignifiante? La réponse ne peut pas être "habileté". Il ne faut pas beaucoup d'habileté pour pousser simplement une barre au-dessus de sa tête. Cela ne peut pas être non plus son esprit conscient, car il n'est pas logique de devenir tellement plus fort avec si peu de grossissement des muscles. La réponse est - la transmission du commandement du pouvoir psychique du leveur de poids. Avec un pur pouvoir psychique (illogique comme c'était) il se convainquit lui-même qu'il POUVAIT lever des poids de plus en plus lourds. Son Centre de Pouvoir Psychique envoya cette fusée-commandement à son Centre de Coordination des Muscles et lui ordonna d'ignorer l'influence opposante de son esprit conscient. Des décharges de haut voltage (la dynamite cachée de son irritabilité protoplasmique) furent immédiatement envoyées du Centre et ajoutèrent terriblement à la force de ses muscles stabilisateurs. Ceci permit à ses "muscles principaux" d'augmenter leur efficacité six fois plus que le développement des tissus ne pouvait le laisser supposer. Si ce culturiste était du calibre d'un champion, vraiment, il pourrait développer jusqu'à 125 kilos ou plus, même avec des bras pas plus gros que les siens. Autrement dit, sa force augmenterait de 245% pendant que ses muscles ne croîtraient que de 25% seulement; elle augmenterait d'environ dix fois en proportion de l'augmentation en volume de ses muscles.

Un autre exemple est l'entraînement croisé. Il est notoirement connu par les orthopédistes que, si une jambe est immobilisée par un plâtre, faire des exercices avec l'autre augmentera la force de la jambe immobilisée. Cela prouve que l'esprit, ou le nerf de la jambe lui-même, développe un pouvoir musculaire par réflexe.

#### COMMENT DEVELOPPER LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE SUR VOTRE CENTRE DE COORDINATION DES MUSCLES

Vous avez trois fois autant de nerfs porteurs de messages de vos muscles à votre moelle épinière ou à votre cerveau que de nerfs porteurs d'ordres à vos muscles. Plus d'un nerf porteur de message, donc, viennent faire face à chaque nerf de commandement au Point de Jonction des Nerfs dans votre moelle épinière ou dans votre cerveau. Pour qu'un muscle puisse recevoir son plein commandement, il faut qu'il reçoive des messages de plusieurs nerfs porteurs de messages, à la fois. Autrement, il n'est que partiellement stimulé et seulement quelques-unes de ses fibres se contractent.

Cependant, avec un commandement du pouvoir psychique

suffisamment fort, vous pouvez donner des ordres à un nombre considérable de nerfs porteurs de messages pour envoyer des messages au nerf de commandement de n'importe quel muscle. Votre corps lui-même agit ainsi avec la coordination des muscles mais vous pouvez le faire vous-même à un beaucoup plus grand degré avec les commandements du pouvoir psychique pour que le muscle se contracte pleinement à votre volonté. C'est ainsi que l'haltérophile, le joueur de golf, le sprinter, le nageur de vitesse et les autres athlètes qui comptent sur la puissance aussi bien que sur la vitesse battent des records. Cela explique aussi pourquoi des hommes peu musclés, comme les yogis, peuvent accomplir des miracles de force physique presque sans entraînement spécial. Leur transmission de commandement du pouvoir psychique est 109 fois plus puissante que celle de l'homme moyen, sans même considérer sa multiplication due à sa facilité de passage aux Points de Jonction des nerfs. Les exercices suivants développeront le contrôle de votre force physique sur votre Centre de Coordination de vos Muscles, soit pour la force ou l'agilité (si vous êtes un homme), soit pour la grâce et l'étonnante beauté de vos mouvements (si vous êtes une femme). Chacune de ces qualités que vous acquerrez d'une manière étonnamment rapide, vous donnera une confiance en vous-même qui vous aidera à tout surmonter.

EXERCICES POUR DEVELOPPER LA MAITRISE  
DE LA FORCE PSYCHIQUE SUR LE CENTRE DE  
COORDINATION DES MUSCLES - SI VOUS ETES UN HOMME

Exercice 1. Comment augmenter à votre gré et d'une façon marquante votre force dans n'importe quel sport. Supposez que vous soyez un haltérophile, un coureur, un lanceur de marteau, un nageur, un sauteur, un boxeur, un joueur de golf ou que vous pratiquiez n'importe quel sport qui exige à la fois de la force et de l'adresse. Vous avez mis toute votre force dans vos mouvements, mais il vous en faut davantage pour faire mieux ou pour gagner. Votre esprit conscient logique, soutenu par la douleur que vous ressentez dans vos muscles quand vous avez fait tous vos efforts, vous indique que vous avez atteint le maximum pour ce jour-là.

Refusez de le croire. Abandonnez-le pour votre Centre du Pouvoir Psychique et préparez-vous à vous surpasser. Relaxez de la tête aux pieds avec le Retrait de Forme des Muscles et prenez de profondes inspirations pour vous saturer d'électrons. Le pouvoir Potentiel et le Retrait de Forme des Muscles vont la main dans la main.

Mettez-vous en position de répéter l'effort maintenant, mais restez relaxé. Lancez une fusée-commandement de Force Psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique à votre esprit conscient, lui ordonnant de commander vos muscles pour obtenir cette fois un meilleur résultat. Avant que votre esprit conscient logique puisse discuter l'utilité de cet ordre, renforcez-le avec encore une autre fusée-commandement de la force psychique intensifiant cet ordre.

Soudainement, bandez vos muscles et entrez en action. Si vous avez ajouté des poids à votre barre, votre esprit conscient réagira immédiatement avec un choc et du désespoir ou avec un sombre pressentiment d'un échec imminent. Effacez instantanément ces pressentiments avec une troisième fusée-commandement de la force psychique ordonnant à votre esprit conscient de continuer à pousser avec vos mains, quoi qu'il arrive. Si vous courez ou si vous nagez ou pratiquez n'importe quel autre sport dans lequel il est plus difficile d'apprécier la transmission de la force nécessaire, visualisez seulement vos muscles comme s'ils

étaient assez forts pour atteindre leur objectif et utilisez-les comme s'ils étaient véritablement assez forts. N'ESSAYEZ PAS DESPÉRÉMENT D'ÊTRE PLUS FORT OU N'ESSAYEZ PAS FURIEUSEMENT D'AGIR PLUS FORT. Acceptez plutôt calmement le principe que vous êtes assez fort et laissez vos muscles évaluer instinctivement votre nouvelle conception de leur vigueur. Mettez-y quand même toutes vos forces, évidemment, mais faites-le comme si vous les aviez gardées en réserve jusqu'à maintenant.

Vous serez surpris de la rapidité avec laquelle votre force augmentera. Si vous commencez cet exercice en cours d'entraînement, faites-le une fois par semaine. NE LE FAITES PAS au point de vous fatiguer ou de vous épuiser, sauf en compétition. Cependant, les meilleurs résultats seront quand même obtenus en ne le faisant qu'une fois par semaine parce que les muscles ont besoin de plusieurs jours pour récupérer complètement après un effort anormal.

#### EXERCICES POUR DEVELOPPER LE CONTROLE DE LA FORCE PSYCHIQUE SUR LE CENTRE DE COORDINATION DES MUSCLES - SI VOUS ÊTES UNE FEMME

Exercice 1. Comment acquérir rapidement la grâce d'un mannequin. Si vous êtes une femme, disposez sur un côté de votre coiffeuse un magazine ouvert ou un journal représentant la photo d'un mannequin dans une jolie pose. Placez-vous maintenant debout devant votre miroir et faites comme si vous étiez ce mannequin. Imitiez sa position depuis la tête jusqu'aux pieds. Copiez les angles exacts de ses pieds sur le sol, la torsion serpentine de son corps (même légèrement), les différentes hauteurs de ses épaules, les position équilibrées de ses bras, les expressions de ses mains et de ses doigts, la ligne de son cou, la direction de sa tête, la pensée exprimée par son regard et la personnalité de son sourire (si toutefois elle sourit).

Exercice 2. Quand vous serez satisfaite d'avoir copié cette pose exactement, copiez-en une autre, soit du même mannequin, soit d'un autre. Continuez jusqu'à ce que vous ayez appris quatre différentes poses. Pratiquez-les jusqu'à ce que vous vous sentiez naturelle en les faisant.

Exercice 3. Refaites la première pose encore; ensuite enchaînez sur la seconde, la troisième et la quatrième. Entre les différentes poses, autrement dit, ne laissez pas soudainement tomber vos bras, redresser votre corps et brusquement faire la pose suivante. Au lieu de cela, glissez insensiblement d'une pose à l'autre de telle façon qu'un spectateur ait l'impression qu'il a été emporté avec vous dans chaque pose. Adaptez même votre visage et vos yeux à chacune de ces poses.

Mélanger une pose à une autre vous rend consciente de chaque partie de votre corps. Même quand vous refaites chaque pose vous devez vous rappeler la position exacte dans laquelle il vous faut placer chaque partie de votre corps pour que chacune soit équilibrée par rapport à l'autre et que les deux soient en équilibre et en perspective artistique.

Ajoutez du sex-appeal à chaque pose ainsi qu'au passage de l'une à l'autre et créez-vous une personnalité. Certains des meilleurs mannequins possèdent seulement une silhouette passable; mais elles se créent lorsqu'elles posent, d'imposantes personnalités. Elles les réussissent grâce à la maîtrise de leur force psychique sur les muscles de leur corps par le truchement des Centres de Coordination des Muscles et aussi en projetant hors de leur corps une force psychique, ce que vous ferez aussi avec les Cornes de votre cerveau. Ne faites aucun geste brusque et glissez dans chaque différente pose comme une ballerine ac-

complie pendant sa danse.

Ces exercices sont agréables. Ils ajoutent immensément à votre charme, particulièrement quand vous êtes convenablement habillée pour cette occasion. En les faisant, essayez de donner l'impression que vous flottez sur des nuages. Votre propre poids n'a rien à voir avec cette impression. En fait, si vous êtes un peu forte, en perfectionnant ces trois exercices vous pourrez donner aux gens l'impression que vous êtes étonnamment svelte.

Exercice 4. Répétez les trois exercices ci-dessus avec encore d'autres poses et acquérez la maîtrise d'un répertoire de poses. Perfectionnez-en quatre au moins pour chaque toilette différente. Une robe courte ou des shorts exigent de l'habileté dans la pose des jambes. Une robe du soir exige de l'habileté et de l'élégance dans la pose du corps, de la taille jusqu'au cou. Après avoir acquis assez de maîtrise de votre pouvoir psychique sur votre Centre de Coordination des Muscles, vous pourrez circuler n'importe où ou vous présenter devant n'importe quelle audience avec une fascination de mouvements qui captivera tous les regards.

## QUATRIÈME LEÇON

Comment

Placer sous le Contrôle du Pouvoir  
Psychique Vos Obstructifs Points de  
Jonction des Nerfs

Dans les précédentes leçons il vous a été montré à maintes reprises que les Points de Jonction des nerfs (ou synapses) étaient un obstacle au passage des messages envoyés de votre corps à votre cerveau de même qu'aux commandements envoyés de votre cerveau à votre corps. Puisque pratiquement tous les passages de nerfs comportent un ou plusieurs Points de Jonction, la rapidité de vos réflexes peut être retardée de façon importante par eux alors que la rapidité de transmission est une condition indispensable quand vous utilisez votre personnalité inconnue.

Cette leçon vous apprendra comment précipiter vos messages et vos commandements à travers les Points de Jonction nerveux et augmenter incroyablement les effets de vos messages nerveux ou de vos commandements cérébraux. Leur vitesse de transmission est sensiblement ralentie aux Points de Jonction nerveux parce qu'ils doivent enjamber la jonction entre les deux segments de nerfs avant de pouvoir continuer leur chemin.

VOTRE PONT NERVEUX CHIMIQUE ET COMMENT IL  
CONDUIT VOS MESSAGES ET VOS COMMANDEMENTS

DE L'AUTRE COTE DU POINT DE JONCTION DES NERFS

Le Point de Jonction des Nerfs est le point où un segment de nerfs, portant un message ou un commandement, finit et où un autre segment de nerf qui transportera plus loin ce message ou ce commandement, commence. Les extrémités des deux segments de nerfs se font face l'une l'autre comme les dents de deux fourchettes. Quand votre message ou commandement atteint " la fin du premier segment de nerf, il s'arrête. Mais l'extrémité de ce segment libère alors un certain fluide ou humeur (acétylcholine) qui permet au message ou au commandement de se transférer lui-même d'un segment de nerf sur l'autre, de façon que le second segment de nerf puisse le prendre en charge et le transporter plus loin jusqu'à sa destination. Fréquemment, un troisième et plus petit segment de nerf se trouve entre les deux principaux pour les relier, ce qui fait deux autres Points de Jonction à enjamber pour votre message ou votre commandement.

Cela prend beaucoup plus de temps au message ou au commandement d'être convoyé au-dessus du Point de Jonction nue de circuler à travers le nerf lui-même. Cela lui prend, en fait environ 40% du temps, pour sauter par-dessus les Points de Jonction, qu'il faut pour voyager tout le long du chemin du nerf composé de tous ses segments. Considérant que la portion de longueur d'un Point de Jonction est infinitésimale comparée à la longueur de tout le trajet du nerf, on en conclut que le message ou le commandement se déplace très lentement par-dessus celui-ci. La raison en est que la résistance qu'il rencontre est douze fois celle qu'il rencontre quand il passe à travers le nerf lui-même parce que l'extrémité du nerf doit produire d'abord de l'acétylcholine pour que le message ou le commandement puisse être convoyé de l'autre côté du Point de Jonction des Nerfs. En outre, la fibre nerveuse ne se fatigue pas alors que le Point de Jonction, lui se fatigue, et cela augmente encore davantage la résistance que le message ou le commandement peut y rencontrer. Pour envoyer vos messages ou vos commandements plus rapidement à travers le chemin de vos nerfs, vous devez les envoyer plus rapidement par-dessus leurs Points de Jonction. Ils ne peuvent pas voyager plus vite à travers le nerf. Vous aussi

devez intensifier l'électricité du nerf qui transmet votre message on votre commandement. Tout cela est souhaitable parce nue l'accélération de vos messages ou de vos commandements accélère vos réflexes et contribue à vous faire penser et agir vite et à prolonger votre jeunesse. Cela améliore aussi le pouvoir d'action de votre force psychique en vous rendant capable de projeter et aussi de retirer vos projections de force psychique sur une autre personne ('comme vous apprenez à le faire avec vos Antennes Cérébrales) avec une telle stupéfiante vélocité qu'elle ne peut pas s'adapter à elles assez vite pour échapper à leur victorieuse influence.

VOTRE ARC PSYCHIQUE - ET COMMENT LE CREER  
POUR REDUIRE LA RESISTANCE AU POINT  
DE JONCTION DES NERFS

Au laboratoire, la résistance au Point de Jonction des nerfs peut être réduite notablement en donnant au nerf qui transporte le message ou le commandement de hautes stimulations successives. Celles-ci sont répétées jusqu'à ce que la résistance au Point de Jonction des nerfs devienne si légère que la vitesse de transmission par-dessus lui devienne presque aussi grande que celle à travers le nerf lui-même. L'acétylcholine sécrétée au Point de Jonction est renforcée par la première stimulation forte donnée au nerf. Après une courte pause - pendant laquelle l'acétylcholine se dissout graduellement au Point de Jonction des nerfs - on donne au nerf une seconde et forte stimulation. Cette fois le message ou le commandement traversera le Point de Jonction des nerfs plus vite parce qu'il y reste encore un peu d'acétylcholine non dissoute. Après une autre courte pause, le nerf est stimulé une troisième fois. Après plusieurs stimulations semblables, le Point de Jonction des nerfs retient une si grande quantité d'acétylcholine non dissoute que sa résistance au prochain message ou commandement peut être réduite de un huitième de ce qu'elle était à l'origine.

Vous pouvez obtenir des résultats similaires dans votre vie quotidienne grâce à l'Arc Psychique. C'est le nom du procédé qui consiste à penser juste le contraire de la stimulation à laquelle vous faites face pour contrecarrer ses effets sur votre esprit conscient. Si vous vous trouvez en face d'une situation qui vous effraie, par exemple, pensez à quelque chose qui vous calme. Mais pensez-y seulement pour deux secondes environ. Cessez d'y penser avant que votre esprit conscient ne devienne ennuyé et ne retourne à la réalité de la situation originale. Après deux autres secondes, pensez à nouveau à cette idée contraire mais intensifiez -la maintenant avec une fusée-commandement de force psychique lancée par votre Centre de Force Psychique dans votre front. Continuez cette procédure en intensifiant l'idée contraire davantage à chaque fois que vous l'avez à l'esprit, pour la conduire dans votre esprit, conscient à travers davantage de fibres de votre personnalité inconnue. Continuez ainsi jusqu'à ce que (le ou) les Points de Jonction des nerfs de ce trajet de nerfs soient si fortement saturés d'acétylcholine que la pensée contraire puisse se précipiter à travers les Points de Jonction des nerfs jusqu'à votre esprit conscient, plus vite que la pensée originale. C'est, en un mot, en quoi consiste l'Arc Psychique. Au cours d'exercices plus loin dans cette leçon, vous apprendrez à le créer facilement et cela apportera un rapide changement dans votre vie de tous les jours à bien des égards et de façon marquante. Grâce à cela vous apprendrez à être habile, à faire face à de nouvelles situations, à jouer en public et à écraser les gens comme vous n'aviez jamais rêvé qu'il soit possible de le faire. Vous vous contrôlerez aussi vous-même avec la confiance d'un

maître psychique et conserverez votre sang-froid dans les circonstances les plus fracassantes. Acquérez la maîtrise de l'Arc Psychique, même à un degré mineur, et ce sera tout ce dont vous avez besoin de lui.

Note: En vérité, il y a trois types d'Arcs Psychiques et ils vous seront tous enseignés dans cette leçon. Ce sont:

1. L'Arc Psychique,
2. L'Arc Psychique irradiant,
3. L'Arc Psychique différé.

Etudiez-les tous les trois à fond et mettez-les en action immédiatement. Si vous pouviez avoir la maîtrise rien que de ces trois procédés, vous pourriez presque réaliser l'impossible dans votre vie. En attendant, continuez à étudier l'Arc Psychique.

CE QUE FAIT VOTRE ARC PSYCHIQUE AU POINT  
DE JONCTION DES NERFS QUAND VOUS LUI  
AJOUTEZ LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Quand vous augmentez la vitesse de quelques-uns de vos réflexes journaliers, habituels, comme, par exemple, en pratiquant d'une façon répétée un mouvement ou un geste, cela signifie que chaque fois que vous commencez ce mouvement ou ce geste, les extrémités des segments de nerfs de ce trajet de nerfs conditionnés secrètent de l'acétylcholine plus vite qu'elles ne le faisaient au tout début. La confiance et le rythme efficace que vous avez acquis dans ce mouvement ou dans ce geste ajoutent une sensation d'agrément et de satisfaction à votre corps et stimulent tous vos nerfs aimants pour qu'ils fonctionnent mieux et ces nerfs secrètent toujours de l'acétylcholine quand ils sont stimulés.

C'est pourquoi il est si important que vous soyez calme et satisfait pour pouvoir sécréter de l'acétylcholine, car chaque fois que vous êtes effrayé, vous sécrétiez de la sympathine par vos nerfs combattants et pas d'acétylcholine par vos nerfs aimants. Même votre digestion s'arrête alors, votre coeur bat la chamade, vos pupilles se dilatent, votre tension augmente, le sucre se déverse de votre foie dans votre sang et ainsi de suite, lorsque vos muscles se préparent à combattre. Quand vous êtes calme et satisfait, au contraire, votre appétit et votre digestion sont bons, votre coeur bat régulièrement, vos pupilles se contractent, votre tension diminue et se normalise, votre foie cesse de déverser du sucre dans votre sang et l'emmagine parce que vos muscles se relaxent et se sentent à l'aise. Pour enjamber vos Points de Jonction des nerfs plus vite et plus facilement avec profit, il faut que vos nerfs aimants dominent vos nerfs combattants et pour ce faire vous ne pouvez rien trouver de mieux que l'Arc Psychique.

Si vous ajoutez la maîtrise du pouvoir psychique à votre confiance et à un rythme efficace, vous pouvez augmenter votre faculté de digestion de huit fois ainsi que vous le savez déjà. Autrement dit, le pouvoir psychique sur votre Arc Psychique peut augmenter de huit fois la sécrétion de vos sucs digestifs (dont la production est stimulée par vos nerfs aimants) sans que votre Arc Psychique enjambe plus vite les Points de Jonction des nerfs. Imaginez combien de fois votre Arc Psychique contrôlé par le pouvoir psychique pourrait augmenter vos sucs digestifs quand il enjambe vos Points de Jonction des nerfs plus vite! C'est ce que votre Arc Psychique peut faire à votre Point de Jonction des nerfs quand vous lui ajoutez le contrôle du pouvoir Psychique.

COMMENT ACQUERIR PLUS RAPIDEMENT LA MAITRISE  
D'UNE NOUVELLE SPECIALITE GRACE A L'ARC PSYCHIQUE

Quand vous êtes prêt à vous attaquer à une nouvelle spécialité ou à une performance, la crainte et l'incertitude se saisissent

de vous et les extrémités de vos nerfs combattants sécrètent de la sympathine, tandis que celles de vos nerfs aimants deviennent sèches. En conséquence, votre entier système nerveux acquiert une tendance sympathine, c'est-à-dire anti-acétylcholine. Au moment où vous attaquerez la nouvelle spécialité ou la performance, alors les Points de Jonction des nerfs de vos muscles travailleront avec tension et avec gêne. Cela diminuera votre confiance et augmentera votre crainte. En conséquence, vos nerfs combattants sécréteront encore plus de sympathine tandis que vos nerfs aimants s'assècheront davantage. Les Points de Jonction des nerfs de vos muscles sécréteront, eux, encore moins d'acétylcholine et vos muscles travailleront avec encore plus de tension et de gêne.

Cependant, peu après, si vous faites un ou deux bons mouvements vous reprendrez confiance. Maintenant votre sympathine s'assèche lentement, et au contraire, vos nerfs aimants sécrètent un peu d'acétylcholine. Les Points de Jonction des nerfs de commandement à vos muscles font de même et vos muscles regagnent du rythme et de la facilité.

Mais aussitôt que vous ferez une autre erreur, votre acétylcholine s'asséchera de nouveau et vos nerfs combattants sécréteront une fois de plus de la sympathine. A nouveau, vos muscles travailleront avec tension et avec gêne.

Grâce à un entraînement persévérant pendant des heures, des semaines, des mois et des années, vous parviendrez à posséder la maîtrise d'un mouvement ou d'une spécialité et la dextérité et la confiance pour l'exécuter. Vos nerfs aimants alors sécréteront une quantité satisfaisante d'acétylcholine quand vous l'exécuterez et vous deviendrez un expert.

Toute votre période d'apprentissage et de perfectionnement peut cependant être réduite des sept-huitièmes si vous pouvez conserver la même confiance en vous pendant que vous apprenez une spécialité, qu'après en avoir acquis la maîtrise. Votre but, donc, devrait être d'adopter et de conserver la MEME CONFIANCE MAGISTRALE en vous-même quand vous apprenez quelque chose de nouveau que lorsque vous en êtes sûr. Vous pouvez y arriver en encourageant vos nerfs aimants à sécréter huit fois plus d'acétylcholine à leurs extrémités dès le tout début de votre apprentissage pour que votre esprit conscient et vos muscles réagissent huit fois PLUS VITE aux instructions que vous recevez et à la pratique que vous y mettez. Ceci s'obtient par l'Arc Psychique contrôle par le pouvoir psychique.

Exercice 1. Comment apprendre vite n'importe quelle spécialité grâce à l'Arc Psychique. Tout seul, entreprenez un travail manuel d'une spécialité que vous désirez apprendre. Cela peut être un passe-temps, un sport, un art, ou un objet à faire vous-même. Lisez les instructions et suivez-les de mémoire.

Quoi que vous fassiez, votre confiance vous abandonne et vous devenez tendu mentalement et physiquement. Grâce à l'Arc Psychique vous pensez immédiatement à un plat délicieux - un steak à point, une crème renversée, une glace ou à quoi que ce soit que vous aimez particulièrement. Visualisez-le si clairement devant vos yeux que cela vous en donne l'eau à la bouche rien qu'en y pensant. Vos muscles se relaxeront et se sentiront à nouveau plus à leur aise. Soudainement, concentrez-vous à nouveau sur votre travail que vous êtes en train d'apprendre et travaillez davantage. Votre tension revient. Alors pensez immédiatement à votre plat favori. Au lieu de laisser votre esprit plonger dans la crainte d'un échec possible et provoquer ainsi l'assèchement des extrémités de vos nerfs, pensez à quelque chose de délicieusement bon à manger.

Essayez encore de reprendre votre travail et vous constaterez que vous l'exécutez de plus en plus facilement. Après avoir répété le processus ci-dessus plusieurs fois, vous serez capable de visualiser votre plat appétissant si nettement dans votre esprit dès que vous commencerez à apprendre quelque chose, que vous ne serez plus tendu du tout, même si vous devez le faire en public. Par la suite, votre aptitude à contrôler tout nouveau travail dans les moindres délais sera remarquable et permanente. Employez toujours à chaque fois, bien que brièvement l'Arc Psychique Intensifiez-le avec une fusée-commandement du pouvoir psychique de votre Centre du pouvoir Psychique et la quantité d'acétylcholine accumulée au Point de Jonction de vos Nerfs augmentera rapidement et vous aidera à apprendre plus vite. C'est ainsi que vous devez apprendre rapidement n'importe quel travail grâce à votre Arc Psychique.

Exercice 2. Comment vous gagner la sympathie des gens facilement en transférant l'Arc Psychique. La technique est la même que vous soyez un homme ou une femme, un ami ou un étranger et vous pouvez l'utiliser avec les deux sexes. Vous pouvez même l'utiliser au téléphone. Vous êtes en train de parler à Jacques ou à Jane, et vous voulez lui plaire pour les affaires ou pour des raisons sociales. Quand il parle, écoutez-le attentivement mais pensez aussi à quelque chose d'agréable. Vous pouvez soit penser à nouveau à un bon steak soit au fait (vrai ou faux) que Jacques ou Jane sont des personnes agréables à connaître. (Si elles ne valent pas la peine d'être connues, peut-être feriez vous mieux de ne pas les fréquenter ou bien vous pourriez le regretter). Pensez à toutes les qualités qu'il (ou elle) possède et embellissez-les encore dans votre esprit.

Cessez net ces pensées au bout de deux secondes. Deux secondes plus tard, recommencez. Cette fois, intensifiez-les avec le pouvoir psychique. Pour ce faire représentez-vous que Jacques ou Jane sont deux fois plus attrayants que vous ne l'aviez cru auparavant.

A nouveau, cessez net ces pensées au bout de deux secondes. Deux secondes plus tard, représentez-vous Jacques ou Jane comme étant trois fois plus attrayants qu'avant. Laissez-les parler de façon à vous concentrer plus profondément sur vos pensées et sur votre visualisation. Visualisez seulement les "merveilleuses" qualités que vous attribuez à leur apparence, à leur voix à leur attitude, à leur expression (telles que vous vous les rappelez, s'ils ne sont pas présents), à leur humeur et sensibilité, et oubliez leur défauts.

En définitive, tout votre système vous remplira bientôt d'une débordante amitié pour Jacques ou Jane, Cette débordante amitié se précipitera sur les Points de Jonction des Nerfs et les extrémités de vos nerfs répondront en sécrétant une inondation d'acétylcholine. Une sensation délicieuse balayera immédiatement le Centre du Pouvoir Psychique de Jacques et sera relayée dans tout son corps. Ses nerfs aimants répondront en sécrétant aussi de l'acétylcholine et il aura envie de votre compagnie. Vous l'avez gagné à vous en transférant votre propre Arc Psychique de vous-même en lui.

NOTE. Clark Gable confessa ouvertement qu'en utilisant, sur la suggestion de son metteur en scène, la "pensée d'un bon steak" (qui n'est qu'une grossière version de l'Arc Psychique) il transforma à l'âge de trente ans, sa futile carrière d'acteur de cinéma pour devenir le jeune premier vedette de son temps. Et il occupa cette position facilement jusqu'à l'âge de soixante ans lorsqu'il arriva à une fin prématurée. Rudolph Valentino est supposé avoir fait la même chose. La "pensée du bon steak" ou

quelque pensée similaire remplissait leurs yeux de "quelque chose de mystérieux" qui provenait de leur personnalité inconnue qui bouleversa le beau sexe et donna à ces hommes la renommée et la fortune RAPIDEMENT. Jean Harlow, et évidemment Marilyn Monroe, ainsi que beaucoup d'autres vedettes, firent de même et se catapultèrent dans la gloire et la fortune à une vitesse incroyable, pendant que de plus grandes actrices et de loin, qui n'usèrent pas de ce petit truc de leur personnalité inconnue, ne furent pratiquement jamais vues du grand public et furent promptement oubliées.

COMMENT VOTRE ARC PSYCHIQUE CONTROLE

VOTRE CHEMIN COMMUN FINAL

En physiologie, le dernier segment de nerf qui transporte le commandement à l'organe, glande ou muscle commandé, est appelé le chemin commun final. Beaucoup d'autres nerfs différents peuvent apporter en même temps différents commandements à ce chemin commun final, mais le seul commandement qui trouve son passage vers l'organe, glande ou muscle commandé, est celui qui possède la plus forte électricité nerveuse.

En langage clair, vous pouvez annuler un commandement plus faible et moins souhaitable qui a été donné à votre organe, glande ou muscle, par un autre commandement plus fort et plus intéressant. De plus, des commandements contraires ne peuvent pas occuper le chemin commun final simultanément. Le plus faible des deux doit céder le passage au plus fort parce que le chemin commun final est sélectif. Autrement vous essaieriez toute la journée de faire différentes choses à la fois et finiriez en marchant à quatre pattes un peu partout sans rien faire de productif. Pour permettre au chemin commun final de n'importe lequel de vos circuits de nerfs de faire passer vos commandements désirables au lieu des indésirables, vous devez lancer vos commandements désirables à votre organe, glande ou muscle, avec plus de puissance que les indésirables. Si vous lancez tous vos commandements avec la même puissance, votre chemin commun final ne saura plus lequel laisser passer et vous ne pourrez rien accomplir de spécifique ni de progressif. Et, évidemment, si vous mettez plus de puissance dans vos commandements indésirables que dans les commandements désirables (ce que font régulièrement les pessimistes et les défaitistes), vos commandements indésirables seront acheminés jusqu'à l'organe, glande ou muscle et vous perdrez plus que vous ne gagnerez. C'est un fait scientifique terrifiant dont il faut avoir la notion car il vous révèle un moyen facile d'éviter que les influences indésirables n'atteignent votre corps et ne l'affectent défavorablement. VOUS N'AVEZ

QU'A ANNULER CES INFLUENCES AVEC UN COMMANDEMENT CONTRAIRE PLUS PUISSANT.

C'est précisément ce que fait pour vous l'Arc Psychique. Il peut être utilisé pour surmonter la possibilité de complexes d'infériorité, de vexations, de dépressions, de tristesse, de découragement, de honte, de désespoir, de sentiment de rebut, de crainte d'échec, d'anxiété, d'embarras ou de n'importe quel autre état d'esprit négatif qui vous menace au cours d'une situation déplaisante. Pensez seulement l'opposé ou pensez au bon steak si vous ne pouvez penser à rien d'autre sur le moment; visualisez -le, sentez-le et goûtez-le d'une manière si réaliste que cela devienne plus fort que la pensée qui vous opprime. Quand les deux pensées atteignent simultanément le Point de Jonction des nerfs précédant le chemin commun final, l'Arc Psychique remplira le vide avec plus d'acétylcholine que la pensée opprimente ne pourra le faire avec la Sympathine. La pensée de l'Arc Psychique passera donc le Point de Jonction et la pensée oppri-

mante se dissipera d'elle-même et sa sympathine se dissoudra. Si vous intensifiez immédiatement votre Arc Psychique avec un commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique ordonnant que le steak soit encore meilleur et que son fumet et son goût soient encore plus délicieux, l'efficacité de l'Arc Psychique sera considérablement augmentée. De cette façon, vous empêchez votre pensée négative de commander vos organes, glandes ou muscles - ou d'affecter votre corps. Son influence sur vous sera anéantie. Après cela bombardez-la avec les fusées-commandements du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique lui commandant de sortir à la fois de vos esprits conscient et subconscient, et elle s'affaiblira et sortira et vous libérera.

Si cette pensée opprimante avait déjà traversé le Point de Jonction des Nerfs avant que vous puissiez y précipiter votre Arc Psychique et si elle était déjà logée dans vos esprits conscient et subconscient, lancez votre Arc Psychique dans votre chemin commun final plusieurs fois de suite toutes les deux secondes en vous arrêtant deux secondes à chaque fois entre. Lancez-le dix fois. Cela étouffera petit à petit la pensée négative et la fera sortir de vos esprits conscient et subconscient. Soutenez l'attaque à la fin avec deux ou trois fusées-commandements du pouvoir psychique de deux secondes chacune, lancées de votre Centre du pouvoir Psychique et cela effacera complètement la pensée opprimante.

#### LE POUVOIR DE L'ARC PSYCHIQUE IRRADIANT ET COMMENT L'EMPLOYER

Maîtrisez, ensuite, l'incroyable puissance de l'Arc Psychique Irradiant. Votre corps réagit à une stimulation d'une manière spécifique et pas d'une autre. Pourquoi? Parce que tous vos Points de Jonction des Nerfs n'offrent pas une égale résistance à la même stimulation. Quand vous avez appliqué une certaine stimulation d'une manière répétée à votre corps, il se forme une habitude ou un réflexe conditionné, et elle traversera plus facilement les Points de Jonction des Nerfs de ce trajet particulier de nerfs parce qu'elle a l'habitude de le faire. Autrement dit, les extrémités des nerfs à ces Points de Jonction sécréteront de l'acétylcholine plus vite et l'acétylcholine se dissoudra plus lentement quand vous appliquerez cette stimulation qu'elle ne le ferait à d'autres Points de Jonction. La stimulation a formé un Arc Psychique en réponse à ce Point de Jonction des Nerfs. Elle rencontrera la même habituelle résistance aux autres Points de Jonction des Nerfs qu'elle n'a pas l'habitude de traverser.

Cependant, si l'intensité de votre stimulation est augmentée, davantage de Points de Jonction des Nerfs perdront leur résistance et la stimulation en traversera davantage. En réalité, la stimulation pourrait être augmentée au point qu'elle se répandrait dans tout votre système nerveux et formerait un Arc Psychique en réponse dans la totalité de celui-ci. Ceci est scientifiquement appelé irradiation. C'est un Arc Psychique Irradiant.

Le pouvoir de réponse de l'Arc Psychique Irradiant à la stimulation défie toute description. Il peut être utilisé de tant de façons différentes pour votre bienfait qu'il est à peine possible de les énumérer. Toutefois, ci-dessous, voici un exercice pour une façon indispensable de l'employer dans votre vie quotidienne. Exercice. Comment vous protéger de l'antagonisme des autres grâce à l'Arc Psychique Irradiant. Vous avez eu une récente dispute avec Bill Adams, soit socialement soit professionnellement, et vous "sentez" qu'il vous déteste et vous veut du mal. Vous essayez de l'oublier, mais il demeure méchamment dans votre esprit. A moins que vous ne soyez exagérément introspectif par nature, il y a des chances pour qu'il soit en train de couvrir une vengeance

contre vous et, qu'il le fasse intentionnellement ou non, il vous veut du mal. Il pourrait ne pas en faire davantage, mais les effets sur vous sont les mêmes que s'il en faisait plus, car votre Centre de Pouvoir Psychique est atteint télépathiquement et vous met dans un état d'esprit morbide et anxieux. Cela est exactement comme s'il pratiquait sur vous la Magie Noire. Vous devriez vous libérer rapidement vous-même des effets de pensées aussi néfastes de sa part. Vous le faites aisément grâce à l'Arc Psychique Irradiant. Voici comment.

Empêchez la pensée de Bill Adams de vous affecter en empêchant vos nerfs combattants de produire de la sympathine. Pensez intensément pendant seulement deux secondes à un plat que vous aimez beaucoup (disons, un bon steak). Cessez d'y penser pendant encore deux secondes et pensez-y à nouveau. Recommencez en intensifiant votre pensée du steak à chaque fois. Intensifiez-la d'abord jusqu'à ce que vous ayez l'eau à la bouche. Intensifiez-la une seconde fois jusqu'à ce que vous sentiez vos mains chaudes. Intensifiez-la la troisième fois jusqu'à ce que vous sentiez vos pieds chauds. Intensifiez-la la quatrième fois jusqu'à ce que votre estomac se sente chaud. Intensifiez-la la cinquième fois jusqu'à ce que vous vous sentiez chaud dans la poitrine. Intensifiez-la la sixième fois jusqu'à ce que vous vous sentiez chaud aux jambes. Intensifiez-la une septième fois jusqu'à ce que vous vous sentiez chaud au cou.

Pour sentir votre corps agréablement chaud partout, vous devez stimuler vos nerfs aimants et attirer le sang de vos muscles dans votre peau. Comme vos nerfs aimants sécrètent de l'acétylcholine, ils propagent dans tout votre corps une sécrétion d'acétylcholine et tous vos Points de Jonction des Nerfs en sécrètent aussi et hâtent votre sensation de plaisante chaleur dans tout votre corps. Votre corps est alors conditionné pour sécréter de l'acétylcholine même si votre esprit reçoit des messages des mauvaises intentions de Bill. Vous aurez ainsi développé un Arc Psychique Irradiant contre l'introspection antagoniste de Bill.

L'Arc Psychique Irradiant est une acquisition permanente et peut être utilisé contre quiconque vous déteste sans raison. Représentez-vous seulement la mauvaise pensée comme émanant de lui et annulez-la avec l'Arc Psychique et ensuite intensifiez ce dernier sept fois successivement.

#### COMMENT ACQUERIR UN INVINCIBLE SELF-CONTROLE

#### AVEC LE REMARQUABLE SECRET DE L'ARC PSYCHIQUE DIFFERE

L'Arc Psychique Différé est un moyen stupéfiant de supprimer et d'exterminer un commandement de pensée indésirable de vos esprits conscient et subconscient. En physiologie le mot "suppression" signifie retenir les réponses de vos muscles aux commandements de votre cerveau. En bref, la physiologie admet que les commandements de votre cerveau à vos organes, glandes ou muscles, puissent être annulés par un autre commandement d'une autre partie de votre cerveau. C'est exactement ce que vous accomplissez avec votre fusée-commandement du pouvoir psychique quand vous la lancez dans n'importe quelle partie de votre esprit ou de votre corps pour contrecarrer tous les ordres que votre esprit conscient lui envoie.

Et ce n'est pas tout. Les physiologistes ont trouvé que votre région moteur (c'est-à-dire la région de vos esprits conscient et subconscient qui commande vos muscles) perdra, sur une stimulation continue, une partie de son pouvoir à les commander. En fait, après quinze secondes de stimulation continue, votre région moteur perd provisoirement tout son pouvoir à les commander.

La même chose est vraie pour votre pouvoir psychique, car votre Centre de Pouvoir Psychique est également un tissu du cer-

veau. Si vous lancez votre commandement du pouvoir Psychique à travers vos nerfs pendant plus de deux secondes, ainsi que cela a été fréquemment expliqué, le commandement commencera à perdre de son efficacité. Il commencera aussi à perdre sa faculté de retenir un commandement indésirable hors du chemin commun final. Si vous continuez à lancer votre commandement pendant quinze secondes, il perdra provisoirement tout son pouvoir. C'est de ce fait que se dégage le secret de l'Arc Psychique Différé. Apprenez comment le créer et l'appliquer dans l'exercice suivant.

Exercice. Comment effacer une habitude indésirable ou une impulsion qui pénètre dans votre esprit. Ci-dessous voici les dix premières instructions à suivre.

1. Laissez l'habitude indésirable ou la pensée pénétrer dans votre chemin commun final.
2. Maintenez-la là pendant quinze bonnes secondes jusqu'à ce que vous la fassiez disparaître provisoirement.
3. Maintenant, lancez votre Arc Psychique à pleine force avec la pensée opposée dans votre chemin commun final pendant deux secondes.
4. Cessez pour deux secondes.
5. Lancez-le encore pour deux secondes.
6. Cessez encore pendant deux secondes.
7. Lancez-le pour la dernière fois pendant deux autres secondes.

10. Cessez tout. Vous avez lancé et arrêté votre Arc Psychique avec une pensée opposée, quatre fois au total. Cela le convertit en Arc Psychique Différé.

EN CONCLUSION. Vous avez terminé la première partie de la CYCLOMANCIE, LE SECRET DE LA MAITRISE DU POUVOIR PSYCHIQUE. Vous comprenez maintenant pourquoi votre Autoconscient Primitif est la grande source du pouvoir caché de votre esprit et de votre corps. Vous savez déjà comment l'utiliser efficacement dans de nombreux cas de la vie courante et que vous ne devez pas essayer de devenir un maître psychique avant de pouvoir en tirer éminemment parti. Vous n'êtes plus intrigué par l'anatomie ni la physiologie de votre Autoconscient Primitif car vous savez maintenant en quoi il consiste et comment il opère. Maintenant vous comprenez mieux pourquoi il est possible d'accomplir des miracles - et sans pouvoir surnaturel.

## CINQUIÈME LEÇON

Comment

Placer l'Electricité Nerveuse de Votre Cerveau et de Votre Corps sous le Contrôle du Pouvoir Psychique

Dans cette leçon on vous apprendra combien vaste et dynamique est le potentiel électrique de votre cerveau et de votre corps et comment, en le plaçant sous le contrôle du pouvoir psychique, il peut être utilisé pour réaliser des "miracles" mentaux et physiques.

VOTRE POTENTIEL D' ELECTRICITE NERVEUSE

Vous connaissez déjà le potentiel électrique caché dans le protoplasme qui naturellement comprend du tissu nerveux. Le message du nerf ou commandement n'est cependant pas similaire à un courant électrique passant dans un câble. Un câble conduit simplement le courant, tandis qu'un nerf crée son propre courant au passage d'un message ou commandement tout le long de son parcours. Le câble reçoit son énergie d'une batterie ou de quelque autre source extérieure, tandis que l'énergie du nerf est créée par le nerf lui-même. Le potentiel du courant électrique diminue lorsqu'il passe le long du câble, tandis que la force de l'électricité du nerf maintient sa pleine force tout le long de son chemin. Un courant électrique voyage à la vitesse de 372.000 kilomètres à la seconde, tandis que l'électricité du nerf voyage à 100 mètres à la seconde, ou moins. C'est pourquoi, l'électricité dans les nerfs sera appelée électricité nerveuse pour la distinguer de l'électricité dans les câbles. L'électricité nerveuse est "fabriquée par la chair", pourriez-vous presque dire, tandis que l'électricité dans les câbles est fabriquée inorganiquement.

LES FRONTIERES SANS LIMITES

DE VOS LIENS DE CONTROLE NON SATURES

Les régions des muscles et des sens du cerveau ont été correctement localisées mais toutes celles des esprits conscient et subconscient restent toujours un mystère. Les stimuler en laboratoire ne contracte pas les muscles et les enlever ne paralyse pas vos émotions ni vos sensations. Ces vastes régions, qui demeurent mystérieuses, de vos esprits conscient et subconscient sont appelées par les physiologistes les "régions d'association". Chaque moitié de votre cerveau est divisée en trois lobes et chaque lobe contient une telle région d'association. Dans la région d'association les racines des fibres (fibres d'association) sont localisées grâce auxquelles les régions des muscles et des sens dans vos esprits conscient et subconscient sont liées ensemble de toutes les manières concevables. En vérité, votre cerveau a un nombre énorme de petits nerfs qui lient ensemble deux segments de nerfs entre leurs extrémités et par lesquels presque toutes les parties des esprits conscient et subconscient sont mises en contact avec les autres parties.

C'est au nombre incroyable de ces fibres d'attache (d'association) et à la variété des connexions qu'elles font, que le cerveau humain doit d'être supérieur à celui des animaux. C'est ce qui explique, parmi d'autres facteurs importants, la plus grande habileté manuelle de l'homme, sa faculté naturelle de parler et, sans doute, sa plus grande intelligence (c'est-à-dire l'intelligence de ses esprits conscient et subconscient). Environ 10.000 millions de fibres d'association partent de vos esprits conscient et subconscient. Le nombre de connexions entre elles atteint l'inconcevable nombre de 1, suivi, de 15.000.000 chiffres. Il faudrait, rien que pour imprimer ce nombre tout seul, tout le panier et tous les caractères de vingt volumes de la CYCLOMANCIE: COMMENT

#### LIBERER VOTRE PUISSANCE PSYCHIQUE.

En d'autres termes, dans votre cerveau, les nerfs qui portent les messages et ceux qui portent les commandements sont liés entre eux de toutes les façons concevables. Cela explique pourquoi vous pouvez apprendre tant de tant de façons différentes. Chacune de ces connexions (vos liens cérébraux) cimente dans votre cerveau un certain élément de savoir ou de perfectionnement ou d'habitude. Vos liens cérébraux ne deviennent jamais saturés parce que vous utilisez seulement un dixième de votre Autoconscient Primitif. Si vous pouviez développer vos esprits conscient et subconscient suffisamment pour saturer ces liens cérébraux, vos liens d'ancien savoir deviendraient plus faibles avec le temps et se dissoudraient. Cependant vous "oubliez" ce que vous savez et les anciens liens cérébraux deviennent disponibles à nouveau pour former de nouveaux liens. Quand vous êtes hypnotisé ou quand vous développez votre personnalité inconnue, tous vos vieux liens peuvent être à nouveau réunis et vous pouvez alors vous souvenir de faits que votre esprit conscient lui-même ne peut pas se rappeler à votre volonté:

#### COMMENT VOS LIENS CEREBRAUX

#### SONT DIFFERENCIÉS DANS VOTRE CERVEAU

Vos liens cérébraux sont créés par le croisement répété du même message ou commandement dans le même trajet de nerf. Ils sont étroitement serrés dans votre cerveau, tandis que les messages ou commandements qui ne croisent pas un circuit nerveux assez souvent, sont rassemblés lâchement.

Mais vous vous demandez comment vos esprits conscient et subconscient peuvent choisir entre les impressions "serrées" et les impressions "lâches" qui sont faites dans votre cerveau? Comment pour poser le problème d'une autre façon, pouvez-vous vous souvenir de quelque chose que vous avez étudié plus longtemps ou plus profondément plutôt que de quelque chose que vous avez moins étudié ou moins à fond; alors que les deux informations ont été enregistrées dans votre cerveau par leurs messages et par les commandements qui en ont résulté?

Le secret, c'est la résistance graduée de vos Points de Jonction des Nerfs. Tous les Points de Jonction ne sont pas enjambés avec la même facilité. Ceux que vos informations ont traversé très fréquemment sont ceux, comme vous le savez déjà, qui offrent le moins de résistance aux messages et aux commandements. Un message ou commandement modéré peut être suffisant pour traverser le Point de Jonction d'un lien cérébral serré étroitement tandis qu'il faudra un message ou commandement puissant pour traverser le Point de Jonction d'un lien cérébral rassemblé lâchement.

Pour l'exposer différemment, votre lien cérébral serré étroitement a besoin d'être stimulé seulement par un petit nombre de fibres nerveuses (c'est-à-dire seulement par une petite quantité d'électricité nerveuse), tandis que votre lien cérébral lâchement rassemblé a besoin d'être stimulé par un nombre considérable de fibres nerveuses (ou par une quantité considérable d'électricité nerveuse). C'est ainsi que vos esprits conscient et subconscient choisissent entre les impressions "serrée" et les impressions "lâches" qui sont faites dans votre cerveau. Ils choisissent avec facilité ceux qui exigent le moins de dépense d'énergie (sous forme d'électricité nerveuse) pour attirer leur attention et ignorent pour la plus grande part ceux qui exigent une très grande dépense d'énergie (sous forme d'électricité nerveuse) pour attirer leur attention. C'est pourquoi vous pensez plus vite, plus facilement, et plus efficacement grâce au savoir que vous avez converti en liens cérébraux "serrés" qu'avec le nouveau savoir embarrassant qui est

encore mal affermi dans votre cerveau en tant que liens cérébraux "lâches". Quand vous multipliez votre nombre de liens cérébraux en apprenant plus vite grâce à l'Arc Psychique, vous posséderez un esprit acéré comme un rasoir.

#### LA FAÇON RAPIDE D'ACQUERIR UN LIEN CEREBRAL POUR UNE NOUVELLE ACTIVITE

La façon rapide d'acquérir un lien cérébral est la façon la plus rapide de "cementer" des connaissances ou une compétence dans vos esprits conscient et subconscient. Toute la base de la mémoire de ces connaissances ou de cette compétence, de changement de personnalité, d'influence répétée sur les gens, de la conception et de l'exécution de projets repose sur la création par vous de liens cérébraux dans vos esprits conscient et subconscient sur lesquels vous puissiez compter; à peu près comme le ferait un ordinateur. A mesure que vous développerez votre Auto-conscient Primitif, ou même rien qu'une petite partie de celui-ci, vous formerez également une toute nouvelle série de liens cérébraux. La façon rapide d'acquérir un lien cérébral est d'en saturer vos esprits conscient et subconscient après qu'il a enjambé le Point de Jonction des Nerfs. L'exercice suivant vous apprend comment faire.

Exercice. Comment arriver à " cimenter " une nouvelle activité dans vos esprits conscient et subconscient. Supposons que vous ayez juste appris un nouveau métier, disons un métier manuel, grâce à l'Arc Psychique. Au lieu de penser à autre chose et de "relaxer", asseyez-vous tout seul (même dans un autobus ou dans un moyen de transport quelconque) et ruminez-le de fond en comble.

Mentalement, retracez point par point tout le processus pour que votre esprit conscient lance des commandements à travers ce même trajet de nerfs et à travers les mêmes Points de Jonction de Nerfs qu'il traverse pour atteindre les organes, glandes ou muscles intéressés par cette activité. Répétez cela plusieurs fois jusqu'à ce que votre esprit subconscient participe au processus avec votre esprit conscient.

Quelques heures plus tard, quand vous n'avez rien de particulier à faire, répétez l'exercice ci-dessus, mais ajoutez un contrôle du pouvoir psychique à chaque fois. Chaque fois que vous lancez le commandement, lancez également une fusée-commandement du pouvoir psychique de votre front aux côtés supérieurs de votre cerveau (votre mémoire consciente) et ensuite vers le bas à travers votre cou, aux muscles de vos mains, de vos pieds, ou de quelque partie de votre corps que ce soit qui participe à cette activité. Puisque vous utilisez aussi sans aucun doute vos yeux, lancez un commandement spécial du pouvoir psychique à vos yeux. Continuez de faire partir comme une fusée cette activité d'une façon répétée, en vous-même, pendant plusieurs minutes jusqu'à ce que vous puissiez le faire rapidement avec votre cerveau. Mais "lancez cette fusée" seulement deux secondes à chaque fois pour chaque phase de cette activité.

Vous aurez formé un nouveau lien cérébral et vous aurez "cimenté" une nouvelle activité dans votre esprit.

#### COMMENT PLACER VOTRE PERSONNALITE SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Comme cela a été démontré en laboratoire, la "Zone de Silence" de votre cerveau (son front et les tempes qui constituent votre Centre de pouvoir Psychique) vous donne le pouvoir de prévoir et l'aptitude de vous évaluer vous-même d'une manière critique. Ces qualités combinées vous rendent pratiquement imbattable dans tout ce que vous entreprendrez. Quand vous faites une évaluation critique de vous-même et que vous comprenez avec

précision vos avantages et vos inconvénients, vous pouvez prendre de sages décisions pour surmonter ces inconvénients et accentuer vos avantages. Si, en plus de cela, vous ajoutez votre pouvoir de prévoir, vous serez capable d'évaluer critiquement vos futures possibilités sans erreur et de vous préparer à profiter des meilleures occasions qui se présenteraient et d'éviter les pièges. Mais votre Centre du Pouvoir Psychique (la Zone de Silence de votre cerveau) recèle aussi des désavantages qui peuvent détruire ses faveurs. C'est pourquoi on pratique quelquefois des lobectomies sur des malades mentaux. Elles sont pratiquées parce que la "Zone de Silence" du cerveau tourmente le malade en lui donnant une personnalité impressionnable, complexe avec des impulsions émotives excessives, crainte, désespoir et hypocondrie. Après la lobectomie (c'est-à-dire l'ablation de tout le lobe frontal du cerveau, qui comprend la "Zone de Silence") le malade jouit du soulagement de son excessive anxiété ou de sa dépression chronique. Il est libéré des monstrueuses impulsions émotives qui prenaient naissance dans diverses parties de son cerveau. Son état de crainte, de désespoir ou de mélancolie cède la place à un sentiment d'euphorie (bien-être). Il est débarrassé de sa schizophrénie (dédoublement de la personnalité) et se trouve à son aise. Ne soyez pas trop surpris, cependant, des inconvénients de la "Zone de Silence" de votre cerveau: (Note: Cette partie de votre cerveau a été appelée la "Zone de Silence" parce que les physiologistes ont cru pendant longtemps qu'elle n'avait pas de fonction et n'exerçait sur le corps aucun effet et n'était probablement qu'un chemin pour les fibres d'association. Son nom a maintenant été changé en Région Préfrontale ou Orbitofrontale). Les étonnantes qualités dont elle vous dote (le pouvoir de prévoir et l'aptitude à vous évaluer critiquement vous-même) exigent une personnalité sensible. Mais la sensibilité, malheureusement, ajoute une tension à la personnalité qui amène la crainte. La crainte, à son tour, engendre des impulsions émotives excessives ainsi que le désespoir (puisque vous seriez tenté d'exagérer vos fautes, comme le font ceux qui s'évaluent critiquement eux-mêmes). Le résultat est la mélancolie.

Cependant, le malade opéré d'une lobectomie a perdu le pouvoir de s'évaluer critiquement lui-même et il devient impassible et insensible. Cela lui apporte la paix de l'esprit, mais cela ne l'aidera pas à s'améliorer par lui-même. Et il ne pourra jamais développer son Autoconscient Primitif s'il est insensible aux phénomènes psychiques, ce qu'il deviendra après avoir perdu la "Zone de Silence" de son cerveau.

L'autre qualité de la "Zone de Silence" du cerveau, le pouvoir de prévoir, vous rend aussi, sensible, craintif, surexcitable et ainsi de suite, parce que grâce à elle vous voyez habituellement l'avenir sous différents angles et d'un oeil impartial. Elle vous donne de l'intuition aussi. Mais, évidemment l'intuition doit être soutenue par une analyse faite de sang-froid ou bien elle dégènera en pressentiments.

Votre but, donc, est de tirer les plus grands bienfaits de la "Zone de Silence" de votre cerveau aussi bien que de souffrir la moindre perte de ses inconvénients mentaux. Vous l'obtiendrez grâce aux exercices suivants:

Exercice 1. Comment vous évaluer critiquement vous-même et en tirer profit sans développer les inconvénients de votre Centre de Force Psychique. Vous venez juste de faire l'expérience d'une rencontre sociale, d'affaires ou sentimentale déplaisante avec Raymond (ou Raymonde, selon votre sexe). Dès que vous êtes seul de nouveau votre Centre hyper-sensible du Pouvoir Psychique bombarde votre esprit conscient d'une décourageante liste de vos

fautes qui ont "contribué" à ce caractère déplaisant. Votre Centre dû-Pouvoir Psychique juge votre conduite avec une rigueur que votre esprit conscient ne peut pas concevoir puisqu'il dépend de l'intuition pour analyser. Il enregistre aussi les pensées de Raymond (ce que votre esprit conscient ne fait pas) et les ajoute à votre introspection. Puisque vous êtes contrarié de cette association, il est naturel pour vous de laisser votre Centre du Pouvoir Psychique prendre temporairement de l'ascendant sur votre esprit conscient particulièrement parce que votre esprit conscient ne peut pas facilement distinguer la cause directe de ce caractère déplaisant. En conséquence, votre Centre du Pouvoir Psychique remplit votre esprit conscient de crainte, de désespoir et de mélancolie qui peuvent dégénérer en une anxiété excessive ou en dépression chronique.

N'essayez pas d'arrêter la ruée de ces "explications" désarçonnantes tout de suite. Votre esprit conscient n'a pas besoin de leur aide. Mais au bout d'un moment, chassez-les de votre esprit conscient, au moyen des Cornes de votre cerveau, et hors de vous avec une fusée-commandement et ordonnez-leur de disparaître dans l'espace. A partir de ce moment, laissez votre esprit conscient juger de votre propre importance et juger la rencontre sous votre angle. Mais cependant conservez vaguement dans votre esprit le souvenir des différentes raisons offertes par votre Centre du Pouvoir Psychique. Chaque fois que votre Centre du Pouvoir Psychique essaiera de vous influencer par la suite sur ce sujet chassez-les à nouveau dans l'espace. Vous serez beaucoup mieux préparé après cela pour vous "réconcilier" avec Raymond quand vous le rencontrerez et vous le regagner. Vous aurez aussi banni la crainte, le désespoir et la mélancolie qui vous écrasaient à cause de l'extrême sensibilité de votre Centre du Pouvoir Psychique. Agissez de la même manière dans chaque situation défavorable.

Exercice 2. Comment développer votre faculté de prévoir et en tirer profit sans développer les inconvénients de votre Centre du Pouvoir Psychique. Vous vous préparez à faire face dans votre vie à un test crucial. Cela pourrait être votre examen d'admission au collège, ou bien vous êtes sur le point de faire des propositions ou d'en recevoir, ou bien vous sollicitez la situation que vous désirez, l'augmentation que vous cherchez, ou bien vous essayez de persuader une personne influente de vous aider à arriver à vos fins. Votre esprit conscient incertain instinctivement appelle au secours votre Centre du Pouvoir Psychique puisque ce dernier est celui qui possède la faculté de prévoir. Voulez-vous ou ne voulez-vous pas, vous demandez-vous, atteindre votre but? Votre Centre du Pouvoir Psychique précipite vers votre esprit conscient une foule de possibilités, pas exactement concluantes, parmi lesquelles votre esprit conscient doit choisir. Toutes ces possibilités vous laissent sensible, craintif et surexcitable parce qu'elles présentent l'avenir à vos yeux sous beaucoup d'angles différents. Mais votre Centre du Pouvoir Psychique vous apporte aussi la faculté d'intuition pour vous aider à choisir la bonne - celle qui peut ne pas toujours sembler la bonne à votre esprit conscient.. Ainsi, vous êtes jeté dans une pléthore de confusion et abandonné, indécis et effrayé.

Au moyen d'une fusée-commandement depuis votre esprit conscient, chassez-en toutes ces possibilités à travers vos Antennes Cérébrales, hors de vous et ordonnez-leur de s'évanouir dans l'espace. Ensuite laissez votre esprit conscient évaluer ses propres découvertes. A partir de ce moment, jugez vos propres capacités et jugez rationnellement vos perspectives d'avenir d'après cette base. Mais conservez dans votre esprit les possibilités futures que votre Centre du Pouvoir Psychique

a soumises à votre attention. Jugez bien, cependant, celle que l'intuition de votre pouvoir psychique semble recommander le plus particulièrement. Une telle intuition fréquemment se transforme en prophétie due au fait que votre Centre du Pouvoir Psychique a contacté spontanément les Archives Futures de la Terre (Ces dernières seront révélées dans une prochaine leçon). Faites une étude approfondie de cette particulière possibilité avant de prendre une décision. Celle-ci pourrait finir par être celle qui offrirait le moins de résistance au succès en raison de quelque circonstance imprévue.

COMMENT PLACER L' ELECTRICITE NERVEUSE  
DANS VOS MUSCLES SOUS LE CONTROLE  
DU POUVOIR PSYCHIQUE

On a découvert à la suite d'expériences que le bras, par exemple, lorsqu'on ne s'en sert pas, a ses muscles à l'état de repos et que ses nerfs sont IN-électrifiés. Dans cet état les muscles sont relativement alcalins. Tout à coup, cependant, il y a un changement soudain. Les muscles deviennent relativement acides et le nerf est électrifié. L'électricité nerveuse circule maintenant à flots depuis le cerveau jusqu'au bras pour diriger et contrôler son action. Qu'est-ce qui a provoqué ce soudain changement? La cause était un simple commandement du cerveau pour remuer la main.

Ce phénomène mental était assez puissant pour changer l'alcalinité relative des muscles en une acidité relative, ainsi que pour envoyer un courant d'électricité nerveuse se répandre à travers le nerf qui alimente le bras. Le cerveau, pour être explicite, a commandé au Centre de Contrôle des Organes d'ordonner au foie de remplir les muscles du bras de glycogène (sucre) pour leur fournir suffisamment d'énergie pour exécuter l'action commandée. C'est pourquoi l'alcalinité relative des muscles se change en acidité relative.

Le bras, maintenant, entre en action.

Quand il revient au repos, ses muscles redeviennent alcalins parce qu'ils ne reçoivent plus de glycogène du foie, tandis que les produits usés accumulés (principalement de l'acide lactique) sont enlevés par le sang. Ses nerfs, aussi, reprennent leur état IN-électrifié.

Que peut-en conclure de cela? Il peut être conclu qu'un commandement donné dans le cerveau, que ce soit consciemment, subconsciemment ou psychiquement, provoque des changements chimiques et électriques dans le corps. Quand le commandement est très fort (tel que celui résultant de solides habitudes ou d'un commandement explosif du pouvoir psychique) il provoque même de plus forts changements chimiques et électriques dans le corps. C'est pourquoi votre aura change de couleur et de mouvement selon vos pensées. C'est pourquoi votre esprit peut vous rendre malade, mais qu'il peut aussi vous guérir.

Ces connaissances peuvent être utilisées d'une manière très efficace dans la vie courante, comme le montre l'exercice suivant.

Exercice 1. La poignée de main électrisante. Comment rendre à quelqu'un un heureux état d'esprit avec une poignée de main électrisante. Gus Anderson semble garder rancune au monde entier. Vous ne pouvez pas l'éviter parce que vous le rencontrez à chaque instant dans les affaires ou dans la vie privée. Il pourrait même être votre voisin. Cela serait très ennuyeux d'être, en outre, constamment obligé d'essayer de se "cacher" de lui.

La façon facile de le manoeuvrer, c'est avec la poignée de main électrisante. Au moment où vous apercevez Gus, prenez une profonde inspiration et remplissez-vous d'électrons. Rassemblez cette super-charge d'électrons maintenant dans votre Centre du Pouvoir Psychique. En même temps, actionnez l'Arc Psychique

pour vous sentir heureux et content de vous-même et retenir ainsi ces électrons. Quand vous serez près de Gus, souriez et tendez -lui la main. Au moment où vous la lui prenez, lancez dedans une décharge explosive grâce à votre super-charge d'électrons au moyen d'un commandement du pouvoir psychique. Pour cette partie de l'exercice, entraînez-vous tout seul jusqu'à ce que la super-charge d'électrons soit si puissante qu'elle secoue votre propre main. (Entraînez-vous en serrant votre autre main). Gus aura l'impression qu'une charge de délicieuse énergie lui a été soudainement injectée. Ses capillaires relaxeront et diminueront sa tension et vous l'aurez rapidement gagné à vous. Il est clair, cependant, que beaucoup de phénomènes et de sensations que nous ne pouvons pas expliquer autrement et qui sont universellement raillés ou traités légèrement étant "tout dans l'esprit", PEUVENT ETRE soutenus grâce à la bio-électricité.

Exercice 2. Le restaurateur d'électrons. La façon facile de vous restimuler si vous vous sentez découragé ou " patraque ". A certaines époques où les conditions atmosphériques vous laissent déprimé ou à la suite de nouvelles sentimentales, d'affaires ou de santé, décourageantes, vous souffrez, d'une perte rapide d'électrons. Vous pourriez - ou ne pourriez pas - être saisi de panique en apprenant les nouvelles, mais les nerfs combattants assument immédiatement le contrôle de votre personne et vous remplissent d'anxiété et d'appréhension. En plus de faire monter votre tension et d'effectuer d'autres changements indésirables dans votre corps, ils provoquent une perte rapide d'électrons et vous vous sentez conduit à boire, à trop manger, à vous quereller avec un innocent ou à chercher une évasion d'une manière peu satisfaisante. Le moyen le plus efficace pour rendre à votre corps son équilibre normal en électrons est de faire appel au restaurateur d'électrons.

Pour créer le restaurateur d'électrons, imaginez immédiatement que le plus beau rêve que vous puissiez faire dans votre vie est sur le point de se réaliser. Vous allez peut-être gagner la personne que vous désirez le plus, obtenir la promotion que vous souhaitez, entrer à l'école qui vous plait, atteindre le résultat pour lequel vous avez le plus lutté, socialement ou en affaires, ou surmonter la peine qui vous afflige le plus. Visualisez ce rêve si clairement " comme s'il devenait vrai dans ses moindres détails de façon que vous sentiez réellement comme s'il était devenu vrai. Renforcez cette visualisation avec une fusée-commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique. Dirigez la fusée dans votre esprit conscient lui ordonnant de prodiguer encore plus de détails à cette vivante image, la rendant encore plus convaincante.

COMMENT ETABLIR L'EQUILIBRE ENTRE

L' ELECTRICITE DE VOTRE CORPS ET

L' ELECTRICITE DE L'ATMOSPHERE

En bio-électricité, on a trouvé qu'un corps en bonne santé enregistre une charge électrique négative, mais qu'un corps malade (même s'il ne souffre que d'un rhume) enregistre une charge électrique positive. Quand votre corps enregistre une charge d'électricité négative, vous fournissez de l'énergie: quand il enregistre une charge électrique positive, vous absorbez de l'énergie. Des électrons libres sont trouvés dans l'air comme dans toute autre chose, et ils ont une charge négative. Votre corps, selon votre état de santé, absorbe des électrons ou en rejette. Certains jours, vous vous sentez "plein d'énergie" et d'autres jours "vous broyez du noir" cela signifie que votre corps contient plus d'électrons certains jours que d'autres. La charge élec-

trique de votre corps varie à l'opposé de l'atmosphère. Par exemple, votre corps perd de l'énergie quand le temps est orageux et, avec elle, la plupart de ses électrons (-) ... Pourquoi?... Parce qu'un courant électrique court de négatif en positif, c'est-à-dire des électrons (-) vers les protons (+). L'atmosphère contient davantage d'électrons pendant un temps orageux. Quand le temps est sec et ensoleillé, l'atmosphère contient peu d'électrons, mais votre corps en contient davantage.

Puisqu'il y a une perte stable d'électrons (ou d'électricité) de la terre vers l'atmosphère (environ 18.000 ampères par heure) environ 4.000 orages doivent se produire en même temps sur la surface de la terre pour remplacer cette perte. Pendant un orage le champ électrique est souvent négatif plutôt que positif et du courant négatif afflue vers la terre. La pluie (en ramenant les électrons à la terre) ainsi que les éclairs, restaurent la perte d'électricité de la terre.

Votre confiance reviendra instantanément et la sensation d'oppression vous quittera. Vous vous sentirez immédiatement plus jeune, vous éclaterez d'enthousiasme une fois de plus, vous serez plein d'esprit et d'audace et votre attitude négative disparaîtra. Cela se reproduirait-il plus tard, vous n'auriez qu'à faire appel à nouveau au restaurateur d'électrons.

#### COMMENT CONTROLER LES GENS AVEC VOTRE ELECTRICITE NERVEUSE

Quand deux personnes en bonne santé se rencontrent et se serrent la main, il n'y a pas de courant électrique entre elles. Toutes les deux sont chargées négativement et l'électricité circule seulement de la charge négative à la charge positive. Cependant, quand deux individus se rencontrent et que l'un des deux est décidé et agressif et l'autre retardé et timide, l'attitude du timide fait qu'il est balayé télépathiquement par l'agressif et que les électrons se précipitent de l'agressif vers le timide. La crainte, la frayeur, des sentiments d'infériorité, la défaite, la soumission, la tristesse, la détresse, provoquent de soudaines et grandes pertes des électrons de votre corps, si grandes parfois même que vous vous sentez froid partout et que vous tombez rapidement malade. Vous êtes alors chargé positivement. Cela justifie les étonnantes possibilités de traitement des maladies psychosomatiques en déversant dans le malade les électrons nécessaires par applications des mains. Ou bien le malade peut être persuadé d'aspirer les électrons dont il a besoin pour restaurer sa santé en faisant de profondes inspirations d'air. La confiance, le bonheur, la satisfaction et des états similaires remplissent une personne d'un nombre plus qu'habituel d'électrons et peuvent même la relever de maladie. Les changements glandulaires jouent aussi un rôle important dans ce processus et permettent au corps soit de rejeter les électrons soit de se les procurer promptement.

## SIXIÈME LEÇON

Comment

Multiplier Votre Energie

Grâce au Pouvoir Psychique

L'énergie peut être multipliée. Vous pouvez commencer à vous entraîner en courant autour d'un pâté de maisons. La première fois vous serez fatigué. Entraînez-vous jusqu'à ce que vous puissiez courir dix fois de suite autour et ne pas vous sentir plus fatigué que lorsque vous aviez couru une fois. Vous aurez multiplié votre énergie par dix.

LE BESOIN D'UNE RESPIRATION STIMULANTE

Pour le maintenir en vie, il faut fournir à votre corps beaucoup de substances différentes. Mais son besoin le plus urgent est son alimentation continuelle en oxygène. Presque aussi urgent est son besoin constant d'éliminer l'acide carbonique. L'alimentation continuelle en oxygène et l'élimination constante de l'acide carbonique dépendent toutes les deux de la circulation de votre sang et de votre respiration. N'importe quelle interférence avec votre circulation du sang accélère votre fatigue. Cela arrive, par exemple, dans les muscles contractés de vos jambes quand vous restez debout longtemps. En raison du haut degré de tension dans ces muscles contractés, leurs capillaires et les petites veines sont fortement étranglés et la circulation de votre sang à travers eux est rendue difficile. C'est ce qui arrive dans un exercice isométrique et c'est la raison importante pour laquelle il est opposé ici. Cette forme d'effort, au contraire des exercices rythmiques, vous fatigue plus vite et dépose sur votre cœur un fardeau supplémentaire en l'obligeant à pomper plus fort qu'il ne devrait pendant l'exercice, pour essayer de pousser le sang à travers les vaisseaux sanguins non-élastiques enveloppés dans les muscles.

Plus vous êtes fatigué, plus votre efficacité diminue. Vous aurez alors besoin de suffisamment de périodes de repos pour maintenir votre efficacité, sinon votre rendement en souffrira. Puisque vous avez besoin de votre plus grande énergie quand vous vous attaquez à un phénomène psychique, vous comprenez maintenant pourquoi vous devez être totalement reposé avant de commencer. Votre circulation et votre profonde respiration doivent toutes les deux fonctionner à leur maximum pour que vous puissiez obtenir les meilleurs résultats (ou même des résultats tout court) dans les phénomènes psychiques.

COMMENT UNE RESPIRATION STIMULANTE

AFFECTE VOTRE ESPRIT CONSCIENT

Votre centre respiratoire est un ensemble de cellules nerveuses dans le tronc de votre cerveau qui envoient des impulsions à vos muscles de respiration et démarrent votre respiration. Une profonde respiration prise pendant un moment de crainte, d'énerverment ou de toute autre émotion extrême, apaise votre halètement et ramène le calme en vous à nouveau. Comment cela arrive-t-il? Quand vous respirez profondément, vous distendez les sacs d'air dans vos poumons et la distension provoque un courant de messages qui sont lancés (à travers le tronc de vos nerfs aimants, connu sous le nom de nerf vague) au centre respiratoire dans votre cerveau. Ces messages font baisser l'activité du centre respiratoire: ils réduisent la fréquence des commandements qu'il lancent à votre diaphragme et aux autres muscles de respiration, ce qui fait que votre "halètement" diminue et que votre respiration normale reprend. (Une réflexion profonde inhabituelle fait aussi baisser l'activité du centre respiratoire et provoque une respiration peu profonde et lente).

## LA FAÇON LA PLUS PROFITABLE DE RESPIRER PROFONDEMENT ET REGULIEREMENT

Pour tirer le meilleur profit d'une respiration profonde régulière, accompagnez-la habituellement d'un exercice régulier, même si cet exercice ne consiste qu'à marcher. Quand vous respirez profondément pendant plus longtemps que deux minutes à la fois en étant assis, debout ou couché sans bouger, vous expulsez une quantité anormale d'acide carbonique de votre sang. Mais votre sang exige un certain degré d'acidité avant de pouvoir stimuler votre centre respiratoire pour provoquer la respiration C est pourquoi l'alcalose (état du sang alcalin) arrête votre respiration pendant une minute ou deux ou suffisamment longtemps pour que votre sang redevienne assez acide pour stimuler votre respiration.

De plus, une grave alcalose est accompagné de tétanie (crampes des muscles) et d'une plus grande sécrétion de sels alcalins par vos reins. Si vous respirez profondément en faisant un exercice rythmique cependant, il n'en résulte pas d'alcalose. (C'est-à-dire que votre sang ne devient pas alcalin). De l'acide lactique et d'autres acides sont alors formés dans votre sang par l'exercice rythmique et se changent en acide carbonique qui acidifie le sang. Il est donc préférable de prendre l'habitude de faire vos exercices respiratoires quand vous faites de la marche à l'extérieur ou pendant une activité physique rythmique.

## LES AVANTAGES DE LA RESPIRATION PROFONDE POUR LES USAGES DU POUVOIR PSYCHIQUE

La respiration profonde quand votre corps est au repos a cependant des avantages quand elle est utilisée à des fins du pouvoir psychique. L'alcalose qu'elle provoque vous donne une courte période d'arrêt de respiration qui accorde à votre corps assez de temps pour relaxer complètement de l'effort de respiration et pour utiliser ce surplus d'énergie économisée pour le pouvoir psychique. Cela vous aide aussi à surmonter plus rapidement la fatigue parce que le sang alcalin est bourré d'électrons. Vous allez donc apprendre maintenant à respirer profondément quand votre corps est au repos, c'est-à-dire l'Ozona Horizontal. L'OZONA HORIZONTAL: COMMENT RECUPERER

## RAPIDEMENT VOTRE ENERGIE QUAND VOUS ETES FATIGUE

Quand vous êtes fatigué, si cela est possible, allongez-vous immédiatement sur le dos. La vitesse de votre respiration (c'est-à-dire votre fréquence de respiration) est plus lente quand vous êtes étendu. Votre respiration alors devient plus lente et plus profonde et supporte à ce moment une moindre fatigue physique. (Ceci en présumant que vous ne souffrez pas d'une affection respiratoire inhabituelle comme l'orthopnée). Pour remplir vos poumons d'air au maximum, avec la plante de vos pieds, à plat sur le lit ou sur le sol et avec vos genoux fléchis. Dans cette position vous détendez vos muscles abdominaux (la taille) et vous pouvez remplir vos poumons à en éclater.

Imaginez maintenant qu'à l'intérieur de votre thorax il y ait un grande tube circulaire vide que vous voulez remplir d'air. Aspirez normalement et commencez à le remplir en commençant par le bas, c'est-à-dire la région de vos côtes basses et du diaphragme. Sentez ce tube intérieur se remplir d'abord devant, puis derrière, puis sur les côtés. Aspirez encore de la même manière et remplissez-le plus haut, dans la région de votre poitrine. Aspirez encore plus de la même manière et remplissez-le jusqu'à mi-chemin de vos bouts de seins et de vos clavicules. Finalement, aspirez complètement et remplissez-le jusqu'à vos épaules et votre cou, à la fois devant, derrière et sur les côtés.

Maintenant, expirez naturellement. Recommencez l'Ozona Horizontal cinq ou six fois, oxygénant complètement votre sang et le bourrant d'électrons. Ensuite, étirez-vous complètement pendant environ vingt secondes avant de vous lever.

Exercice. Si votre estomac est vide, étendez-vous et pratiquez l'Ozona Horizontal et apprenez à le faire bien. Presque chaque jour vous aurez une raison de le pratiquer. Si cela est possible et si vous n'êtes pas trop fatigué, allongez-vous ensuite sans bouger pendant à peu près une demi-heure, vautré sur le dos.

LE ZEMBLA ACCROUPI: COMMENT RECUPERER TRÈS VITE VOTRE ENERGIE QUAND VOUS ÊTES EXTÉNUÉ

Si vous pouvez vous allonger quand vous êtes exténué, utilisez l'Ozona Horizontal. Mais si cela n'est pas possible et que vous soyez à bout de souffle, utilisez le Zembla accroupi.

Exercice 1. Mettez-vous debout, les jambes écartées, les pointes de vos pieds vers l'extérieur. Pliez vos genoux et penchez-vous en avant, en appuyant vos mains sur vos genoux pour supporter votre corps. Dans cette position vos muscles abdominaux (la taille) sont détendus au maximum permettant à vos poumons de se remplir complètement depuis le bas jusqu'à vos épaules et votre gorge. Ainsi, vous vous donnez vous-même une extraordinaire quantité d'oxygène pour nourrir vos tissus qui en étaient privés. Quand vous êtes exténué, cela signifie que vos tissus ont usé leur réserve d'oxygène plus vite que vous n'avez pu la remplacer et que, pour employer l'expression des physiologistes, vous êtes en "dette d'oxygène". C'est un incident normal chez les athlètes et tous ceux qui ont une activité pénible et fatigante, surtout si cela comprend la vitesse aussi. Le plus longtemps vous pourrez empêcher vos tissus d'être en "dette d'oxygène" pendant un travail physique exceptionnel, le plus vite vous pourrez leur procurer davantage d'oxygène et le plus longtemps vous pourrez retarder l'épuisement et conserver votre endurance. Maintenant prenez plusieurs profondes inspirations et expirez naturellement entre chaque. A chaque profonde inspiration, remplissez votre thorax d'air du diaphragme jusqu'au cou, de devant à derrière et sur les côtés. Bien vite, vous respirerez aisément et confortablement quel qu'ait pu être votre essoufflement auparavant.

Ensuite reposez-vous, restez dans la même position pendant environ huit à dix secondes, puis levez-vous et marchez. Le Zembla accroupi est vraiment un revivifiant magique et il vous rendra rapidement votre vitalité quand vous êtes épuisé à la suite d'un effort pénible tel qu'un trajet pénible, avoir grimpé plusieurs étages en courant ou n'importe quel autre exercice violent.

COMMENT LE ZEMBLA ACCROUPI AJOUTE UN ÉTONNANT POTENTIEL À VOTRE FORCE

Puisque vous pouvez remplir vos poumons plus complètement avec le Zembla accroupi qu'avec n'importe quelle autre forme de respiration, que vous soyez debout ou accroupi, vous pouvez emmagasiner plus d'électrons de l'atmosphère grâce à cela qu'avec toute autre forme de respiration. Cet avantage est d'une valeur incomparable pour une guérison psychosomatique. Il est aussi d'une valeur inestimable dans toute activité du pouvoir psychique dans laquelle vous pouvez vous engager. Vous utiliserez régulièrement le Zembla accroupi, même dans les dernières leçons pour des pouvoirs miraculeux - aussi apprenez-le bien.

Pratiquez-le aussi pour augmenter le volume de votre cage thoracique. Vous pourrez ainsi aspirer plus d'air (plus d'oxygène et plus d'électrons) par inspiration: ou bien augmenter vo-

tre capacité vitale ainsi que les physiologistes l'appellent. Pour le pratiquer, sortez pour une promenade rapide, même pour trotter ou courir si vous pouvez. Ou restez dans votre cour et courez sur place très vite ou faites de profondes flexions sur les genoux si votre coeur est assez solide. Pour faire ce dernier mouvement, placez-vous debout à un endroit avec les jambes écartées, les talons à 15 centimètres, les pointes de vos pieds vers l'extérieur. Tenez-vous à un poteau ou à quelque chose, descendez rapidement sur votre derrière et remettez-vous debout à nouveau. Après plusieurs répétitions vous serez essoufflé. Stoppez immédiatement, penchez-vous en avant et faites le Zembla accroupi. Aspirez à chaque fois aussi profondément que vous le pouvez en faisant le Zembla accroupi et dilatez vos poumons et votre cage thoracique jusqu'à la limite. En faisant cet exercice tous les jours plusieurs fois par jour vous augmenterez votre capacité vitale (c'est-à-dire le volume d'air absorbé à chaque inspiration) et, en conséquence, prendrez davantage d'électrons de l'air à chaque fois que vous le ferez.

EN CONCLUSION. Grâce au Zembla accroupi vous pouvez emmagasiner des " électrons comme une batterie emmagasine de l'électricité. Avec lui, non seulement vous renforcez votre pouvoir psychique, mais aussi toutes les parties de votre corps y compris votre cerveau. Vous super-chargez votre cerveau et votre corps avec une puissance électrique tirée de l'air, et vous l'aménagez prête à la faire exploser.

COMMENT ACQUERIR UNE ENDURANCE

PHYSIQUE EXCEPTIONNELLE GRACE AU  
ZEMBLA ACCROUPI ET A L'OZONA HORIZONTAL

En marchant à la vitesse de huit kilomètres à l'heure vous augmenterez votre consommation d'oxygène d'environ huit fois et votre production d'acide carbonique (le produit usé) d'environ neuf fois. L'augmentation sensible de votre consommation d'oxygène (pendant laquelle votre sang artériel demeure presque saturé d'oxygène) est rendue possible par:

- 1) l'augmentation de la circulation du sang dans vos poumons,
- 2) votre respiration plus profonde - due à l'effort de la marche, et
- 3) par le fait que vous respirez alors environ sept fois plus d'air que lorsque vous êtes au repos.

Ces trois facteurs augmentent en proportion de la fatigue de l'effort. Pendant une très forte fatigue musculaire vous pouvez arriver à respirer jusqu'à onze fois et demie plus d'air (si vous êtes un homme ou sept fois plus si vous êtes une femme) que lorsque vous êtes au repos. Une telle inspiration d'air ne dure, évidemment, que quelques secondes. Vous pouvez, cependant, maintenir cette inspiration d'air anormale plus longtemps pendant vos exercices si vous respirez profondément et régulièrement. Autrement vous gaspillez une énergie considérable au cours d'exercices physiques fatigants à la fois en respirant vite et parce que votre coeur bat trop vite. Mais vous pouvez contrôler efficacement ces deux changements physiologiques au moyen du Zembla accroupi ou de l'Ozona Horizontal (essayez-les et vous verrez). C'est ainsi que les yogis et les autres maîtres psychique conservent leur endurance quand ils courent sur d'étonnantes distances telles que cent soixante kilomètres sans s'arrêter. (De détails à ce sujet dans la prochaine leçon).

COMMENT UTILISER LE ZEMBLA POUR RETARDER

LE VIEILLISSEMENT

Votre capacité vitale, pour être physiologiquement exacte est le volume d'air que vous expirez avec la plus grande force possible après votre plus complète inspiration. C'est le total d'air mobile de vos poumons. (Il vous est impossible d'inspirer

tout l'air de vos poumons). La capacité vitale d'environ 200 étudiants varie entre 2.500 et plus de 6.000 centimètres cubes. De votre naissance à votre maturité, votre capacité vitale augmente graduellement. Mais vos cartilages costaux (côtes) deviennent raides et diminuent matériellement votre capacité vitale avec l'âge. Cela diminue votre aptitude à exécuter des travaux musculaires pénibles au fur et à mesure que vous vieillissez. Le Zembla résiste de façon frappante à cet amoindrissement de votre capacité vitale et peut en conséquence retarder d'une façon importante le vieillissement.

La position du corps est un facteur important à considérer dans la Respiration Stimulante car, si vous avez une capacité vitale de 4,3 litres dans la position debout, elle sera réduite de 0,68 litre (ou environ un sixième) quand vous êtes étendu. C'est la raison pour laquelle le Zembla accroupi (que vous exécutez depuis une position debout) laisse entrer plus d'air dans vos poumons que l'Ozona Horizontal que vous faites dans une position couchée. Quand vous étiez "jeune" et entraîné, vos poumons respiraient plus profondément et leur capacité vitale augmentait. Avec la maturité et une vie relativement sédentaire, vos poumons ont pris l'habitude de respirer peu profondément et votre capacité vitale s'est "rétrécie". Le Zembla accroupi vous aide à surmonter cet indésirable changement et à vous rendre une partie de votre jeunesse perdue.

Pour réussir tout cela le Zembla accroupi influe aussi sur votre index thoracique. L'index thoracique est le rapport entre la profondeur de votre poitrine (au niveau des bouts de seins) et sa largeur. Dans une poitrine normale en bonne santé la profondeur est d'environ 67% de sa largeur et sa capacité vitale peut être jusqu'à 50% plus grande que celle d'une poitrine avec un index thoracique plus élevé (ou d'une poitrine avec plus de profondeur mais pas plus de largeur). Tous les autres facteurs étant égaux, donc une poitrine plus plate et plus large est moins sujette à la tuberculose, à la bronchite et à toutes les autres maladies des poumons qu'une poitrine plus profonde et plus étroite. Le Zembla accroupi; en gonflant puissamment la poitrine dans tous les sens égalise ses dimensions: il augmente sa profondeur quand elle est trop plate et sa largeur quand elle est trop étroite. Cela aussi retarde le vieillissement.

#### L'INDESTRUCTIBILITE DE VOTRE ENERGIE PENSANTE

Citons le Dhammapda: Tout ce que nous sommes est le résultat de ce que nous avons pensé; il est fondé sur nos pensées, il est fait de nos pensées.

En d'autres termes, modifiez vos pensées et vous serez une personne différente. Apprenez comment utiliser votre esprit dans des voies extraordinaires, comme la maîtrise du pouvoir psychique, et vous deviendrez une personne différente.

L'énergie ne peut être ni créée ni détruite. Cela inclut la pensée, les événements passés, etc. L'énergie (les ondes de votre cerveau que nous étudierons plus loin) est simplement transférée en une autre forme d'énergie.

Prenons l'exemple d'un objet matériel. Ramassons un livre sur le sol et posons-le sur une table. Pendant l'exécution de ce geste, l'énergie de mouvement obtenue de votre bras est transférée dans son énergie potentielle de position. Cette énergie est maintenant latente dans le livre. C'est l'énergie potentielle de position parce que la terre, par sa force d'attraction, attire le livre. L'énergie de mouvement de votre bras a surmonté la force de gravité quand il a pris le livre sur le sol et qu'il l'a mis sur la table. Si on enlève la table, l'énergie potentielle de position est transférée en énergie cinétique de mouvement et le livre

tombe sur le sol. Quand le livre frappe le sol, son énergie cinétique de mouvement est transformée en énergie de son et de chaleur.

C'est également vrai en ce qui concerne la pensée. L'énergie de la pensée (les ondes de votre cerveau) n'est jamais détruite: elle est seulement transformée en différentes sortes d'énergie.

Note: En 1929 Berger à découvert que l'activité de nos esprits conscient et subconscient était associée, comme les muscles et les nerfs, avec les changements dans l'électricité nerveuse. Ces changements électriques ou ondes du cerveau ont été détecté dans les encéphalogrammes trouvés différents pour chaque individu. D'autre part, sur un même adulte, leurs signes distinctifs sont remarquablement constants pendant des années. Vos signes distinctifs de vos ondes de cerveau d'adulte ne sont complètement établis qu'entre les âges de quinze à dix-neuf ans. Les signes distinctifs des ondes du cerveau de chacun varient aussi avec la position selon laquelle les électrodes ont été placées sur votre crâne par rapport aux lobes de votre cerveau. Pendant le sommeil, vos ondes du cerveau deviennent plus lentes et plus irrégulières. Dans certaines conditions pathologiques du cerveau (comme l'épilepsie, les tumeurs, traumatisme mécanique) on observe des rythmes anormaux des ondes du cerveau. Vous en apprendrez davantage plus tard au sujet de vos ondes du cerveau

COMMENT CONSERVER L' ELECTRICITE DE VOTRE CORPS  
(OU VOTRE ENERGIE)

AU MOYEN DU VERROU CORPOREL

Votre corps en tant qu'un être négativement chargé, perd constamment des électrons dans l'air et dans tout ce qu'il touche, y compris le sol. C'est un processus normal et votre corps produit simplement davantage d'électricité pour remplacer celle qui est perdue. Cependant, lorsque vous ne vous sentez pas très bien ou lorsque vous êtes nerveux, craintif ou que vous vous sentez inférieur à quelqu'un ou à une tâche, votre corps perd plus d'électricité qu'il n'en remplace et vous commencez à vous sentir faible. C'est pourquoi un complexe d'infériorité est si déprimant - car vous perdez alors régulièrement plus d'électrons que vous n'en remplacez.

Pour retarder cette perte d'électrons ou même la stopper complètement, "verrouillez" votre corps. Joignez vos mains ou placez un pied par-dessus l'autre. Vous retiendrez ainsi la chaleur de votre corps. C'est une des raisons pour lesquelles vous vous sentez fort et confiant quand la température est "juste bien " pour vous.

## SEPTIÈME LEÇON

Comment

ne " JAMAIS ETRE FATIGUE " en Plaçant  
Votre Tonus Musculaire sous le Contrôle  
du Pouvoir Psychique

COMMENT VOUS CONSERVER EN FORME

Le manque d'exercice de vos muscles peut provoquer des adhérences faciales (adhérences des enveloppes des muscles) et créer des dépôts de graisse. C'est la raison importante pour laquelle vous devriez faire régulièrement des exercices musculaires. Des exercices fatigants ou de concours ne sont pas nécessaires. Des contractions isométriques refoulent le sang au coeur et de ce fait ne sont pas recommandées ici. Les exercices qui sont plus rythmiques, qui durent plus longtemps et qui contractent et détendent vos muscles complètement et d'une façon répétée sont ceux qui feront cesser vos adhérences faciales, dissoudront vos dépôts de graisse et fortifieront votre coeur. Les exercices fatigants ne peuvent pas être supportés assez longtemps pour atteindre ces objectifs. La même raison s'applique aux contractions isométriques.

LA CYCLOMANCIE: COMMENT LIBERER VOTRE PUIS-

SANCE PSYCHIQUE n'étant pas un cours de culturisme, nos recommandations ici seront limitées au genre d'exercices avec lesquels vous êtes déjà familier. Si vous êtes jeune, lever des poids plus lourds, nager vigoureusement et courir avec acharnement, est idéal pour utiliser vos muscles rythmiquement, pour fortifier vos muscles respiratoires et augmenter la circulation du sang à travers vos poumons. Si vous êtes plus vieux, ces mêmes exercices, faits avec proportionnellement moins de difficultés et de force, suffiront. La natation rythmique et la bicyclette sont excellentes pour les gens d'un âge moyen des deux sexes. Si vous ne faites pas d'exercices et si votre médecin est d'accord, marchez au moins une heure par jour à un bon pas. Mais ne restez jamais debout plus longtemps que vous n'en avez besoin.

Si vous trottez un peu de temps à autre, tant mieux. Et respirez profondément quand vous trottez. Faites aussi des exercices pour masser vos viscères abdominales et vous faire un corset de muscles autour de la taille. Conservez votre taille fine et éliminez cette mare stagnante de sang qui s'accumule dans les vaisseaux sanguins du mésentère quand vous ne faites pas faire d'exercices réguliers à votre taille. Suspendez-vous par les mains à un tuyau ou à quelque chose de solide et étirez votre colonne vertébrale chaque jour. Faites même des tractions. Ne devenez pas raide et avachi avant l'âge. Sentez-vous jeune et souple de corps et cela se répercutera dans votre esprit.

Des exercices statiques tortueux ne sont pas préconisés non plus. Les avantages durables ne sont obtenus, nous le répétons, qu'avec des exercices de mouvement. Les exercices tortueux peuvent vous enseigner la discipline mais ne sont pas recommandés. Laissez-les aux adeptes du yoga.

LA GRANDE VALEUR POUR VOUS DU TONUS MUSCULAIRE

Le tonus musculaire est d'une suprême importance pour votre santé physique et votre pouvoir psychique. Il vous remplit de confiance pour essayer et réussir ce qui semble impossible. Sans la confiance nécessaire, comme vous le savez déjà, vous n'avez aucun pouvoir psychique du tout. Si vous placez votre tonus musculaire sous le contrôle du pouvoir psychique, vous ne serez plus jamais fatigué.

Quand vos muscles sont au repos, avant tout, ils sont fréquemment incomplètement détendus. Ils sont plutôt en état de

légère contraction ce qui les empêche d'être détendus. Ceci est connu sous le nom de tonus musculaire. Votre masséter et vos muscles temporaux (les muscles qui tiennent en position haute votre mâchoire inférieure détendue) sont d'excellents exemples de cela.

Qu'est-ce qui crée le tonus musculaire? Il est créé par le courant stable d'électricité nerveuse descendant de votre cerveau et de la moelle épinière jusque dans vos muscles. Quand le nerf qui alimente le muscle est coupé, le muscle devient flasque. Autrement dit, il acquiert son tonus, non de lui-même, mais du cerveau et de la moelle épinière.

Tous vos muscles volontaires (ceux que vous utilisez à volonté) présentent un certain degré de tonus. Mais le tonus est particulièrement prononcé dans vos muscles anti-gravité, c'est à-dire ceux qui maintiennent votre posture.

En général, ceux-ci sont les muscles extenseurs de vos membres inférieurs, du tronc et du cou. C'est pourquoi stationner debout est plus fatigant que marcher. Quand vous marchez vous contractez et détendez les muscles de votre jambe à chaque pas, mais quand vous stationnez les muscles de vos jambes restent partiellement contractés tout le temps.

Le temps froid, aussi, vous revigore tandis qu'un temps chaud et humide vous afflige d'un sentiment de lassitude. Cela est dû au fait que vous gagnez ou perdez du tonus musculaire. Voyons maintenant combien le tonus musculaire affecte votre état d'esprit et votre sensation générale de vigueur et d'ambition. Vous pouvez aussi diminuer votre tonus musculaire à volonté pour faire provision d'énergie pour le pouvoir psychique.

#### COMMENT VOTRE CORPS CREE LE TONUS MUSCULAIRE

Quand le tendon d'un muscle de votre corps (disons votre biceps) est tiré par gravité ou par la contraction d'un muscle tirant à l'opposé (disons votre triceps), votre biceps se contracte et résiste à l'extension. Mais l'extension de son tendon stimule aussi votre biceps et il envoie un message à votre moelle épinière. Là, le message s'arrête au lieu d'aller jusqu'au cerveau et votre moelle épinière lance un commandement à votre biceps de se contracter encore plus. Cette contraction est appelée le réflexe myotatique. Quand le tendon du biceps est tendu pendant assez longtemps et que la contraction qui en résulte est longue aussi, c'est ce qu'on appelle le tonus musculaire.

Quand vous vous levez après un long repos, avez-vous remarqué comme les muscles de vos mollets sont petits et mous comparativement et comme ils redeviennent plus gros et plus durs après un moment que vous êtes debout? C'est parce que, lorsque vous vous levez, ils ont relativement peu de tonus musculaire, car ils ont été à peine tendus pendant des heures. Après que vous ayez été debout pendant un certain temps et que les muscles de vos mollets aient été tendus, ceux-ci sont notablement plus gros et plus durs. Ceci n'est pas pour vous conseiller de rester debout pendant de longues périodes de temps, mais pour vous montrer seulement comment le tonus musculaire part et revient sans effort spécial de votre part.

Un estomac vide augmente votre tonus musculaire en lui allouant plus de sang pour remplir vos muscles, puisqu'il n'est pas utilisé pour assimiler des aliments digérés. Mais la faim, aussi bien qu'un estomac trop chargé, réduit votre tonus musculaire en retirant trop de sang de vos muscles pour faire la digestion et l'assimilation. Pour obtenir de meilleures performances athlétiques (et aussi pour mieux utiliser vos muscles pour le pouvoir psychique) vous devez concourir avec un estomac vide (mais pas affamé).

Note: II est vrai que des expériences de kinésiologistes ont démontré que certains individus obtiennent de meilleures performances athlétiques lorsqu'ils ont l'estomac partiellement plein ou pas trop longtemps après un repas. Mais cela doit être vrai seulement avec des individus qui possèdent un taux de métabolisme très élevé et qui, en conséquence, digèrent vite. D'autre part, les physiologistes ont constaté que faire des exercices avec l'estomac plein exigeait environ 8% de plus d'effort du coeur qu'autrement. S'entraîner avec l'estomac chargé fatigue donc le coeur. Suivant votre taux de métabolisme, cependant, il est probablement préférable de ne pas commencer d'exercices avant un délai d'une heure et demie après un repas et de ne pas le faire durer plus de deux heures et quart. Autrement la fatigue s'installe et sape vite votre tonus musculaire.

COMMENT PROLONGER INDEFINIMENT VOTRE  
TONUS MUSCULAIRE POUR QUE VOUS  
NE SOYEZ "JAMAIS" FATIGUE

On ne peut pas dire que le tonus musculaire défie la fatigue simplement parce que votre biceps, disons, est partiellement contracté pendant un effort et qu'il ne peut pas se fatiguer. Un tel raisonnement serait contraire à toutes les théories de contraction des fibres musculaires.

MAIS - voici réellement ce qui arrive. Seules quelques fibres de votre biceps se contractent entièrement à un certain moment pendant l'effort. Quand celles-ci sont fatiguées, d'autres se contractent. Cependant, plus le muscle est tendu (c'est-à-dire plus le poids est lourd ou plus grande la résistance qu'il doit surmonter), plus nombreuses sont les fibres qui se contractent en même temps et plus grand est son tonus musculaire. En bref, le tonus musculaire augmente sur demande.

Votre tonus musculaire est grandement influencé par votre état mental. Un énervement mental l'affecte d'une manière importante. Quand vous êtes heureux et plein d'espoir, les muscles de votre visage sont tonifiés, vos épaules sont relevées et votre allure est décidée. Quand vous êtes surchargé de soucis et d'ennuis, votre "visage tombe" et vous avez "l'air défrisé". Les animaux sont affectés de la même façon.

Si vous vous engagez dans un effort exigeant une endurance physique, vous pouvez retarder le début de la fatigue en maintenant juste assez de tonus musculaire jusqu'au bout pour vous maintenir dans Faction. Réalisez cela en lançant une fusée de pouvoir psychique à votre esprit conscient lui commandant que vous n'êtes PAS fatigué et l'assurant que vous POUVEZ accomplir ce travail. Votre esprit conscient détendra immédiatement quelques unes des fibres des muscles intéressés pour qu'ils regagnent une partie de leur énergie. Plus le commandement sera fort, plus il y aura de fibres détendues et plus vous récupèrerez d'énergie.

Il ne vous est pas recommandé, évidemment, de vous attaquer à un travail ou autre qui exige de l'endurance et pour lequel vous n'êtes ni apte, ni entraîné. Vous pourriez réussir, mais vous pourriez aussi vous surmener sérieusement. Les maîtres psychiques s'entraînent pendant des années avant de se lancer dans des aventures qui exigent une miraculeuse endurance. Mais ils entraînent non seulement leurs muscles et leurs poumons, mais aussi leurs esprits.

EXERCICES POUR PROLONGER VOTRE TONUS  
MUSCULAIRE GRACE AU CONTROLE  
DU POUVOIR PSYCHIQUE

Exercice 1. Si votre coeur est normal, trottez dehors autour d'un ou deux pâtés " de maisons. Quand vous vous sentez fatigué,

lancez une fusée de pouvoir psychique à votre esprit conscient commandant que vous n'êtes PAS fatigué et continuez de trotter. Si c'est trop facile pour vous, courez plus vite. Un sprint autour de deux pâtés de maisons à pleine vitesse épuiserait n'importe qui, aussi vous n'avez pas besoin d'aller bien loin.

Exercice 2. Répétez l'exercice 1. Cette fois envoyez une autre fusée de force psychique à votre esprit conscient lui commandant que vous n'êtes PAS fatigué. Ensuite, ayez recours à l'Arc Psychique en pensant à quelque chose d'autre que vous aimez de façon à oublier absolument que vous êtes fatigué réellement. Immédiatement, de nombreuses fibres nerveuses de vos muscles épuisés se détendront et vous récupérerez de plus en plus d'endurance.

Exercice 3. A mesure que vous devenez plus fort, continuez à faire l'exercice 2 et progressivement faites un tour de plus quand vous êtes fatigué, et à la même allure.

Exercice 4. Répétez l'exercice 3. Mais à la fin de celui-ci, n'arrêtez pas de courir et "sprintez" sur encore un demi-tour. Ensuite, faites un autre demi-tour en courant, en plus de celui-là, soit en pensant que vous n'êtes pas fatigué du tout, ou en pensant à quelque chose d'entièrement différent grâce à l'Arc Psychique.

A la fin de tous ces exercices, penchez-vous en avant et récupérez avec une rapidité surprenante en faisant le Zembra accroupi. Non seulement ces exercices fortifient votre cœur, mais de plus ils sont excellents pour développer le Contrôle du Tonus Musculaire. Ils peuvent être utilisés pour la natation, le patinage, pour grimper les escaliers, marcher, faire des tractions à la barre, lever des poids, réduire son tour de taille et pour tous les exercices quels qu'ils soient qui peuvent vous fatiguer dans un temps relativement court.

#### COMMENT SURMONTER LA MALADRESSE GRACE AU CONTROLE SELECTIF DU TONUS MUSCULAIRE

Le Contrôle Sélectif du Tonus Musculaire est inestimable pour vous dans la vie courante, car il peut vous aider à surmonter l'entêtement et d'indésirables habitudes physiques. La cause physique de la maladresse, par exemple, est due à un excédent de tonus musculaire entre les muscles de flexion et les muscles d'extension de la partie ou des parties utilisées dans ce mouvement... Vous essayez de faire un certain mouvement et en même temps vous essayez de ne PAS le faire. Vous devez apprendre à choisir le tonus musculaire nécessaire pour les muscles que vous désirez utiliser, mais en même temps, retenir le tonus musculaire gênant des muscles que vous ne désirez PAS utiliser.

Exercice 1. Comment choisir le tonus musculaire spécifique grâce au Contrôle du Pouvoir Psychique. Dans votre chambre, essayez de faire en toute sécurité quelque chose que vous avez peur de faire. Essayez, disons, de porter une soucoupe pleine d'eau de l'autre côté de la chambre sans renverser une goutte d'eau. Vous constaterez vous-même que vous faites trop d'efforts au début, serrant à la fois vos muscles de flexion et d'extension en même temps, tremblant et vous fatiguant vite. Pour ne pas renverser d'eau de la soucoupe, envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre Centre de Coordination des Muscles lui ordonnant de détendre tous les muscles utilisés, excepté ceux qui sont nécessaires pour l'effort. Aidez-le en même temps en détendant tous les muscles de vos mains et de vos bras. Vous cesserez immédiatement de trembler et continuerez tranquillement à porter la soucoupe de l'autre côté de la pièce. C'est cela le Contrôle Sélectif du Tonus Musculaire.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1 avec d'autres expériences.

ces d'adresse que vous redoutez ou que vous ne faites pas très bien. Non seulement cela déracinera vos différentes craintes en les plaçant sous le Contrôle Sélectif du Tonus Musculaire, mais cela entraînera encore votre esprit conscient à coopérer en vous évitant d'avoir de nouvelles frayeurs dans de nouvelles spécialités que vous essayez d'apprendre, telles qu'un nouveau coup au golf ou une nouvelle technique professionnelle.

#### LES SECRETS D'UNE ENDURANCE

##### MUSCULAIRE MIRACULEUSE

Un maître psychique peut surmonter la fatigue physique et courir plus de cent soixante kilomètres sans s'arrêter. Il fait cela en partie, comme vous le savez déjà, en prolongeant indéfiniment son tonus musculaire. Mais cela n'est qu'une partie. Voici l'autre partie.

Une fibre nerveuse ne se fatigue jamais parce qu'elle se désélectrifie rapidement elle-même après le passage d'un message ou d'un commandement dans toute sa longueur. Cependant, un muscle se fatigue en accumulant des produits usés intermédiaires ou finaux comme l'acide de carbone, l'acide lactique, l'acide pyruvique, les phosphates acides, etc... Il devient aussi déficient en matières fournissant de l'énergie comme le sucre (glucose). Et quand il se fatigue il perd beaucoup d'irritabilité protoplasmique, beaucoup d'aptitudes à transmettre les messages et les commandements et beaucoup de force pour se contracter. Même pendant qu'il se fatigue, il se contracte et se relaxe plus lentement. Et se relaxant plus lentement, il n'arrive pas à se détendre dans toute sa longueur avant de se contracter à nouveau et en conséquence reste "en contracture". C'est un signe précurseur de fatigue.

Pour éviter la fatigue des muscles, évidemment, vous devez éviter l'accumulation des substances de fatigue dans le muscle en exercice et vous devez lui procurer les matériaux générateurs d'énergie. Normalement, une respiration profonde (c'est-à-dire en utilisant les poumons) enlève la plus grande partie des substances de fatigue et vos reins et vos glandes sudoripares enlèvent le reste. Mais vos poumons et vos reins ne peuvent les enlever assez vite quand vous faites des exercices fatigants et vigoureux. Donc, ils accumulent et vous devenez fatigué et épuisé. Un muscle, cependant, ne se fatigue pas aussi vite que vous le croyez! Les Points de Jonction des Nerfs le long du trajet nerveux qui envoie les commandements à ce muscle, sont ce qui se fatigue le plus vite et le muscle ensuite n'arrive pas à obéir aussi vigoureusement à la stimulation. Pour augmenter énormément la résistance des muscles, vous devez surmonter la fatigue aux Points de Jonction des Nerfs.

Exercice. Comment récupérer rapidement votre énergie quand vous êtes fatigué. Vous êtes engagé dans une action quelconque. Cela pourrait être même une partie de votre travail. Votre dos est fatigué, vos jambes sont fatiguées, vous sentez vos épaules comme si elles pesaient une tonne. Vous vous sentez même chancelant. Vos muscles sont imprégnés de produits accumulant la fatigue et vos Points de Jonction des Nerfs sont obstrués par la sympathine. Chaque mouvement que vous faites maintenant vous semble épuisant, particulièrement si l'effort devient pénible ou de longue durée. Vous vous sentez lent, gauche et maladroit. Vos réflexes sont ralentis parce que vos Points de Jonction des Nerfs sont inondés de svmpathine oui obstinément retarde toute stimulation qui essaie de les enjamber.

En réalité, vos muscles ne sont pas du tout aussi fatigués qu'ils le sentent. C'est seulement que les nouvelles stimulations ne peuvent pas les atteindre facilement. Si les stimulations pou-

vaiant seulement franchir les Points de Jonction des Nerfs plus vite et atteindre les muscles, les réflexes des muscles s'accéléraient et vous trouveriez votre second souffle.

Vous pouvez remédier à cette situation en réduisant ou en déplaçant cette accumulation anormale de symnathine à vos Points de Jonction des Nerfs. Le moyen le plus efficace est l'Arc Psychique Irradiant combiné avec la Respiration Stimulante. Pensez au bon steak et intensifiez sans relâche son image réaliste jusqu'à ce qu'elle se répande partout dans votre système nerveux. Immédiatement après, respirez profondément tout en continuant votre action et saturez votre corps d'électrons. Ensuite lancez une fusée-commandement du pouvoir psychique depuis votre Centre du Pouvoir Psychique à tous vos muscles leur commandant encore d'ETRE aussi forts qu'ils étaient quand vous avez commencé votre action. Ils obéiront instantanément au commandement et vous vous sentirez comme si vous veniez de renaître après un profond repos.

Un muscle, cependant, se fatigue quand il accumule assez de produits de fatigue. Vous devez donc débarrasser vos muscles rapidement de ces produits de fatigue ou ils continueront à se fatiguer. Ci-dessous, voici trois moyens pour le faire.

#### LES TROIS MOYENS DE DEBARRASSER RAPIDEMENT VOS MUSCLES DES PRODUITS DE FATIGUE ACCUMULES

Si vous pouviez débarrasser vos muscles des produits de fatigue aussi vite qu'ils s'y accumulent, vous ne seriez jamais fatigué. Evidemment cela est impossible à réaliser. Mais le maître psychique peut le réaliser à un certain degré, tel que l'on peut dire que pratiquement il s'en débarrasse complètement. Comment fait-il?

1. Avant tout, il se crée une cage thoracique géante - ou du moins une cage thoracique susceptible d'une phénoménal expansion. Le plus d'air (oxygène) il peut fournir au sang veineux dans ses poumons à chaque inspiration, le plus vite il peut se débarrasser de ses produits de fatigue. En commençant aussi tard qu'à quinze ou seize ans, en faisant des exercices respiratoires pour dilater sa poitrine à raison d'une heure par jour (une demi-heure le matin et une demi-heure le soir), il peut augmenter les mensurations de sa poitrine (rien qu'avec des expansions de la cage thoracique) de dix centimètres en quatre à six mois et même de dix-sept en moins d'une année, pouvant aller jusqu'à trente-deux centimètres en dix ans. Il réussit ensuite à élargir sa cage thoracique au point que sa poitrine, au niveau des aisselles, mesure autant quand elle est normale que lorsqu'elle est dilatée ; et au niveau de son nombril il peut la dilater de dix centimètres et même plus. Avec une telle cage thoracique, la maître psychique peut remplir ses poumons anormalement, oxygéner se sang avec une étonnante rapidité et se débarrasser promptement de l'acide carbonique (qui est l'important déchet accumulé).
2. En deuxième lieu, en excellant au Retrait du Tonus Musculaire, il peut détendre ses muscles complètement entre les contractions. Il évite ainsi (ou retarde étonnamment) l'attaque du stade de la "contracture".
3. En troisième lieu, en maîtrisant le Rythme Musculaire, son corps en action possède une tellement parfaite aisance de mouvements que sa respiration et ses mouvements fonctionnement de concert lui permettant de se débarrasser des substances de fatigue aussi vite qu'elles se forment. A moins que votre muscle soit blessé ou forcé, il NE SE FATIGUERA PAS s'il n'accumule pas des produits de fatigue et s'il reçoit les matières génératrices d'énergie nécessaires.

Ces trois moyens vous seront maintenant expliqués en détail

pour que vous puissiez les apprendre et les utiliser et n'être pratiquement "jamais" fatigué.

#### PREMIER MOYEN. LES MERVEILLES DE LA RESPIRATION QUI RETARDE LA FATIGUE

Le maître psychique prend de profondes inspirations grâce à sa gigantesque cage thoracique et oxygénise rapidement une étonnante quantité de sang dans ses poumons. Cette respiration profonde ne l'épuise pas parce qu'il a profondément respiré ainsi pendant des années et que ses muscles respiratoires sont puissamment développés. La capacité vitale de ses poumons (le volume d'air que vous expirez très fort après avoir fait une inspiration complète) varie chez une personne normale, comme vous le savez déjà, entre 2.500 et légèrement plus de 6.000 centimètres cubes. Le maître psychique, cependant, grâce à une cage thoracique au moins un sixième plus grande que celle d'une personne développée physiquement (et 32% plus grande que celle d'une personne normale) a une capacité vitale d'au moins 7.000 cm<sup>3</sup>. Si une personne moyenne possède une capacité vitale de seulement 4.000 cm<sup>3</sup>, il est clair que les poumons du maître psychique ont une bien meilleure alimentation en oxygène avec une capacité vitale de plus de 7.000 cm<sup>3</sup>.

Grâce à cet anormal pouvoir de profonde respiration, augmenté d'une profonde respiration réfléchie pendant un exercice violent, le maître psychique augmente aussi remarquablement la pression atmosphérique dans ses poumons (c'est-à-dire la force avec laquelle il introduit l'air dans ses poumons quand il inspire). Cette pression augmentée envoie encore plus d'oxygène dans son sang et le plus d'oxygène il lui envoie, le plus d'acide carbonique (produit d'accumulation de fatigue) il rejette dans l'air qu'il expire.

Quand vous marchez à la vitesse de huit kilomètres à l'heure (ce qui est, par conséquent, une marche rapide) vous augmentez la quantité d'air que vous respirez, qui est d'environ sept litres par minute, à presque cinquante litres. Le maximum d'air disponible dans vos poumons par minute est de quatre-vingts litres pour les hommes et cinquante pour les femmes. Une si gigantesque respiration ne peut cependant, être maintenue que pendant quelques secondes. Mais le maître psychique, en développant sa cage thoracique d'environ 30% de plus que celle d'un homme modérément développé et celle d'un homme sous-développé combinées peut rendre disponibles dans ses poumons au moins cent quatorze litres d'air par minute. En étant, de plus, capable de prolonger cette action pendant un moment, grâce à ses muscles respiratoires superbement développés (particulièrement son diaphragme) il peut ajouter et supporter ce supplément d'air pendant plus longtemps qu'eux. C'est pourquoi il peut accomplir des miracles d'endurance physique.

Finalement, en respirant si profondément le maître psychique retient la chaleur de son corps (son énergie) pendant un temps relativement long au lieu de la dissiper rapidement en petits souffles rapides à la manière d'un homme qui respire vite et superficiellement. En conséquence, il a besoin de moins de carburant pour alimenter son corps entier et l'économise pour alimenter ses muscles. C'est pour cela qu'il "vit de rien" pendant une épreuve physique étonnamment longue et exténuante telle que courir pendant cent soixante kilomètres sans arrêt. C'est pour cela aussi qu'il peut endurer, nu, des températures glaciales. Les pores de sa peau se ferment hermétiquement pour retenir la chaleur de son corps et en respirant profondément il a besoin de moins de carburant pour chauffer son corps.

Exercice. Comment développer une énorme cage thoracique

avec le Zembla Assis pour retarder la fatigue par la respiration. Le Zembla Assis est le meilleur moyen pour se faire une énorme cage thoracique. C'est le même que le Zembla Accroupi, sauf que vous le pratiquez assis. Des exercices de respiration profonde pratiques debout ou avec les bras au-dessus de la tête ne sont pas le meilleur moyen de développer sa cage thoracique. Dans ces positions, vos muscles abdominaux sont tendus et ils tireront vos côtes vers le bas, vers vos hanches, quand vous respirez profondément au lieu de les laisser s'élargir de tous les côtés au maximum.

Donc, pratiquez le Zembla Assis, chaque matin pendant quelques minutes, aussitôt en vous levant et aussi avant d'aller au lit, chaque soir - si votre estomac est vide. Pratiquez-le pas moins d'une demi-heure par jour et pas moins de quinze minutes à la fois. Si elle est étirée de façon répétée pendant au moins quinze minutes à chaque fois, votre cage thoracique se développera plus largement en circonférence, que si vous ne le faites que quelques minutes à la fois. Si possible, faites un petit exercice avant de faire le Zembla Assis (comme par exemple courir sur place pendant vingt secondes ou faire dix flexions profondes sur vos genoux en vous appuyant sur quelque chose) de façon à éviter l'alcalose. Puisque les systèmes de la plupart des gens sont trop acides, une alcalose temporaire leur fera probablement beaucoup de bien.

Note. A n'importe quel âge vous pouvez élargir votre cage thoracique avec le Zembla Assis. Élargir sa cage thoracique ne signifie pas principalement faire allonger ses côtes, mais les relever et ainsi les séparer davantage l'une de l'autre. En développant vos muscles respiratoires avec le Zembla Assis, ils deviennent plus forts, relèvent les côtes plus haut et les maintiennent dans une position plus élevée même au repos. Ce qui est plus important, cependant, c'est la durée du temps que vous consacrez chaque matin à faire le Zembla Assis et la façon plus ou moins complète dont vous dilatez vos poumons à chaque profonde inspiration. Vos côtes sont attachées à des joints mobiles et elles peuvent être bougées jusqu'à ce que vous cessiez de vivre. N'importe qui à n'importe quel âge, s'il est en bonne santé, peut faire le Zembla Assis et agrandir sa cage thoracique pour son bien permanent. Le grand avantage du Zembla Assis est qu'il vous permet de remplir plus facilement les racines de vos poumons qui s'étendent vers le haut jusque dans vos épaules aussi bien que ses larges bases qui sont situées plus bas sur votre diaphragme. Tout cela augmente encore plus la capacité totale de vos poumons. En étirant votre colonne vertébrale de façon répétée quand vous inspirez à plein en faisant le Zembla Assis vous redressez votre dos et augmentez votre hauteur de manière permanente.

DEUXIEME MOYEN.

COMMENT EXCELLER AU RETRAIT DU TONUS MUSCULAIRE

En excellant au Retrait du Tonus Musculaire vous conservez votre énergie et ajoutez énormément à votre endurance. Vous faites cela directement de vos esprits conscient et subconscient. De hauts centres en eux peuvent contrôler votre tonus musculaire. C'est la raison pour laquelle la relaxation est provoquée mentalement. Quand votre muscle envoie un message pour demander le tonus musculaire et qu'il atteint le premier Point de Jonction des Nerfs dans votre moelle épinière, il rencontre là les commandements de vos esprits conscient et subconscient où ils peuvent soit augmenter soit diminuer la décharge tonique en résultant qui sera en conséquence lancée à travers un autre Point de Jonction en commandement à votre muscle. Evidemment, vous

pouvez multiplier l'un ou l'autre de ces effets au moyen de fusées-commandements du pouvoir psychique envoyées au deuxième Point de Jonction lui ordonnant de faire ainsi. Pourquoi le Retrait du Tonus Musculaire est-il nécessaire pour augmenter énormément votre endurance physique? Il est nécessaire parce que, après avoir fait répéter à vos muscles le même mouvement pendant quelque temps (comme vous faites dans tous les sports ou activités physiques qui vous fatiguent) les muscles intéressés finissent par avoir des "crampes" (tétanos). Une crampe n'est qu'un excès de tonus musculaire et vos muscles sont très près d'avoir des crampes quand ils sont très fatigués. (A moins que ces crampes ne soient provoquées par une trop longue exposition au froid ou par une perte anormale des sels du corps pendant une chaleur excessive). Votre endurance durera d'autant plus longtemps que vous pourrez retarder les crampes. Le maître psychique a pratiqué et acquis un contrôle du pouvoir psychique sur les centres paralysants du tonus musculaire dans ses esprits conscient et subconscient et il peut se relaxer si parfaitement après chaque usage de ses muscles qu'il lui est virtuellement impossible d'être fatigué. Ses muscles ne se resserrent pas, mais se détendent complètement après chaque contraction, quel que soit le nombre des mouvements effectués. De cette façon il évite la fatigue. Il évite même la fatigue du Point de Jonction des Nerfs.

#### EXERCICES POUR DEVELOPPER LE TONUS MUSCULAIRE

##### CONTROLE PAR LE POUVOIR PSYCHIQUE

Exercice 1. Prenez un poids ou faites une traction à la barre fixe. Lever un poids léger est préférable à la traction, car à moins que vous ne soyez excellent, il vous faudra faire un effort considérable pour monter votre menton jusqu'à la barre. Si vous avez passé l'âge moyen et que vous ne soyez pas en très bonne condition, asseyez-vous et levez vos bras tout droits jusqu'à légèrement au-dessus du niveau de vos épaules. Recommencez ce mouvement jusqu'à ce que vous soyez fatigué. (Ne le faites pas debout. La Cyclomancie s'oppose obstinément à la position debout quand elle n'est pas absolument nécessaire. Restez debout est un "grand gaspillage d'énergie").

Quand vous baissez les bras dans l'un ou l'autre exercice, détendez-vous complètement. NE LAISSEZ PAS descendre vos bras lentement ou en force.

A mesure que vous deviendrez plus fatigué, ce sera de plus en plus difficile pour vous de vous détendre complètement chaque fois que vous baisserez les bras et une sensation de fatigue qui vous gagne vous opprressera à chaque répétition du mouvement. Donc, envoyez des fusées-commandements du pouvoir psychique intensifiées à vos esprits conscient et subconscient pour détendre les muscles raidis de vos bras et, en même temps, visualisez -les et sentez-les en train de se détendre.

Quand vous levez les bras, faites-le avec la moindre dépense d'énergie. Avant qu'il ne soit longtemps vous ne pourrez plus les lever très haut. Finalement vous ne serez plus capable de les lever du tout - ou du moins vous le sentirez ainsi.

Faites cet exercice tous les deux jours pendant au moins une semaine. Ensuite faites l'exercice 2.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1. Mais maintenant, dès le début, envoyez à votre esprit conscient une fusée-commandement de pouvoir psychique pour lever le léger poids, le poids de votre corps ou vos bras avec le moins d'énergie possible, mais à la même vitesse que précédemment. Faites cet exercice aussi parfaitement que vous avez fait l'exercice 1 mais faites-le avec moins d'effort. Cela entraîne votre esprit conscient à décourager, depuis

le commencement de toute activité physique, la création d'un tonus musculaire excessif et l'opposition à tous vos efforts. Faites cet exercice aussi pendant une semaine.

Exercice 3. Combinez les exercices 1 et 2. Relaxez et découragez la formation d'un Tonus musculaire excessif dès le commencement de l'exercice jusqu'à la fin. Vous découvrirez que votre endurance quand vous faites cet exercice a augmenté nettement. Et même, fait plus important, que votre contrôle du tonus musculaire a augmenté aussi d'une façon frappante. (Les sports d'endurance ou les exercices développent le contrôle du tonus musculaire au plus haut degré).

Exercice 4. Recommencez les exercices 1, 2 et 3 par un peu de course sur place, ou avec de profondes flexions sur les genoux ou avec tout autre exercice "sûr" que vous connaissez. Ils vous donneront un contrôle du tonus musculaire exceptionnel en même temps qu'ils amélioreront votre coeur, à condition que votre médecin vous autorise cet exercice.

#### EXERCICES POUR LE CONTROLE DU TONUS MUSCULAIRE DE VOTRE COEUR, UNE AIDE A LA LONGEVITE

Exercice 1. Faites n'importe quel exercice qui vous laisse essoufflé. Ensuite, pendant que vous êtes penché en avant, gonflez vos poumons au maximum avec le Zembla Accroupi pour récupérer vite et envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre coeur pour qu'il se détende et revienne à son volume normal. Sentez son battement accéléré ralentir jusqu'à la normale et donner de l'aisance à son mouvement. Le Zembla Accroupi, en fournissant plus vite au coeur l'oxygène dont il a besoin, l'aide à décélérer et à retrouver plus vite son volume normal, mais votre fusée-commandement de pouvoir psychique et votre "sentir" votre coeur revenir à la normale, l'empêchent aussi à cause de son centre cardio-inhibiteur de maintenir un tonus musculaire excessif et ainsi lui permettent de se détendre encore plus vite.

Exercice 2. Maintenant, tout en faisant vigoureusement un exercice, et en vous fatiguant, envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre coeur pour qu'il ralentisse ses battements et se rétrécisse pour revenir à son volume normal et sentez-le exécuter cet ordre. Prenez de profondes inspirations rythmiques pendant que vous faites cet exercice.

Exercice 3. Recommencez l'exercice 2, mais dès le commencement, envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre coeur pour qu'il batte un peu plus vite que lorsque vous étiez au repos ou juste un peu plus vite pour fournir à vos muscles davantage de sang et d'oxygène et sentez-le exécuter cet ordre. Sentez-le, en particulier, rester souple et se détendre complètement entre les battements.

Maîtrisez tous ces exercices pour pouvoir contrôler le tonus musculaire de votre coeur, ses battements et son volume pendant une fatigue physique ou émotionnelle. Cela vous aidera à mesure que vous avancerez en âge à reculer l'éventualité d'une attaque cardiaque. Ne laissez pas votre coeur se déchaîner.

Utilisez des fusées-commandements du pouvoir psychique pour le contrôler et l'aider à vivre plus longtemps!

#### EXERCICES POUR CONTROLER

##### LE TONUS MUSCULAIRE A VOLONTE

Exercice 1. Quand vous vous levez le matin, si vous vous sentez mou et avachi, envoyez immédiatement une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre esprit conscient commandant à tout votre corps de se sentir ferme et les muscles durs comme s'il se préparait à toute éventualité physique. Vous obtiendrez d'abord peu de succès avec cette expérience "miracle" ,

mais il faut persister. Avant longtemps vous serez surpris. Vos muscles seront durs, forts, et "corsés", en de moins en moins de temps au fur et à mesure que vos fusées-commandements de votre pouvoir psychique croîtront en puissance.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1, mais cette fois dé-Pouillez -vous de tout tonus musculaire en vous envoyant à vous-même plusieurs fusées-commandements successives du pouvoir psychique (à deux secondes d'intervalle) pour devenir mou et avachi dans tout le corps et sentir vos muscles devenir ainsi. Un moment plus tard, récupérez votre tonus musculaire en vous envoyant à vous-même une seconde fusée-commandement de pouvoir psychique pour redevenir entièrement musclé et sentir votre corps se transformer.

Pratiquez cet exercice jusqu'à ce que vous puissiez perdre et regagner votre tonus musculaire à volonté, même en étant assis ou étendu.

Note. L'accumulation d'acide lactique (un produit de fatigue) dans les muscles fait que, ainsi que nous l'avons exposé plus haut, non seulement ils réagissent moins vivement, mais incitent aussi à la léthargie les nerfs qui les alimentent. Pour être au mieux de votre force psychique et physique, il est préférable que votre sang reste plutôt "alcalin". Réalisez cela en faisant le Zembra Assis chaque matin pendant cinq minutes ou l'Ozona Horizontal étendu.

TROISIEME MOYEN. COMMENT POSSEDER

LA MAITRISE DU RYTHME MUSCULAIRE

Le Rythme Musculaire consiste à perfectionner la coordination de vos muscles dans l'activité physique dans laquelle vous êtes engagé. Cela signifie que vos muscles "principaux", vos muscles antagonistes et vos muscles stabilisateurs mélangent leurs contractions et leurs détentes opposées si exactement les uns avec les autres que vous ne gaspillez qu'un minimum d'énergie quand vous "freinez" vos muscles "principaux" ou stabilisez vos jointures qui les supportent. La quantité d'énergie que votre corps économise de cette façon est incroyable. Vous savez par vous-même qu'il faut un freinage beaucoup plus puissant quand vous voulez essayer d'arrêter une voiture soudainement que si vous freinez progressivement. Le Rythme Musculaire consiste à faire les mouvements de votre action avec une précision si parfaite que vous formez bientôt des liens cérébraux de ces mouvements dans votre esprit subconscient. Ceux-ci, en retour, gouverneront tous les muscles que vous employez pour qu'ils puissent agir à l'unisson avec un minimum de gaspillage d'énergie. Vous réalisez cela en formant une sorte d'union psychique entre vos muscles opposants et vos muscles stabilisants. Si vous courez ou si vous faites de la bicyclette, par exemple, vous mouvez vos jambes exactement à la même vitesse et avec la même force en répétant ce mouvement sans cesse, de façon à ce que les muscles opposants et stabilisants de vos jambes et de votre corps s'attendent à répéter le même effort encore et encore précisément au même moment et précisément avec la même dépense d'énergie. Les coureurs de fond et les coureurs de vitesse font cela pendant la plus grande partie de la course. Ils "changent leur rythme" seulement quand ils ralentissent soudainement ou qu'ils "sprintent" plus rapidement. Mais s'ils ont encore une distance à parcourir ils reprennent à nouveau leur rythme pour compenser l'énergie qu'ils ont perdue lors de leur changement de cadence. La même chose s'applique à tous les autres sports ou activités dans lesquels vous vous engagez assez longtemps pour créer une lassitude, une fatigue ou de l'épuisement et qui exigent une activité constante: que ce soit la natation, la marche, l'alpinisme ,

le tennis, le ski nautique, les travaux ménagers, le travail à l'usine, écrire, taper à la machine, chanter, danser, jouer d'un instrument de musique, faire des discours, un travail exigeant l'usage permanent de la voix, jardiner, conduire une voiture, et toutes les autres variétés sans fin d'activités psychiques.

Exercice. Quand vous vous engagez dans une action quelconque qui vous fatigue:

1) Détendez soudainement tout votre visage (comme vous avez fait dans LES LOIS DE LA DOMINATION MENTALE).

Détendez vos sourcils, vos mâchoires et vos lèvres. Ceux-ci se contractent toujours par réflexe quand vous entreprenez une action qui exige un usage pénible ou prolongé des muscles, même dans les travaux ménagers. Votre visage détendu entraînera les autres muscles de votre corps à jouer le même jeu, aussi par réflexe.

2) Gardez votre visage détendu et continuez votre activité physique. Mais faites chaque mouvement avec la plus petite quantité d'énergie possible. Mais faites-les correctement. Ce qui en soi-même vous économise une énergie considérable, puisque cela vous permet d'accomplir plus avec moins d'effort. Tenez votre dos correctement, ainsi que vos bras et vos jambes et si vous parlez, votre langue correctement et votre gorge détendue.

3. Répétez chaque mouvement exactement de la même manière. Le plus vous en ferez, le mieux ce sera. Rien que cela économise énormément votre dépense d'énergie. Quand les coureurs font cet exercice, ils recommencent toujours et encore exactement la même longueur de pas. Ne vous laissez aller à aucune fantaisie ni changement maintenant.

4) Chaque mouvement répété doit être exécuté à chaque fois exactement dans le même temps. Ceci est possible quand vous répétez exactement le même mouvement chaque fois. N'ESSAYEZ PAS D'ALLER PLUS VITE NI DE RALENTIR. Faites exactement la même chose chaque fois avec votre visage détendu entièrement. Cela vous évitera d'accélérer, car lorsque vous accélérerez vous crispez instinctivement votre visage. Si vous évitez de crispier votre visage, cela par réflexe découragera toute tendance de la part de vos esprits conscient et subconscient de vous faire aller plus vite.

5) Continuez maintenant, sentant que votre corps a adopté un rythme "coulé" satisfaisant et NE LE CHANGEZ PAS, quoi qu'il arrive sur votre chemin. Ignorez toutes les influences extérieures, que ce soient des bruits, des conversations surprises, l'heure ou une odeur déplaisante.

6) Suivez exactement ces épreuves comme elles sont décrites pour chaque activité physique que vous entreprendrez (pas une que vous êtes seulement en train d'apprendre) et vous appliquerez le Rythme Musculaire d'une façon permanente. Elles donneront à vos vaisseaux sanguins suffisamment de temps pour évacuer vos produits accumulateurs de fatigue avant qu'ils ne s'entassent.

EN CONCLUSION. Ce sont les trois moyens d'évacuer rapidement les produits accumulateurs de fatigue. Employez-les à 1 % seulement de la perfection qu'obtient le maître psychique (en plus du tonus musculaire prolongé indéfiniment) et vous serez étonné du degré d'accroissement de votre endurance physique. Vous êtes maintenant prêt pour la Troisième Partie: La CYCLOMANCIE EXTERIEURE. Toute la force de votre Autoconscient Primitif que vous avez développée jusqu'à maintenant traite avec votre esprit et votre corps. Dans la Troisième Partie vous projetterez ces forces hors de votre corps.

## HUITIEME LECON

Comment Utiliser le Stupéfiant Pouvoir  
des Cornes de Votre Cerveau et le Placer  
sous le Contrôle du Pouvoir Psychique  
L'ETONNANTE CONSTITUTION DE VOS CORNES  
DU CERVEAU ET LEUR ELECTRICITE

Vos Cornes du Cerveau comprennent la cinquième partie importante de votre Autoconscient Primitif. C'est pour la projection de la force psychique hors de votre corps.

Vos Cornes du Cerveau consistent principalement en vos nerfs optiques et votre rétine, la couverture intérieure de vos globes oculaires. Votre nerf optique n'est pas seulement un nerf ; c'est plutôt comme un assemblage de fibres nerveuses provenant de différentes régions à l'intérieur de votre cerveau. Et votre rétine, à laquelle conduit votre nerf optique et où 80% de celui-ci s'arrêtent, ne ressemble à aucun autre organe des sens. D'après les anatomistes les plus réputés, c'est une véritable excroissance de votre cerveau ou un véritable centre nerveux par lui-même. Quelques-unes des fibres de votre nerf optique prennent naissance complètement à l'intérieur du cerveau et passent de là votre rétine. Celles-ci sont censées contrôler la capacité photographique de votre rétine. Les autres fibres de votre nerf optique prennent naissance dans votre rétine et s'étendent à l'intérieur de votre cerveau. Celles-ci intéressent votre oeil lui-même.

Quand la lumière entre dans votre oeil, elle s'arrête à votre rétine, (la couverture intérieure de votre oeil) et elle provoque parmi d'autres choses, des changements dans son électricité nerveuse. Dans ce circuit électrique, votre cornée (la couverture extérieure de votre oeil) est le pôle positif (+) et votre nerf optique, à l'arrière dans l'intérieur de votre oeil, est le pôle négatif (-). Une série d'ondes est produite sur l'électrorétinogramme quand la lumière pénètre à l'intérieur de votre oeil. Un courant stable est établi, en fait, quand les surfaces intérieure et extérieure de l'oeil sont mises en contact (la rétine et la cornée). Un courant passe aussi quand une électrode est placée sur l'extérieur de l'oeil (la cornée) et l'autre électrode sur n'importe quelle surface humide du corps! Autrement dit, votre oeil est toujours prêt à conduire des charges électriques à votre cerveau ou à n'importe quelle autre partie de votre corps.

Les nerfs porteurs de messages de votre rétine sont intimement associés avec les Points de Jonction des Nerfs dans votre cerveau et dans votre corps. C'est pourquoi de si nombreux phénomènes de la rétine présentent des interactions entre les différents nerfs. Les phénomènes, par exemple, qui ont déjà été décrits pour votre Centre d'Enregistrement des Sensations, pour votre Centre de Contrôle des Organes et pour votre Centre de Coordination des Muscles tels que les discriminations spatiales, l'induction temporelle, les inhibitions, etc. ont été démontrés dans la rétine aussi.

Oui, la rétine EST un vrai centre nerveux par elle-même et réagit à la stimulation comme tel. Elle peut donc transférer, hors de votre corps des commandements directs de votre cerveau. Vos organes corporels reçoivent vos commandements cérébraux sous la forme d'électricité nerveuse envoyée de votre cerveau, mais votre rétine, étant une réelle excroissance de votre cerveau les reçoit dans la forme même dans laquelle ces commandements ont été créés: c'est-à-dire sous la forme d'ondes cérébrales. Votre rétine transforme ensuite vos ondes cérébrales en rayons lumineux (qui sont énergie et chaleur) et les projette hors de votre corps sous cette forme. Avant d'utiliser vos toutes puissantes

Cornes du Cerveau, vous devez apprendre à connaître vos très importantes ondes cérébrales.

#### LES EXTRAORDINAIRES MOYENS DE VOS ONDES CEREBRALES

Vos ondes cérébrales consistent en cinq sortes d'ondes dont l'origine est obscure et qui, chacune, indiquent le fonctionnement d'une partie différente de votre esprit. Vos cinq ondes cérébrales sont:

- 1) Les Ondes Alpha (votre esprit subconscient)
- 2) Les Ondes Bêta (votre esprit conscient)
- 3) Les Ondes Delta (votre Centre de Pouvoir Psychique)
- 4) Les Ondes Thêta (votre Pouvoir Psychique)
- 5) Les Ondes Gamma (votre Profond Pouvoir Psychique)

#### 1. LES ONDES ALPHA

Vos ondes cérébrales Alpha proviennent de votre esprit subconscient. Elles ont une fréquence de 8 à 13 cycles par seconde. Elles possèdent un voltage de 50 micro volts.

Elles prennent naissance principalement dans les côtés supérieurs de votre cerveau, vers le derrière de votre tête, c'est-à-dire la région de votre mémoire (votre esprit subconscient est basé sur votre mémoire).

Elles se produisent dans le cerveau inattentif pendant une somnolence ou un léger sommeil, pendant un état de narcose (provoqué par la drogue ou l'anesthésie) ou quand les yeux sont fermés. Elles se produisent, en bref, pendant des états mentaux dans lesquels l'esprit subconscient prend plus ou moins le contrôle du cerveau.

Les ondes Alpha sont annulées quand il y a pour l'individu des types de stimulation visuelle ou autre ou par un effort mental (comme des calculs mathématiques) ou dans d'autres états dans lesquels l'esprit conscient est employé activement. Elles paraissent donc quand vos yeux sont ouverts. Elles disparaissent même si vous ouvrez vos yeux dans le noir et que vous essayez de voir, car à ce moment vous utilisez à nouveau activement votre esprit conscient.

Cependant, si le champ visuel est uniforme (autrement dit s'il n'y a rien qui accroche la vue) ou si vous portez des verres qui se brouillent et cachent ce que vous observez de significatif, les ondes Alpha ne sont pas annulées. Vous n'utilisez plus alors votre esprit conscient assez activement. Mais si vous faites la moindre tentative pour discerner un détail quelconque dans le champ visuel et que vous utilisez alors votre esprit conscient activement, les ondes Alpha disparaissent aussitôt. Un champ visuel qui clignote fait clignoter les ondes Alpha de la même manière (ce qui correspond à un léger hypnotisme).

Les ondes Alpha disparaissent pendant le sommeil et sont remplacées par des éclats intermittents de bas voltage et de haute fréquence appelés "fuseaux de sommeil". C'est ainsi parce que, pendant le sommeil ce n'est pas réellement votre esprit subconscient qui assure le contrôle, mais votre Autoconscient Primitif!

#### 2. LES ONDES BETA

Les ondes Bêta prennent naissance dans votre esprit conscient. Elles ont une fréquence de 15 à 60 cycles par seconde. Leur voltage est plus bas que celui des ondes Alpha. Il est de 5 à 10 microvolts.

Elles prennent naissance principalement dans les centres des sens et des muscles de votre cerveau que votre esprit conscient gouverne. Elles ont une fréquence de 20 à 25 cycles par seconde. Elles ne sont pas affectées, naturellement par la fermeture ou l'ouverture de vos yeux puisque vous êtes conscient quand el-

les sont présentes.

### 3. LES ONDES DELTA

Vos ondes Delta prennent naissance dans votre Centre du Pouvoir Psychique. Elles ont une fréquence de 1 à 15 cycles par seconde.

Pourtant leur voltage est très élevé, de 20 à 200 microvolts. En conséquence vos ondes cérébrales du pouvoir psychique sont TRES PUISSANTES.

Elles prennent naissance dans la Zone du Silence de votre cerveau qui émet des ondes à la cadence de 3 à 8 par seconde. Vos ondes Delta sont donc indiscutablement les ondes de votre Centre de Pouvoir Psychique.

Les ondes Delta peuvent être rarement enregistrées sur l'adulte moyen quand il est éveillé, mais elles apparaissent normalement quand il dort ou pendant les heures de veille d'un jeune enfant. Ce n'est pas surprenant car c'est pendant son sommeil que l'adulte moyen utilise habituellement une portion considérable de ses pouvoirs psychiques ou expériences, ESP ou autres phénomènes psychiques. Quand on enregistre les ondes Delta sur un adulte moyen quand il est pleinement éveillé, cela indique presque toujours qu'il souffre d'une dépression mentale d'une dépression de conscience par des toxiques ou autres facteurs, ou même d'une tumeur du cerveau ou d'épilepsie. (Par adulte moyen, on entend une personne de tous les jours qui n'a pas développé sa personnalité inconnue). Un tel état signifie réellement que son esprit conscient ne le contrôle pas complètement; qu'il est sous le contrôle de quelque autre influence mentale "mystérieuse" au potentiel électrique stupéfiant. Les ondes Delta cependant, ne sont PAS affectées par l'ouverture ou la fermeture de vos yeux: cela indique que votre Centre de Pouvoir Psychique peut fonctionner que vous soyez endormi ou éveillé.

Puisque les ondes Alpha (les ondes de l'esprit subconscient) se produisent seulement pendant la somnolence ou l'inattention, si les ondes Delta les supplantent dans ces états-là, cela veut dire que le Centre de Pouvoir Psychique est alors en contrôle et que l'esprit subconscient est "en sommeil".

### 4. LES ONDES THETA

Les ondes Thêta sont communes dans la région des tempes. Elles ont une fréquence de 4 à 17 cycles par seconde. Comme la région des tempes fait aussi partie de votre Centre du Pouvoir Psychique, vos ondes cérébrales Bêta et Thêta sont des ondes du Pouvoir Psychique.

### 5. LES ONDES GAMMA

Les ondes Gamma sont celles de très profonds pouvoirs psychiques, comme celles du maître psychique ou du médium en trances. Elles ont une fréquence de 14 cycles par seconde. La quantité d'électricité enregistrée dans le cerveau varie avec la profondeur de l'état de conscience. Dans un léger sommeil, les ondes Delta (ondes du pouvoir psychique) apparaissent. Les ondes Alpha (celles de l'esprit subconscient) demeurent encore, mais sont ensuite superposées par les fréquences plus lentes des ondes Delta. Dans un sommeil profond, cependant, les ondes Alpha disparaissent complètement et les ondes Delta les remplacent. (Cela arrive aussi pendant l'hypnose). Le Centre du Pouvoir Psychique est alors en complet contrôle du cerveau. En quelques occasions, malgré tout, la fréquence Delta est même remplacée par une fréquence plus rapide, les ondes Gamma. Cependant, elles apparaissent seulement chez le maître psychique ou chez le médium, et chez vous, seulement quand vous avez tout développé de votre personnalité inconnue et que vous pouvez l'utiliser à votre gré.

EN RESUME. 1. Vos ondes Alpha sont l'électricité nerveuse de votre esprit subconscient, c'est-à-dire l'électricité nerveuse de votre personnalité connue.

2. Vos ondes Bêta sont l'électricité nerveuse de votre esprit conscient, c'est-à-dire des régions des sens et des muscles de votre cerveau. Celles-ci aussi sont l'électricité nerveuse de votre personnalité connue.

3. Vos ondes Delta et leur stupéfiant voltage ainsi que vos ondes Thêta sont l'électricité nerveuse de votre Centre du Pouvoir Psychique. C'est l'électricité nerveuse de votre Centre du Pouvoir Psychique. C'est l'électricité nerveuse de votre personnalité inconnue.

4. Vos ondes Gamma (si vous en émettez jamais) sont l'électricité nerveuse de votre personnalité totalement inconnue. Ce sont les ondes cérébrales du maître psychique ou du médium en transes.

#### LES BUTS DE VOS ONDES CEREBRALES

Le premier but de vos ondes cérébrales, pour développer autant que possible votre personnalité inconnue, est de placer vos ondes Alpha et Bêta (celles de vos esprits conscient et subconscient) sous le contrôle de vos ondes Delta et Thêta (celles du Centre de votre Pouvoir Psychique) quand vous êtes pleinement éveillé. Vous avez déjà atteint ce premier but dans les exercices que vous avez faits au cours des leçons passées. Pendant celles-ci vous avez constamment asservi votre esprit conscient aux commandements de votre pouvoir psychique.

MAIS - vous l'avez fait pour envoyer ces commandements à votre propre cerveau ou à votre corps. Maintenant vous allez les envoyer à votre rétine et de là vous les projetterez hors de vos yeux DANS une autre personne ou une autre chose.

#### L'ARTILLERIE POUR TIRER VOTRE RAFALE

##### DU POUVOIR PSYCHIQUE AVEC

##### LES CORNES DE VOTRE CERVEAU

Puisque 80% de vos nerfs optiques aboutissent à vos rétines ils transportent les ondes cérébrales des différentes parties de votre cerveau à votre rétine. De votre esprit subconscient, ils transportent les ondes Alpha; de votre esprit conscient, les ondes Bêta; et de votre Centre du Pouvoir Psychique, les ondes Delta et Thêta.

A votre rétine ces ondes cérébrales sont converties en une des quatre formes d'énergie et de chaleur avant d'être déchargées vers l'extérieur ou projetées de votre corps. Ces quatre formes d'énergie et de chaleur sont:

(1) Chaleur rayonnante. (Pour la guérison proche, pour tranquilliser et attirer les gens, pour une conquête sentimentale, pour activer l'attrait personnel).

(2) Rayons infra-rouges. (Pour la guérison proche ou à distance, pour tranquilliser et attirer les gens, pour une conquête sentimentale, pour exciter l'intérêt et l'obéissance et autres).

(3) Les ondes radio. (Pour la projection du pouvoir psychique).

projetées en rayons lumineux.

(4) Le magnétisme corporel. (Pour influencer les substances inorganiques, comme dans la psychokinesthésie et la lévitation).

Les deux formes importantes pour votre Autoconscient Primitif sont les Nos. 2 et 3, soit les rayons infra-rouges et les ondes radio et vous les étudierez tous les deux dans cette leçon. Le N° 1, la chaleur rayonnante, sera plus ou moins combinée avec le N° 2, les rayons infra-rouges.

#### L'ECRASANT POUVOIR DE VOS RAYONS INFRA-ROUGES

La Radiation étant responsable pour 50% de la perte totale

quotidienne de la chaleur corporelle, le malade ou le déprimé ou une personne mélancolique perdent une chaleur corporelle considérable. Quand vous la leur rendez soit au moyen des Cornes de votre Cerveau avec des radiations de rayons infra-rouges ou par des applications de mains en les remplissant d'électrons, ils se sentent instantanément beaucoup mieux. Ils se sentent véritablement comme s'ils prenaient un bain de soleil, car les rayons du soleil sont la plus importante source naturelle de radiation infra-rouge.

Votre rétine projette vos rayons infra-rouges. En tant que rayons lumineux, ils consistent en un nombre extraordinaire de très petites entités connues sous le nom de photons. Autrement dit, vos rayons infra-rouges sont déchargés par vous sur Jacques ou Jane comme une douche astronomique de photons. Ils voyagent aussi vite que la lumière dans le vide (298.000 kilomètres la seconde) jusqu'à ce qu'ils soient ralentis ou stoppés par un liquide (l'eau, par exemple) ou par un solide (un mur ou une cloison de bois). Mais ils sont incroyablement puissants, car ils sont produits par leur vitesse stupéfiante et par le nombre monstrueux de collisions qui ont lieu entre les molécules de chaleur dans votre rétine qui créent les rayons infra-rouges. Le résultat est la création d'une énergie fantastique.

La vitesse des photons, pour être exact, est 400.000.000 de fois celle d'une balle de fusil de même masse. Quand vous considérez que la formule pour calculer l'énergie cinétique (ou énergie de mouvement) de n'importe quel corps physique est  $\frac{1}{2} M V^2$  (ou la moitié de sa masse) multipliée  $V^2$  (la carré de sa vélocité) vous réalisez que la force de ce photon, comparée à celle d'une balle de même taille est 400.000.000 de fois au carré plus grande ou 400.000.000 multiplié par 400.000.000 de fois plus grande que la force de cette balle. Quand les photons de vos rayons infra-rouges frappent les atomes de l'air autour de vous, ils libèrent un nombre astronomique d'électrons dans celui-ci et transforment l'espace qu'ils traversent en flèche, en un canal de charge négative (-).

Les rayons infra-rouges produits par 1% de votre personnalité inconnue sont des ondes infra-rouges longues. Elles sont émises par tous les corps chauffés, exclusivement ceux de basse température comme des bouteilles d'eau chaude, des coussins électriques chauffants, des radiateurs obscurs et votre propre corps. Ils ne pénètrent pas les tissus très profondément (pas plus de deux millimètres) et sont fortement absorbés par les couches extérieures de la peau de l'autre personne (c'est-à-dire dans un demi-millimètre d'épaisseur).

Lorsque vous développez une force de rayons infra-rouges les longueurs d'ondes de vos rayons projetés raccourciront et pénétreront de plus en plus profondément dans la peau de Jacques ou de Jane. Les ondes courtes des rayons infra-rouges sont émises par tous les corps incandescents comme le soleil, l'arc électrique, les lampes incandescentes et similaires. Des radiateurs infra-rouges de haute température spécialement conçus peuvent pénétrer la peau beaucoup plus profondément (5 à 10 millimètres) et peuvent directement influencer les vaisseaux sanguins les vaisseaux lymphes (pour réduire les infections), les extrémités des nerfs (pour réduire la douleur) et d'autres tissus et les stimuler. Ils sont largement employés pour leurs effets thérapeutiques. Le maître psychique peut raccourcir la longueur des ondes de sa projection de rayons infra-rouges au point où elle se rapproche le plus de celle de ces sources de haute température et accomplir des miracles de guérison, de "tranquillisation" et d'attraction des gens, d'excitation de leur intérêt et l'obéissance

d'autres et, si cela était dans ses intentions, de faire de fantastiques conquêtes amoureuses. Vous pouvez faire "l'incroyable" avec cela vous-même en développant simplement la force du photon de votre projection de rayons infra-rouges, c'est-à-dire en développant votre Autoconscient Primitif simplement d'un autre 1%

#### EXERCICES POUR DOUBLER LA FORCE DU PHOTON DE

#### VOTRE PROJECTION DE RAYONS INFRA-ROUGES

Exercice 1. Pour doubler la force du photon de votre projection de rayons infra-rouges vous devez irradier pas moins de deux fois la quantité de chaleur que vous irradiez normalement. Comment faites-vous cela?

1. Apportez à la surface de votre corps ou dans les Cornes de votre cerveau, deux fois la quantité de chaleur que vous y apportez maintenant et projetez-la au dehors.
2. Puis, avec une fusée-commandement du pouvoir psychique, doublez la vitesse de collision des photons que vous projetez.
3. Qui, en retour, double le nombre de collisions qui se produisent entre eux.

4. Qui raccourcissent les longueurs des ondes des rayons infra-rouges projetés suffisamment pour doubler l'énergie et la chaleur résultantes qu'ils produisent. Nous allons maintenant expliquer ces quatre phases.

Phase 1. Pour apporter deux fois la quantité de chaleur à la surface de votre corps ou dans les Cornes de votre cerveau, employez l'Arc Psychique. Votre Arc Psychique stimule vos nerfs aimants et ces nerfs apportent le sang de vos muscles à la surface de votre peau et la réchauffent. Donc, pensez au steak, et la surface de votre peau rejettera davantage de chaleur par radiation (à la fois sous forme de chaleur radiante et de radiation de rayons infra-rouges).

Cependant, si vous êtes habillé, vos vêtements arrêteront les rayons infra-rouges qui quittent les parties couvertes de votre corps parce que les rayons IR ne pénètrent pas les liquides ni les solides. Pour tourner la difficulté, centralisez la chaleur de la peau de tout votre corps, et placez-la dans les Cornes de votre cerveau. Visualisez seulement votre corps comme s'il était couvert par une peau épaisse et chaude qui ressemblerait à un costume de longs sous-vêtements d'hiver. Ensuite, imaginez que vous débarrassez vos membres de cette chaude peau, puis votre buste et que vous en faites deux baguettes extrêmement serrées et courtes. Et puis vous introduisez chacune de ces baguettes dans chacune des Cornes de Votre Cerveau.

Phase 2. Pour doubler la vitesse de collision des photons lancez une fusée-commandement à vos Cornes du Cerveau, juste derrière ces baguettes brûlantes; comme la gâchette derrière la balle. Immédiatement "sentez" la chaleur de ces baguettes brûlantes s'intensifier au point que vos yeux se sentent chauds et même un peu somnolents. Alors, lancez ces baguettes brûlantes vers leur destination grâce à vos fusées-commandements du pouvoir psychique, en les pilonnant vigoureusement derrière pour doubler leur vitesse.

Les phases 3 et 4 arrivent automatiquement après cela. Le nombre de collisions entre les photons double automatiquement et les longueurs des ondes des rayons infra-rouges projetés raccourcissent doublant ainsi l'énergie et la chaleur résultantes qu'ils produisent.

Note: Recommencez ces quatre phases maintenant mais augmentez la quantité de chaleur que vous rassemblez dans vos Cornes de Cerveau en intensifiant la délicieuse image du steak que vous créez avec votre Arc Psychique. Les courtes baguettes brûlantes qui en résultent dans vos Cornes de Cerveau devraient tel-

lement augmenter en température que vous les sentiriez vraiment brûler vos yeux. Recommencez en faisant les baguettes chaudes de plus en plus chaudes. Ensuite, chassez-les dehors en rafale au moyen d'une fusée-commandement retentissante. Cela est la façon de tripler et de quadrupler la force des photons de votre projection de rayons infra-rouges. Vous vous souvenez que le maître psychique peut multiplier la sienne 109 fois de plus que la vôtre. S'il multiplie la force d'une fusée-commandement du pouvoir psychique avec laquelle il le bombarde à l'extérieur par 109 fois il devra multiplier la force totale du photon qui résulte de la projection de ses rayons infra-rouges par 109 fois 109 fois de plus que la vôtre en ce moment. Ce qui fait Qu'elle est 11.881 fois plus puissante que la vôtre en ce moment. Il n'est pas étonnant qu'il puisse accomplir des miracles grâce à la force de ses yeux. Heureusement, le pouvoir des yeux ou le pouvoir des Cornes du Cerveau se développe avec une vitesse surprenante. Cela ne vous prendra pas longtemps avant que vous ne soyez capable de faire des choses surprenantes avec les vôtres. Pratiquez les quatre exercices que vous venez d'étudier, en les intensifiant constamment comme on vous l'indique et vous serez stupéfait du pouvoir que vous en tirerez.

UN RAPPEL. Les rayons IR (infra-rouges) pénètrent seulement les gaz (air). Ils n'atteindront pas Jacques ou Jane à travers un liquide (eau ou pluie) ou un solide (mur, vitre de fendretre, stores de fenêtres, le dossier plein d'une chaise, des vêtements).

#### LES EFFETS DE LA FORCE DES PHOTONS DE VOS RAYONS INFRA-ROUGES SUR JACQUES OU JANE

Les photons exercent une pression parce qu'ils possèdent à la fois la masse et le mouvement à un très haut degré. Mais puisque Jacques ou Jane est composé d'un corps semi-solide, il ralentira et stoppera les photons de vos rayons infra-rouges  $\frac{1}{2}$  millimètre après qu'ils auront pénétré dans sa peau. Cependant le plus près il se trouve de vous physiquement, le plus fort la force de vos photons l'affectera, car l'intensité ou votre radiation varie inversement (ou à l'opposé) du carré de la distance entre lui et vous. Les murs, les plafonds et les réflecteurs intensifient, cependant, la force des photons de vos rayons infra-rouges en faisant rebondir les rayons. Votre très grand nombre de photons (c'est-à-dire votre radiation optimum) s'enfoncera dans Jacques et Jane si vous êtes tous les deux dans une position parallèle l'un par rapport à l'autre dans un même endroit, comme si vous vous teniez tous les deux debout face à face. Pour exercer leur plus grande force vos photons doivent le frapper à angle droit.

L'énergie que vos photons déploient quand ils frappent le corps (les yeux, particulièrement) de Jacques ou Jane, est absorbée par lui; et toute l'énergie, sans tenir compte de la longueur des ondes, est transformée en chaleur quand elle est absorbée par le receveur.

Cette chaleur, dans la rétine de Jacques ou Jane vers laquelle vous dirigez vos projections de rayons infra-rouges quand vous ne pouvez pas placer vos mains sur sa peau, est convertie en électricité nerveuse. Sous cette forme, elle est envoyée comme un message ou un commandement à la partie de son cerveau vers laquelle vous le dirigiez.

Exercice 1. Comment tranquilliser des gens profondément tourmentés au moyen de projections de rayons infra-rouges. Vince Laplante avait essuyé de sérieux coups à la suite de mauvais placements, de mauvaises affaires et d'une découverte douloureu-

se concernant sa santé. Dès le moment où vous posez les yeux sur lui, utilisez l'Arc Psychique pour envoyer deux fois la Quantité de chaleur à la surface de votre corps. Pensez au steak pour chauffer votre peau, puis, rapidement, centralisez cette chaleur et empaquetez-la dans deux courtes baguettes brûlantes que vous placez dans les Cornes de votre Cerveau de façon à ce que cela vous brûle réellement un peu les yeux. Envoyez, maintenant, une fusée-commandement du pouvoir psychique derrière les baguettes brûlantes avec le commandement suivant: "Vince. vous gagnerez! Soyez seulement un peu patient! Vous gagnerez!". (Ce la évite à votre esprit conscient d'analyser le conseil et d'apprécier s'il est réaliste ou pas. Oubliez votre logique et laissez le Centre de votre Pouvoir Psychique diriger la fusée-commandement de votre pouvoir psychique directement derrière les baguettes brûlantes, emportant avec lui toute sa force confiante). Cette fusée-commandement du pouvoir psychique consiste en ondes cérébrales Delta et Thêta ou en ondes cérébrales de votre pouvoir psychique. A votre rétine elles sont immédiatement converties en radiation infra-rouge. Avec votre corps bien en face de celui de Vince pour que vous puissiez l'atteindre d'une pleine décharge lâchez ces baguettes brûlantes sur lui. Immédiatement renforcez-les d'une fusée-commandement pilonnante de votre pouvoir psychique, pour doubler leur vitesse et la puissance de leurs photons. Visez directement son visage pour que la plupart d'entre elles passent en trombe dans les Cornes de son Cerveau Là , elles sont absorbées et transformées en chaleur et converties en électricité nerveuse et envoyées à son Centre du Pouvoir Psychique. L'électricité nerveuse est ensuite convertie en énergie de pensée et sa signification est comprise. Le Centre du Pouvoir Psychique de Vince relaiera ensuite cette signification à son esprit conscient et ce dernier l'acceptera comme sa propre pensée comme un homme qui se noie s'accroche à un fétu de paille et se calmera.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1 avec Melle Gaynor ou M Griffith (votre partenaire d'idylle, selon votre sexe) avec Jules, votre voisin malade ou avec votre malade, ou avec votre client Henry Logan. Mais changez les termes de l'ordre transporté par votre fusée-commandement du pouvoir psychique suivant la personne et l'occasion.

Avec Melle Gaynor ou M. Griffith, votre partenaire d'idylle commandez-la ou commandez-le, avec ces mots: "Vous savez que vous êtes à moi! Pourquoi le nier? Vous savez que vous êtes à moi!"

Avec Jules, votre voisin malade, commandez-le ainsi- "Vous vous sentez déjà mieux! Vous êtes déjà mieux!"

Avec Henry, votre malade ou votre client, commandez-le ainsi: "Je suis exactement la personne qu'il vous faut! Exactement la personne que vous cherchiez".

#### L'INCONTESTABLE DOMINATION DE VOS ONDES RADIO

Vos ondes radio sont l'autre forme importante d'énergie et de chaleur en quoi vos ondes cérébrales sont converties avant d'être déchargées de votre corps vers l'extérieur. C'est surtout pour la projection du pouvoir psychique, mais cela peut être aussi utilisé efficacement pour guérir, spécialement à distance. Contrairement à vos rayons infra-rouges, qui peuvent pénétrer les gaz (air) mais pas les solides ni les liquides, vos ondes radio peuvent pénétrer aussi bien les liquides que les solides. En conséquence, elle s'écoulent de toute votre tête vers l'extérieur quand vous les projetez sans se rassembler d'abord en un canal particulier de projection et cela les disperse et les affaiblit. Comme vous l'apprendrez quand vous étudierez le Tube Astral

les projections de rayons lumineux sont intensifiées quand elles sont rassemblées et tirées par le moyen de vos Cornes du Cerveau et même encore plus après cela si elles sont dirigées à travers le Tube Astral. Vos ondes radio sont des ondes électromagnétiques et elles transportent des messages de la pensée ou des commandements de votre propre esprit à l'esprit de quelqu'un d'autre. Etant des rayons lumineux, ils consistent aussi en photons. Pour augmenter leur force de photons, vous devez augmenter à la fois leur voltage et leur fréquence. Vous réalisez cela grâce au contrôle du pouvoir psychique comme on vous le démontre dans les exercices ci-dessous. Quand ses photons frappent Jacques ou Jane, ils se transforment en courants de haute fréquence.

#### EXERCICES POUR AUGMENTER LA FORCE

##### DES PHOTONS DE VOS ONDES RADIO

Exercice 1. Comment envoyer un message ou un commandement du pouvoir psychique à quelqu'un que vous connaissez.

Vous désirez envoyer un message à Ed, qui est votre parent, ou ami ou associé d'affaires. Ed est probablement chez lui en ce moment, tout à fait de l'autre côté de la ville, à l'opposé d'où vous habitez. Ou peut-être est-il en voyage à des centaines de kilomètres de distance. Construisez le message clairement dans votre esprit conscient. Choisissez les mots exacts pour ne pas risquer de le tromper par ambiguïté.

Maintenant, envoyez le message de votre cerveau conscient.

Envoyez-le à travers vos nerfs optiques à vos Cornes du Cerveau et à votre rétine. Etant des pensées conscientes ou ondes Bêta, elles seront d'abord converties, dans votre rétine, en ondes radio avant d'être projetées hors de vous et les ondes radio consistent en rayons lumineux ou photons.

Mais simultanément, déclenchez avec les ondes radio, quand elles sont projetées, une explosive fusée-commandement du pouvoir psychique poussant violemment les photons des ondes radio avec tant de force les uns contre les autres qu'ils se heurtent avec deux fois plus de force (et par conséquent, deux fois plus vite) raccourcissant ainsi la longueur des ondes radio de moitié.

Ce qui, en retour, double l'énergie et la chaleur produites par elles et transporte le message ou le commandement à Ed avec deux fois plus de force des photons que précédemment.

Puisque les ondes radio de chaque message ou commandement sont différentes, elles créent différents degrés d'énergie et de chaleur quand elles frappent la rétine d'Ed. En conséquence, elles produisent une électricité nerveuse à sa rétine différente de celle de toute autre stimulation et ainsi il "reçoit le message" que vous lui avez envoyé.

Assurez-vous seulement que vous visualisez votre fusée-commandement du pouvoir psychique accomplissant tout cela, et il le fera. Il n'y a rien de fantastique dans aucun de ces accomplissements. Seuls les résultats sont fantastiques.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1, mais doublez, triplez et quadruplez la vitesse de la fusée-commandement du pouvoir psychique que vous faites exploser avec les photons du message sur ondes radio à Ed. Le message sera délivré à son Centre du Pouvoir Psychique avec d'autant plus de force.

Les ondes radio sont aussi utilisées pour guérir à distance, pour deux raisons, parce qu'elles peuvent pénétrer les liquides et les solides et aussi parce que la distance ne diminue pas leur intensité aisément. Les ondes radio, par conséquent, sont les ondes qui transportent vos messages de pensée ou vos commandements ou qui vous en apportent comme ceux de la radio.

Exercice. Comment ramener à vous votre mari ou votre femme que vous soupçonnez d'être poursuivi sans relâche par une

autre femme ou par un autre homme. Vous savez que votre mari Jean, ou votre femme Jeanne, est poursuivi secrètement mais avec persistance par Hélène, ou Henry. Les manières de Jean sont quelque peu distantes depuis quelque temps et il reste éloigné de la maison ou sort presque tous les soirs sans raison bien définie. Vous savez aussi que les deux ont été vus ensemble dans certains endroits retirés à des heures douteuses. Pourtant vous aimez votre mari (ou votre femme). Vous croyez qu'il vous aime aussi et que vous êtes très bien assortis tous les deux pour vivre ensemble.

La prochaine fois qu'il sortira de façon suspecte, essayez de deviner, du mieux que vous le pouvez, où il peut bien aller. Et même plus important, essayez de vous le représenter dans votre esprit, d'une manière frappante, en compagnie d'Hélène. Cela est réellement tout ce dont vous avez besoin, car cela rend son esprit plus réceptif à un message ou à un commandement de vous. Recréez, maintenant, dans votre esprit, une délicieuse scène sentimentale du passé entre lui et vous. Créez-la d'une manière si frappante que vous puissiez en visualiser tous les détails - particulièrement une expression joyeuse et émue de Jean (ou de Jeanne) et ses intenses réactions.

Libérez cette image frappante de votre esprit conscient, et envoyez-la à travers vos Antennes Cérébrales jusqu'à votre rétine. Là, elle est convertie en ondes radio. Lancez ces ondes radio dans l'endroit où vous pensez que Jean pourrait se trouver en ce moment et renforcez-les immédiatement avec une explosive fusée-commandement du pouvoir psychique avec elles pour raccourcir leur longueur d'ondes et doubler leur énergie et leur chaleur.

Où qu'il soit, Jean recevra ces ondes radio, sur sa rétine. Comme électricité nerveuse, elles seront précipitées à son Centre du Pouvoir Psychique et de là, à son esprit conscient. Son esprit conscient se laissera aller immédiatement vers vous. Hélène remarquera cette soudaine distraction à sa manière, d'être et lui en voudra. Lancez cette frappante image plusieurs fois durant la prochaine demi-heure et vous pouvez être sûr qu'ils finiront par se quereller et se quitter très déçus l'un de l'autre.

MAGNETISME CORPOREL - LA QUATRIEME FORME DE  
L'ENERGIE ET DE LA CHALEUR CORPORELLES

Vous étudierez le magnétisme corporel plus tard et vous servirez pour la lévitation.

## NEUVIÈME LEÇON

Comment

Placer Vos Réflexes Visuels et Auditifs  
sous le Contrôle du Pouvoir Psychique

Vos réflexes visuels et auditifs constituent la sixième partie importante de votre Autoconscient Primitif. L'Homme a laissé ces réflexes dégénérer en lui; mais, maintenant, dans son monde en apparence plus sûr, il en a davantage besoin que jamais dans ses occupations et dans sa vie courante. Son monde actuel n'est pas plus sûr que celui d'il y a trente ans puisque les voyous, les vandales, et les délinquants sont devenus monnaie courante. Il est donc d'une grande importance pour vous de développer vos réflexes visuels et auditifs.

VOS COLLICULI SUPERIEURS,

VOS CENTRES DES REFLEXES VISUELS

Vos colliculi supérieurs sont deux éminences rondes dans votre cerveau moyen. Ce sont les centres principaux de vos réflexes visuels. (Il ne sont pas votre Grand Centre Visuel. Ce dernier sera développé dans la prochaine leçon). Dans les formes sous-mammifères de la vie, cependant, les colliculi supérieurs sont très proéminents et constituent leurs Grands Centres Visuels. Chez les poissons et les oiseaux, ils sont aussi grands ou plus grands

que le cerveau lui-même, mais chez les animaux supérieurs ils sont beaucoup plus petits. Chez l'homme ils sont relativement peu apparents, leurs fonctions visuelles étant assurées par son Grand Centre Visuel dans son esprit conscient. Cependant, il y a encore le centre principal de vos réflexes visuels qui reçoit des messages de:

- a) votre rétine, à travers vos nerfs optiques;
  - b) votre Grand Centre Visuel (dans votre esprit conscient) et
  - c) votre moelle épinière, c'est-à-dire votre corps tout entier.
- Ils envoient, en retour, des commandements jusqu'en bas de votre moelle épinière à votre corps tout entier.

CE QUE VOS REFLEXES VISUELS FONT POUR VOUS Vos réflexes visuels mettent en corrélation les mouvements de vos yeux avec ceux de votre tête ou avec ceux de vos membres.

Les principaux sont:

- a) quand vous tournez vos yeux pour les garder fixés sur un objet fixe alors que vous détournez la tête de l'objet;
- b) quand vous bougez la tête en même temps que vos yeux pour suivre un objet mobile, et
- c) quand vous bougez vos membres, votre cou ou votre tronc, comme pour éviter un objet mobile ou parer un coup menaçant vos yeux. (Vos paupières simultanément se ferment pour protéger votre vue).

Il est évident que ces réflexes sont de première nécessité pour l'animal en chasse ou qui se protège, de même que pour les jeux. Chez l'homme ces réflexes sont indispensables en sports, pour garder un objet en vue, tel que la balle au base-ball, au tennis, au golf ou à d'autres jeux. Tourner les yeux pour les garder fixés sur un objet immobile est plus qu'essentiel si vous êtes médecin ou dentiste, dactylographe, nageur, chasseur, conducteur de voiture, instrumentiste, acteur et dans pratiquement toutes les professions. Mouvoir vos membres, votre cou ou votre tronc comme pour éviter un objet mouvant ou parer un coup sont de première nécessité en escrime et dans toutes les autres activités de self-défense, pour danser (votre partenaire est un objet mouvant), aimer et jouer. Vos Réflexes Visuels vous procurent de la vigilance et de la protection; la vigilance pour anticiper une attaque et la protection pour permettre à votre esprit conscient averti de pré-

parer un plan de défense efficace en temps voulu. Ils aident le chien, le rat et le chat à se protéger dans leur vie de chaque jour. Ils donnent des "yeux" à vos muscles pour diriger leur agilité dans l'acrobatie, la danse de ballet, le patinage sur glace, le ski et bien d'autres spécialités qui exigent une extrême coordination des muscles; pour diriger les muscles de vos yeux de façon à les utiliser avec finesse pour flirter ou pour guider vos doigts quand vous jouez d'un instrument de musique.

Pour résumer, quand vous réveillez vos colliculi supérieurs, vous devenez de nombreuses fois plus compétent dans tous les sports exigeant l'usage de vos yeux, de vos membres, de votre tête et de votre corps. Vous pourrez aussi vous mouvoir et marcher avec plus de grâce et vous attirerez l'admiration instantanée où que vous alliez. Vous perdrez vos mouvements gauches et naïfs et acquerez le calme et les manières froides d'une personne distinguée. Vous inspirerez aux autres une profonde admiration ainsi qu'un sain respect aux gens batailleurs. Quand vous multipliez ces avantages au moyen des commandements du pouvoir psychique, vous émergez instantanément au-dessus de la foule.

#### COMMENT FONCTIONNENT VOS COLLICULI SUPERIEURS

La stimulation qui fait fonctionner vos colliculi supérieurs, vous atteint généralement par vos yeux sous la forme d'une personne ou d'un objet visible devant vous, quoiqu'elle puisse aussi atteindre votre Centre du Pouvoir Psychique par une communication psychique et de là être relayée à vos colliculi supérieurs. Quand elle vous atteint par les yeux (en fait, à n'importe quel moment où vous ne voyez rien avec vos yeux) son image les pénètre sous forme de rayons lumineux. Les rayons lumineux provoquent une série de changements d'électricité nerveuse dans votre rétine. On les appelle courants d'action rétinienne et ils peuvent être enregistrés comme une série de quatre ondes, a, b, c, et d. Quand vous êtes sous anesthésie, les dernières ondes, des quatre, à disparaître sont les rapides deux premières, les a et b. C'est pourquoi le sujet hypnotisé, quand il est dirigé dans ce sens, a de bien meilleurs réflexes visuels que le sujet conscient les rayons lumineux qui entrent dans ses yeux provoquent seulement la formation des deux ondes les plus rapides de ses courants d'action rétinienne. Les deux ondes plus lentes ne se forment pas en lui. La même chose est vraie pour le maître psychique et le médium en transes. Le maître psychique peut même accomplir cela en état conscient grâce à un commandement du pouvoir psychique suffisamment puissant à sa rétine. Vous pourrez aussi quand vous saurez comment faire et que vous vous entraînerez suffisamment, ainsi que vous l'apprendrez dans cette leçon.

La stimulation des rayons lumineux est ensuite convoyée sous forme d'électricité nerveuse - mieux connue sous le nom de courants d'action rétinienne - par vos nerfs optiques de votre rétine à vos colliculi supérieurs. Vos colliculi supérieurs envoient ensuite un commandement aux régions particulières de votre esprit conscient qui gouvernent les muscles de votre face et de votre corps qui peuvent exécuter le réflexe visuel.

Pour augmenter la vigueur de votre réflexe visuel avec le pouvoir psychique, envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique depuis votre Centre du Pouvoir Psychique à votre Grand Centre Visuel et de là relayez-le à vos colliculi supérieurs leur ordonnant d'augmenter la force de votre réflexe visuel. Dans les exercices ci-dessous, ces fonctions sont grandement simplifiées parce que la plupart arrivent automatiquement dans les exercices si vous les faites bien et en tirez parti.

#### EXERCICES POUR PLACER VOS REFLEXES VISUELS

## SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Exercice 1. Comment briller dans tous les sports pour lesquels vous avez des dispositions, en développant vos réflexes visuels. Dans presque tous les sports il y a une activité que vous pouvez pratiquer dans votre cour ou au gymnase pour développer vos réflexes visuels. Elle développe aussi la vitesse de réaction de vos bras, de vos jambes et de votre corps. Elle peut être commencée à n'importe quel âge, est bonne pour le cœur et peut être pratiquée seul ou avec un partenaire. Tout ce dont vous avez besoin c'est d'un mur et d'une petite balle en caoutchouc. Oui c'est du handball. Le jouer tout seul exige de la vitesse et de l'endurance en grande quantité parce que vous ne pouvez vous reposer qu'en arrêtant complètement de jouer. Le jouer avec un partenaire exige même des réflexes plus rapides d'un autre genre parce que vous ne pouvez pas toujours prévoir comment il va frapper la balle. Volley Ball, tennis et basket-ball sont aussi excellents pour développer les réflexes visuels, mais ils exigent un partenaire ou une équipe et un équipement ou une installation spéciale. Le handball, seul ou avec un partenaire, est donc ce qu'il y a de plus pratique. Par temps froid, vous devrez jouer dans votre sous-sol à moins qu'il y ait de la neige sur le sol et que vous soyez chaudement vêtu. Il est préférable de jouer avec des gants de handball pour pouvoir frapper la balle plus fort sans vous faire mal aux mains. Vous vous créerez ainsi des réflexes visuels qui pourront vous servir efficacement à briller dans n'importe quel sport.

Exercice 2. Si vous vous entraînez pour obtenir une supériorité dans un sport bien défini, vous devez répéter vos mouvements faibles sans relâche. Rien que cela développe vos réflexes visuels extraordinairement. Le même conseil s'applique si vous jouez d'un instrument de musique ou pour n'importe quelle spécialité pour laquelle vos mains ou vos pieds ou même votre corps tout entier seraient considérablement utilisés.

Exercice 3. Comment exceller au flirt en maîtrisant ses réflexes visuels. Aussi ridicule que cela puisse paraître, quand une femme flirte elle utilise remarquablement ses réflexes visuels. Elle ne peut pas simplement bouger ses yeux de côté et d'autre - ils doivent se tourner automatiquement dans la bonne direction au bon moment et à la vitesse voulue. Elle peut ensuite rafler les hommes les uns après les autres et laisser les autres femmes qui n'ont pas maîtrisé cet art regarder indignées. Ses réflexes visuels, quand ils sont utilisés pour le flirt, l'entraîneront à mouvoir son corps et ses membres avec une synchronisation et une grâce séductrices. Même si ses yeux n'ont pas une exceptionnelle beauté, ils paraissent beaux alors, et ses caractéristiques les moins attrayantes et son corps prennent grande allure grâce aux mouvements félins de sa démarche, aussi légers soient-ils.

Placez-vous devant votre miroir et imaginez que votre image est Arthur, l'homme que vous voulez mettre à vos pieds. Immédiatement rejetez toute logique et toute contrainte de votre esprit conscient ainsi que la super-sensibilité de votre Centre du Pouvoir Psychique et laissez votre Centre des Réflexes Visuels prendre le contrôle de tout. Pour ce faire, utilisez l'Arc Psychique (ou visualisez le steak). Immédiatement il vous débarrassera des inhibitions de votre esprit conscient.

Complimentez Arthur en laissant vos yeux (et votre corps oui suit par réflexe) réagir spontanément à la vue imaginaire d'un steak. Autrement dit, laissez votre Centre du Contrôle des Organes (qui gouverne vos nerfs aimants) dicter à votre Centre des Réflexes Visuels la façon de faire. Votre esprit conscient et

vos Centre du Pouvoir Psychique seront en conséquence écartés de la scène.

Quand Arthur surviendra et vous prendra dans ses bras maintenez l'Arc Psychique. Continuez à visualiser le bon steak et laissez vos yeux, vos bras et votre corps se mouvoir instinctivement. Vous le mettrez à vos pieds au moyen de regards et de gestes langoureux oui ne devront PAS avoir été préparés, mais qui devront être faits automatiquement. Vous serez étonnée des résultats.

#### LE MYSTERE DE VOTRE POUVOIR DE PERCEPTION DU MOUVEMENT

Votre vision et ses interprétations mentales contradictoires font usage de l'autorité que votre Centre du Pouvoir Psychique possède sur vos esprits conscient et subconscient. Vous trouverez ceci particulièrement bien démontré maintenant que vous apprenez le mystère de votre pouvoir de perception du mouvement, une faculté pour laquelle vous trouverez des usages multiples, que ce soit en sport, dans une activité professionnelle ou juste pour votre propre self-protection contre un assaillant. C'est un fait familier que vous pouvez détecter un faible mouvement d'un objet (disons, une balle. Un instrument ou une personne) plus facilement si cet objet ne se déplace pas en face de vous. La raison en est que l'image de l'objet tombe alors sur la partie la plus sensible de votre rétine, qui est située dans un angle de 10° à 15° en arrière de sa région de plus distincte vision. Voici cependant maintenant, un grand mystère.

Quand vous poursuivez un objet mobile avec vos yeux, vous voyez qu'il bouge, malgré le fait que son image sur votre rétine ne bouge pas. Réciproquement, quand vous regardez ici et là avec vos yeux, vous voyez encore qu'un objet proche stationnaire ne bouge pas, malgré le fait qu'une succession d'images nouvelles de cet objet se forme sur votre rétine, juste comme si l'objet était mobile. Comment maintenant est-il possible d'expliquer des contradictions visuelles si illogiques? Pourquoi voyez-vous encore un objet mobile bouger alors qu'en fait son image sur votre rétine ne bouge pas et un objet fixe rester fixe, malgré une succession de nouvelles images qui se forment sur votre rétine comme si l'objet était mobile? Pourquoi, en d'autres termes, votre esprit conscient se refuse-t-il à accepter comme fait les images qui sont enregistrées sur votre rétine?

Les physiologistes expliquent ce grand mystère sur la base de votre faculté d'attention qui, ainsi que vous en avez été informé dans la leçon 1, est sous le contrôle de votre Centre du Pouvoir Psychique. Quand vous poursuivez avec vos yeux un objet en mouvement, votre attention reste fixée sur le mouvement de cet objet. Pour conserver votre attention fixée sur cela, votre Centre du Pouvoir Psychique commande simultanément à votre Grand Centre Visuel (dans votre esprit conscient) d'ignorer le fait que l'image de cet objet mobile demeure parfaitement immobile sur votre rétine. Et, inversement, quand vous voyez qu'un objet stationnaire reste parfaitement immobile, même quand vous regardez ça et là, votre attention reste fixée sur l'immobilité de l'objet. Pour garder votre attention fixée sur cela, votre Centre du Pouvoir Psychique commande simultanément à votre Grand Centre Visuel (dans votre esprit conscient) d'ignorer les nouvelles images de cet objet immobile qui se forment sur votre rétine quand vous regardez ici et là. Pour résumer, dans les deux exemples votre Centre du Pouvoir Psychique aide à effacer ce que vous "voyez" en ordonnant à votre Grand Centre Visuel (dans votre esprit conscient) d'ignorer les nouvelles images visuelles qu'il reçoit de votre rétine et de continuer à "voir" l'objet com-

me s'il faisait encore ce qu'il était en train de faire avant. Un commandement si "contraire", en outre, n'est pas sous le contrôle de votre esprit subconscient parce que cela se produit aussi chez des animaux moins perfectionnés à simple vision binoculaire comme l'homme - animaux qui possèdent peu ou pas de cortex cérébral, mais qui, par contre, possèdent un Autoconscient Primitif hautement développé.

VOS COLLICULI INFERIEURS,

VOTRE CENTRE DES REFLEXES AUDITIFS

Exactement comme vos colliculi supérieurs servent de centre pour vos réflexes visuels, vos colliculi inférieurs vous servent de Centre pour vos Réflexes Auditifs. (Ils ne sont PAS votre Grand Centre Auditif et ne sont PAS intéressés par les sensations auditives).

Les Réflexes Auditifs aussi varient considérablement en différentes classes d'espèce. Chez la chauve-souris avec ses oreilles-radar ils sont développés à un extrême degré. Les ailes de la chauve-souris obéissent instantanément à la plus légère détection d'un son audible et modifient son vol en conséquence. Chez le cerf et autres animaux des bois relativement sans défense, les réflexes de mouvement sont instinctivement liés à leurs oreilles à un tel point que même lorsque ces bêtes sont profondément absorbées par leur nourriture, leurs membres se mettront subitement en action avant que leurs esprits conscients aient eu même connaissance d'un péril menaçant. Le tigre, le chat et le serpent qui traquent leur proie, bondissent dessus quand la distance est bonne, la plupart du temps avant même que leurs esprits conscients aient pu l'évaluer. L'homme civilisé a perdu l'usage instinctif de ses Réflexes Auditifs dû à la sécurité relative et à l'organisation de son entourage. Socialement, professionnellement et dans sa vie quotidienne, ses réflexes auditifs lui sont, cependant, d'un plus grand besoin que jamais auparavant. Même un musicien doit réagir instantanément au son (surtout s'il fait partie d'un orchestre) et ne pas attendre jusqu'à ce que son esprit conscient décide pour lui. La même chose s'applique à celui qui conduit une voiture... joue sur une scène... sauve une vie au cours d'un accident... une sentinelle en faction... une mère répondant au plus faible en de son enfant... le concurrent sur une piste, en natation et dans des réunions équestres... à entendre à rester sur le qui-vive pendant un accident et à faire ce qu'il faut taire en temps voulu rapidement.

Exercice. Comment vous créer la sécurité et un surprenant self-contrôle au moyen de vos réflexes auditifs. Réglez la sonnerie de votre réveil à une heure indéterminée pendant la demi-heure à venir Placez votre réveil quelque part derrière vous et plongez-vous dans quelque chose - disons un livre ou un passe-temps. Quand, plus tard, le réveil sonnera inopinément, détendez immédiatement tous les muscles de votre corps, de la tête aux Pieds. Laissez-le vous surprendre pour devenir tendu mais relaxez tout aussitôt. Recommencez à différentes occasions et différents soirs pour éviter de vous y habituer. En très peu de temps vous serez à même d'affronter n'importe quel cas d'urgence froidement et vous aurez acquis une frappante sérénité dans votre vie courante qui émerveillera les gens.

LES GRANDS AVANTAGES DE PLACER VOS REFLEXES

VISUELS ET AUDITIFS SOUS

LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

En plaçant vos Centres des Réflexes Visuels et Auditifs sous le contrôle du pouvoir psychique, vous resterez froid dans des conditions compétitives ou dangereuses et économiserez chaque Jour une énorme quantité d'énergie. Vous acquerrez aussi une

allure qui sera remarquée grâce à une économie de mouvements et a une allure pondérée qui en résulteront. Vous ne vous affolerez pas si vous êtes soudainement confronté avec une balle qui arrive sur vous en force, un individu menaçant, une difficulté inattendue quand vous faites un travail manuel, un passage difficile de musique ou une situation sociale fâcheuse. Vous ne bougerez plus votre tête ni vos bras d'une façon désordonnée lorsque vous parlez; au contraire vous garderez votre tête immobile quand il n'est pas nécessaire de la remuer et vos bras et vos jambes dans une position calme sauf quand vous avez à vous en servir. Au lieu de suivre un objet mobile avec votre tête, suivez-le surtout avec vos yeux et gardez vos mains et vos jambes tranquilles. Si vous êtes convenablement vêtu et que vous vous trouvez sur une scène, une estrade ou en public, vous vous déplacerez avec aisance et à loisir en regardant calmement devant vous sans jeter constamment des regards de tous côtés au moindre bruit ou à la moindre distraction. Un tel comportement emballe ceux qui vous regardent et vous classe comme un chef et comme une personne profondément respectée. Vous apprendrez à éliminer vos réactions subites à chaque chose que vous verrez ou entendrez et à ignorer paisiblement celles qui ne sont pas importantes. Quand vous êtes en action, laissez vos yeux conserver votre énergie physique en " observant la balle " à la dérobée et en ne faisant presque rien jusqu'à ce que la "balle" soit en bonne position pour frapper. Vous traversez une pièce ou une estrade à pas mesurés et agréablement cadencés et vous rejoignez votre place élégamment au lieu de bâcler votre passage. Ce sont des petites choses comme celles-là qui font ou défont votre emprise sur les gens. En observant et en écoutant intensément et en utilisant le contrôle de votre pouvoir psychique sur vos Réflexes Visuels et Auditifs, vous réduirez alors une ruineuse dépense physique à un minimum et permettrez à votre esprit de fonctionner au mieux pendant que vous serez en action. Si vous ajoutez le contrôle du pouvoir psychique à cela en développant votre personnalité inconnue, même à un infime degré, toute votre mine deviendra si irrésistible que vous maîtriserez de dangereux animaux ou des criminels d'un simple regard. Les deux seraient suffoqués par votre calme pénétrant. Vous conservez aussi une énergie sans limites parce que vos nerfs aimants conservent à votre corps des fonctions normales et des muscles détendus. Vous conservez tellement d'énergie, en fait, que vous continuerez à concourir physiquement, étonnamment longtemps, avec rien d'autre que cela

## DIXIEME LEÇON

Comment

Placer Votre Centre de Vue Primitive  
et Votre Grand Centre Visuel sous  
le Contrôle du Pouvoir Psychique

Votre Centre de Vue Primitive et votre Grand Centre Visuel sont la septième partie importante de votre Autoconscient Primitif. Votre Centre de Vue Primitive est votre corps géniculé externe, un sur chaque moitié de votre cerveau. Il comprend une portion de la plus grande et de la plus nouvelle partie de votre thalamus. (La plus ancienne partie de votre thalamus est votre Centre d'Enregistrement des Sensations). La nouvelle partie est plus grande chez l'homme que chez les autres êtres parce que ses différentes portions contiennent plus de passages de nerfs menant à leurs plus hauts centres dans son esprit conscient tels que ceux qui mènent aux plus hautes centres de sa peau (cutanés) et à ceux de ses sens visuels et auditifs. Votre Grand Centre Visuel occupe une grande partie du cortex (esprits conscient et subconscient) de la portion arrière de votre cerveau. Développez d'abord votre Centre de Vue Primitive et ensuite votre Grand Centre Visuel.

LES FONCTIONS DE VOTRE CORPS GENICULE EXTERNE,  
VOTRE CENTRE DE VUE PRIMITIVE

Chez tous les vertébrés, les messages optiques sont envoyés de leurs rétines à une région quelconque des tiges de leur cerveau. Chez l'homme, ces régions sont les corps géniculés externes, les centres de Vue Primitive (ou Primaire). Chez le rat, le chat, le chien et chez d'autres mammifères le corps géniculé externe sert de second Grand Centre Visuel. Ces animaux peuvent encore percevoir imparfaitement après l'ablation de leurs Grands Centres Visuels de leurs esprits conscients. Cependant chez l'homme, une telle ablation le laisse totalement aveugle parce qu'il a permis à son corps géniculé externe (son second Grand Centre, c'est-à-dire son Centre de Vue Primitive) de devenir dormant.

Chez la grenouille, tous les nerfs depuis sa rétine déchargent leurs messages dans ses lobes optiques ce qui est l'équivalent des colliculi supérieurs (le Centre des réflexes visuels) de l'homme que vous avez déjà étudiés. De ses lobes optiques les commandements sont envoyés directement aux divers muscles de la grenouille par les nerfs qui délivrent les commandements. AUCUNE IMAGE VISUELLE n'est relayée à son esprit conscient.

L'animal agit spontanément d'après les images visuelles qu'il reçoit de sa rétine sans passer par son esprit conscient. L'ablation de la région visuelle de son esprit conscient laisse donc l'Autoconscient Primitif de la grenouille en pleine possession de sa vue. C'est pourquoi son Autoconscient Primitif détermine complètement la réaction de l'animal aux images visuelles que sa rétine envoie à son cerveau. Chez des animaux légèrement plus développés, quelques fibres nerveuses transportant les messages relient leur Autoconscient Primitif à leur esprit conscient. Cela permet à leur esprit conscient (par le moyen des nerfs qui délivrent les commandements) de contrôler dans une certaine limite, les activités musculaires de l'animal. Néanmoins, leur Autoconscient Primitif détient encore la plus grande partie du contrôle sur leurs réflexes musculaires. En fait, même chez les oiseaux, l'ablation de leur esprit conscient provoque peu de perturbation parce que leur Autoconscient Primitif contrôle encore presque la totalité de leur vision.

A mesure que l'animal s'élève sur l'échelle phylogénétique son Grand Centre Visuel (dans son esprit conscient) gagne de l'ascendance quand le nombre des nerfs qui transportent les mes-

sages de son Autoconscient Primitif à son esprit conscient augmente progressivement; tandis que le nombre des nerfs délivrant les commandements de son Autoconscient Primitif à ses muscles progressivement diminue. Chez le chien, par exemple, après l'ablation de son esprit conscient, l'animal peut encore discriminer entre plusieurs intensités différentes de lumière, mais il ne peut pas distinguer les formes et voir des obstacles sur son chemin. Chez l'homme, les images visuelles envoyées par sa rétine à son corps géniculé externe (son Centre de Vue Primitive) peuvent stimuler les commandements à envoyer soit à son cerveau ou à son corps seulement au moyen de son esprit conscient. L'ablation de son Grand Centre de son esprit conscient le laisse, par conséquent, complètement aveugle parce que plus aucune image ne peut l'atteindre après cela depuis sa rétine. Son Centre de Vue Primitive (son corps géniculé externe) étant devenu dormant, ne peut se substituer à son Grand Centre Visuel comme il le peut chez le chien et chez d'autres animaux moins développés.

COMMENT REVEILLER VOTRE CENTRE DE VUE

PRIMITIVE (VOTRE CORPS GÉNICULÉ EXTERNE)

II est évident que si vous réveillez votre Centre de Vue Primitive, vous posséderez automatiquement deux importants centres de vue au lieu d'un. Vous posséderiez alors un pouvoir de vue que vous n'avez jamais eu. Vous seriez capable de lire beaucoup plus vite, quel que soit le système de lecture rapide que vous employez, parce que vous verriez avec "quatre yeux" au lieu de deux. Quand vous regardez maintenant un mot sur une page, vous le faites avec votre esprit conscient. Votre Centre de Vue Primitive, une fois réveillé, regardera davantage de caractères automatiquement que vous ne pouvez en voir maintenant et de ce fait augmentera instantanément la quantité de matériel visuel que votre rétine photographie en même temps. Le maître psychique développe son Centre de Vue Primitive 109 fois plus que vous ne le pouvez quand il regarde quelque chose.

Exercice 1. Comment étudier une matière concentrée plus vite - et ne manquer aucun détail. En lisant vite, les gens se précipitent tellement qu'ils n'absorbent vraiment que la matière générale seulement. En lisant les manuels classiques et autres livres à matières concentrées qui exigent une étude approfondie, vous devrez quand même étudier vite, mais vous ne pouvez pas négliger les détails, car ils sont la vraie substance du sujet. La matière détaillée est vraiment la plus importante partie pour une étude pratique. La matière générale vous procure simplement une compréhension solide de l'ensemble pour que vous réalisiez comment les détails s'emboîtent. Cet exercice vous apprend comment utiliser votre Centre de Vue Primitive pour vous aider à étudier de telles matières considérablement plus vite en manquant relativement peu de détails.

Ouvrez un livre "indigeste" quelque part dans le milieu pour être sûr que vous ne le comprendrez pas facilement. Choisissez n'importe quel paragraphe et lisez-le de la manière suivante. Jetez un coup d'oeil au mot imprimé au premier tiers de la ligne à partir de la marge de gauche. Lisez-le et saisissez rapidement la signification des mots qui le précèdent immédiatement et qui le suivent. Puis jetez un coup d'oeil au mot imprimé au deuxième tiers de la ligne en partant de la marge de gauche et refaites la même chose. C'est le moyen de saisir l'entière signification de la ligne rapidement sans manquer les détails. Faites-le lentement d'abord pour développer votre Centre de Vue Primitive. Laissez vos yeux voir clairement et parfaitement de chaque côté. Ensuite faites-le de plus en plus vite. Finalement, faites-le pour toute la page. Votre aptitude à lire et à comprendre une

matière difficile augmentera par sauts et par bonds.  
Maintenant vous allez développer votre Grand Centre Visuel et augmenter encore vos pouvoirs visuels.

#### LES PARTIES IMPORTANTES DE VOTRE GRAND CENTRE VISUEL ET COMMENT ELLES TRAVAILLENT POUR VOUS

Votre Grand Centre Visuel occupe la plus grande partie de votre cortex (vos esprits conscient et subconscient) dans la partie postérieure de votre cerveau. Il a deux divisions que les physiologistes appellent la région Visuo-sensorielle et la région Visuo-psychique. Pour simplifier, nous les appelleront région de réception de l'image visuelle et région de distribution des commandements. Les deux seront maintenant décrites.

1ère Division. La région de réception de l'image visuelle de votre Grand Centre Visuel reçoit de votre rétine des images visuelles sous forme d'électricité nerveuse (courants de l'action rétinale) après qu'elles aient enjambé deux Points de Jonction des Nerfs. Elles convoient vers lui des impressions de couleurs, de formes, de mouvements, d'illumination et de transparence qui ont été photographiées par votre rétine depuis l'extérieur de votre corps. Ces différentes impressions sont reconnues et déterminées là par votre esprit conscient. Pour arriver à la fois à les reconnaître et à les identifier, vous avez besoin de l'aide de la région de distribution des commandements de votre Grand Centre Visuel.

2ème Division. La Région de distribution des commandements de votre Grand Centre Visuel entoure la plus grande partie de la région de réception de l'image visuelle. Elle est responsable du développement en détails précis des images qu'elle reçoit de la région de réception de l'image visuelle et de leur intégration aux expériences passées. Ce procédé conduit non seulement à reconnaître, mais aussi à identifier tout ce que vous pouvez voir. La région de distribution des commandements détermine aussi la position des objets que vous observez dans l'espace. Elle oblige vos yeux à se mouvoir pour arriver à ces résultats en commandant aux muscles de vos yeux d'accommoder votre vision sur eux. De même que votre Centre des Réflexes de votre vue, elle garde même vos yeux fixés sur un objet quand vous tournez la tête dans une direction opposée à l'objet.

#### LES AVANTAGES RECHERCHES QUI VOUS ECHOIENT EN DEVELOPPANT VOTRE GRAND CENTRE VISUEL ET EN LE PLAÇANT SOUS

##### LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

1. En augmentant votre faculté de reconnaître, déterminer et identifier les couleurs et les formes, vous acquerez un oeil véritablement artistique ou l'améliorerez immensément si vous l'avez déjà. Vous appréciez les arts, la nature et la mode plus que jamais. Même en affaires, vous serez capable de mieux intéresser le public et vos contacts individuels. Si vous êtes un homme il y a des chances pour que vous soyez moins efficace dans ce domaine qu'une femme. Dans chaque occupation digne de ce nom, vous aurez besoin d'une excellente compréhension de l'efficacité de la couleur et vous devrez vous la former si vous voulez atteindre rapidement les sommets. Cela s'applique non seulement à l'artiste commercial et au vendeur de vêtements mais aussi au dirigeant, au contremaître, au dentiste, à l'avocat, au prêtre, à l'industriel, au marchand et au soldat.

2. En étant mieux capable de reconnaître, déterminer et identifier le mouvement (pas seulement la perception du mouvement comme vous l'avez fait dans la dernière leçon) vous pourrez devenir excellent dans les spécialités, les métiers et les sports qui exigent une certaine habileté de mouvements.

3. La même chose s'applique à l'illumination et à la transparence. Améliorer cette faculté vous rendra capable de voir plus profondément et plus complètement à travers la clarté et l'obscurité. Les avantages gagnés ainsi sont trop nombreux pour être énumérés.

Exercice 1. Comment vous faire à vue - et vous rappeler une image mentale de gens ou objets que vous n'avez observés qu'un court instant. Jetez un coup d'oeil rapide à une personne, une voiture ou un objet dans la rue. Ensuite regardez au loin et décrivez-vous rapidement ce que vous avez vu, en détail, de la tête aux pieds. Vérifiez et voyez dans quelles mesures votre image mentale était précise. Cette aptitude à reproduire exactement ce que vous avez vu, d'un coup d'oeil, est d'une valeur inestimable pour vous, à la fois dans les affaires et dans la vie sociale. C'est également un atout artistique unique.

Exercice 2. Jetez un coup d'oeil à une photographie d'un habile exécutant d'une spécialité dans laquelle vous aimeriez exceller. Cela peut être un métier, un violon d'Ingres ou un sport. Regardez au loin et décrivez-vous ce que vous avez vu. Vérifiez l'exactitude de votre observation. Ce que vous avez manqué est habituellement la faute même ou les fautes qui vous gênent dans cette activité. C'est le grand usage que vous pouvez faire de votre Grand Centre Visuel quand vous le placez sous le contrôle du pouvoir psychique.

COMMENT OBTENIR UNE VUE PLUS PERÇANTE  
GRACE AU CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Exercice 1. Observez un oiseau qui vole à distance dans un ciel clair et essayez de le voir immobile, même après qu'il ait disparu. Comme, à distance, l'oiseau paraît de plus en plus petit envoyez une fusée-commandement de pouvoir psychique à vos yeux et "forcez-les" à continuer de voir l'oiseau comme s'il ne devenait pas plus petit. Vous obligez les muscles de la lentille de vos yeux, au moyen de votre Centre d'Enregistrement des Sensations, à modifier suffisamment la forme de la lentille pour qu'il puissent voir encore plus loin qu'avant.

Même après que l'oiseau ait disparu à la vue dans le ciel clair, malgré tout, il est encore là en train de voler. Si vos yeux avaient un foyer plus long, ou si vous utilisiez des jumelles, vous pourriez encore le voir. Si vous pouviez modifier la forme des lentilles de vos yeux pour qu'elles puissent converger à une plus grande distance, vous pourriez le voir aussi. Donc, continuez à regarder l'endroit où l'oiseau a disparu à votre vue, mais visualisez-vous en train de le voir encore et ensuite "forcez" vos yeux à le voir aussi. En faisant ainsi vous donnez à votre Centre d'Enregistrement des Sensations "l'idée" que vous désirez réveiller son ancien usage.

Exercice 2. Quand vous apercevez un signe trop éloigné pour pouvoir le lire, essayez de le déchiffrer comme dans l'exercice 1

Exercice 3. Essayez de discerner des fenêtres sur des immeubles tellement éloignés que vous avez du mal à les distinguer eux-mêmes en faisant exactement ce que vous avez fait à l'exercice 1

Exercice 4. Essayez de lire l'heure exacte (à la minute et à la fraction de minute) sur des horloges éloignées, comme vous avez fait dans l'exercice 1.

Exercice 5. Recommencez les exercices 1 et 2 à travers de la brume ou du brouillard.

Exercice 6. Essayez de définir la couleur des yeux d'une personne sur le trottoir longtemps avant que vous soyez assez près pour la déterminer de façon certaine. Faites-le en lui jetant un coup d'oeil de temps à autre et non en la regardant fixement.

Faites comme vous avez fait à l'exercice 1.

Exercice 7. Maintenant tenez une page imprimée plutôt en petits caractères à 30 centimètres environ devant vos yeux. Approchez-la assez près de vos yeux pour ne plus la voir clairement. Les caractères paraissent "doubles".

Regardez fixement un seul mot maintenant. Avec un simple pouvoir psychique "forcez" vos yeux à cesser de voir double et à voir ce mot de nouveau net. En faisant cela, vous sentirez comme si votre cerveau devenait dur comme de l'acier mais ce ne sont que les muscles de vos yeux et les muscles des lentilles de vos yeux qui sont soumis à un effort herculéen. Recommencez l'expérience avec des caractères encore plus petits.

Exercice 8. Comment augmenter votre acuité visuelle avec le pouvoir psychique. Placez deux objets de l'autre côté de la pièce, l'un devant l'autre. Déplacez-les de plus en plus près l'un de l'autre jusqu'à ce que celui qui est devant cache celui qui est derrière. Ensuite faites-vous voir celui qui est derrière.

Exercice 9. Comment contrôler ce que les autres voient en modifiant leur négatif d'après les images. Quand vous fixez intensément pendant quelques secondes une petite carte jaune et ensuite une feuille de papier blanc, vous voyez bleu. C'est le négatif d'après l'image. Si une carte blanche est substituée à la jaune, vous verrez jaune-bleu. Noir est le négatif d'après l'image de blanc et blanc celui de noir. Vous pouvez voir combien vous pouvez ainsi contrôler les gens sans limite, si vous modifiez dans leurs Grands Centres Visuels (dans leurs esprits conscients) le négatif d'après les images de ce qu'ils voient. Donc regardez fixement maintenant et faites-vous voir le négatif d'après les images de chacune de ces cartes.

Exercice 10. Placez votre Grand Centre Visuel sous le Contrôle du pouvoir psychique. Tenez les dessins de la page 130 à douze centimètres de vos yeux. Placez une séparation en carton entre vos yeux, en l'appuyant sur votre front et votre nez et regardez les dessins sur la gauche et suivez les instructions sur le côté droit.

RESUME. En plus du fait que ces exercices réveillent votre Centre de Vue Primitive dormant, vous améliorez aussi votre vue considérablement.

Du point de vue professionnel et des loisirs de tous les jours, ces exercices sont aussi d'une suprême importance. En améliorant votre vue, vous êtes plus capable de progresser dans votre profession. Vous perfectionnez votre golf, votre peinture, votre musique ou tout autre passe-temps que vous pratiquez. Vous augmentez vos rémunérations économiques en même temps que votre joie de vivre.

#### COMMENT VOTRE CENTRE DE VUE PRIMITIVE ET VOTRE GRAND CENTRE VISUEL "VOIENT" LES COULEURS POUR VOUS

Les couleurs n'existent pas réellement - elles existent seulement dans votre esprit conscient. Le monde extérieur les produit pour votre conscience par le moyen de vibrations de l'éther de diverses longueurs d'ondes. Le mot couleur, en fait, signifie "sensation" et il se réfère à une longueur d'ondes particulière ou à une combinaison de longueurs d'ondes d'une vibration d'éther visible. Quand des vibrations de l'éther d'une longueur d'onde d'environ 0,00079 millimètres frappent votre rétine, par exemple, elles créent une électricité nerveuse (courants d'action rétinale) qui stimule votre esprit conscient (c'est-à-dire votre Grand Centre Visuel dans celui-ci) pour les interpréter comme "rouges". La même chose s'applique à toutes les autres longueurs d'ondes. Chacune produit un résultat spécifique dans votre esprit conscient. En mélangeant deux ou plusieurs couleurs

(deux ou plusieurs longueurs d'ondes de lumière) d'autres sensations de couleurs peuvent encore être produites dans votre esprit conscient. Pour résumer, aucune image de couleur ne se forme sur votre rétine d'après ce qu'elle photographie. La couleur que vous percevez est seulement une interprétation dans votre esprit conscient de ce que vous voyez.

La théorie Young-Helmholtz qui date de cent cinquante ans, est la meilleure théorie connue sur la vision des couleurs. Elle place l'analyse de la couleur dans votre rétine. L'analyse est envoyée de là par les courants d'action rétinale à votre Centre de Vue Primitive. Là, les différents types d'électricité nerveuse des différentes vibrations de l'éther sont isolés. Ensuite, ils sont relayés à votre Grand Centre Visuel dans votre esprit conscient et interprétés en différentes couleurs.

COMMENT RAJEUNIR VOS YEUX CHAQUE JOUR  
GRACE A L'ETONNANTE ELECTRICITE NERVEUSE  
DE L'"EFFET-ETEINT"

Quand votre électricité nerveuse est branchée, on appelle cela "l'effet allumé". Quand elle est débranchée, on appelle cela l'"effet-éteint". Le décharge d'électricité nerveuse qui prend soudainement naissance dans le nerf optique quand elle est débranchée a confondu les physiologistes parce qu'AUCUN AUTRE NERF dans le corps ne réagit de cette façon. Avec tous les autres nerfs, l'électricité nerveuse disparaît immédiatement quand elle est "débranchée" ou quand la stimulation qui la provoque cesse. Avec le nerf optique, cependant, l'électricité nerveuse devient même plus forte quand on la débranche!

Mais l'explication de ce stupéfiant phénomène semble claire maintenant pour les physiologistes. Quand l'électricité nerveuse est débranchée dans le nerf optique, cela signifie que la rétine ne perçoit plus aucune lumière, mais seulement l'obscurité et que, par conséquent, elle n'est plus stimulée et ne crée plus de courants d'action rétinale. L'obscurité, cependant, n'est pas moins importante dans la vie d'un animal que la perception de la lumière! Une ombre ou un effet sombre dans le champ de vision pourrait indiquer de la nourriture ou l'approche d'un ennemi! L'obscurité n'est donc pas, pour la rétine de l'animal le moment de se reposer ou de dormir! Elle s'adapte, en conséquence, immédiatement au noir en régénérant la pourpre visuelle; et cela, au dire de beaucoup, augmente l'irritabilité de la rétine d'un million de fois. Une faible lumière qui précédemment n'avait fait aucune impression sur la rétine de l'animal déclenchera maintenant de vigoureux courants d'action rétinale! L'animal est devenu beaucoup plus vigilant qu'avant!

Ce fait est d'une importance essentielle pour vous parce qu'il fait ressortir l'avantage de fermer vos yeux et de les faire reposer plusieurs fois par jour. Cela donne à votre rétine une chance d'augmenter à la fois sa sensibilité et la force de son électricité nerveuse (les courants d'action rétinale) quand vous rouvrez les yeux, leur permettant ainsi de mieux voir. Il est préférable évidemment, de vous étendre sur le dos, si vous le pouvez, ne serait-ce que pour quelques minutes à la fois, et de couvrir vos yeux avec quelque chose de noir, comme une chaussette propre, de façon à ce que la lumière ne puisse pratiquement pas les atteindre (mais l'air, oui) et ainsi votre rétine peut se recharger en un minimum de temps en électricité nerveuse. Cela reposera aussi votre Grand Centre Visuel, puisque son cortex est un des plus fins de votre cerveau. Porter des lunettes teintées à l'extérieur les jours de soleil ainsi qu'à l'intérieur contre les lumières trop fortes, fera à peu près la même chose pour vos yeux.

EXERCICE POUR PLACER VOTRE GRAND CENTRE

#### VISUEL SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Tenez les dessins ci-dessous à douze centimètres environ de vos yeux. Placez une séparation en carton entre vos yeux, en l'appuyant contre votre front et votre nez et regardez les dessins sur la gauche et suivez les instructions sur la droite.

1. Regardez les deux cercles intérieurs jusqu'à ce qu'ils fusionnent en un seul.

2. Regardez les deux cercles intérieurs jusqu'à ce qu'ils fusionnent en un seul mais faites-les fusionner au milieu du cercle extérieur.

3. Regardez les deux cercles intérieurs jusqu'à ce qu'ils fusionnent en un seul, mais faites-les fusionner dans le bas du côté droit du cercle extérieur. Faites-le avec un simple commandement du pouvoir psychique "forçant" vos yeux à le faire.

4. et 5. Recommencez 2 et 3 avec ces deux dessins.

6 et 7. Recommencez 4 et 5 mais utilisez seulement les dessins de gauche. Recouvrez ceux de droite. Maintenant, essayez de dé-fusionner les dessins pour arriver à "voir" à la fois les dessins de gauche et ceux de droite, au moyen de fracassants commandements du pouvoir psychique. Regardez le dessin à l'extrême gauche de la 4ème rangée en couvrant le dessin d'à côté et "forcez" votre Grand Centre Visuel à voir les deux dessins comme si les deux étaient découverts. Faites la même chose avec

5. Cela est REELLEMENT placer votre Grand Centre Visuel sous le contrôle du pouvoir psychique.

## ONZIÈME LEÇON

Comment

Placer Votre Centre de l'Ouïe Primitive  
sous le Contrôle du Pouvoir Psychique  
CE QUE VOTRE CENTRE DE L'OUÏE PRIMITIVE  
(VOTRE CORPS GENICULE MOYEN)

PEUT FAIRE POUR VOUS

Votre Centre de l'Ouïe Primitive est la huitième partie importante de votre Autoconscient Primitif. Il consiste en votre corps géniculé moyen, un sur chaque moitié de votre cerveau. De même que votre corps géniculé externe, plus nouvelle de votre thalamus La principale fonction du Centre de l'Ouïe Primitive est la différenciation spatiale. La différenciation spatiale est la faculté de percevoir des différences et des distinctions dans l'espace selon des fréquences de son. La chauve-souris, comme il a été expliqué précédemment, est phénoménalement douée à ce sujet. Votre propre oreille est très sensible à des sons variant entre 2.000 et 5.000 c.p.s. (cycles par seconde): c'est-à-dire jusqu'aux deux plus hautes octaves du piano. Votre maximum de sensibilité pour les tons est 2.700 C.D.S., mais la chauve-souris peut entendre des fréquences de 98.000 c.p.s. Au moyen de ces cris haut-perchés (supersoniques) qu'elle émet, et de sa détection de l'écho de ces sons sur les objets qui se trouvent sur son chemin pendant son vol, la chauve-souris est guidée et est capable d'éviter des collisions. Elle possède une station-radar naturelle. Si vous vouliez entendre de si fantastiques fréquences, vous devriez développer votre Centre de l'Ouïe primitive comme le maître psychique. II y réussit en développant l'électricité de son Limaçon.

L'ELECTRICITE DE VOTRE LIMAÇON - VOTRE AUTRE  
MYSTERIEUSE ELECTRICITE DE L'OUÏE

Votre limaçon est une structure tubulaire, en forme de spirale dans votre oreille interne. Il contient vos microscopiques "cellules cillées" ainsi que les autres structures du limaçon. Quand un son atteint vos "cellules cillées" il les met en vibration. En conséquence, son énergie est alors transformée dans les extrémités des nerfs auditifs qui entourent les cellules cillées, en électricité nerveuse. L'électricité nerveuse traverse deux Points de Jonction de

nerfs sur son chemin du Centre des Réflexes de l'ouïe, un autre pour aller au Centre de l'Ouïe Primitive et encore un autre pour aller au Grand Centre Auditif.

Les physiologistes, cependant, ont découvert à leur étonnement qu'un autre courant inexplicable est aussi produit alors le long du nerf auditif indépendant du courant de l'électricité nerveuse. Voici comment il fut découvert. En faisant des essais sur un animal décérébré (un animal auquel son cerveau a été enlevé saut le cervelet et les projections inférieures du lobe temporal) ils trouvèrent que, à leur grande incrédulité, des paroles et d'autres sons étaient fidèlement reproduits quand des électrodes étaient placées sur le nerf auditif et branchées sur un récepteur de téléphone ou un haut-parleur. Non seulement cela, mais les physiologistes trouvèrent même deux composants distinctement différents dans l'électricité nerveuse du nerf auditif. Ils se ré-

1. La véritable électricité nerveuse auditive elle-même qui provenait, comme prévu, de l'énergie du son atteignant les cellules cillées dans le limaçon et transformée dans les extrémités du nerf auditif qui les entoure, en électricité nerveuse Mais le second composant était celui qui les déroutait...

2. Il consistait en une nouvelle électricité insoupçonnée d'un

corps qui était engendrée par les mêmes ondes de son sur d'autres structures non-nerveuses à l'intérieur du Limaçon. Les physiologistes confondent la nommée Electricité du Limaçon. Le mystère avait épaissi parce qu'on ne pouvait trouver apparemment aucune fonction à l'électricité du Limaçon. Les physiologistes l' acceptent, en conséquence, comme un événement accidentel de la fonction auditive. En agissant ainsi, cependant ils ferment leurs yeux sur le fait que dans le corps ou dans la Nature RIEN n'arrive accidentellement. Il y a toujours une explication physique, chimique, physiologique, psychologique, chronologique ou surnaturelle. En vérité, l'explication est habituellement une combinaison de plusieurs explications. En outre, l'ouïe peut être perdue si on supprime l'électricité du Limaçon. L'électricité du Limaçon contribue donc sûrement d'une manière importante au fonctionnement de l'ouïe.

#### LE MYSTERIEUX POUVOIR DE L'ELECTRICITE DU LIMAÇON

Aucune fonction n'a encore été trouvée pour la plus grande partie de votre lobe (c'est-à-dire les côtés inférieurs de votre cerveau). La plus grande partie du cortex du lobe ne consiste en aucun de vos esprits conscient ou subconscient. Il doit consister entièrement en quelque autre esprit et ce mystérieux esprit doit être un pouvoir psychique, car il ne peut être que quelque chose que l'homme connaît.

En outre, il y a beaucoup de preuves de cette présomption.

L'Electricité du Limaçon diffère en de nombreux points concluants de la véritable électricité nerveuse, excepté qu'elle exerce son influence sur votre corps depuis les côtés du cerveau au lieu de le faire depuis votre Centre du Pouvoir Psychique dans votre front et la région des tempes. Ce doit être pour cela que votre Grand Centre Auditif a un centre du pouvoir psychique particulier.

#### LES DIX DIFFERENCES CONVAINCANTES QUI EXISTENT ENTRE VOTRE ELECTRICITE DU LIMAÇON ET VOTRE VERITABLE ELECTRICITE NERVEUSE AUDITIVE

1ère différence. Dans une anesthésie générale (soit sommeil, sommeil hypnotique ou trances psychiques) votre véritable électricité nerveuse auditive est abolie. Mais votre Electricité du Limaçon ne l'est pas - parce ce n'est pas l'électricité de l'esprit conscient, puisque vous n'êtes pas éveillé. L'Electricité du Limaçon, donc, est la seule électricité auditive présente en vous quand vous n'êtes pas conscient.

2ème différence. Quand votre limaçon est refroidi, votre véritable électricité nerveuse auditive est amoindrie, mais votre Electricité du Limaçon ne l'est PAS. En conséquence, elle doit se comporter indépendamment de votre véritable électricité nerveuse auditive.

3ème différence. Si la fourniture du sang à votre limaçon est supprimée votre véritable électricité nerveuse auditive et votre Electricité du Limaçon sont abolies en même temps. Ce qui indique que votre Electricité du Limaçon est contrôlée par le cerveau, aussi, parce que le tissu du cerveau cesse de fonctionner dès que son alimentation en oxygène est supprimée.

4ème différence. Immédiatement après la mort, la véritable électricité nerveuse auditive disparaît beaucoup plus tôt que l'Electricité du Limaçon. Evidemment encore, l'Electricité du Limaçon n'est pas sous le contrôle des esprits conscient ou subconscient, autrement elle disparaît immédiatement après la mort. Seule une chose "au-delà" de vos esprits conscient et subconscient peut exister après la mort - une chose comme votre Autoconscient Primitif.

5ème différence. Votre Electricité du Limaçon est produite

beaucoup plus tôt après que les ondes du son aient atteint votre limaçon que votre véritable électricité nerveuse auditive. Pour exprimer ceci en termes scientifiques, elle a une période latente beaucoup plus courte. Ce qui indique que le producteur de votre Electricité du Limaçon est toujours mieux préparé à la créer parce que son aptitude à la faire ne disparaît même pas quand vous êtes sous anesthésie générale ou en transes. Et son producteur doit être soit votre esprit subconscient, soit votre Autoconscient Primitif parce que ces deux-là sont vos seuls esprits qui ne dorment jamais.

6ème différence. La véritable électricité nerveuse auditive peut être enregistrée en vous seulement depuis votre nerf auditif ou depuis quelque part sur votre trajet auditif tel que le Centre des Réflexes de votre Ouïe, votre Centre de l'Ouïe Primitive et votre Grand Centre Auditif. Mais votre Electricité du Limaçon peut être enregistrée n'importe où dans votre oreille interne ou même n'importe où dans votre crâne, à condition que l'amplification soit adéquate. La raison est que le pouvoir émanant de votre lobe temporal n'est pas confiné à votre nerf auditif seul, ainsi que l'est votre véritable électricité nerveuse auditive. Elle peut aussi être une partie des structures de votre Autoconscient Primitif et est en conséquence relayée à travers tout votre cerveau et peut donc être enregistrée n'importe où dans votre crâne.

7ème différence. Votre Electricité du Limaçon a une beaucoup plus grande tendance à se répandre à travers les tissus de votre corps que votre véritable électricité nerveuse auditive.

8ème différence. Votre véritable électricité nerveuse auditive se synchronise avec les ondes du son jusqu'à un maximum de 3.000 c.p.s. Votre Electricité du Limaçon, cependant, se synchronise avec les ondes du son jusqu'à 20.000 c.p.s. Avec des instruments d'enregistrement plus perfectionnés, les physiologistes espèrent la synchroniser avec les ondes du son jusqu'à 30.000 c.p.s. Ce fait prouve encore que votre Electricité du Limaçon est sous un certain pouvoir d'esprit qui est considérablement plus fort que votre esprit conscient.

9ème différence. Votre véritable électricité nerveuse auditive peut être créée par addition. C'est-à-dire qu'elle sera finalement produite même si les ondes du son qui atteignent le limaçon sont trop faibles d'abord, mais sont répétées un certain nombre de fois. Tel n'est pas, cependant, le cas avec l'Electricité du Limaçon. Elle est produite SEULEMENT quand l'onde de son initiale qui atteint le limaçon est assez forte pour la créer tout de suite. Elle exigerait un puissant commandement du pouvoir psychique pour être produite autrement.

10ème différence. L'Electricité du Limaçon finalement consiste en courants piézo-électriques, comme ceux engendrés par une pression sur un cristal de quartz. Mais pas l'électricité nerveuse. Les courants piézo-électriques sont monstrueusement intenses et c'est pourquoi sans aucun doute que beaucoup d'hystériques sont extraordinairement sensibles à tous les sons. Les bruits, en fait, les gênent jusqu'à leur faire mal. Leur ouïe peut devenir tellement fine qu'ils peuvent distinguer des sons murmurés à travers plusieurs portes fermées. Des expériences ont montré que leur perception du son peut être augmentée de seize fois plus qu'une personne normale. Et malgré tout, tous les efforts faits pour entraîner scientifiquement l'ouïe de personnes normales à atteindre une semblable hyper-acuité ont échoué. Et pourquoi? Parce que les hystériques augmentent leur acuité auditive fantastiquement NON PAS avec leurs esprits conscient ou subconscient, mais grâce à l'Electricité du Limaçon multipliée par les commandements du pouvoir psychique de leur esprit terrifié. Puisque l'Electricité

du Limaçon consiste en courants piézo-électriques. elle est astronomiquement plus pénétrante que n'importe quelle autre sorte d'électricité. Grâce à elle le maître psychique développe et acquiert une incroyable hyper-acuité.

LES STUPEFIANTS AVANTAGES QUI VOUS ATTENDENT

QUAND VOUS PLACEZ VOTRE ELECTRICITE

DU LIMAÇON SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Même si vous ne placez qu'un pour cent (1%) de votre Electricité du Limaçon sous le contrôle du pouvoir psychique, vous en récolterez d'incroyables avantages dans votre vie quotidienne. En voici quelques-uns résultant de l'hyper acuité que vous acquerez.

1. Votre ouïe deviendra nettement plus fine. Etant donné que 50% des gens aux Etats Unis seuls sont handicapés par une certaine surdité, tout ce qui peut améliorer l'ouïe des gens par des moyens naturels est plus que valable.

2. Cela augmentera votre succès social au-delà des limites habituelles, parce que vous donnerez plus de variété à vos inflexions syllabiques quand vos oreilles seront plus fines et votre élocution sera, en conséquence, plus relevée, et plus efficace. Votre popularité grandira vite parce que vos plaisanteries seront plus drôles, vos propos sentimentaux plus caressants, vos manières plus douces et plus attachantes, votre ton plus personnel et plus intime.

3. Cela augmentera remarquablement votre aptitude à profiter de la musique, du chant et de conversations agréables.

4. Vous entendrez des conversations nettement plus éloignées sans forcer vos oreilles et apprendrez beaucoup plus sur l'humanité sans faire d'efforts. Vous ne "manquerez rien". Vous entendrez aussi plus facilement ceux qui parlent doucement. Les gens timides, effacés, craintifs parlent doucement en général, et sont difficiles à comprendre. Si vous pouvez les comprendre quand les autres ne peuvent pas, vous vous en ferez des amis en les aidant ou en les conseillant alors que les autres ne le pourront pas.

5. Dans la plupart des occupations, une oreille fine est un atout inestimable (et dans beaucoup indispensable). C'est aussi un économiseur d'énergie. Même l'infirmière et le médecin doivent écouter le pouls et la tension du malade; l'orateur doit pouvoir entendre les moindres bruits de désaccord parmi ses auditeurs; l'acteur les moindres rumeurs d'appréciation parmi les spectateurs; le vendeur, jusqu'à la plus petite hésitation dans le son de la voix de son client.

6. Puisqu'il est possible d'enregistrer l'Electricité du Limaçon dans n'importe quelle partie du crâne, cela pourrait aider ceux qui sont atteints de surdité de transmission osseuse. Cela serait de peu d'intérêt dans le cas de surdité nerveuse puisque tous les sons pour être entendus doivent atteindre le Centre des Réflexes de l'Ouïe, le Centre de l'Ouïe Primitive et le Grand Centre Auditif à travers le nerf auditif.

7. Quand le danger menace, par exemple, quand vous êtes dehors le soir tard ou qu'il y a un rôdeur dans votre maison, ou que vous êtes soldat dans une région boisée ou en sentinelle, ou veilleur de nuit, l'hyper acuité peut vous sauver la vie, à vous et à d'autres.

LES TROIS ETAPES POUR ACQUERIR L'HYPHER-ACUITE Pour acquérir l'hyper-acuité vous devez:

1. Augmenter la portée auditive de votre Centre de l'Ouïe Primitive. Elle varie entre 500 et 8.000 c.p.s. et vous devriez essayer de l'augmenter jusqu'à 20.000 ou plus ou au moins jusqu'à la fréquence de synchronisation de votre Electricité du Limaçon. Rien que cela augmenterait votre acuité auditive de quatre fois.

2. Augmenter votre Electricité du Limaçon en écoutant les sons avec plus de zèle de façon que:

3. Davantage de cellules cillées de votre limaçon sur les deux côtés de celui ou de ceux qui sont à l'écoute du son, soient stimulées.

Vous effectuez ces trois étapes grâce au contrôle du pouvoir psychique auditif de votre Electricité du Limaçon, comme vous l'apprendrez au prochain chapitre. En ce faisant, vous intensifiez aussi automatiquement les fonctions de votre Centre de l'Ouïe Primitive et acquérez ainsi "quatre" oreilles au lieu de deux.

COMMENT DEVELOPPER ET PLACER VOTRE ELECTRICITE  
DU LIMAÇON SOUS LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE  
AUDITIF ET INTENSIFIER AUTOMATIQUEMENT LES  
FONCTIONS DE VOTRE CENTRE DE L'OUÏE PRIMITIVE

1. Puisque l'Electricité du Limaçon se manifeste encore quand vous êtes sous anesthésie générale, endormi ou en transes hypnotiques, cela signifie qu'elle peut le mieux être contrôlée, pour un exercice auditif, au moyen de vos nerfs aimants. Vos nerfs aimants (vos parasympathiques) sont en contrôle quand vous dormez.

2. Puisque l'Electricité du Limaçon est produite beaucoup plus tôt que votre véritable électricité nerveuse auditive une fois que les ondes du son ont atteint votre oreille, elle peut être très bien contrôlée, pour un exercice, si l'exercice est assez court pour qu'aucune quantité importante de véritable électricité nerveuse auditive ne puisse être produite pour l'aider.

3. Puisque l'Electricité du Limaçon peut être enregistrée de n'importe quelle partie de votre crâne, à condition que l'amplification soit adéquate, il y aura avantage à ce que vous fassiez l'exercice avec du coton dans vos oreilles.

4. Puisque l'Electricité du Limaçon peut se synchroniser avec les ondes du son jusqu'à 30.000 c.p.s., même si votre Centre de l'Ouïe Primitive a une portée auditive de seulement 8.000 c.p.s., il est préférable d'exercer votre ouïe avec des sons qu'elle peut à peine discerner quand vous n'avez pas de coton dans les oreilles. Votre Electricité du Limaçon ne peut alors pas compter sur n'importe quelle aide aussi légère que ce soit de votre Centre de l'Ouïe Primitive.

5. Puisque l'Electricité du Limaçon ne s'améliore pas par addition mais que la véritable électricité nerveuse auditive le fait NE FAITES PAS les exercices trop tôt l'un après l'autre, ce qui produirait de l'électricité nerveuse auditive et aiderait involontairement votre Electricité du Limaçon.

EN RESUME. Suivez exactement les cinq règles ci-dessous quand vous faites les exercices pour développer et placer votre Electricité du Limaçon sous le contrôle du pouvoir psychique.

Règle 1. Asseyez-vous confortablement et tout seul dans votre chambre et utilisez l'Arc Psychique pour stimuler vos nerfs aimants seulement.

Règle 2. Ne faites chaque exercice que deux secondes à chaque fois.

Règle 3. Bouchez vos oreilles avec de gros tampons de coton un peu plus gros que l'ouverture de vos oreilles.

Règle 4. Faites les exercices avec des sons que vous pouvez à peine entendre quand vous n'avez pas de coton dans les oreilles.

Règle 5. Comptez à peu près sept secondes avant de recommencer un exercice ou d'en faire un autre.

EXERCICES POUR DEVELOPPER VOTRE ELECTRICITE  
DU LIMAÇON ET LA PLACER SOUS LE CONTROLE  
DU POUVOIR PSYCHIQUE AUDITIF

Exercice 1. Asseyez-vous confortablement dans votre chambre, avec du coton dans les oreilles. Ecoutez quelque chose que vous entendiez très faiblement avant, comme le tic-tac d'une horloge et forcez vos oreilles à l'entendre aussi fort que vous

l'entendiez avant.

Exercice 2. Placez l'horloge plus loin et recommencez l'exercice 1.

Exercice 3. Recommencez l'exercice 1 en plaçant l'horloge de plus en plus loin.

Exercice 4. Recommencez les exercices 1, 2 et 3 avec un autre objet tel que votre montre-bracelet, le grondement de la circulation dans la rue, ou quelque chose de différent pour ne pas vous habituer au tic-tac de l'horloge.

Important. Dans ces quatre exercices, n'oubliez pas d'appliquer les cinq règles du chapitre précédent.

Exercice 5. Comment placer votre Electricité du Limaçon sous le contrôle du Pouvoir Psychique Auditif. Recommencez l'exercice 1. Après l'avoir fait pendant une seconde, lancez une fusée-commandement du pouvoir psychique des côtés inférieurs de votre tête (votre lobe temporal) jusqu'au nerf auditif de votre oreille, lui commandant d'écouter plus intensément qu'il ne le fait. La quantité d'Electricité du Limaçon qu'il produit s'augmentera immédiatement. Immédiatement après, retenez votre respiration, fermez vos yeux et visualisez le battement de l'horloge martelant à travers votre crâne jusque dans votre nerf auditif et augmentant aussi énormément la quantité d'Electricité du Limaçon qu'il produit.

Exactement une seconde plus tard, détendez-vous complètement de façon que votre véritable électricité nerveuse auditive ne soit pas suffisamment stimulée pour aider votre Electricité du Limaçon.

Exercice 6. Attendez dix secondes, puis recommencez l'exercice 2. Cette fois envoyez une fusée-commandement de pouvoir psychique auditif encore plus fort à votre nerf auditif. Vous en avez davantage besoin maintenant pour entendre aussi bien qu'à l'exercice 5.

Exercice 7. Attendez dix secondes, puis recommencez l'exercice 3. Envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique auditif si fort cette fois-ci que tout votre corps deviendra tendu. MAIS NE LE LAISSEZ PAS. Restez entièrement détendu au moyen de l'Arc Psychique. L'Electricité du Limaçon, comme nous l'avons déjà expliqué, se développe plus vite lorsque vos nerfs aimants sont en contrôle.

Exercice 8. Recommencez ceci avec l'exercice 4.

Faites tous ces exercices et vous améliorerez étonnamment votre ouïe.

EN RESUME. Comme pour vos yeux, ces exercices amélioreront votre ouïe d'une manière saisissante. Si votre ouïe est déjà normale ou supérieure à la normale ils vous découvriront un nouvel univers. Dans vos affaires comme dans vos activités de loisirs, une oreille fine est habituellement de la plus grande importance.

## DOUZIEME LECON

Comment

Utiliser l'Autoconscient Guérisseur pour  
Amener les Autres sous le Contrôle  
du Pouvoir Psychique

VOTRE REMARQUABLE EMPLOI, PRATIQUE ET  
QUOTIDIEN DE L'AUTOCONSCIENT GUERISSEUR

Mettre les gens à l'aise est probablement le moyen le plus  
efficace de les placer facilement sous votre contrôle du pouvoir  
psychique.

"Comment allez-vous aujourd'hui?" "Comment ça va?"

"Mon Dieu! Comme vous avez bonne mine!" "Comment va votre  
femme (ou mari ou enfant?) "Vous paraissez fatigué aujour-  
d'hui. Ne vous sentez-vous pas bien?". Ces façons quotidiennes  
de se saluer et bien d'autres encore, dans pratiquement toutes  
les langues, attestent pleinement le fait que les gens ont toujours  
montré de l'intérêt pour la santé des autres ou qu'ils savaient  
que les gens seraient flattés si on leur témoignait de l'intérêt  
pour leur santé.

Pourquoi en est-il ainsi? C'est pour la simple raison que  
chacun est malade à un moment ou à un autre. S'il n'est pas as-  
sez malade pour être au lit au moment où vous le rencontrez il  
est possible qu'il ne se sente pas dans son assiette. La plupart  
des gens souffrent chroniquement de maux de tête, de troubles  
d'estomac, de troubles du foie, de troubles cardiaques, de sinu-  
sites, de mélancolie, de dépressions menstruelles, du mal d'amour  
de "cafard" financier et de beaucoup d'autres maux "limites" qui  
ne les tiendraient pas confinés au lit. Ils se sentent "patraque "  
pour employer une vulgaire expression. Votre aptitude à les aider  
à se sentir mieux quand vous les rencontrez et quand vous les  
quittez est un pouvoir secret vraiment réconfortant. Vous pour-  
riez, si vous le vouliez, perfectionner votre aptitude en cela  
jusqu'à acquérir celle d'un maître psychique. Chacun, cepen-  
dant, n'est pas suffisamment doué pour devenir un maître psychi-  
que en tout. Même parmi les Apôtres, une fois qu'ils eurent em-  
brassé la foi, certains étaient doués pour accomplir certains gen-  
res de miracles et certains pour en accomplir d'autres. Plus-  
sieurs parmi eux étaient doués pour la guérison psychique d'au-  
tres ne l'étaient pas.

Chacun, cependant, possède quelques dispositions dans ce  
sens. Il en possède au moins tout ce dont il a besoin pour les dé-  
velopper pour le contrôle du pouvoir psychique sur les autres  
dans sa vie quotidienne. C'est alors l'Autoconscient Guérisseur

LES 4 POINTS DE L'AUTOCONSCIENT GUERISSEUR

Si votre chien, votre enfant ou un être aimé est blessé ou  
malade, vous avez l'impression que vous pourriez le soulager  
de sa douleur ou de sa maladie. Quand vous vous étiez fait mal,  
étant enfant, vous souhaitiez que votre maman vienne et vous  
trotte. Elle n'avait peut-être aucun talent de guérisseur avec  
quelqu'un d'autre, mais elle en avait avec vous. Instinctive-  
ment, elle employait avec vous l'Autoconscient Guérisseur Elle  
caressait tendrement vos blessures, leur parlait et leur ordonnait  
de guérir. Vous, en revanche, aviez une absolue confiance en son  
pouvoir de vous guérir. Sans ces conditions la guérison psychique  
est impossible. Un étranger quelconque serait passé par là et  
aurait trotté vos blessures, - particulièrement quelqu'un que  
vous auriez craint ou dédaigné, ou en qui vous auriez manqué  
de confiance, - vous n'auriez pas été guéri ou vous ne vous seriez  
pas senti guéri aussi rapidement par lui. En fait, si votre ma-  
man avait été trop impatiente pour s'occuper de vous et avait

frotté votre blessure n'importe comment, tout en grognant et en vous grondant, vous n'auriez fait que vous sentir plus mal. Vous n'auriez eu aucune confiance en son pouvoir de vous guérir. A la fois vous et l'autre personne devez atteindre à un certain degré d'harmonie dans vos relations avant que l'Autoconscient Guérisseur puisse agir. Ensuite vous gravissez encore quatre échelons, en tout un total de cinq échelons faciles, et vous le tiendrez fermement sous le contrôle du pouvoir psychique.

Les 4 échelons faciles pour l'Autoconscient Guérisseur sont-  
Point 1. Etablir d'abord des relations avec l'autre personne.  
Point 2. Lui projeter des rayons infra-rouges au moyen de vos Antennes Cérébrales.

Point 3. Lui transmettre le surplus d'électrons de votre corps au moyen de vos mains.

point 4., Mettre l'ambiance à son comble avec des formes visualisées d'organes en bonne santé projetées au moyen des Antennes Cérébrales.

Ces quatre points seront maintenant expliqués et nous vous apprendrons comment les utiliser.

POINT 1 Le Traitement du Torse est le moyen le plus facile pour établir des relations avec l'autre personne en vue de ce traitement par l'Autoconscient Guérisseur. La plupart de ses maux, y compris maux de tête, prennent naissance dans l'un des organes de son torse, tels que son estomac, son coeur, ses poumons, son foie, ses intestins, son côlon, son rectum, ses reins sa vésicule, son utérus. Si vous rencontrez Jacques ou Jane, projetez-lui immédiatement le Traitement du Torse avant même de dire un mot-. Si vous le rencontrez trop soudainement, alors projetez-le lui immédiatement après les salutations.

Exercice. Comment établir rapidement des rapports mutuels entre vous et quelqu'un d'autre. Vous tombez sur Martin dans la rue au bureau, à une réunion sociale, chez vous ou chez lui, au club, sur le terrain de golf ou autre part. Immédiatement, visualisez son torse de la tête aux cuisses, comme sécrétant à l'intérieur une profusion d'acétylcholine à chaque Point de Jonction des Nerfs. Ou bien vous pouvez seulement visualiser son torse et en même temps penser à un bon steak très fortement ou à quelque chose d'autre que vous aimez bien manger. Maintenez cette pensée ou cette vision clairement pendant deux secondes Cette image mentale sera immédiatement télépathisée dans L'esprit de Martin. Ce sera l'image d'un torse sans douleur, car l'acétylcholine est sécrétée par vos nerfs aimants et ce sont des nerfs de plaisir, pas de douleur.

L'esprit conscient de Martin, en conséquence, ignorera toutes les sensations de douleur qu'il reçoit de son Centre d'Enregistrement des Sensations qui ont leur origine dans son torse ou qui ont été provoquées par lui par réflexe, comme un mal de tête stomacal. Donc il se sent mieux immédiatement et, subconsciemment vous associe à cette sensation. Il reste impatient de vous rencontrer ou d'être en contact avec vous de nouveau. Vous avez créé des rapports mutuels entre vous deux... vite.

POINT 2. La prochaine fois, commencez à converser avec lui. S'il se sent déjà bien, vous ne pourrez plus l'influencer avec le Traitement du Torse. L'Autoconscient Guérisseur est plus efficace sur la personne qui ne se sent pas bien. S'il se sent malade et qu'il vous révèle son affliction réelle ou imaginaire, envoyez-lui, au moyen de vos Antennes Cérébrales, une rafale de rayons infra-rouges soutenue par une extraordinaire force de photons.

POINT 3. Si Martin est confiné au lit et que vous lui rendez visite, remplissez-le d'électrons pour repousser sa maladie

en lui faisant une application de mains en touches légères. Ne regardez pas vos mains comme si elles n'étaient rien de plus que des poings faits pour frapper ou des tentacules pour agripper. Voyez-les comme si elles n'étaient faites que pour caresser de gentils animaux.

Exercice 1. Comment fasciner votre animal favori avec la Touche Légère. Pratiquez la touche légère, d'abord avec votre animal favori, appelons-le Prissy. Si la touche est brutale, Prissy essaiera de l'éviter et vous aurez à l'adoucir avant qu'il ne la tolère. Si elle est suffisamment douce, Prissy pressera son corps contre elle et vous embêtera pour en avoir davantage. Si vous le caressez légèrement d'une façon continue il tombera dans une transe semi-hypnotique. Si c'était un chat il fermerait à moitié ses yeux et ronronnerait; le chien remuera sa queue et léchera vos mains.

Note. Vous constaterez que Prissy préfère être caressé sur le dos, le cou, le derrière du cou et sur le ventre.

Quand vous toucherez le malade Martin, n'utilisez que la partie rembourrée de vos doigts exclusivement. Elles lui transmettront plus facilement le surplus des électrons de votre corps, votre chaleur radiante et vos radiations de rayons infra-rouges. N'UTILISEZ PAS les extrémités de vos doigts ni vos paumes.

Faites semblant de prendre le pouls de Martin, cela vous permettra de le toucher seulement avec les parties rembourrées de vos doigts et de lui transmettre les forces de votre Autoconscient Guérisseur. Puisque le courant électrique circule du négatif vers le positif, les électrons circuleront depuis VOUS en bonne santé (qui êtes négativement chargé) vers le malade Martin (qui est positivement chargé). Plus il sera malade, plus il sera chargé positivement et plus d'électrons il absorbera de vous.

POINT 4. Si Martin n'est pas malade au lit, vous aurez peu de chances de pratiquer la touche légère sur lui. Aussi, dès qu'il vous aura confié ce qui l'afflige, mettez en pratique immédiatement sur lui l'Organe Guéri Visualisé. (Appliquez-le lui aussi quand il est au lit " et que vous pratiquez la touche légère). L'Organe Guéri Visualisé exerce un effet spécifique sur lui et est un complément puissant au Traitement du Torse. Avec lui vous pointez l'organe exact dont il se plaint et vous lui placez psychiquement "dans lui" un organe en bonne santé à la place de l'autre. Ceci est un très efficace échelon dans l'Autoconscient Guérisseur et il aura un miraculeux effet sur Martin. C'est la manière rapide d'attirer sa morbide attention loin de l'organe qui l'obsède pour qu'il ne pense qu'à vous seul et sente qu'il ne peut pas se passer de votre compagnie après que vous vous serez séparés. Donc, étudiez bien cet échelon et apprenez comment créer l'Organe Guéri Visualisé.

#### COMMENT CREER L'ORGANE GUERI VISUALISE

Vous avez vu la plupart des organes du corps d'un animal au marché de la viande ou chez le boucher. Au moins vous avez vu le foie, l'estomac, le coeur, le rein et peut-être les poumons. Les intestins, côlon et rectum, sont les prolongements de l'estomac puisqu'ils constituent tous le tube digestif. Ils sont d'une forme plus tubulaire que l'estomac et sont repliés avec soin à l'intérieur de la cavité abdominale pour pouvoir y tenir. Ainsi vous avez déjà une idée générale de la façon dont sont placés ces organes viscéraux à l'intérieur du torse. Les poumons sont dans la poitrine; le coeur est dans la partie basse de la poitrine et légèrement à gauche de la ligne médiane; le foie est dans le côté droit sous les côtes basses; l'estomac est juste en-dessous de la pointe basse du sternum; les intestins sont entre l'estomac et le nombril; le côlon est comme un U renversé dans le ventre; et le

rectum est dans le sillon postérieur.

Les maladies organiques communes, particulièrement la variété quotidienne qui fait que les gens ne se sentent pas "dans leur assiette", ont leur origine la plupart du temps dans l'un ou plusieurs de ces organes viscéraux. En conséquence, ce sont ceux-ci qu'il est important d'apprendre à visualiser comme organes guéris.

Exercice 1. Regardez fixement dans l'espace et visualisez chacun des organes viscéraux mentionnés ci-dessus, un par un. (Si votre mémoire a besoin d'être rafraîchie, allez au marché de la viande ou chez votre boucher et regardez à nouveau ces organes. Ne les étudiez pas dans les livres. A moins que vous ne soyez un étudiant professionnel, les illustrations des livres mettraient le désordre dans vos idées).

Exercice 2. Regardez fixement votre image dans un miroir, collant vos yeux à la partie de votre corps où chaque organe viscéral est plus ou moins situé. Visualisez chacun d'eux à sa propre place y reposant en bon état de santé.

NOTE. Mais n'oubliez pas d'inverser les côtés de votre corps quand vous regardez fixement votre image dans le miroir de la même façon que vous regarderiez une autre personne quand vous la rencontrez dans la rue ou quand vous lui rendez visite si elle est clouée au lit. Son côté droit, comme celui de votre image se trouve alors à votre gauche et son côté gauche à votre droite. Les organes sur le côté droit de votre corps devront être visualisés sur le côté de son corps qui est sur votre gauche et vice versa. S'il vous tourne le dos, évidemment, vos côtés et les siens coïncident.

Exercice 3. Maintenant, visualisez chaque organe viscéral en fonctionnement. Visualisez votre cœur recevant du sang par une ouverture sur le dessus et le versant par une autre. Visualisez votre foie produisant des globules rouges pour enrichir votre sang et les déversant dedans. Visualisez votre estomac en partie rempli de nourriture et l'engouffrant avec des sucs digestifs et la pétrissant rythmiquement. Visualisez vos poumons se remplissant d'air et poussant l'oxygène dans votre sang. Visualisez vos reins filtrant votre sang transportant des déchets et ensuite "clarifié" par l'eau que vous buvez. Visualisez votre vessie d'une contenance légèrement alcaline et contenant une urine claire et limpide. Visualisez votre rectum comme un tube souple dans lequel les déchets solides de votre corps sont poussés facilement à l'extérieur.

Exercice 4. Fermez vos yeux et ouvrez-les. Cette fois voyez votre image dans le miroir comme étant celle de Martin lui-même. Visualisez maintenant un foie rouge en bonne santé flottant dans l'air. Grâce à une fusée-commandement du pouvoir psychique, implantez-le dans le côté droit de Martin (qui est sur la gauche de votre image) pour qu'il remplace instantanément le sien malade.

Exercice 5. Faites la même chose avec les autres organes viscéraux. Pratiquez de façon que vous puissiez visualiser n'importe lequel de ces organes instantanément et que vous puissiez les planter immédiatement au bon endroit. C'est cela l'Organe Guéri Visualisé.

C'est en cela que consiste l'Autoconscient Guérisseur. Commencez à appliquer ses quatre échelons sur des gens aussitôt que possible. Vous les trouverez extraordinairement efficaces

## TREIZIÈME LEÇON

Comment

Réaliser ce qui Semble Impossible  
Grâce à Votre Electricité Corporelle  
et à Vos Antennes Cérébrales

### LA LAMPE HUMAINE

Il est bien connu que les maîtres psychiques peuvent illuminer l'obscurité en créant par eux-mêmes une lumière qui ne fait pas d'ombres. Certaines bactéries émettent non seulement de la chaleur mais aussi des rayons lumineux visibles. En 1923 Gurwitsch découvrait que les divisions de la cellule étaient stimulées quand, en poussant, le tissu d'une plante était exposé à la pointe de la racine d'un oignon. Par des moyens appropriés, il montra que des radiations, qu'il appela "rayons mitogéniques", étaient émises de la pointe de la racine d'un oignon et que ces rayons stimulaient la mitose (division et multiplication) dans les cellules. Il n'est pas du tout inconcevable que le pouvoir de créer la lumière repose en sommeil dans toutes les matières, vivantes ou mortes. La lumière est créée par la chaleur; et tous les corps, vivants ou morts, peuvent créer de la chaleur au moyen de leurs processus vivants ou grâce aux déchets atomiques qui sont en eux.

On vous a aussi fréquemment montré que vos muscles et nerfs réagissent électriquement: en vérité, que votre corps tout entier réagit électriquement à votre environnement extérieur. Aussi, qu'il produit à la fois une chaleur radiante et une radiation infra-rouge. Qu'y aurait-il de plus naturel pour le maître psychique que de développer cette chaleur 109 fois plus que la normale, sans même tenir compte des multiplications éventuelles qu'il peut apporter aux Points de Jonction des Nerfs, et de créer une Lampe Humaine?

### COMMENT CREER UNE LAMPE HUMAINE

Les organes électriques de poissons tels que l'anguille et la torpille peuvent provoquer une décharge électrique qui, chez quelques grandes espèces, mesure entre 400 et 800 volts. Leur organe électrique est composée de structures en forme de plaques arrangées en séries ou colonnes qui sont supposées provenir de l'évolution embryologique des plaques extrêmes d'un muscle squelettique. Un côté de chaque plaque est innervé et ce côté acquiert une charge négative (-) quand l'animal déclenche une charge électrique, L'autre côté acquiert une charge positive (+) De hautes concentrations de cholinestérase (l'enzyme qui dissout L'acétylcholine après qu'elle est produite aux Points de Jonction des Nerfs) se produisent dans ces organes électriques. Dans certains cas plusieurs kilos se sont formés en une heure, soit environ trois ou quatre fois le poids de l'organe électrique lui-même. L'acétylcholine, est donc intimement associée aux décharges électriques de ces organes électriques. Dans quelques espèces l'acétylcholine accompagne même la conduction de l'électricité nerveuse le long des corps de leurs nerfs aussi car elle est sécrétée en eux, non seulement à leurs Points de Jonction, mais sur toute la longueur des corps nerveux" En conséquence, la production d'acétylcholine est absolument nécessaire pour que les nerfs et les organes électriques de ces espèces produisent de l'électricité.

Comment, alors, pouvez-vous créer une lampe humaine ?

Evidemment, en libérant l'acétylcholine non seulement aux Points de Jonction des Nerfs mais aussi sur toute la longueur du corps nerveux. Comment pouvez-vous accomplir une chose si incroyable? La réponse la plus logique est - avec l'Antidrome Psychique

## LE MIRACLE DE L'ANTIDROME PSYCHIQUE

Quand le message pour votre cerveau atteint l'extrémité d'un segment nerveux il ne peut pas enjamber le Point de Jonction des Nerfs et aller plus loin le long de ce circuit nerveux à moins que les extrémités des nerfs sécrètent de l'acétylcholine dans la coupure. Et, d'après la loi de Bell-Magendie, l'électricité nerveuse (ou le message) dans un segment de nerf transporteur de messages, ne peut que circuler dans le sens de la direction du cerveau et JAMAIS en provenance du cerveau. CEPENDANT, en remontant à 1876-1877, Stricker signalait l'existence de nerfs antidromiques. Autrement dit, il avait trouvé que l'électricité nerveuse, particulièrement dans certains types de nerfs transporteurs de messages, pouvait aussi circuler dans la direction opposée, c'est-à-dire en provenance du cerveau. Mais bien que sa découverte ne fut pas conforme à la loi admise de Bell-Magendie, elle fut ignorée. Beaucoup plus tard, cependant, Bayliss étudia la question à nouveau et conclut que Stricker avait raison. L'électricité nerveuse dans un segment de nerf PEUT circuler dans la direction opposée. Autrement dit, au moment où elle atteint le Point de Jonction des Nerfs, elle peut renverser sa direction et envoyer le message EN ARRIERE d'où il était parti - ou même renvoyer un message entièrement différent. Bayliss et Langley appelèrent donc de tels nerfs antidromiques ( c'est-à-dire circulant contre le courant). Dans les membres, de tels nerfs passent principalement aux vaisseaux sanguins de la peau. Peu, sinon aucun, passent aux vaisseaux sanguins des muscles. Les nerfs antidromiques sont ceux qui peuvent créer la Lampe Humaine, car c'est la peau qui lance les rayons lumineux et oui s'éclaire. les muscles même s'ils le pouvaient, sont trop profondément enfouis dans le corps pour lancer une lumière visible.

Bayliss et Langley trouvèrent, de plus, que les messages antidromiques pouvaient être provoqués par des stimulations soit électriques, soit thermiques ou mécaniques. La stimulation devait seulement être suffisamment forte ou bien la condition du corps devait avoir besoin d'un tel message pour l'aider.

Vous savez déjà que l'hystérique PEUT faire produire n'importe quelle réaction physiologique dans son corps parce que son commandement du pouvoir psychique, même s'il est utilisé négativement, est une stimulation assez puissante. La même chose s'applique à l'Antidrome Psychique. Vous aussi pouvez faire renverser à un nerf la direction de son électricité nerveuse et renvoyer des messages dans la direction opposée - à condition d'envoyer un commandement du pouvoir psychique assez puissant lui ordonnant de faire ainsi. Ce segment de nerf retiendra donc, au Point de Jonction, l'acétylcholine qu'il produit pour permettre à son électricité nerveuse d'enjamber le Point de Jonction et la réabsorbera, ce qui aura pour résultat de renvoyer le message d'où il est venu.

La résistance que cette électricité nerveuse antidromique rencontre dans le corps de ce segment de nerf résulte de la création d'une stupéfiante quantité d'énergie et de chaleur. En conséquence, votre peau se débarrasse d'une anormale quantité de chaleur radiante et de rayons infra-rouges. C'est l'Antidrome Psychique. Plus ces rayons infra-rouges seront chauds et courts plus leurs ondes seront courtes et plus brillantes elles seront dans l'obscurité. En augmentant l'énergie et la chaleur produites dans le corps nerveux de cent neuf fois plus que les vôtres le maître psychique crée la Lampe Humaine. (C'est-à-dire sans même compter ses multiplications aux Points de Jonction des Nerfs).L'exercice ci-dessous développera pour vous un Puissant Exercice. Comment développer l'Antidrome Psychique et

créer une Lampe Humaine. Asseyez-vous confortablement dans votre chambre et immergez une main dans un bol d'eau très froide. Un message se précipitera immédiatement sur vos nerfs porteurs de messages VERS votre cerveau. Quand il atteindra le Point de Jonction dans votre colonne, il le sautera et partira vers votre Centre d'Enregistrement des Sensations. Les nerfs de votre main, de votre bras, jusqu'à votre Centre d'Enregistrement des Sensations auront produit au long de cette course une charge négative (-) d'électricité nerveuse.

Mais NE LAISSEZ PAS votre Centre d'Enregistrement des Sensations relayer ce message jusqu'à votre esprit conscient car ou bien votre esprit conscient retiendrait votre Centre d'Enregistrement des Sensations et lui commanderait d'accepter la sensation de froid venant de votre main comme étant moins froide que celle ne l'est en vérité, ou bien il lancerait un commandement aux muscles de votre bras de retirer votre main immédiatement de cette désagréable eau froide.

Pour éviter que cela arrive, au moment même où vous placez votre main dans l'eau froide, lancez une fusée-commandement fracassante à votre Centre d'Enregistrement des Sensations pour qu'il convertisse la sensation de froid qu'il reçoit de votre main en une sensation d'intense chaleur. Si votre fusée-commandement est assez puissante, un effet antidromique (circulant contre le courant) se produira pour rencontrer votre message au Centre d'Enregistrement des Sensations, l'arrêter, et lancer à sa place dans le nerf une charge négative (-) d'électricité nerveuse le long du nerf porteur de messages en retour jusqu'à la peau de votre main, portant l'ordre de ressentir une chaleur intense. Pratiquez cet exercice et multipliez vite la force de transmission de votre fusée-commandement du pouvoir psychique pour arrêter et convertir le message jusqu'à ce que votre main froide se sente chaude. C'est la façon de développer l'Antidromique Psychique et de commencer à créer vous même une Lampe Humaine.

EN RESUME. Inutile de dire que vous ne créerez pas du jour au lendemain, si même jamais, une Lampe Humaine que n'importe qui peut discerner dans l'obscurité à moins que vous ne vous entraîniez inflexiblement comme un maître psychique. Mais cet exercice développera en vous la faculté de dégager une enveloppante chaleur corporelle à volonté qui, avec une incroyable rapidité, vous attachera les gens socialement, sentimentalement ainsi que dans le domaine des affaires.

EXERCICE POUR UTILISER L'ANTIDROME

PSYCHIQUE A DES FINS COURANTES

Exercice 1. Comment raviver l'amour qui s'éteint d'une femme ou d'un mari, grâce à l'Antidrome Psychique. Votre femme ou votre mari, Jane ou Jean (selon votre sexe) ne semble plus aussi ardente avec vous qu'elle l'était dans le passé. Ce soir même commencez à exercer l'Antidrome Psychique sur elle. Son message de froideur a déjà atteint votre Centre d'Enregistrement des Sensations et produit le long de sa course depuis vos Cornes du Cerveau, une charge négative d'électricité nerveuse. Lancez maintenant une fracassante fusée-commandement du pouvoir psychique à votre Centre d'Enregistrement des Sensations lui ordonnant de convertir cette sensation de froideur de sa part en une autre de désir ardent. Votre puissante fusée-commandement du pouvoir psychique provoquera immédiatement un effet antidromique (circulant contre le courant) contre son message de froideur à votre Centre d'Enregistrement des Sensations en l'arrêtant et en le renvoyant le long du même nerf mais cette fois avec un message-commandement de désir ardent. Son continuel message de "froideur" vous contre-carrera, mais intensifiez votre fusée-

commandement du pouvoir psychique et repoussez son message par tous les nerfs de votre peau. Comme la bataille fait rage, une telle chaleur s'accumulera sur la surface de votre peau qu'elle surmontera sa résistance quand vous pousserez votre avantage sur elle.

Exercice 2. Comment surmonter rapidement les défenses d'une autre personne contre vous grâce à l'Antidrome Psychique. Joe agit socialement ou dans les affaires, ou dans les deux, d'une façon qui vous est suspecte. Il peut même se trouver qu'il soit un nouveau client ou un nouveau malade qui n'a pas tellement confiance en vous. Jusque dans vos os vous semblez sentir cette énervante vigilance de sa part. Il est temps d'employer l'Antidrome Psychique sur lui. Envoyez une fracassante fusée-commandement du pouvoir psychique à votre Centre d'Enregistrement des Sensations lui ordonnant de convertir cette sensation de "chaud antagonisme" qu'il éveille chez vous en une autre de calme de bon aloi et de sang-froid. Cela établit une "bataille" entre vos attitudes opposées. Une intense chaleur en résulte quand votre fusée-commandement du pouvoir psychique transmet le sien à votre peau et cela subjugué Joe.

#### COMMENT VOTRE CENTRE DU POUVOIR PSYCHIQUE PEUT VOUS CONSERVER JEUNE

Les exemples vérifiés d'êtres humains vivant jusqu'à des âges incroyables (certains jusqu'à trois ou quatre cents ans) s'élèvent à un nombre assez important. Dans beaucoup d'entre eux, peu après avoir dépassé le siècle, l'individu voyait ses cheveux repousser dans leur couleur naturelle, sa peau rajeunir et il retrouvait son activité sexuelle et paraissait quarante ans plus jeune. Beaucoup même de ceux qui vécurent plus de deux cents ans eurent la chance d'expérimenter ces rajeunissements deux ou plusieurs fois.

Puisque ces rajeunissements automatiques sont sous l'influence de l'Autoconscient Primitif (car ils ne sont sûrement pas sous l'influence des esprits conscient ou subconscient où pratiquement chacun les appliquerait à eux-mêmes) ils sont sans aucun doute provoqués en atteignant l'Autoconscient Primitif suffisamment fort. Ou peut-être sont-ils provoqués par la réaction psychique des glandes endocrines vieillissantes - la thyroïde, la pituitaire, la surrénale, la parathyroïde, ainsi que les glandes sexuelles. Une telle influence serait certainement accompagnée d'un rajeunissement automatique complet à condition que les organes de l'individu et ses vaisseaux sanguins soient encore normaux - à moins qu'ils ne rajeunissent également.

La clé de la longévité est de ne jamais accepter la vieillesse comme inévitable. Sentez et pensez comme si vous vous portiez comme un charme et comme si vous étiez beaucoup plus jeune que vous n'êtes. Ne vous considérez JAMAIS comme ayant plus de vingt-huit à trente cinq ans. Vous devez manger et vivre bien évidemment pour vous sentir jeune mais vous devez aussi continuer à lancer des commandements du pouvoir psychique à votre Autoconscient Primitif pour lui rappeler que vous êtes toujours jeune. Cela le détermine à vous garder beaucoup plus jeune que vous n'êtes réellement, exactement comme l'hystérique le détermine à le garder beaucoup plus malade qu'il n'est réellement.

#### COMMENT SE REPOSER ETENDU DANS LA POSITION DE L'HOMME MORT

Un important rajeunissement et la longévité seront fortement aidés si vous vous prescrivez de vous reposer deux fois par jour, une demi-heure à chaque fois. Un tel repos vous détend et vous empêche de vous sentir "sapé". Autrement vous ne tiendrez prati-

quement plus sur vos pieds au moment d'aller au lit. En vous reposant, étendu, plusieurs fois pas jour, vous irez vous coucher seulement à moitié fatigué de ce que vous seriez autrement et vous récupérerez rapidement les électrons que votre corps a perdus pendant la journée en se fatiguant. Les meilleurs moments pour ces périodes de repos d'une demi-heure sont pendant vos pauses-café ou juste avant le déjeuner et le dîner. Si le seul moment convenable est juste avant le dîner, alors laissez-vous aller à ce moment-là. Se reposer une fois par jour est encore mieux que ne pas se reposer du tout.

Exercice pour pratiquer la position de l'homme mort. Enlevez vos chaussures et étendez-vous à plat sur le dos avec les jambes écartés. Détendez vos pieds et laissez-les aller vers l'extérieur naturellement... Détendez vos bras confortablement le long de votre corps. Fermez vos yeux et couvrez-les avec un chiffon doux ou avec une chaussette noire pour éviter toute lumière. Cela repose vos yeux et leur permet de se détendre mieux. Les yeux irrités sont une des causes essentielles de tension et provoquent une perte anormale des électrons du corps dans l'air.

Maintenant, détendez consciencieusement chaque muscle de votre corps. Laissez reposer tout le poids de votre corps sur le lit ou sur le sol. S'étendre sur le sable est excellent, parce qu'il épousé agréablement les courbes de votre corps. Après le sable, s'étendre sur un matelas de caoutchouc mousse sur le plancher est idéal ou s'étendre dessus sur le lit en plaçant un panneau de contreplaqué entre le matelas et le sommier. Laissez vos talons ballants, librement en dehors de l'extrémité du matelas. N'utilisez pas d'oreiller. Si le matelas est trop dur sous votre tête, ajoutez une couche de caoutchouc mousse de cinq centimètres. Reposez parfaitement immobile. Cette position de l'Homme Mort enlève la tension de vos muscles, repose vos nerfs et recharge rapidement votre corps en électrons. En d'autres termes, le repos des muscles précède le repos de l'esprit.

#### LA POSITION "TETE EN BAS" ET SES GRANDS AVANTAGES

Si vous pouvez vous tenir sur vos mains, avec les pieds attachés appuyés contre un mur plusieurs fois par jour, quand votre estomac est vide, vous ferez venir davantage de sang à votre cerveau et aiderez vos capillaires du cerveau à s'étendre d'une façon permanente. Des capillaires de cerveau rétrécis menacent toujours leur propriétaire d'une attaque. Vous avez l'âge de vos vaisseaux sanguins, particulièrement de ceux du cerveau.

Note. Si vous souffrez sérieusement de myopie, faites toujours cet exercice modérément. Augmenter la circulation du sang aux yeux augmente la pression intra-oculaire et allonge le globe oculaire. Cela augmente la myopie.

#### AUGMENTER VOTRE POTENTIEL ELECTRIQUE

Les aliments frais sont très importants pour la santé et par conséquent pour la longévité. Les aliments dans leur état naturel agissent comme électrolytes dans le corps. Pour être plus explicite, ils peuvent conduire un courant électrique aussi bien qu'ils peuvent être décomposés par lui. Grâce à cette faculté des aliments, le corps se nourrit lui-même.

Et tout est électrique dans la nature, y compris l'organisme complexe de l'homme. Vous savez déjà que l'atmosphère est électrique, qu'elle a une charge positive (+) et que la terre a une charge négative (-). L'interaction de la charge positive de l'atmosphère avec la charge négative de la terre rend toute vie possible. L'homme, en conséquence, doit être électrique en composition, puisqu'il est une chose vivante. Il est composé des deux charges positive et négative, mais il est chargé négativement. Quand il est détourné de sa charge normale, comme vous le savez

déjà, il tombe malade.

Votre corps, donc, est constamment immergé dans une mer d'énergie électrique dont vous tirez votre vie. Vous absorbez cette énergie par de nombreuses avenues, conduisant toutes directement dans chaque cellule du corps. Ces avenues sont les aliments et les liquides que vous consommez, l'air que vous respirez, et, le dernier mais pas le moindre, votre système nerveux. Pour améliorer votre santé vous devez augmenter votre potentiel électrique. Votre pouvoir psychique peut être projeté plus énergiquement quand votre corps est nourri électriquement. L'air pur, les aliments frais, le repos et le contrôle de votre Autoconscient Primitif - tous ajoutent un potentiel électrique à votre corps. Cela, en retour, vous apporte un tonus musculaire augmenté et une sensation de FORCE INTERIEURE. Le résultat en est pour vous, une invincible confiance en vous pour tout ce que vous entreprenez.

POURQUOI VOUS POUVEZ ACCOMPLIR DES MIRACLES

LE POUVOIR DE L'ACTION MOLECULAIRE

Les "Miracles" sont possibles à accomplir parce que toute vie, à la fois vivante et "non-vivante", ne fait qu'un. La vie est comme un colossal nuage invisible aussi grand que l'univers lui-même. Elle pénètre et est cependant une part de chaque chose. Les hommes peuvent différer d'opinion au sujet de sa nature, mais ils sont tous d'accord pour dire qu'elle ne fait qu'UN. Ils sont seulement embarrassés quand il s'agit d'analyser cet UN. Les idéalistes l'appellent l'Esprit. Les théologiens l'appellent Dieu. Les naturalistes l'appellent Nature. Les mystiques l'appellent l'Inconnaissable. Les occultistes de l'Est et de l'Ouest l'appellent l'Absolu... Mais ils sont tous d'accord pour reconnaître que cet UN pénètre chaque forme apparente de vie. Ils sont tous d'accord que les formes matérielles, les forces, les énergies et les principes doivent provenir de cet UN et sont par conséquent "de" lui. Puisque la CYCLOMANCIE: COMMENT LIBERER

VOTRE PUISSANCE PSYCHIQUE cherche principalement une compréhension scientifique de tous les mystères, nous appellerons cet UN, Action Moléculaire.

Chaque chose, donc, résulte de, est toujours constituée de, et reste ou devient Action Moléculaire. Rien n'est indépendant de l'Action Moléculaire. Vous pouvez, pour cette raison, influencer tout ce que vous pouvez désirer parce que chaque chose a l'Action Moléculaire et vous aussi. Vous n'avez juste qu'à utiliser votre propre Action Moléculaire (exercée par vos émissions corporelles) pour contrôler tout ce que vous voulez. Le Temps, l'Espace, la cause ou l'effet n'existent pas dans l'Eternel. Tout est Action Moléculaire. C'est pourquoi, nous les répétons, les miracles sont possibles à accomplir. Contrôlez l'Action Moléculaire de chaque chose suffisamment à fond et vous pouvez accomplir des "miracles" avec elle. En physique et en chimie, l'Action Moléculaire de différentes substances est contrôlée en changeant leur température ou en les mélangeant avec d'autres substances avec lesquelles elle réagissent, aux température et pression auxquelles elles réagissent. Elles sont aussi contrôlées par l'électricité et différents rayons lumineux. Elles sont même contrôlées par l'attraction magnétique ou la répulsion. Il existe encore d'autres moyens, utilisés par l'esprit, que nous expliquerons dans les leçons suivantes.

LE POUVOIR LATENT, INCONCEVABLE

QUI ABONDE DANS CHAQUE CHOSE

Chaque chose, dans l'univers, est vivante, moléculairement parlant. Les molécules de toute matière, soit vivante soit "morte", sont en mouvement constant; elles sont toujours soit attirées,

soit repoussées par une ou plusieurs molécules. La matière change seulement physiquement, chimiquement ou les deux. Les molécules de la matière peuvent se diviser et leurs parties se recombiner avec d'autres atomes ou molécules et former de nouvelles molécules, mais elles continuent toujours à être en mouvement. La glace peut se transformer en eau, l'eau en vapeur et la vapeur en air, mais c'est toujours de la matière et la matière consiste en molécules en action. Quand la matière est un élément pur comme le calcium, elle consiste seulement en atomes de cet élément. Mais puisque la plus grande partie de la matière existe sous forme combinée (c'est-à-dire que sa structure d'unité consiste en deux ou plusieurs atomes de différentes substances combinées chimiquement en une seule molécule), il est plus pratique d'appeler le UN, Action Moléculaire.

C'est pourquoi vous pouvez développer de remarquables pouvoirs cachés tels que le pouvoir de l'esprit sur la matière, de deviner le futur (pré connaissance ou voyance), lévitation et encore bien d'autres. Toute matière consiste en Action Moléculaire.

Vous pouvez accomplir tous les miracles que le maître psychique peut faire, si vous contrôlez le pouvoir de l'attraction moléculaire qui tient ensemble les molécules de la matière influencée.

#### LE POUVOIR DU CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE SUR LA MATIERE

Vous comprenez maintenant comment vous POUVEZ exercer le contrôle du pouvoir psychique sur les objets et sur les événements. Vous n'avez besoin que d'établir le Contact Psychique Moléculaire avec eux et c'est possible parce que chaque chose est composée de Molécules en Action.

Comment établissez-vous le Contact Psychique Moléculaire avec les objets et les événements? En variant la température et la pression de votre projection du pouvoir psychique. Dans un solide les molécules sont évidemment plus nombreuses et restent ainsi plus près les unes des autres que dans un liquide ou un gaz. Un solide contient de loin beaucoup plus de molécules par unité cubique qu'un liquide. (La glace et l'eau sont peut-être la seule exception parce que la glace se dilate). Un liquide contient de loin beaucoup plus de molécules qu'un gaz, ou des gaz. Les molécules des gaz s'attirent plus fortement les unes les autres, en conséquence, que celles des liquides et des solides, mais pour la même raison elles se bousculent moins activement les unes les autres quand elles se rencontrent. La vitesse moléculaire dans un solide (excepté la glace) est en conséquence moins grande que dans un liquide ou un gaz. Elle est la plus grande dans un gaz (ou dans le plasma, le dernier état de la matière qui a été découvert).

Quand une substance est chauffée, ses molécules se meuvent plus vite et par conséquent rebondissent plus loin l'une de l'autre quand elles se rencontrent. La substance alors se dilate. Quand elle est très chauffée, ses molécules se meuvent si vite et rebondissent si loin l'une de l'autre quand elles se rencontrent que la substance change de forme. Un solide alors devient un liquide, et un liquide, un gaz.

Quand une substance est refroidie, le phénomène opposé se présente. Ses molécules se resserrent alors plus près les unes des autres, à un tel point que la substance se contracte. Quand sa température descend assez bas, ses molécules se meuvent si lentement et sont tellement serrées les une contre les autres que la substance change encore de forme. Un gaz alors devient liquide, et un liquide, un solide.

La même chose se produit avec le son. Quand la fréquence d'un son est augmentée (c'est-à-dire que ses longueurs d'ondes

sont raccourcies) son ton monte. Quand sa fréquence est diminuée (ou que ses longueurs d'ondes sont augmentées) son ton descend. Pour accomplir un miracle avec une certaine substance, vous devez modifier votre projection du pouvoir psychique à cette substance à un degré où elle correspond de plus près à celle de la concentration moléculaire de cette substance. Vous influencerez alors le plus grand nombre de ses molécules. Si c'est un gaz, vous devez accélérer votre projection du pouvoir psychique. Si c'est un solide, vous devez la retarder.

Les exercices suivants vous montreront de quelle manière étonnante l'Action Moléculaire peut être contrôlée par le pouvoir psychique.

Exercice pour le Contact Psychique Moléculaire. Les exercices pour l'Action Moléculaire sont simples à expliquer.

Exercice 1. Comment établir le Contact Psychique Moléculaire avec un liquide ou un gaz. Asseyez-vous et regardez l'eau ou l'air et appliquez-leur l'Arc Psychique aussi intensément que vous le pourrez. (Pensez au steak ou à quelque chose de très délicieux). Plus votre Arc Psychique sera chaud pour l'air, mieux ce sera, car ses molécules se meuvent plus vite loin les unes des autres encore que celles du liquide. Le maître psychique, en se chauffant lui-même beaucoup plus fort que vous, contacte naturellement beaucoup plus de molécules que vous et c'est pour cela qu'il peut accomplir des miracles avec l'eau et l'air. L'exercice, cependant, perfectionnera votre aptitude à projeter de très chauds Arcs Psychiques, et vous savez déjà comment vous pouvez efficacement utiliser l'Arc Psychique dans votre vie courante.

Exercice 2. Comment établir le Contact Psychique Moléculaire avec un solide. Asseyez-vous et regardez un objet solide et appliquez-lui l'Arc Violent aussi intensément que vous le pouvez. L'Arc Violent chauffe l'intérieur de votre corps, comme la fièvre - mais aussi comme la fièvre, il refroidit votre peau jusqu'au froid. Les étroites et courtes baguettes qui se rassemblent de votre peau froide et se créent dans vos Cornes de Cerveau sont alors des baguettes froides. Plus votre Arc Violent sera froid (c'est-à-dire le plus intense), mieux ce sera pour cet exercice. Ses projections de vos Cornes du Cerveau vibreront en conséquence en corrélation plus lentement et contacteront en corrélation davantage des plus lentes molécules du solide. Le maître psychique, une fois de plus, en se faisant de loin beaucoup plus froid que vous, contactera naturellement tellement plus de molécules que vous qu'il peut plus efficacement les "courber" à sa volonté, comme dans les miracles où il multiplie les miches de pain. L'exercice, cependant, perfectionnera votre aptitude à projeter des Arcs Violents très froids et vous savez déjà comment les utiliser dans votre vie courante.

#### LES YEUX MOLECULAIRES

##### COMMENT DISSOUDRE UN NUAGE

Quelques maîtres psychiques ont développé le pouvoir de dissoudre un nuage. Incroyable comme cela semble, reportez-vous avant tout à la façon dont un nuage est composé. Voici les échelons scientifiques.

1. Il y a une masse d'air dans le ciel qui contient assez d'humidité pour le saturer.
2. Dans la partie froide de cette masse d'air, entre un courant d'air chaud.
3. La température résultant de cette union de l'air froid et de l'air chaud sera inférieure à celle de l'humidité qui sature déjà l'air.
4. DAVANTAGE d'humidité se forme, en conséquence. Et ainsi, il y a trop d'humidité dans la masse d'air.
5. Cette humidité excessive se condense immédiatement au-

tour des particules flottantes et forme un nuage. Pour dissoudre ce nuage vous devez augmenter sa température et faire évaporer son humidité excessive. Vous devez lui projeter des rayons chauds. Le maître psychique peut faire cela grâce à l'Antidrome Psychique.

Exercice. Soyez entièrement reposé pour cet exercice. Avant de le commencer faites pendant cinq minutes des exercices calisthéniques pour vous échauffer et commencez à produire une chaleur corporelle excessive.

Maintenant, regardez fixement un nuage dans le ciel et attachez vos yeux à son point le plus noir. C'est là qu'est concentrée son humidité la plus excessive et c'est de là que la pluie pourrait commencer à tomber en premier.

Prenez de lentes et profondes inspirations et remplissez-vous d'électrons. Maintenant, faites l'Antidrome Psychique, en l'intensifiant au maximum. Une grande chaleur et une grande énergie se rassemblent à la surface de votre peau et vous éprouvez une sensation de puissance insurmontable qui grandit régulièrement pour éclater dans votre poitrine. Ensuite, faites exploser hors de votre poitrine en direction du ciel, cette boule de feu et faites-la entrer dans le nuage au moyen d'une autre fusée-commandement du pouvoir psychique de vos Cornes du Cerveau. Faites-le quatre fois comme un canon bombardant une forteresse. Mettez le comble à cet exercice avec des Formes Visualisées. Visualisez le nuage en train de se réchauffer et son point le plus noir qui s'estompe. Projetez cette forme visualisée au nuage. Continuez à lui projeter des Formes Visualisées, l'une après l'autre, jusqu'à ce qu'il se dissolve.

CONCLUSION. Evidemment vous n'obtiendrez aucun succès sensible avec cet exercice. Vous auriez à augmenter vos pouvoirs psychiques au moins de cent neuf fois avant de pouvoir réussir. Mais l'exercice développera votre Autoconscient Primitif pour des buts pratiques.

#### LE POUVOIR DE VOS MOTS

Beaucoup de miracles sont accomplis plus facilement avec l'aide des mots, ne soyez donc pas réticent à diriger vos commandements de pouvoir psychique avec éloquence, silencieusement ou autrement. Avec le pouvoir des mots, aussi absurde que cela semble, des maîtres psychiques ont provoqué des tremblements de terre, des orages et des tempêtes. De moindres lumières ont, dans l'intérieur de l'Inde et aux Antilles, amené des pluies torrentielles avec de terrifiants coups de tonnerre en prononçant seulement quelques mots et en faisant quelques gestes. Les mots donnent aux Formes Visualisées une substance plus réaliste, aussi, parce que vous la visionnez plus dynamiquement quand vous vous la décrivez aussi à vous-même. Les mots adéquats répétés à vous-même, peuvent se révéler aussi efficaces pour vous que ceux de l'hypnotiseur peuvent l'être pour lui.

## QUATORZIEME LECON

Comment

Développer la Vision du Pouvoir Psychique  
et en Tirer d'Incroyables Avantages

La Vision du Pouvoir Psychique est la neuvième très importante partie de votre Autoconscient Primitif. Elle est aussi une des parties les plus étonnantes.

### LES MIRACLES DE LA VISION DU POUVOIR PSYCHIQUE

Des choses stupéfiantes sont accomplies grâce à la Vision du Pouvoir Psychique. Même en n'en utilisant qu'une petite partie le maître psychique voit à travers des murs de briques, d'acier ou de pierre et perçoit ce qui se passe dans la pièce contiguë ou dans un endroit proche. Grâce à la Vision du Pouvoir Psychique il lit des passages de livres fermés, lit des lettres cachetées et voit le contenu de coffres métalliques fermés à clé. Grâce à elle, il voit à l'intérieur des corps des malades. S'il connaît la pathologie il peut diagnostiquer les maladies. Grâce à une Vision du Pouvoir Psychique 109 fois plus pénétrante que la vôtre, qu'il multiplie encore par 12x12x12 en surmontant trois Points de Jonction des Nerfs sans perdre beaucoup de ses courants d'action rétinale, la terre sur laquelle il marche devient transparente pour lui et il peut voir dans ses profondeurs. Dans l'intérieur de la terre, il peut voir des vers au travail; il peut découvrir des veines de minerai, du charbon, du pétrole et des torrents souterrains. Grâce à la Vision du Pouvoir Psychique il peut grossir, comme un microscope, d'infimes parcelles physiques ou astrales jusqu'à un millier de fois de plus que le microscope. Grâce à elle, il peut voir même à l'intérieur des atomes eux-mêmes. Non seulement il voit à la fois l'intérieur et l'extérieur de toutes les substances, mais il voit même son corps astral confortablement installé dedans. (Nous en dirons plus au sujet des phénomènes astraux dans les prochaines leçons). La Vision du Pouvoir Psychique est une incroyable réalisation.

Cependant la Vision du Pouvoir Psychique a quelques limites. Elle diminue et disparaît complètement au-delà d'une certaine distance. Cette distance varie suivant le degré de développement de votre personnalité inconnue et aussi selon la puissance de votre projection de la Vision du Pouvoir Psychique.

Quand vous regardez à travers la terre grâce à elle, vous ne voyez pas aussi nettement que lorsque vous regardez à travers une glace. Vous voyez à travers un peu comme si vous regardiez à travers une masse d'eau ou à travers un brouillard léger avec vos yeux nus. Une fois encore, vous pouvez voir à travers la terre, mais ce que vous voyez à l'intérieur s'affaiblit avec la distance et finalement disparaît. En ajoutant le tube astral à votre Vision du Pouvoir Psychique, évidemment, comme vous l'apprendrez plus loin, vous pouvez obtenir de meilleurs résultats. Mais les restrictions mentionnées plus haut restent valables.

### LES 6 MOYENS POUR ACQUERIR

#### LA VISION DU POUVOIR PSYCHIQUE

Ainsi que les occultistes orientaux la décrivent, la Vision du Pouvoir Psychique est "la faculté de rendre sa vision grande ou petite à volonté". Vous l'obtenez en variant énormément votre appareil visuel en utilisant six moyens. Les trois premiers sont ceux que vous allez pratiquer. Les trois autres sont pour les maîtres psychiques.

Les trois premiers moyens, c'est-à-dire ceux normalement utilisés, sont:

1. Varier la convexité de la lentille de vos yeux.
2. Varier la convergence de vos globes oculaires.

3. Varier la grosseur de vos pupilles.

Vous devriez leur ajouter le quatrième moyen:

4. Regarder à travers l'éther inter-moléculaire.

Les cinquième et sixième moyens sont pour les maîtres psychiques les plus expérimentés et sont:

5. Allonger ou raccourcir le globe oculaire au moyen de la force musculaire de l'oeil et faire mouvoir ainsi sa rétine en avant et en arrière. (C'est ce que fait le mollusque)

6. Mouvoir la lentille elle-même en avant et en arrière. (C'est ce que fait l'homme en photographie et ce que font les poissons osseux).

COMMENT LES TROIS MOYENS NORMALEMENT

EMPLOYES P.EUVENT FONCTIONNER POUR VOUS

DONNER LA VISION DU POUVOIR PSYCHIQUE

Vos trois moyens normalement employés peuvent fonctionner pour vous donner la fonction du pouvoir psychique en améliorant grandement votre vision proche et votre vision distante, comme détaillé ci-dessous.

1. Comment les moyens normalement employés 1, 2 et 3 fonctionnent quand vous regardez un objet PRES de vous. (Accommodation de la vision proche).

a) Quand vous regardez un objet près de vous, la lentille de votre oeil augmente sa convexité.

b) Vos yeux convergent ou se rapprochent l'un de l'autre de façon que les deux puissent regarder le même objet en même temps.

c) Enfin, vos pupilles se contractent et réduisent la couleur et la quantité de lumière reflétée dans vos yeux par l'objet pour que vous puissiez le reconnaître plus aisément. (Plus l'objet est près de vous, plus il y a de couleur et de lumière reflétées dans vos yeux).

2. Comment les moyens normalement employés 1, 2 et 3 fonctionnent quand vous regardez un objet ELOIGNE DE VOUS (Accommodation de la vision éloignée).

a) Quand vous regardez un objet éloigné de vous, la lentille de votre oeil diminue sa convexité.

b) Vos yeux divergent ou s'écartent pour vous donner deux visions plus parallèles. Vos deux yeux peuvent alors regarder le même objet en même temps.

c) Enfin, vos pupilles se dilatent et augmentent la couleur et la quantité de lumière reflétées dans vos yeux par l'objet pour que vous puissiez le reconnaître plus aisément. (Plus l'objet est éloigné de vous, moins la couleur et la lumière sont reflétées par lui dans vos yeux).

COMMENT DEVELOPPER LA VISION DU POUVOIR

PSYCHIQUE AVEC LES TROIS MOYENS

NORMALEMENT EMPLOYES

Pour développer la Vision du Pouvoir Psychique avec les trois moyens normalement employés, faites fidèlement les exercices suivants. Vous n'aurez pas à penser aux trois moyens en faisant ces exercices parce que ces derniers sont destinés à les mettre automatiquement en action - les exercices varieront automatiquement la convexité de votre lentille, la convergence ou divergence de vos globes oculaires et la grosseur de vos pupilles.

Exercice 1. Comment développer la loupe de votre vision du pouvoir psychique et améliorer votre proche vision. Ouvrez n'importe quel livre à n'importe quelle page du texte et regardez n'importe quelle lettre. Ne regardez PAS la lettre dans son ensemble mais chaque ligne séparément ou courbe de son contour pour que vos yeux convergent sur la finesse des traits.

Maintenant, lancez une fusée-commandement de pouvoir psychique depuis votre Centre du Pouvoir Psychique (dans votre front) à votre Grand Centre Visuel (à l'arrière de votre tête) lui

ordonnant de visualiser la lettre comme si elle grossissait de deux fois sa taille en longueur, en largeur et dans l'épaisseur de ses lignes.

Pour le renforcer envoyez immédiatement une seconde fusée-commandement du pouvoir psychique à votre Centre du Contrôle des Organes lui ordonnant de stimuler vos nerfs aimants Ceci est parfaitement exécuté avec l'Arc Psychique. Donc, dès que vous avez envoyé la fusée N° 2, pensez au steak aussi vivement que possible et vos nerfs aimants domineront votre corps et feront saillir davantage les lentilles de vos yeux, converger encore plus vos globes oculaires et vos pupilles se contracter encore davantage. Tous ces changements augmenteront l'acuité visuelle de votre vision proche.

Cet exercice vous sera encore bien plus utile si vous êtes presbyte et que vous ayez du mal à voir nettement quand vous lisez ou que vous faites un travail de près. La maître psychique persiste dans cet exercice jusqu'à ce qu'il puisse grossir les petits caractères, beaucoup trop petits pour les lire, comme avec une loupe et les lire facilement. Les sujets en état d'hypnose peuvent lire des caractères beaucoup, beaucoup plus petits que les gens à l'état normal.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1 avec d'autres lettres et ensuite avec des mots entiers.

Exercice 3. Recommencez les exercices 1 et 2 avec des caractères de plus en plus petits.

Exercice 4. Comment développer la Loupe de votre Vision du Pouvoir Psychique et améliorer votre vision éloignée. Regardez à l'extérieur un objet si éloigné que vous pouvez à peine le discerner. Choisissez quelque chose qui ait une certaine largeur comme un arbre ou une voiture, et regardez aux deux extrêmes de cet objet en même temps pour éviter que vos yeux ne convergent. Autrement dit, gardez vos axes visuels aussi parallèles que possible. En faisant cela vos yeux devraient s'approcher de leur position de repos.

Maintenant envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique (dans votre front) à votre Grand Centre Visuel lui ordonnant de stimuler vos nerfs combattants. Ceci est obtenu avec l'Arc Violent. L'Arc Violent est fait exactement de la même façon que l'Arc Psychique excepté qu'au lieu de concentrer votre esprit sur quelque chose de délicieux comme un bon steak, vous vous concentrez sur quelque chose qui vous rend furieux, comme un incident malencontreux. Cela stimule vos nerfs combattants (vos sympathiques) et ils sécrètent de la sympathine et dominent votre corps. Pendant une crise de terreur ou d'hystérie, par exemple, les nerfs combattants peuvent augmenter dans une telle proportion la quantité de sympathine qu'ils sécrètent aux Points de Jonction des Nerfs qu'on a vu au cours d'incendies, des paralysés sans espoir sauter de leur lit et fuir la maison enflammée et des fous décharnés tenir tête victorieusement à six infirmiers. Donc vos nerfs combattants font que la lentille de vos yeux s'aplatit en encore davantage, que vos yeux divergent encore plus et que vos pupilles se dilatent aussi encore plus. Ces changements augmentent l'acuité visuelle de votre vision éloignée.

Cet exercice vous sera encore bien plus utile si vous êtes myope et que vous ayez du mal à voir nettement quand vous regardez à distance. Le maître psychique persiste dans cet exercice jusqu'à ce qu'il puisse grossir les objets éloignés si efficacement qu'il puisse étudier leurs détails aussi clairement que si les objets étaient devant ses yeux. Les sujets en état d'hypnose peuvent voir étonnamment loin et très clairement à l'oeil nu.

Exercice 5. Recommencez l'exercice 4 avec d'autres objets simples et ensuite avec des objets compliqués comme un arbre avec de petites feuilles. Essayez même de compter les feuilles. Exercice 6. Recommencez les exercices 4 et 5 avec des objets de plus en plus éloignés.

#### COMMENT DEVELOPPER LA VISION DU POUVOIR PSYCHIQUE AVEC LE QUATRIEME MOYEN

Le quatrième moyen pour la Vision du Pouvoir Psychique est de regarder à travers l'éther inter-moléculaire. Puisque , comme nous l'avons déjà dit, l'éther pénètre tout, pour voir à travers des solides, vous devez voir à travers l'espace de l'éther entre les molécules de ce solide. Un tel "miraculeux" degré de la Vision du Pouvoir Psychique ne peut être atteint évidemment que par celui qui a décidé de devenir un maître psychique et qui développera sa personnalité inconnue pas seulement 109 fois plus que la vôtre, mais même plusieurs fois cela en surmontant la résistance des Points de Jonction des Nerfs. Pour vous, augmenter le vôtre d'un simple 1 % de votre Autoconscient Primitif équivaldrait à l'augmenter de pas moins de 100% de ce qu'il est maintenant. Votre acuité de vue y gagnerait énormément et cela vous permettrait de conserver une vue exceptionnelle, comparativement parlant, jusqu'à la fin de vos jours. Beaucoup de gens perdent l'acuité de leur vue en vieillissant. La raison n'est pas seulement pathologique; elle est aussi due à leur négligence de faire travailler leur vue régulièrement. Ils n'abusent pas seulement de leurs yeux, mais ils les négligent aussi comme ils négligent leurs muscles et leurs yeux perdent toute leur acuité. En même temps leur visage prend un aspect bovin au point qu'il laisse supposer un esprit terne même si le sujet est brillant. Toute la bonne première impression qu'ils pouvaient faire sur les gens diminue rapidement. D'un autre côté, une vue aiguë (pas un regard affronté et scrutateur), vous fait vous sentir jeune et plein de vie et conduit les autres à immédiatement respecter votre mentalité et à vous considérer beaucoup plus jeune que vous n'êtes réellement. Donc faites ces exercices avec zèle. Vous finirez par les trouver captivants.

Exercice 1. L'exercice du rayon de miel. Prenez un morceau de carton carré d'environ 30 centimètres de côté. Percez un nombre de trous dedans, comme un rayon de miel. Faites des trous d'environ 3 millimètres de diamètre.

Collez le carton à plat sur une surface sombre de façon à voir la teinte sombre à travers les trous que vous avez faits. Asseyez-vous à une petite distance du carton et regardez les points sombres à travers les trous.

Recommencez en vous asseyant plus loin.

Asseyez-vous si loin que vous puissiez à peine distinguer la séparation des trous et que cela vous paraisse être une surface sombre unie.

Commencez maintenant à développer la Vision Intermoléculaire en appliquant le Double Commandement du Pouvoir Psychique.

1. Lancez une fusée-commandement de pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique (dans votre front) à votre Grand Centre Visuel (à l'arrière de votre tête) et ordonnez-lui de grossir énormément l'image du carton dans votre rétine , Pour le renforcer, immédiatement

2. Lancez une deuxième fusée-commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique au Centre de Contrôle de vos Organes et appliquez immédiatement l'Arc Violent pour stimuler vos nerfs combattants. Pensez seulement à quelque incident qui vous remplit de colère (le plus coléreux

vous serez, le mieux ce sera) et vos yeux divergeront automatiquement et vos pupilles se dilateront. Les trous dans le carton réapparaîtront et vous discernerez à nouveau le carton qui les entoure.

Exercice 2. Quand vous excellerez à l'exercice 1, recommencez-le avec un autre morceau de carton avec des trous de seulement 1,5 millimètre de diamètre. Continuez cet exercice jusqu'à ce que vous soyez assis aussi loin du carton que vous l'avez fait dans l'exercice 1 et que vous puissiez encore discerner le carton qui entoure les trous. La réussite de cet exercice exigera un développement considérable de votre acuité visuelle, peut-être quatre fois celle d'avant.

Exercice 3. Chaque fois que vous en avez la possibilité - disons, quand vous voyagez à la campagne ou pendant des vacances - regardez une mare boueuse et essayez de voir à travers jusqu'au fond. Essayez d'identifier tout ce qui se trouve au fond.

Note: Vous allez vous entraîner à regarder une surface sombre entre les trous d'un carton parce que l'éther intermoléculaire est sombre. Il consiste, en vérité, d'ombres qui changent si rapidement en raison des mouvements de myriades de molécules à travers lui, qu'il peut être considéré comme étant plus ou moins une ombre fixe. Si vous désirez devenir un maître psychique, vous continuerez ces exercices avec des trous de plus en plus petits; avant longtemps vous seriez prêt à essayer de voir les points sombres à travers des trous d'épingles à la même distance à laquelle vous discerniez les trous de 3 millimètres. Finalement vous colleriez un mouchoir sur la même surface et essaieriez de voir à travers les mailles. Mais vous n'avez pas à aller jusqu'à cette extrémité. Contentez-vous de développer le 1% de votre personnalité inconnue et vous serez grandement récompensé.

#### LES CINQUIEME ET SIXIEME MOYENS POUR LA VISION MIRACULEUSE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Les cinquième et sixième moyens sont ceux que le maître psychique utilise pour l'aider efficacement à réaliser la Vision du Pouvoir Psychique. Ils seront décrits brièvement puisqu'ils sont exceptionnellement difficiles à contrôler.

Le cinquième moyen. Le maître psychique peut à volonté allonger ou raccourcir son globe oculaire et multiplier sa vision proche ou éloignée dans de considérables proportions. Physiologiquement, vous pouvez allonger votre propre globe oculaire rapidement jusqu'à un certain degré en vous mettant sur les mains pendant une minute environ et en appuyant vos pieds contre un mur. Dans cette position votre globe oculaire se remplit de plus d'humeur aqueuse que la normale. Ou vous pouvez le raccourcir en vous suspendant à une barre fixe ou à la branche d'un arbre pendant une demi-minute et laisser plus de sang que normalement se rassembler dans vos jambes. Dans cette position votre globe oculaire perd un peu de son humeur aqueuse. Ces mêmes états se produisent chez l'homme à la suite de périodes prolongées pathologiquement dans des maladie comme le glaucome, le goitre thyroïde et l'hystérie.

Mais le maître psychique n'allonge pas et ne raccourcit pas son globe oculaire en modifiant la quantité d'humeur aqueuse de son oeil. Il contracte ou détend ses muscles extra-oculaires (oeil externe) pour allonger ou raccourcir son globe oculaire. Il peut ainsi arriver à ses fins sans aucun danger quel qu'il soit.

Le sixième moyen. Le sixième et dernier moyen de la Vision du Pouvoir Psychique consiste à mouvoir la lentille de l'oeil en avant et en arrière, comme cela se fait en photographie et comme le font les poissons osseux. Il est très difficile d'acquérir

la maîtrise de cet exercice. Vous l'utilisez cependant déjà jusqu'à un certain degré dans le cinquième moyen quand vous allongez et raccourcissez votre globe oculaire. Mais peut-être feriez-vous bien aussi d'abandonner le sixième moyen au maître psychique.

ADDENDA. Quand vous êtes auto intoxiqué il y a une haute concentration de glutathion dans votre lentille de l'oeil comparée aux autres tissus, ainsi qu'un résidu de protéine thermostabile (B-cristallin) En conséquence vous avez besoin absolument d'une inspiration d'oxygène pour votre lentille de l'oeil pour maintenir ces substances en équilibre. (Cela peut - être une petite inspiration d'oxygène, mais elle est essentielle). Dans les autres tissus, un tel équilibre joue un rôle secondaire dans une auto-intoxication, mais il en joue un important dans la lentille de l'oeil Quand vous pratiquez tous ces exercices de l'oeil, soyez certain de le faire dans des locaux bien aérés.  
D'excellents aliments pour la puissance de l'oeil devraient contenir de hautes concentrations de potassium.

## QUINZIÈME LECON

Comment

Développer l'Ouïe du Pouvoir Psychique  
et en Tirer des Avantages Prodigieux

LA PREUVE INDISCUTABLE DE L'OUÏE  
DU POUVOIR PSYCHIQUE

Votre Ouïe du Pouvoir Psychique est la dixième et dernière partie importante de votre Autoconscient Primitif. L'ouïe de l'hystérique, vous le savez déjà, peut devenir jusqu'à seize fois plus fine que celle d'une personne normale. La principale cause est sa terreur écrasante de la persécution et sa défiance universelle des gens. Ce n'est pas à cause d'un contrôle anormal de son esprit conscient ou subconscient que son ouïe devient aussi fine, car tous les essais faits pour entraîner scientifiquement des gens normaux à améliorer leur ouïe même d'une fraction insignifiante ont échoué lamentablement. Il n'y a pas de doute alors que c'est un autre pouvoir en dedans de l'hystérique qui accomplit pour lui ce miracle. Ce pouvoir est évidemment l'Ouïe du Pouvoir Psychique.

VOTRE OUÏE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Les structures anatomiques de votre Ouïe du Pouvoir Psychique sont votre nerf auditif et votre lobe temporal, c'est-à-dire les côtés inférieurs de votre cerveau. La partie de votre nerf auditif intéressée par l'Ouïe du Pouvoir Psychique est votre Electricité du Limaçon, mais les deux parties de votre lobe temporal sont intéressées aussi - c'est-à-dire votre Grand Centre Auditif ainsi que votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif qui consistent en les vastes régions non identifiées du cortex du lobe. Vous savez déjà comment augmenter votre Electricité du Limaçon grâce au contrôle du Pouvoir Psychique. Etudiez maintenant votre Grand Centre Auditif et comment le placer sous le contrôle du Pouvoir Psychique Auditif. Ajoutez à cela l'Electricité du Limaçon intensifiée et vous avez l'Ouïe du Pouvoir Psychique.

LA COMPOSITION DE VOTRE GRAND CENTRE AUDITIF

Votre Grand Centre Auditif est situé dans le cortex de votre lobe temporal, qui comprend les côtés inférieurs de votre cerveau. Il ne reçoit pas les ondes de son de la même fréquence (cycles par seconde) que celles du son original. C'est ainsi parce que l'électricité nerveuse qui l'atteint à la fin du voyage rempli de résistances qu'elle fait depuis vos oreilles (à cause des quatre Points de Jonction qu'elle doit traverser) est terriblement réduite. C'est pourquoi votre acuité auditive ne peut pas se comparer à celle de la chauve-souris. Mais elle a les ressources nécessaires pour l'égaliser! Vous n'avez qu'à réveiller cette dixième et dernière partie importante de votre Autoconscient Primitif. Et cela peut être fait! Comment?

Vous pouvez le faire en écrasant la résistance des nombreux Points de Jonction par:

1. une gigantesque création d'Electricité du Limaçon. (Vous n'avez qu'à envoyer une fusée-commandement du pouvoir psychique explosive de votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif (dans les côtés inférieurs de votre cerveau) à vos oreilles, leur commandant de multiplier l'Electricité du Limaçon dans votre nerf auditif). Et par:
2. votre immédiate mise en oeuvre de l'Arc Psychique Irradiant. (L'Arc Psychique Irradiant remplit vos Points de Jonction d'acétylcholine et réduit efficacement leur résistance à la super-charge d'Electricité du Limaçon, en en libérant beaucoup plus qu'autrement pour continuer de traverser les Points de

Jonction et circuler vers votre Grand Centre Auditif).

Exercice 1. Comment augmenter la sensibilité de votre ouïe (de vos " cellules cillées " du Limaçon). Tendez l'oreille pour discerner les sons individuels qui s'échappent du chaos d'une jaccasserie d'un groupe de gens à quelque distance de vous. Les gens qui écoutent aux portes et les détectives développent un sens inhabituel de l'ouïe. D'abord, vous n'attrapent qu'une syllabe ou deux, de temps en temps, ou un mot ou deux. (La netteté précédera l'amplification). Maintenant, lancez une puissante fusée-commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif, dans les côtés inférieurs de votre cerveau) à vos oreilles leur commandant de multiplier l'Electricité du Limaçon dans votre nerf auditif.

Faites suivre cela immédiatement d'un Arc Psychique Irradiant. (Pensez à quelque chose que vous aimez (comme le steak) et intensifiez-le jusqu'à ce qu'il s'étende à votre système tout entier. Les sons individuels du groupe deviendront régulièrement plus intenses à votre oreille ainsi que plus distincts.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1 en augmentant progressivement les distances.

Exercice 3. Branchez votre radio ou votre télévision très doucement et écoutez chaque mot. Une demi-minute plus tard, réglez la encore plus bas et écoutez à nouveau. Continuez ainsi jusqu'à ce que vous puissiez à peine l'entendre et ensuite lancez une puissante fusée-commandement du pouvoir psychique auditif pour multiplier l'Electricité du Limaçon dans vos oreilles (comme ci-dessus) et faites-la suivre immédiatement d'un Arc Psychique Irradiant. De même qu'avec vos yeux, rappelez-vous, les sons continuent: ce n'est seulement que vos oreilles ne les entendent plus. Donc, utilisez les deux moyens pour leur faire entendre les sons. Réglez votre appareil de radio ou de télévision encore plus bas et intensifiez votre fusée-commandement du pouvoir psychique auditif à votre Electricité du Limaçon et à tout votre Arc Psychique Irradiant.

Exercice 4. Comment entendre avant d'entendre réellement comme l'aveugle. En vous couchant le soir, restez étendu et écoutez les plus légers sons que vous pouvez. Votre corps tout entier, vous le remarquerez, se détend et repose aussi tranquillement qu'une statue pendant que vous tendez littéralement vos oreilles pour percevoir le plus faible son dans le lointain. Vous pouvez facilement entraîner vos oreilles à écouter si intensément un son que vous l'"entendez" avec vos muscles avant qu'il fasse un son perceptible dans votre oreille. Grâce à cette faculté, vous pourriez bien, un jour, sauver votre vie ou celle d'un autre.

Donc, restez étendu éveillé et très immobile dans le milieu de la nuit quand tout est calme et lancez une fusée-commandement du pouvoir psychique auditif à votre Centre d'Enregistrement des Sensations pour sentir vivement avec votre sens du toucher la plus petite pression d'une onde sonore contre vos mains ouvertes.

Quand une onde sonore d'une fréquence au-delà de celles que vous pouvez entendre facilement, atteindra les cellules cillées de votre limaçon, elle sera sentie par la peau de vos mains et convoyée à votre Centre d'Enregistrement des Sensations. De là, elle sera automatiquement relayée à votre cortex (vos esprits conscient et subconscient), et votre cortex commandera instinctivement aux muscles de vos mains de réagir à la pression en les retirant soudainement ou par à-coups très légers.

Le fait important est que dans ce trajet de nerfs, l'électricité de votre onde sonore n'a à surmonter que deux Points de Jonc-

tion au lieu de quatre. La fréquence de l'onde sonore qui le traverse aura été par conséquent beaucoup de fois moins diminuée que si elle avait parcouru le trajet auditif, c'est-à-dire seulement 12 fois 12 au lieu de 12 fois 12 fois 12 fois 12. Malgré tout l'électricité nerveuse de l'onde sonore ne bénéficiera pas dans ce trajet de nerfs de l'aide de l'Electricité du Limaçon, puisqu'elle ne sera pas transmise par le moyen du nerf auditif, elle aura néanmoins à surmonter seulement les résistances de deux Points de Jonction au lieu de quatre et ainsi les muscles de votre main seront stimulés par elle d'une façon étonnamment puissante. Vous n'entendrez pas le son avec votre main et ne le reconnaîtrez pas non plus, mais vous sentirez "arriver quelque chose". Vos muscles fléchiront très légèrement et vous avertiront ainsi du son avant même que vos oreilles ne répondent au plus léger soupçon de celui-ci. Vous avez donné des "oreilles" à vos muscles. L'aveugle développe cette aptitude jusqu'à un degré bien supérieur à la normale.

Exercice 7. Quand vous êtes au lit, essayez d'entendre le faible bruit de la respiration de quelqu'un qui dort dans une pièce à côté, le roulement d'un véhicule à quelques maisons de distance (et savoir exactement à combien de maisons de distance), le chant d'un oiseau éloigné ou d'un insecte.

Exercice 8. Recommencez l'exercice 7, essayez d'entendre des sons qui sont couverts par d'autres sons. En physiologie, cela s'appelle "démasquer".

#### LES PARTIES LES MOINS IMPORTANTES DE VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF

Les parties restantes mais moins importantes de votre Auto-conscient Primitif seront résumées maintenant. On ne vous montrera pas comment les développer parce que vous en avez un besoin pratique beaucoup moins pressant. Mais vous devez savoir ce qu'elles sont. Les trois restantes sont principalement :

1. Votre Rhinencéphale. (Votre Centre Olfactif, dans votre lobe temporal).
2. Votre Glande Pinéale. (Votre épiphyse, à la base de votre cerveau. Fonction inconnue).
3. Votre Zona Incerta. (Ses connexions nerveuses sont médiocrement connues).

#### 1. VOTRE RHINENCEPHALE, VOTRE CENTRE OLFACTIF

Votre rhinencéphale représente la plus ancienne partie de la télencéphale (votre cerveau antérieur). Il forme presque la totalité du cerveau chez les poissons, les amphibiens et les reptiles. Il est faiblement développé chez vous en comparaison du reste de votre cerveau, mais vous possédez un centre de corrélation olfactif et un chemin olfactif de réflexe. Votre rhinencéphale comprend toutes ces portions de votre cerveau qui sont intéressées par la réception et la conduction des impressions olfactives. Chez les petits vertébrés il consiste en le lobe olfactif et comprend la presque totalité du cerveau antérieur. Chez l'homme, cependant, quelques-unes de ses parties ont été amincies en une feuille fine, tandis que les autres parties sont devenues trop grandes et ont été recouvertes par le développement des régions voisines du cerveau. Votre Centre Olfactif est situé dans votre lobe temporal.

#### 2. VOTRE GLANDE PINÉALE

Votre glande pinéale est une petite glande conique gris-rouge qui repose dans la dépression entre vos deux colliculi supérieurs (votre Centre des Réflexes de la Vue). Votre glande pinéale représente les rudiments d'un organe photosensible, le troisième oeil, qui existe chez certains reptiles et d'autres petits vertébrés. Chez l'Hattéria (un lézard de Nouvelle Zélande) l'œil pinéal est placé à la surface du milieu de la tête et est supposé

servir d'organe récepteur de lumière ou de chaleur. Sa fonction chez l'homme est inconnue.

### 3. LA ZONA INCERTA

C'est le lobe central. Ses connexions nerveuses sont médiocrement connues.

EN CONCLUSION. Chez les vertébrés les moins organisés (poissons et amphibiens) la moelle épinière, qui est le plus bas niveau du développement nerveux, présente une activité indépendante considérable. En conséquence elle devrait réellement être appelée l'original Autoconscient Primitif. Elle est encore une partie de l'actuel Autoconscient Primitif parce que tous les nerfs qui gouvernent le corps passent du cerveau dans elle et à travers elle. D'autres formes de développement nerveux apparaissent (comme votre Autoconscient Primitif dans votre cerveau) à mesure que l'animal progresse sur le plan phylogénique comme nous l'avons vu chez la grenouille, la poule, le chien, le singe et finalement chez l'homme jusqu'à ce qu'il acquière un important cortex cérébral (c'est-à-dire un esprit conscient et subconscient). Plus l'animal possède un niveau élevé dans la vie, plus son cortex cérébral (le plus haut niveau du développement nerveux) contrôle ses plus bas niveaux de développement nerveux et le moins d'aptitudes ils ont pour agir indépendamment.

Pour présenter cela d'une autre façon, l'augmentation progressive de la complexité de la vie, comme on l'a vu chez la grenouille, la poule, le chien, le singe et finalement chez l'homme, est largement due à une augmentation correspondante dans la taille et spécialement dans la complexité du cortex cérébral et dans son influence et son contrôle grandissants sur les plus bas niveaux de développement nerveux. Cependant, la complexité développe l'esprit de raisonnement (le cortex) et met les centres primaires en sommeil. Les plus hauts développements nerveux ne supplantent cependant pas les plus bas - ils agissent seulement à travers eux comme votre cerveau agit à travers la moelle épinière. Pour développer votre personnalité inconnue vous devez rendre leur indépendance à ces plus bas niveaux de développement nerveux (surtout les dix parties importantes de votre Autoconscient Primitif) et ensuite les contrôler au moyen de votre Centre de Pouvoir Psychique.

Vous êtes maintenant prêt pour la Cyclomancie Physio-Astrale.

## SEIZIEME LEÇON

Comment

Placer Votre Aura

et son Pouvoir de Psychométrie

sous le Contrôle du Pouvoir Psychique

CE QUI CONTROLE VOS POUVOIRS PHYSIO-ASTRAUX

Cela tombe sous le sens que votre aura, votre corps astral et tous leurs moyens et usages ne sont PAS sous le contrôle de votre esprit conscient. Ils ne sont même pas sous le contrôle de votre esprit subconscient parce que ce dernier disparaît immédiatement avec la mort tandis que votre Autoconscient Primitif lui survit un certain temps.

Votre aura et voire corps astral doivent être alors sous le contrôle de votre Autoconscient Primitif. Pour obtenir le contrôle du pouvoir psychique sur votre aura et votre corps astral vous devrez donc développer votre Autoconscient Primitif (ce que vous avez déjà fait 'd'au moins 1 % si vous avez étudié ces leçons consciencieusement) et ensuite l'utiliser pour mettre ces parties de vous sous le contrôle du pouvoir psychique. C'est pourquoi vous êtes prêt maintenant à apprendre la cyclomancie physio-astrale.

COMMENT UTILISER VOTRE AURA POUR

LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Votre aura et votre corps astral procèdent de votre corps

Ils sont en conséquence faits par votre corps... d'après les pouvoirs du corps même que vous avez déjà étudiés. Ils sont incroyables seulement parce qu'ils accomplissent ce qui dérouté l'imagination Mais il n'y a pas de mystère à leur sujet. Apprenez comment les utiliser sans crainte.

VOTRE AURA ET SA COMPOSITION

Votre aura est un prolongement nébuleux tout autour de votre corps qui vous accompagne partout. Elle est invisible à l'oeil non-initié. Elle change de forme, de taille et de couleur suivant l'état de votre esprit et de votre corps. Mais réellement elle n'est rien de plus que la combinaison des quatre formes de vos émissions corporelles et elle est pour cette raison fortement affectée à la fois par vos différentes ondes du cerveau et par l'alcalinité et l'acidité de votre sang. Votre aura est un gaz ou un plasma et est composée de

1. H<sub>2</sub>O (eau), (Sueur). Et CO<sub>2</sub> (acide carbonique dans votre sueur).
2. Chaleur radiante.
3. Radiations infra-rouges.
4. Ondes radio. (Radiations électromagnétiques).
5. Magnétisme (qui la maintient à votre corps).
6. Et elle est acide ou alcaline selon votre physiologie corporelle et vos ondes du cerveau. La normale physiologique (le pH) de celles-ci varie avec votre état d'esprit et de santé.
7. votre aura est très sensible au contrôle mental et psychique. Elle fait "ce que l'esprit pense". Elle est toujours disposée à suivre les instructions de votre esprit ou de votre corps tout a fait comme un impatient chien de police qui tire sur sa laisse.

L'IMPORTANCE DE L'ALCALINITE OU

DE L'ACIDITE DE VOTRE AURA

Les aliments alcalins vous donnent une plus grande emprise sur votre aura, qui a un effet marqué en prolongeant votre jeunesse et en retardant le vieillissement. Un système acide contient excessivement de produits usés dans le sang - produits comme du nitrogène non-protéine, de l'acide carbonique de la créatine et de la créatinine. Un système alcalin contient consi-

dérablement moins de ceux-ci et exige moins de votre coeur. Votre coeur a ainsi moins de sang à pomper par minute à travers vos poumons pour oxygéner le produit usé gazeux (acide carbonique) qui s'y trouve. Quand votre système est acide, vous ne vous sentez pas seulement plus vieux parce que votre coeur travaille plus dur et est de ce fait plus fatigué qu'il ne le serait autrement mais aussi parce que vous êtes physiologiquement plus vieux que vous ne le seriez si votre système était alcalin. Vous êtes "plus près de la tombe", pour utiliser une expression déprimante.

En d'autres termes, votre aura est alors en train d'essayer plus désespérément de se séparer entièrement de votre corps, ce qu'elle fait à la fin de votre vie mortelle. Quand vous êtes assez malade, votre aura, comme vos électrons, essaie encore plus désespérément de se séparer de votre corps. Quand vous allez mieux, votre aura s'accroche à votre corps avec plus de détermination ainsi, encore, que vos électrons. Quand vous "rajeunissez" votre aura s'accroche à vous encore avec plus de ténacité comme si vous étiez réellement plus jeune. Quand votre système est alcalin, votre esprit est très clair, très frais, et très revigoré et votre pouvoir psychique est normalement à son maximum. Votre contrôle sur votre aura est alors aussi très ferme.

Quand votre corps est acide et que votre esprit perd de sa vigueur et se fatigue aisément, votre pouvoir psychique s'affaiblit et votre pouvoir sur votre aura diminue. Quand vous êtes inconscient, comme lorsque vous dormez, ou quand vous êtes faible et presque au moment de mourir, votre aura se sépare d'elle-même de votre corps et se suspend à un ou deux mètres au-dessus de vous bien qu'elle, reste reliée à vous par un fil fin. Votre corps alors a beaucoup perdu de son magnétisme.

Pour contrôler votre aura magistralement vous avez besoin de vigueur mentale pour lancer des commandements psychiques explosifs. Vous avez besoin d'un esprit et d'un corps qui soient absolument reposés et d'un système tendant vers l'alcalin.

Note. Les termes "acide" ou "alcalin" employés physiologiquement, signifient réellement que le sang a usé une grande partie soit de sa réserve d'alcalin ou d'acide de façon à maintenir son état "physiologique normal", auquel on se réfère communément sous le signe pH. Le sang lui-même reste toujours suffisamment normal physiologiquement, excepté dans des cas extrêmes comme l'urémie. Quand le sang a usé une grande partie de sa réserve d'équilibre, le corps s'efforce fiévreusement de la reconstituer grâce à de frénétiques mouvements de profonde respiration dans le cas d'acidité (pour inspirer plus d'oxygène et se débarrasser de plus d'acide carbonique) ou bien par une activité fébrile dans le cas d'alcalinité (pour créer plus de produits usés pour faire plus d'acide carbonique).

Vous pouvez utiliser votre aura très efficacement de bien d'autres façons. Une des plus remarquables pour votre vie courante est le Harpon Psychique.

#### LE HARPON PSYCHIQUE

Un certain jeune homme projetait de si puissants photons de rayons infra-rouges de ses Cornes du Cerveau qu'ils repoussèrent son aura assez loin pour atteindre une jeune fille qui marchait à six mètres devant lui, comme avec une main géante. Quand la jeune fille se retourna et qu'elle vit qu'il n'y avait personne assez près "pour être aussi incorrect" avec elle, elle s'évanouit. C'était évidemment un abus du Harpon Psychique.

Aussi ébahissant que cela paraisse, ce n'est pas une spécialité difficile du pouvoir psychique. Mais il est nécessaire que vous puissiez la maîtriser pour pouvoir l'utiliser pour toute une

variété de desseins, comme vous le verrez dans les prochaines leçons.

#### EXERCICES POUR DEVELOPPER LE HARPON PSYCHIQUE

Exercice 1. Comment étonner et amuser votre fiancée ou votre femme avec le Harpon Psychique. La prochaine fois que vous apercevrez votre femme ou votre fiancée (ou votre mari ou votre fiancé si vous êtes une femme) marchant devant vous dans la rue regardez-la intensément et visualisez immédiatement votre aura vous environnant comme un sac invisible et épais. Appliquez maintenant l'Arc Psychique Irradiant à votre corps. Pensez et intensifiez sans cesse une vivante image d'un bon steak pour augmenter notablement la chaleur à la surface de votre peau. Ensuite, rassemblez toute la chaleur de votre corps et empaquetez-la dans deux baguettes brûlantes dans les Cornes de votre Cerveau. Au moyen d'une terrible fusée-commandement du pouvoir psychique lancez ces deux baguettes brûlantes de rayons infra-rouges hors des Cornes de votre Cerveau, renforcées par une terrifiante force de photons pour qu'elles étirent l'aura qui vous enveloppe comme un sac, avec elles jusqu'à toucher la personne en question. Elle regardera subitement autour d'elle. Elle refusera peut-être de l'admettre, mais elle sentira exactement comme si vous l'aviez touchée.

Inutile d'ajouter qu'il ne faut pas essayer cela avec un étranger.

Exercice 2. Comment développer un puissant Harpon Psychique. Asseyez-vous tranquillement dans votre chambre et regardez un objet de l'autre côté de la pièce, et répétez sans cesse l'exercice 1 sur celui-ci. Mais augmentez régulièrement la force de votre fusée-commandement du pouvoir psychique ainsi que celle du pouvoir des photons.

Vous savez déjà comment augmenter la force de vos commandements du pouvoir psychique (Leçon 2). Pour augmenter votre pouvoir des photons de rayons infra-rouges, ré appliquez l'Arc Psychique Irradiant à votre corps. Visualisez aussi des steaks de plus en plus appétissants pour que vos nerfs aimants augmentent la circulation à la surface de votre peau et lui donnent de plus en plus de chaleur. Ensuite rassemblez toute la chaleur de la peau de tout votre corps et empaquetez-la dans des baguettes encore plus brûlantes de rayons infra-rouges dans vos Cornes du Cerveau, prêtes à être lancées.

Exercice 3. Comment utiliser le Harpon Psychique pour dissuader une personne dangereusement menaçante. Quelqu'un vous approche en vous menaçant. Faites exploser une fusée-commandement du pouvoir psychique à travers vos Cornes du Cerveau pour pousser votre aura en forme de sac jusqu'à lui et renforcez-le avec une force sauvage de photons. Vos paupières s'abaisseront automatiquement comme celles d'un chat à l'affût et ajouteront un pouvoir hypnotique à votre regard. Votre éventuel agresseur sentira subitement toutes ses forces l'abandonner.

Pratiquez le Harpon Psychique et avec l'entraînement vous serez capable avant longtemps de le projeter souvent et plus intensément. Grâce à lui vous pouvez obliger quelqu'un qui ne vous connaît pas, spécialement sur le plan sentimental, à vous remarquer, ainsi que nous l'expliquons dans le prochain exercice.

Exercice 4. Comment obliger quelqu'un qui ne vous connaît pas sentimentalement à vous remarquer avec vif intérêt grâce au Harpon Psychique. Votre coeur vous pousse à vous intéresser à Julia ou à Henri (selon votre sexe) et à gagner son coeur. Mais elle manifeste peu d'intérêt pour vous. Vos tentatives anxieuses de converser avec elle, ou les petits services que vous lui avez rendus et qu'elle ne vous demandait pas, n'ont pas reçu beau-

coup d'accueil de sa part. Et cependant vous pensez qu'elle serait à vous si vous pouviez seulement provoquer en elle un intérêt pour vous irrésistible.

Le Harpon Psychique est idéal pour cela. La prochaine fois que vous serez en sa présence, mais pas face à face, regardez-la intensément et visualisez votre aura vous enveloppant comme un épais sac invisible. Maintenant, appliquez à votre corps l'Arc Psychique Irradiant. Créez la vision du steak dans votre esprit et intensifiez-la rapidement et augmentez la chaleur à la surface de votre peau. Rassemblez la chaleur de la peau de tout votre corps et empaquetez-la dans deux baguettes brûlantes dans les Cornes de votre Cerveau. Lancez ces deux baguettes brûlantes de rayons infra-rouges hors de vos Cornes du Cerveau au moyen d'une fusée-commandement du pouvoir psychique terrifiante lui ordonnant d'être fascinée par vous, et renforcez-la avec une terrible force de photons pour qu'elles étirent l'enveloppe de votre aura avec elles jusqu'à la toucher. Envoyez une seconde et encore plus puissante fusée-commandement du pouvoir psychique si cela est nécessaire mais cela ne le sera probablement pas car elle sentira comme si vous l'aviez touchée et regardera autour d'elle. Quand elle réalisera que vous êtes trop éloigné pour la toucher, elle aura un étrange intérêt pour vous. Elle vous aura remarqué. A partir de ce moment poursuivez et utilisez les lois de la domination mentale sur elle (ou sur lui).

COMMENT UTILISER LA PSYCHOMETRIE

POUR LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

La psychométrie est la faculté de dire l'histoire d'un objet étranger par des moyens psychiques. D'éminents physiciens l'ont utilisée à des usages étonnants mais l'ont gardée secrète parce qu'il craignaient le ridicule. Grâce à elle, Zschokke a décrit les vies de gens qui lui étaient totalement étrangers. La Psychométrie est un incroyable pouvoir Physio-Astral. Une femme psychométriste a même décrit des scènes de siècles passés en tenant simplement dans sa main une pierre appartenant à des ruines. Quelle est la base de cette faculté extraordinaire? Il arrive parfois que l'aura humaine s'imprime elle-même et imprime sa "biographie" sur chaque chose avec laquelle elle est en contact, et cette impression peut rester attachée à l'objet pendant des siècles et plus. Pour acquérir la faculté de la psychométrie vous devez apprendre comment "sensibiliser" votre être à l'Action Moléculaire de l'aura imprimée ou attachée à l'objet. Apprenez comment le faire dans les exercices suivants.

Exercice 1. Comment extraire l'histoire du passé d'un objet étranger en le tenant simplement dans votre main. Vous venez juste de recevoir un cadeau de votre mari ou de votre femme mais vous avez de bonnes raisons de supposer qu'il a été acheté et offert à quelqu'un d'autre d'abord. Mais vous ne voulez pas que votre conjoint puisse apprendre que vous le soupçonnez. Employez la psychométrie pour cela. Asseyez-vous dans une pièce calme et sombre sans distractions extérieures. La moindre distraction vous fera perdre tous vos efforts à psychométrer. Tenez le cadeau légèrement dans votre main. Fermez les yeux et videz votre esprit conscient pour que votre Centre du Pouvoir Psychique puisse s'adapter à l'Action Moléculaire de l'aura qui est imprimée ou attachée à l'article. (C'est-à-dire à l'aura de l'éventuelle tierce personne).

Restez immobile et "tirez" un Harpon Psychique à cet article à travers vos Cornes du Cerveau. Votre propre aura s'engouffrera et pénétrera dans chaque particule astrale de l'aura attachée à cet article.

Deux secondes plus tard, avec un commandement du pou-

voir psychique, commencez à ramener dans vous votre Harpon Psychique à travers la peau de votre main qui tient l'objet et laissez-le vous apporter le "sens" de l'Action Moléculaire de l'aura attachée à lui. Retenez votre respiration pour vous aider à conserver l'immobilité absolue et laissez le "sens" pénétrer votre peau et stimuler l'électricité nerveuse appropriée dans vos nerfs porteurs de messages.

Les quelques premières fois que vous essaieriez, vous ne sentirez rien, mais bientôt vous serez sensible aux légers picotements dans vos doigts. Mais la sensation cesse tout-à-coup; alors commencez à ramener dans vous votre Harpon Psychique avec une aspiration plus confiante. Graduellement, maintenant, vous prenez conscience d'une sensation vibrante qui se glisse dans votre bras jusqu'à votre colonne à mesure que l'électricité nerveuse augmente dans vos nerfs porteurs de messages. Gardez toujours votre esprit conscient totalement vide en attendant pour ne pas interférer avec le message. La sensation que vous sentez est différente de toutes celles que vous avez ressenties jusqu'à maintenant. La sensation de glissement continue à se mouvoir jusqu'à votre Centre du Pouvoir Psychique et puis, tout d'un coup, vous sentirez comme lorsque vous vous souvenez inopinément d'un nom que vous avez essayé de vous rappeler pendant longtemps. Vous éprouvez une série d'éclats brusques et soudains dans votre esprit conscient à mesure que les messages y affluent les uns après les autres depuis votre Centre du Pouvoir Psychique pour y discuter leur interprétation.

Soudainement, une vague image de quelque chose apparaît à travers le vide noir de votre esprit conscient. Elle devient plus claire petit à petit et se déploie en quelque chose qui a une signification, soit en formes immobiles ou en formes mouvantes. Cela pourrait même évoluer en une scène réelle. Décrivez ce que vous voyez exactement comme vous le voyez et vous aurez extrait l'histoire passée de ce cadeau en le tenant simplement dans votre main.

Exercice 2. Pratiquez l'exercice 1 avec différents objets (tels que des objets empruntés à d'autres gens ou que vous avez prêtés et qui vous ont été retournés) et essayez d'extraire de plus en plus de renseignements de chacun. Pour améliorer vos résultats quand vous faites le vide dans votre esprit conscient détendez aussi chacun de vos muscles de la tête aux pieds. Détendez d'abord vos sourcils, puis vos joues, votre mâchoire votre cou, vos bras, vos mains, vos épaules, votre taille, vos jambes et vos pieds. Essayez de vous sentir comme si vous étiez sans vie, mais que vous- teniez encore dans votre main l'objet à psychométrer.

Exercice 3. Pour obtenir encore de meilleurs résultats posez vos mains sur vos genoux, les paumes en bas, l'une d'elles tenant l'objet qui repose entre vos cuisses.

Ne tendez aucun muscle - pas même un seul dans la main qui tient l'objet.

Croisez vos pieds et laissez vos genoux aller vers l'extérieur tranquillement, même si c'est gauchement.

Ne posez pas vos pieds, à plat sur le sol. Laissez-les reposer, même si cela est disgracieux, en partie sur les bord extérieur Détendez votre cou, mais ne laissez pas votre tête tomber en avant sur votre poitrine. Cela couperait la circulation du sang dans votre tête. Détendez complètement votre esprit et votre corps, de façon à ne pas présenter la moindre barrière à l'arrivée des messages de votre aura attachée à l'objet.

Exercice 4. Comment savoir, grâce à la Psychométrie, ce qui

se passe dans un certain endroit à un moment donné. Tenez dans votre main des objets qui ont un rapport avec des scènes éloignées, comme un bout de métal, une plante ou quelque chose du même genre Appliquez les mêmes techniques que vous avez apprises dans les leçons précédentes et essayez de sonder ce QUI se passe dans ces endroits-là au moment même.

Exercice 5. Comment trouver, grâce à la Psychométrie, l'emplacement d'une mine similaire dans la même localité. Tenez un spécimen de la substance minière (disons, métal ou charbon) découverte dans cette localité à l'origine. Fermez les yeux, faites le vide dans votre esprit conscient et détendez chaque muscle de votre corps. Déclenchez maintenant un Harpon Psychique à la substance et laissez le l'envelopper et la pénétrer dans chaque particule astrale de son aura attachée.

Deux secondes plus tard, commencez à ramener dans vous votre Harpon Psychique à travers la peau de la main qui tient l'objet et laissez traîner avec lui l'aura du métal qui y est attachée. Tenez-vous maintenant absolument immobile et essayez de sentir l'Action Moléculaire de l'aura attachée quand elle pénètre votre peau et stimule l'électricité nerveuse dans vos nerfs porteurs de messages. Vous ne sentez rien d'abord, mais bientôt il y a le très léger picotement dans vos doigts.

La sensation cesse d'un seul coup. Mais graduellement vous éprouvez une sensation vibrante remontant votre bras jusqu'à la colonne. Vous êtes sur le point d'extraire des renseignements de l'aura de la substance. Vous avez accordé votre Centre du Pouvoir Psychique avec les messages qui arrivent et maintenant ceux-ci y affluent.

Mais n'empêchez pas ces messages d'atteindre votre esprit en pensant à autre chose. Gardez toujours votre esprit totalement vide et vos muscles détendus.

Tout à coup il y a une série d'éclats brusques et soudains dans votre esprit conscient à mesure que les messages y affluent finalement du Centre de votre Pouvoir Psychique. Vous avez les yeux encore fermés lorsqu'une vague image apparaît à travers le vide noir dans votre esprit conscient. Petit à petit, elle devient plus claire. Vous commencez à voir de la terre, des rochers, des arbres. L'image se clarifie et voilà qu'un panorama distinct se révèle à vos yeux. Si vous connaissez déjà la localité, vous saurez où c'est. Si vous ne la connaissez pas, vous reconnaîtrez l'endroit immédiatement en allant sur les lieux. Les spécimens de la même substance possèdent la même Action Moléculaire et ont en permanence une connexion d'ondes radio les uns avec les autres, spécialement s'ils sont peu éloignés. L'aura attachée de l'un d'eux alertera votre Centre du Pouvoir Psychique à cette connexion de telle façon que, lorsque vous serez au-dessus du point où la même substance minière est enfouie, votre main qui tient le spécimen tremblera violemment.

#### LA PSYCHOMETRIE ET L'HISTOIRE PASSEE DES OBJETS

Avec la psychométrie vous pouvez décrire des scènes qui ont trait à des objets vieux de plusieurs milliers d'années. Vous pouvez même décrire, en fait, des scènes qui se rapportent à un objet des centaines d'années avant qu'il ait été trouvé dans l'antiquité. La Psychométrie à travers les vieilles lettres. Montez dans votre grenier, prenez une vieille lettre et essayez de la psychométrer. Vous serez étonné des renseignements que vous tirerez délie après un peu de pratique. La Psychométrie, manifestement, peut être d'une valeur inestimable pour vous dans votre vie courante. Si vous aimez écrire des fictions, elle vous aidera à découvrir des mystères surprenants et des intrigues. Elle peut vous révéler énormément au sujet du passé d'une autre personne

et son véritable caractère. Elle peut même vous aider à découvrir une riche mine. C'est une activité Physio-Astrale que vous devriez prendre plaisir à développer.

Une observation frappante concernant votre aura. Les Physiologistes déclarent que dans la vision ordinaire vous ne percevez plus les couleurs entourant les images sur votre rétine parce que vous en êtes arrivé à les ignorer. De telles couleurs sont sans aucun doute les couleurs des auras des objets photographiés sur votre rétine"

## DIX-SEPTIEME LEÇON

Comment

Développer et Utiliser Vos Sens Astraux  
pour le Contrôle du Pouvoir Psychique

### L'IMPORTANCE DE VOS SENS ASTRAUX

Vos sens astraux sont des sens super-physiques. Ils contactent des niveaux au-dessus de votre niveau physique. Ils sont reliés à votre corps astral exactement comme vos sens physiques sont reliés à votre corps physique. Votre corps astral/selon Webster, est "un esprit supposé ou un double, genre fantôme, du corps humain, capable de le quitter à son gré". Cela existe exactement avec votre corps; il transporte votre forme et ne l'abandonne définitivement que lorsque vous mourez. Vos sens astraux sont reliés à elle et ils vous permettent de recevoir des impressions sur le plan astral (ou spirituel) exactement comme vos sens physiques vous permettent de recevoir des impressions sur le plan physique. En bref, vos sens astraux sont la contre-partie de vos sens physiques. Ils font exactement ce que font vos sens physiques, mais sur un plan différent.

Un contact psychique se produit sur les deux plans physique et astral. Sur votre plan physique cependant, la communication psychique est moins continue et moins précise parce que vous avez "perdu" le plein usage de votre Autoconscient Primitif. Sur le plan astral, cependant, la communication psychique est claire, continue et sûre. Comme l'individu moyen, vous n'utilisez votre plan astral qu'occasionnellement et accidentellement, mais le maître psychique peut passer de ses sens physiques à ses sens astraux à sa volonté. Il peut même fonctionner sur les deux, son plan physique et son plan astral, en même temps. Cet incroyable accomplissement, qui n'est seulement possible qu'après avoir développé votre personnalité inconnue au maximum est appelé l'état Physio-Astral.

En outre, il n'est pas nécessaire de voyager dans votre corps astral pour utiliser vos sens astraux. En clairvoyance, en vision astrale, en psychométrie, en lisant dans la boule de cristal et en voyance, vous restez toujours dans votre corps physique, mais vous tirez des renseignements du plan astral à travers vos sens astraux. Et vous n'avez même pas à vous mettre en transes. Inutile d'ajouter que rien de ce que vous faites avec vos sens physiques ne peut approcher ce que vous pourriez faire sur le plan astral. A moins que vous ne soyez un mystique-né, vous ne pouvez pas prétendre obtenir volontairement le plus petit résultat sur le plan astral avant d'avoir manifesté une certaine maîtrise de vos sens physiques, ou de quelque pouvoir supérieur, comme vous l'avez fait dans les précédentes leçons. Mais, ayant déjà fait cela, vous êtes prêt à ajouter l'incomparable pouvoir du monde astral à votre Autoconscient Primitif.

### COMMENT PLACER VOS SENS ASTRAUX SOUS

#### LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

La façon facile de placer vos sens astraux sous le contrôle du pouvoir psychique est de développer deux importants sens astraux. Les deux exigent le contrôle d'un puissant pouvoir psychique pour les faire fonctionner. Ce sont:

1. Le sens de la présence de choses vivantes et
  2. Le sens psychique. (Votre Centre du Pouvoir Psychique que vous avez déjà développé tout au long de ce livre).
- Le premier, le sens de la présence de choses vivantes est avant tout un sens protecteur. Comme l'Autoconscient Primitif il repose dormant chez l'homme civilisé parce qu'il a longtemps as-

sume qu'il était de loin moins utile qu'avant. Mais les soldats au front en ont besoin quand l'ennemi est proche. Les prisonniers de guerre aussi quand ils tentent de s'évader. Dans les villes et les autres endroits où la criminalité a augmenté singulièrement vous avez besoin régulièrement du sens de la présence de choses vivantes pour vous avertir d'un danger corporel éventuel. Grâce à ce sens, même très peu développé, vous ne pourriez pas être attiré dans un guet-apens ou attaqué par derrière aussi facilement. Le sens de la présence de choses vivantes est aussi essentiel pour vos projections du pouvoir psychique parce qu'il intensifie vos ondes radio (vos "antennes psychiques") et vous permet ainsi d'établir plus facilement le contact avec la "chose vivante".

#### EXERCICES POUR DEVELOPPER LE SENS

##### DE LA PRESENCE DES CHOSES VIVANTES

Exercice 1. Comment vous protéger contre la menace d'un assaillant caché. Asseyez-vous dans un parc tranquille ou dans le square d'une ville et fermez les yeux. Gardez-les fermés pendant cinq à dix minutes, jusqu'à ce que vous ne doutiez plus que quelqu'un s'approche de vous.

Retenez alors votre respiration et restez assis absolument immobile. Efforcez-vous d'entendre le plus petit bruit près de vous et "sentez" à combien cette personne est de vous. Faites-le en lui lançant un Harpon Psychique pour "sentir" l'Action Moléculaire de son aura et en le ramenant immédiatement dans votre Centre du Pouvoir Psychique. Vous serez surpris de la rapidité avec laquelle vous progresserez dans cet exercice.

Exercice 2. Pour perfectionner l'exercice 1, recommencez-le. Mais cette fois divisez-le en plusieurs petites parties.

Fermez les yeux, immobilisez-vous avec une profonde inspiration et écoutez aussitôt les différents bruits près de vous, que ce soit des bruits humains, d'animaux ou d'autre chose. Estimez exactement d'où ils viennent. Puis ouvrez les yeux et vérifiez vos estimations.

À mesure que la précision de votre "sens" de l'Action Moléculaire s'améliore, recommencez l'exercice avec des bruits qui sont plus éloignés de vous et qui sont moins distincts. Couronnez le tout avec des bruits qui sont très éloignés et très indistincts. Mais vérifiez toutes vos estimations soigneusement. N'assurez jamais à la légère qu'elles sont assez bonnes. De cette façon vous entraînez votre esprit conscient à acquérir de l'exactitude en appréciant les distances et l'origine des bruits. Ce qui automatiquement entraîne votre esprit subconscient et votre Centre du Pouvoir Psychique à faire encore mieux.

Exercice 3. Recommencez l'exercice 2, mais appliquez-le à des objets mobiles. Avec les yeux fermés et votre respiration arrêtée, estimez la vitesse exacte d'un véhicule et déterminez où il sera une ou deux secondes plus tard.

Tournez votre tête vers ce point, comptez une ou deux secondes, puis ouvrez les yeux pour vérifier votre précision.

Ce sens est d'une immense valeur pour apprécier la vitesse d'un ennemi invisible qui avance ou pour choisir la meilleure position pour pointer le Tube Astral vers lui. (Vous apprendrez le Tube Astral dans cette leçon).

Exercice 4. Comment savoir à quoi les gens ressemblent avant même de les avoir vus. Recommencez l'exercice 3. Cette fois avec les yeux fermés, visualisez à quoi la personne qui s'approche de vous ressemble. Ensuite, regardez-la et vérifiez.

Votre image initiale d'elle (excepté dans de rares cas) peut être loin d'être précise, aussi faites-le scientifiquement. Lancez-lui un puissant Harpon Psychique et envoyez-lui votre aura en forme de sac dans laquelle vous l'enveloppez pour avoir un mou-

le de son apparence. Ensuite, "sentez" l'Action Moléculaire de ce moule et ramenez-le à votre Centre du Pouvoir Psychique.

A mesure que vous développerez cette aptitude, vous deviendrez capable de "voir" dans la vie courante des gens avant même de les avoir rencontrés et pourrez ainsi vous préparer beaucoup mieux à les rencontrer et à les manier à votre avantage.

COMMENT UTILISER VOTRE TUBE ASTRAL POUR

LE CONTROLE DU POUVOIR PSYCHIQUE

Vous en arrivez maintenant à l'une des plus grandes découvertes pour envoyer ou recevoir des messages ou des commandements sur le plan astral. Cette découverte est le Tube Astral. C'est un tube que vous formez dans l'air ou l'éther au moyen de commandements du pouvoir psychique puissamment envoyés et de photons soit envoyés soit reçus par vous. Le Tube Astral est commencé avec deux tubes étroits avec des murs astraux épais, d'environ 1,80 mètre de long, un pour chaque oeil. L'ouverture de chacun de ces tubes ne devrait pas être plus large que le diamètre de la pupille de chaque oeil. Les rayons lumineux que vous "tirez" de vos Cornes du Cerveau à travers chacun de ces tubes, voyageront ensuite parallèlement à la manière de ceux d'un laser, parce que les épais murs de ces tubes les empêchent de s'éparpiller dans plusieurs directions et les confinent tous aux diamètres des tubes. En résultat, beaucoup de fois plus de rayons sont projetés, concentrés dans une seule direction et leur intensité à l'unité carrée est multipliée par des centaines ou des milliers de fois. Une fois que les rayons lumineux (qui consistent en rayons infra-rouges et ondes radio) ont été gardés parallèles sur 1,80 mètre, ils restent parallèles jusqu'à ce qu'ils atteignent leur destination.

Quand les conditions psychiques sont idéales - comme lorsque Jacques ou Jane est endormi ou dans un autre état mental propre à recevoir vos projections - vous lui déchargez un commandement du pouvoir psychique avec ses rayons infra-rouges et ses ondes radio concentrés dans ces deux petits tubes pour qu'aucun d'eux ne se disperse, et il creusera un canal d'électrons dans l'air et l'atmosphère astrale. Ce canal est le Tube Astral et il devient immédiatement un facile chemin pour vous pour lui envoyer ou recevoir des impressions psychiques. En réalité, il consiste en deux petits canaux qui se rapprochent graduellement comme les côtés d'un clocher, et qui se rencontrent à leur destination.

Votre Tube Astral intensifie vos projections de pouvoir psychique à un si phénoménal degré que Jacques ou Jane en est "suffoqué" et qu'elles conduisent à destination vos messages et vos commandements avec une très grande vigueur. Si vous essayez de recevoir des messages ou des commandements de lui ou d'un objet, vous recevrez, pour la même raison, tous ces messages ou commandements avec une très grande vigueur par le Tube Astral. Si vous essayez de voir, d'entendre ou lire les pensées des autres à une grande distance, vous les verrez plus clairement, les entendrez plus fort et les lirez plus facilement par le Tube Astral.

Le Tube Astral cependant est plus fatigant à former et à utiliser qu'à envoyer ou recevoir des messages ou des commandements psychiques sans lui. Avec lui, vous avez à percer devant vous un trou dans l'éther avec vos photons des rayons infra-rouges. S'il avait à creuser des canaux à travers des liquides et des solides (disons, à travers de l'eau et des murs) vous auriez à lui ajouter une puissance multipliée de photons d'ondes radio. Mais ses résultats sont, pour employer une expression imagée commune mais qui s'adapte bien, "hors de ce monde". Un autre grand

avantage du Tube Astral est que pour l'utiliser, vous n'avez pas à vous endormir ou à entrer en transe d'abord. De plus il est très pratique dans la vie quotidienne de pouvoir communiquer avec les autres par le moyen de la seule pensée. Donc, pratiquez avidement les exercices suivants.

Exercice 1. Comment créer le Tube Astral pour la projection du pouvoir psychique. Vous pouvez faire cet exercice

Debout , assis

ou étendu. Il est préférable de le faire étendu, si vous le pouvez, parce que vous pouvez alors mieux vous détendre et économiser toute votre énergie physique pour l'exercice.

Donc, tout seul dans votre chambre, étendez-vous sur votre lit. Fermez les yeux et détendez-vous de la tête aux pieds, comme vous l'avez fait pour la psychométrie.

Maintenant créez deux tubes épais de matériel astral brumeux, 1,80 mètre chacun, autour de chaque oeil. (Visualisez-vous profondément vous-même en train de faire cela). Laissez un trou dans le centre de chacun d'environ la taille de la pupille de chaque oeil.

Maintenant, appliquez l'Arc Psychique Irradiant à tout votre corps. Visualisez le steak sans interruption, en intensifiant l'image chaque fois jusqu'à ce que votre bouche salive librement pour chauffer la surface de votre peau avec vos nerfs aimants. Ensuite, rassemblez toute la chaleur de la peau de tout votre corps et empaquetez-la dans deux baguettes brûlantes étroites et courtes. Placez chaque baguette dans chacune des Cornes de votre Cerveau. Maintenant, faites exploser une violente fusée-commandement derrière ces baguettes brûlantes, comme la double détente derrière les cartouches d'un fusil à double canon. Vos rayons infrarouges jeteront des éclairs par vos yeux avec une puissance de photon herculéenne et creuseront deux étroits canaux à travers l'air en libérant une mer d'électrons.

Pointez le Tube Astral directement sur les Cornes du Cerveau de Jacques ou Jane, pour que les baguettes brûlantes d'infrarouges se dirigent directement sur lui. Renforcez leur puissance en envoyant une fusée-commandement du pouvoir psychique, puis encore une autre, à travers le Tube Astral lui-même.

Une sensation de rigidité naîtra entre vous et Jacques ou Jane une fois que vous aurez créé le Tube Astral entre vous deux, comme si le tube était une substance dure, caoutchouteuse, opaque, qui vous relierait à lui sur toute la distance et formerait un canal direct de communication entre vous deux.

Exercice 2. Comment projeter votre message ou commandement à travers le Tube Astral. Maintenant, projetez votre message conscient ou votre commandement à Jacques ou Jane dans vos Antennes Cérébrales. A votre rétine, elle est convertie en énergie et chaleur, et ensuite en ondes radio. De votre rétine, vous lancez ces ondes radio à travers votre Tube Astral à Jacques ou Jane. Puisque votre Tube Astral garde vos ondes radio parallèles au départ de leur voyage, comme vous le savez déjà, elles restent parallèles le restant du chemin et intensifient votre message ou commandement par centaines ou milliers de fois, comme le laser. Mais vous doublez encore l'intensité du message ou commandement avec une fusée-commandement du pouvoir psychique simultanée pour doubler la puissance des photons des ondes radio et ainsi raccourcir leur longueur.

Quand vos ondes radio atteignent Jacques ou Jane elles font irruption dans ses Antennes Cérébrales et sont converties en électricité nerveuse à sa rétine. Plus les ondes sont courtes plus les fibres de son nerf optique se chargeront d'électricité nerveuse (courants d'action rétinale) et plus fortement les effets de votre

message ou commandement seront enregistrés dans son Centre du Pouvoir Psychique et relayés de là à ses esprits conscient et sub-conscient. Entraînez-vous ensuite à intensifier la projection de votre message ou commandement à travers le Tube Astral en doublant la force des photons de vos ondes radio.

Exercice 3. Comment extraire ou recevoir une information d'une autre personne à travers le Tube Astral. Comme pour l'exercice 2, pratiquez celui-ci debout, assis ou étendu. Assurez-vous seulement que vous êtes entièrement détendu et pour cela est préférable d'être étendu.

Maintenant, fermez les yeux. (Comme vous le savez déjà, vos ondes cérébrales Delta et Thêta - c'est-à-dire les ondes cérébrales de votre Centre du Pouvoir Psychique - se manifestent rarement chez l'adulte moyen quand il est éveillé. En fermant vos yeux, vous diminuez ainsi les distractions visuelles autour de vous et simulez mieux le sommeil).

Créez un Tube Astral entre vous et Jacques ou Jane et lancez-lui une fusée-commandement du pouvoir psychique lui ordonnant de vous contacter immédiatement à travers le tube. Maintenant, "aspirez" votre fusée-commandement du pouvoir psychique pour qu'elle revienne dans vos Antennes Cérébrales et visualisez votre rétine en train de la recevoir et de la convertir en électricité nerveuse (courants d'action rétinale). Ensuite visualisez l'électricité nerveuse se précipitant le long de vos nerfs optiques dans votre Centre du Pouvoir Psychique. Un message d'ondes radio sera promptement ou immédiatement envoyé derrière lui par Jacques ou Jane.

Recommencez l'exercice, en doublant, triplant et quadruplant la vitesse de sa réponse pour pouvoir intensifier "l'aspiration en retour" de votre fusée-commandement du pouvoir psychique depuis lui jusque dans vos Antennes Cérébrales et ainsi accélérer sa réaction à Votre égard.

COMMENT LE SERPENT UTILISE LE TUBE ASTRAL  
POUR VENIR A BOUT DE SA PROIE

Le Tube Astral est pratiquement ce que le serpent utilise instinctivement pour paralyser - et même tuer - les oiseaux et les petits mammifères comme les écureuils. Le reptile n'essaie pas de les hypnotiser; il les regarde seulement et projette dans leurs yeux son désir, à les faire frémir, de les avaler vivants. On peut-être dire qu'un commandement du pouvoir psychique se précipite hors de ses Antennes Cérébrales instinctivement vers celles de sa proie en puissance pour l'écraser de la force de ses photons. Ensuite la fusée est ramenée à travers le Tube Astral aux Antennes Cérébrales de cet avide serpent avec un regard-aspirant si fortement accablant que la proie pense qu'elle est déjà avalée vivante. Cela explique le sentiment d'impuissance qui frappe l'animal bien avant que son ennemi ait fait un mouvement dans sa direction. Le serpent alors tient simplement sa bouche ouverte et sa proie subjuguée se précipite dedans sans résistance à la rencontre de son destin.

COMMENT DEVELOPPER LE MICROSCOPE ASTRAL

Avec le Microscope Astral, évidemment, vous pouvez voir à travers n'importe quoi. Mais, comme tout ce qui est astral, il est possible que vous ne puissiez jamais le maîtriser. D'un autre côté, il est possible aussi que vous puissiez le maîtriser, beaucoup plus tôt que vous ne le pensez. Même si vous ne réussirez pas tout de suite, vous pouvez réussir plus tard.

Ci-dessous, voici les étapes successives, brièvement exposées, pour créer le Microscope Astral.

1. Asseyez-vous tranquillement dans votre chambre, fermez les yeux et détendez-vous de la tête aux pieds, comme vous

l'avez fait pour la psychométrie. Avec la matériel astral brumeux (qui sera entièrement décrit dans une prochaine leçon), créez deux Lentilles Astrales devant vous, l'une devant l'autre, comme un microscope.

2. Aidez - les à se réaliser en vous représentant la légère matière brumeuse exsudant de votre visage et se solidifiant en deux Lentilles Astrales.

3. Créez la Lentille Astrale la plus proche de vous, con-vexe et d'environ 5 centimètres de diamètre et placez-la à environ 2,5 centimètres devant vous.

4. Faites la deuxième Lentille Astrale d'un diamètre inférieur de moitié à celui de la première et placez-la à environ 50 centimètres devant vous.

5. Enfermez ces deux lentilles dans un Tube Astral pas plus long que 75 centimètres. Autrement, l'image serait trop grande et s'étendrait trop largement aussi sur votre rétine et paraîtrait confuse. C'est le Microscope Astral.

#### COMMENT REGARDER DANS LE MICROSCOPE ASTRAL

1. Tenez un morceau de tissu devant vous.

2. Mettez le Microscope Astral au point sur lui et essayez de voir entre les mailles. Pour faire cela, regardez à travers le bord supérieur de la grande lentille placée vers vous - puis laissez vos rayons visuels s'étaler ensuite pour regarder à travers toute la petite lentille plus éloignée.

3. Couronnez le tout avec un Double Commandement du Pouvoir Psychique en tirant une fusée N° 1 pour grossir les mailles cinq fois. Immédiatement renforcez-le avec une Fusée N° 2 au Centre de Contrôle de vos Organes pour stimuler vigoureusement vos nerfs Aimants avec votre Arc Psychique dans le but de super-accommoder vos yeux pour la vision proche.

A mesure que vous progressez, essayez des "visions" plus difficiles avec votre Microscope Astral. C'est non seulement un excellent exercice pour l'oeil, mais cela continue aussi à développer votre personnalité inconnue.

A mesure que vous progressez, essayez des "visions" plus difficiles avec votre Microscope Astral. C'est non seulement un excellent exercice pour l'oeil, mais cela continue aussi à développer votre personnalité inconnue.

#### COMMENT DEVELOPPER LE TELESCOPE ASTRAL

Avec le Télescope Astral vous pouvez voir à des distances illimitées sans que votre corps astral quitte votre corps physique. Mais vous ne verrez pas aussi bien, évidemment, que lorsque vous voyagez dans votre corps astral. De votre corps astral vous avez une vision circulaire, tout autour de vous, comme si vous voyagez en personne, tandis qu'avec le Télescope Astral vous voyez seulement d'où vous êtes. Le Télescope Astral est aussi sujet à la désintégration ou à des interférences d'autres courants astraux ou à des projections concentrées d'un autre Tube Astral parce que le plan astral est constamment traversé par des courants et des contre-courants de projections de rayons infra-rouges et d'ondes radio. Néanmoins, avec le Télescope Astral, vous pouvez, même à grandes distances, discerner les auras, les émotions et la plupart des pensées des gens que vous observez. En conséquence, c'est un pouvoir de votre personnalité inconnue qui vaut chaque effort de développement, même à un degré infime.

Les différents échelons à gravir pour arriver à créer le Télescope Astral sont exposés avec concision dans l'exercice suivant Exercice\_ Comment voir ce que fait votre femme ou votre man a plus de trois mille cinq cents kilomètres de distance, grâce au Télescope Astral.

1. Asseyez-vous tranquillement dans votre chambre, fermez

les yeux et détendez-vous de la tête aux pieds comme vous l'avez fait pour la psychométrie. Avec le matériel astral brumeux (qui sera décrit entièrement dans une prochaine leçon) faites deux Lentilles Astrales devant vous, l'une devant l'autre, comme un télescope.

2 Aidez-les à se réaliser en vous représentant la légère matière brumeuse exsudant de votre visage et se solidifiant en deux Lentilles Astrales.

3. Faites la Lentille Astrale la plus proche de vous d'environ cinq centimètres de diamètre et concave et placez-la à environ quinze centimètres devant vous.

4. Créez la seconde Lentille Astrale d'environ deux fois le diamètre de la première et placez-la à environ 1,5 mètre devant vous

5. Enfermez les deux lentilles dans un Tube Astral. C'est le Télescope Astral.

COMMENT REGARDER DANS LE TELESCOPE ASTRAL

1. Visualisez l'endroit où votre femme (ou votre mari) est censée être en ce moment et

2. Pointez le Télescope Astral vers cet endroit et essayez de la (ou le) voir . pour ce faire , regardez à travers le bord inférieur de la petite lentille la plus proche, - ensuite laissez vos rayons visuels s'étaler pour regarder à travers toute la grande lentille plus éloignée.

3. Couronnez le tout avec un Double Commandement du Pouvoir Psychique en tirant une Fusée. N° 1 pour grossir votre femme (ou votre mari) cinq fois et renforcez-le immédiatement avec une Fusée N° 2 à votre Centre de Contrôle des Organes pour stimuler vigoureusement vos nerfs combattants avec votre Arc Violent dans le but de super-accommoder vos yeux pour la vision éloignée.

Si votre femme (ou votre mari) est absente de cet endroit à ce moment, vous ne l'y verrez pas. Si elle est accompagnée de quelqu'un , vous verrez qui est cette personne ainsi que leur association à ce moment. Vous ne pourrez cependant pas entendre ce qu'ils disent. Et vous ne devriez pas sauter à des conclusions hâtives à la suite de quelque geste momentané que vous auriez pu observer. Vous devriez pointer votre Télescope Astral sur eux plusieurs fois, avant de vous laisser aller à interpréter ce que vous aurez pu voir, et cela exige une dépense herculéenne d'énergie du pouvoir psychique avec le Télescope Astral. Utilisez-le de préférence pour trouver rapidement où se trouve une autre personne et avec qui, si vous le désirez, à un moment donné.

Les exercices pour acquérir le Microscope Astral et le Télescope Astral vous rendront progressivement inutile le port de lunettes ou du moins, vous permettront de les porter moins souvent et, dans certains cas, de les éliminer complètement.

COMMENT DEVELOPPER

DES YEUX RADIOSCOPIQUES (RAYONS-X)

Un être humain peut acquérir des yeux radioscopiques (rayons-X) parce que le corps humain se trouve être radioactif. Ce fait en lui-même, cependant, est de moindre importance. Plus important est d'établir un mécanisme avec les émanations de votre corps qui reproduise le moyen de produire des rayons- X. Vous les produisez en dehors de votre corps avec le moyen que vous avez déjà appris, en projetant de puissants photons de vos Antennes Cérébrales à travers le Tube Astral. Mais maintenant vous allez utiliser le Demi-Cône Astral Tronqué. Vous en ap-

prenez la raison ci-dessous.

Pour créer des rayons-X en dehors de votre corps, suivez ces simples instructions:

1. Créez un Demi-Cône Astral Tronqué, comme un abat-jour géant depuis votre front. Laissez-le s'étendre vers le bas à un angle d'environ 30° et d'une longueur d'environ vingt centimètres, c'est-à-dire assez long pour arriver au milieu de votre nez

2. Maintenant, projetez de vos Cornes du Cerveau un puissant courant d'électrons. Faites-le avec une fusée-commandement du pouvoir psychique se précipitant hors de vous de votre Centre du Pouvoir Psychique en passant par vos Antennes Cérébrales.

3. Multipliez leur vitesse en les renforçant avec une fantastique poussée de la puissance des photons déclenchée en même temps.

4. Quand ce furieux torrent d'électrons frappe la surface inclinée du Demi-Cône Astral Tronqué suspendu, il est stoppé subitement et l'énergie de ses électrons est abandonnée et changée en une autre forme d'énergie. Moins de 1% de cette nouvelle énergie est employé pour produire des rayons-X; la plus grande quantité, de loin, est convertie en chaleur. Avec de l'électricité réelle, l'impact d'une telle chaleur est suffisant pour faire fondre n'importe quel métal connu. C'est pourquoi la machine à rayons-X utilise un disque-frein tournant pour réduire les concentrations de cette chaleur sur l'objectif. Mais, vous, certainement, n'aurez jamais besoin de vous soucier de créer même une parcelle d'une telle chaleur.

Inutile de dire qu'il y a beaucoup de chances pour que vous ne possédiez jamais des yeux radioscopiques (rayons-X) assez puissants pour voir à travers le corps humain, à moins que vous ne consacriez votre vie à vous entraîner comme le maître psychique. Vous auriez alors à développer une fusée-commandement du pouvoir psychique -lançant des électrons en même temps qu'un soutien d'une force de photons pour le renforcer, plusieurs milliers de fois plus dévastateur que ce que vous connaissez. Vous auriez à multiplier votre personnalité, inconnue énormément et à réussir à enjamber les: Points de Jonction des Nerfs sans perdre d'électricité nerveuse. Alors, vous pourriez, voir à travers le corps humain avec vos yeux radioscopiques (rayons-X). En vous entraînant pour acquérir des yeux radioscopiques (rayon-X), cela donnera, il est vrai, à votre regard une chaleur de pénétration qui subjuguera rapidement la résistance des. gens.

#### COMMENT ACQUERIR L'OUÏE AISTRALE

Avec l'Ouïe Astrale, comme avec la Vision Astrale, vous pouvez entendre des voix à de grandes distances sans v être présent avec votre corps astral. Elle a identiquement les mêmes relations avec le corps astral en mouvement que la Vision Astrale. Elle perd son acuité en raison de votre éloignement du lieu où vous voulez entendre et est sujette aux interférences des courants astraux et de ses contre-courants. De même que vous ne pouvez pas voir ce qui se passe dans un certain lieu aussi bien qu'avec la présence de votre corps astral. Cependant, quand elle est combinée avec la Vision Astrale, elle est incomparablement efficace et vient juste après le corps astral en mouvement, ET - vous pouvez l'utiliser, quand vous êtes conscient et éveillé, tandis que vous ne pouvez vous servir de votre corps astral que lorsque vous êtes endormi ou en transes.

Exercice. Pour écouter Jacques ou Jane quand ils sont à plus de trois mille cinq cents kilomètres de vous. Asseyez-vous tran-

quillement dans votre chambre et détendez-vous de la tête aux pieds. Créez une Trompette Astrale à l'extérieur de l'une de vos oreilles. Une oreille suffit parce que cela exige trop de concentration d'écouter deux Trompettes Astrales en même temps. Quand vous écoutez normalement un bruit, de toute façon, vous l'écoutez automatiquement comme si vos deux oreilles n'étaient qu'une - de même que lorsque vous regardez un objet, vous le regardez comme si vos deux yeux n'étaient qu'un.

Créez la Trompette Astrale de la même manière que vous avez créé le Tube Astral. Mais créez-la en forme de trompette qui commence petite à votre oreille et qui grandit jusqu'à avoir 1,20 mètre de long et 0,60 mètre de diamètre.

Envoyez, maintenant, une fusée-commandement du pouvoir psychique depuis le Centre de votre Pouvoir Psychique Auditif (dans les côtés inférieurs de votre cerveau), à travers votre nerf auditif dans un mouvement arrière antidromique (circulant contre le courant de l'électricité nerveuse), ordonnant aux cellules cillées de votre Limaçon de recevoir le son de l'endroit où vous savez que Jacques ou Jane se trouve maintenant. Puisque vous connaissez déjà leur voix, votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif super-sensibilise vos cellules cillées sur l'exacte fréquence de l'onde sonore qu'on attend de celle-ci. Votre oreille peut réagir aux ondes sonores variant entre 16.000 et 20.000 c.p.s. et dans ces limites vous pouvez distinguer environ 11.000 tons différents.

Immédiatement, créez un Tube Astral devant vos yeux et lancez de votre front une fusée-commandement du pouvoir psychique à travers vos Antennes Cérébrales et votre Tube Astral à Jacques ou Jane et contactez son Centre du Pouvoir Psychique. Ordonnez-lui de vous renvoyer ses paroles.

Les ondes-radio de ses paroles seront immédiatement "aspirées en retour" vers vous à travers le Tube Astral. Mais, brisez le Tube quand vous "sentez" que les ondes-radio sont près de vous et "aspirez-les" dans votre oreille à travers votre Trompette Astrale. Elles tambourineront dans votre oreille jusqu'aux cellules cillées de votre limaçon et stimuleront à la fois votre véritable nerf auditif et votre Electricité du Limaçon. Intensifiez votre Electricité du Limaçon au maximum avec l'Arc Violent (en pensant à quelque chose que vous détestez) et cela précipitera le message de Jacques à votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif, qui le relaiera à votre Grand Centre Auditif dans votre esprit conscient.

## DIX- HUITIEME LECON

Comment

Tirer des Connaissances Profitables

du Monde Physio-Astral

Grâce au Contrôle du Pouvoir Psychique

LE MYSTERIEUX CONTACT DE VOTRE ESPRIT

AVEC LE PASSE ET L'AVENIR

Les occultistes appellent les annales du passé et des futurs événements de la terre, les Annales Akashic. Ils déclarent que chaque incident ou phénomène terrestre, passé ou futur, est inscrit pour toujours dans l'éther sous forme de rayons lumineux. Ceux du passé s'éloignent de la terre et ceux du futur s'en approchent. Pour lire le passé ou le futur de n'importe quoi, il suffit d'accorder votre esprit avec les longueurs d'ondes spécifiques de ses rayons lumineux et de diriger votre message psychique vers eux pour avoir la réponse, ou bien vous pouvez envoyer votre corps astral pour les lire pour vous.

Mais il y a un fait physique important au sujet des Annales Akashic qui n'a pas été expliqué. Comment un message psychique provenant d'un esprit humain et envoyé aux rayons lumineux du passé peut-il les rattraper, puisqu'ils sont tous les deux des rayons lumineux et qu'il voyagent à la même vitesse?... Les rayons lumineux du passé ne pourraient être contactés par les humains que grâce au corps astral, car il n'y a que sur ce plan que quelque chose d'un corps vivant puisse voyager plus vite que la lumière. Les Annales du passé, cependant, peuvent être lues sans le corps astral. Les Annales Akashic, en conséquence, ne donnent pas une explication satisfaisante.

LES ANNALES DE LA TERRE DU PASSE ET DU FUTUR

Il est plus vraisemblable que, au lieu de consister en rayons lumineux qui s'éloignent ou qui s'approchent de la terre, le passé et le futur sont inscrits pour toujours dans l'éther sous la forme d'Annales de la Terre. Elles sont apparemment empilées sur la surface de la terre comme une pile astronomique de soldats blessés à la veillée d'une bataille fantastiquement désastreuse, s'élevant à des milliers de kilomètres de hauteur, mais avec chaque héros prêt à répondre à la voix du parent ou de l'ami. Les Annales de la Terre du Passé consistent non seulement en rayons lumineux mais aussi en ondes sonores, qui résultent tous les deux de ses activités physiques, chimiques et mentales quand elle se produisirent sur la terre. Au lieu de se précipiter dans l'espace à la vitesse de la lumière et du son, ils se sont éloignés de la terre à la dérive, ensemble dans les "formes combinées" et ont été empêchés d'aller trop loin par l'énorme pile surplombante de formes combinées qui se sont accumulées devant eux depuis un temps immémorial. Cette croûte épaisse de formes combinées d'un millier de kilomètres de hauteur est aussi perpétuellement épaissie par en-dessous par l'addition sans fin de nouvelles formes combinées. Pourquoi ces formes combinées ne s'élancent-elles pas dans l'espace à la vitesse de la lumière et du son est un mystère; mais le fait qu'elles peuvent être contactées facilement par des esprits accordés indique que tel est le cas. Cela explique aussi pourquoi des scènes qui se sont passées il y a plusieurs siècles sont parfois spontanément reproduites sous une forme astrale. Des témoins dignes de foi ont assisté sidérés à des batailles entières qui étaient soudainement "re-combattues" des siècles plus tard dans une certaine localité. Cela explique de la même façon le mystère des maisons hantées et des apparitions répétées du même esprit à la même place sur une période de temps considérable.

Toutes ces entités surnaturelles doivent se trouver assez près

de la terre en permanence. Elles ne pourraient pas avoir quitté la terre à la vitesse de la lumière pendant des siècles et cependant être capables d'y revenir en parcourant toute cette distance soudainement et réapparaître encore, à moins que ce ne soit sur le plan astral. Mais puisque le passé peut être atteint sans le corps astral, les formes combinées des Annales de la Terre ne peuvent pas exister uniquement sur le plan astral. Il se pourrait qu'elles possèdent du poids et de la substance et qu'elles soient ainsi retenues près de la terre par l'attraction terrestre. Ou bien qu'elles possèdent peut-être un attachement psychométrique astral avec les gens et les lieux concernés et qu'elles restent attachées à eux jusqu'à ce que ceux-ci soient détruits. C'est pourquoi qu'en détruisant une maison hantée on supprime les apparitions. Mais, même alors, elles ne quittent pas la terre à toute vitesse après cela, car elles peuvent encore réapparaître à celui dont l'esprit est accordé avec le leur. Donc, à la fin, ce pourrait être surtout l'attraction terrestre ou un magnétisme astral (comme un attachement aural) qui lie les Annales de la Terre du Passé à la terre.

Aucune autre explication de ce mystère ne peut être offerte ici. L'unique intention était de montrer que les annales du passé peuvent difficilement exister comme les Annales Akashic l'expliquent, mais plus vraisemblablement qu'elles existent sous les formes combinées des Annales de la Terre du Passé.

Par contre, les Annales de la Terre du Futur sont composées de rayons lumineux et d'ondes sonores émanant de forces physiques, chimiques et mentales sur terre qui convergent par des moyens variés et des directions diverses vers un point spécifique ou une localité sur la terre, pour apporter un phénomène particulier ou un événement. Ceux-ci non plus ne peuvent pas approcher la terre en venant de bien loin dans l'espace en voyageant à la vitesse de la lumière. Ils doivent rôder très près de la terre où les forces physiques, chimiques et mentales sur la terre qui les provoquent, émanent et convergent pour les réunir à une certaine heure à un endroit donné. Si, par exemple, vous rencontrez inopinément Jacques ou Jane dans la rue demain matin les rayons lumineux et les ondes sonores de vos esprits et de vos corps qui sont en train de converger pour vous faire rencontrer ne voyagent certainement pas vers la terre à des millions ou des milliards de kilomètres de distance. Ils existent plutôt ici bas sur la terre à la fois dans vos esprits et dans vos corps. Une fois que vous, vous serez rencontrés et séparés, l'événement demeure attaché à vous deux sous forme de souvenir et demeure près de la terre. A mesure que vous oubliez tous les deux graduellement cet incident, ses formes combinées se séparent davantage de vos esprits, mais demeurent quand même assez près de vous deux parce qu'il peut être rappelé par votre esprit conscient sous hypnotisme si besoin est ou avec le pouvoir psychique pendant que vous êtes conscient. Quand vous mourrez tous les deux, il se séparera finalement de vos corps physiques complètement mais flottera toujours autour de l'endroit où cela est arrivé, car c'est là son véritable lieu de séjour. Il ne quitte pas soudainement la terre comme une flèche et à la vitesse de la lumière. Si quelqu'un qui vous connaissait bien tous les deux, ou n'importe quel autre esprit accordé, passait quelque temps dans ce même endroit, il pourrait "sentir" ou même être le témoin de cette même scène "rejouée" devant ses yeux - même si les gens autour de lui ne voient rien, et ne se rendent compte de rien. Ceci, donc, est la base complète et indispensable pour être capable de tirer des connaissances profitables du monde Physio-Astral. Sachez comment accorder votre esprit à ce que vous vou-

lez savoir de lui et vous pouvez arriver à l'obtenir. (Accorder votre esprit aux rayons lumineux et aux ondes sonores d'une scène équivalent à "sentir" l'Action Moléculaire d'un objet, comme vous avez fait en Psychométrie).

#### CLAIRVOYANCE DU PASSE ET DU FUTUR

La clairvoyance est la faculté de contacter les Annales de la Terre du Passé et du Futur et de les percevoir comme si elles avaient lieu à l'origine. Cela ne comprend pas la faculté de voir des apparitions ou des visions ou autres entités surnaturelles. Pour la Clairvoyance du Passé vous accordez la réceptivité de votre Centre du Pouvoir Psychique aux rayons lumineux et aux ondes sonores ou à la forme combinée d'un phénomène ou d'un événement qui repose parmi les Annales de la Terre du Passé. Chaque phénomène ou événement possède ses propres rayons lumineux individuels et ses ondes sonores. Il n'y en a pas deux qui soient exactement semblables et ils peuvent tous être contactés avec la propre réceptivité du pouvoir psychique. Tout le secret réside encore dans le fait que vous assumiez la "réceptivité appropriée" ou que vous accordiez votre Centre du Pouvoir Psychique (ainsi que votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif) sur les rayons lumineux spécifiques et les ondes sonores qui composent cette particulière forme combinée. La Réceptivité Appropriée est plus facilement assumée dans l'état de trances parce que votre esprit conscient méfiant et introspectif et son solide supporter, votre esprit subconscient, perdent alors leur influence pour la détruire. Votre Electricité du Limaçon et vos ondes cérébrales a et b (vos ondes cérébrales du pouvoir psychique) sont alors de beaucoup mieux en contrôle.

Pour la Clairvoyance du Futur vous accordez la réceptivité de votre Centre du Pouvoir Psychique sur les plus probables rayons lumineux et ondes sonores qui convergent physiquement, chimiquement et mentalement sur ou dans le voisinage de la terre pour provoquer un certain phénomène ou un événement. Le secret, une fois de plus, réside dans le fait que vous assumez la Réceptivité Appropriée.

#### COMMENT ACQUERIR LA RECEPTIVITE APPROPRIEE

##### POUR LES ANNALES DE LA TERRE

##### DU PASSE ET DU FUTUR

En psychométrie l'empreinte aurale de l'objet vous place rapidement dans la Réceptivité Appropriée pour ses Annales de la Terre, mais pour faire la même chose avec la clairvoyance vous devez trouver un remplaçant pour l'objet. Mais vous pouvez le faire en pensant à quelque chose d'autre qui s'est passé à la même époque. Une fois que vous avez acquis la Réceptivité Appropriée pour les Annales de la Terre du Passé de ce "quelque chose d'autre", il sera facile de continuer à vous concentrer parmi les Annales de la Terre de cette même période de temps et de placer et d'acquérir la Réceptivité Appropriée pour la forme combinée que vous souhaitez contacter.

A l'inverse, vous recevrez un message psychique occasionnellement des Annales de la Terre d'une forme combinée d'un phénomène ou d'un événement passé et vous serez incapable de déterminer l'époque et l'endroit où il a eu lieu. Pour les déterminer, tenez devant vous, par exemple, l'image d'un immeuble ressemblant à celui que vous avez discerné dans ce message ou celle d'un personnage historique de l'époque et employez-la pour stimuler la Réceptivité Appropriée.

#### EXERCICES POUR DEVELOPPER LA RECEPTIVITE

##### APPROPRIEE POUR LES ANNALES DE LA TERRE DU PASSE

Exercice 1. Comment savoir où est allé votre meilleur ami lorsqu'il vous a quitté le soir précédent. Au lieu d'essayer de

contacter la forme combinée d'une scène qui s'est passée il y a vingt ou cinquante ans, essayez d'abord de contacter celle d'une scène qui s'est passée seulement le soir précédent. Commencez aussi avec des scènes qui ont fait sur vous une grande impression. Ensuite faites-le avec des scènes plus éloignées dans le passé. C'est un incomparable exercice de mémoire et se souvenir des choses oubliées est une qualité indispensable pour tout effort artistique. Une excellente scène avec laquelle vous pouvez commencer à vous entraîner est d'essayer de savoir où votre meilleur ami, ou votre fiancée, est allé le soir précédent après vous avoir quitté et ce qu'il (ou qu'elle) a fait durant l'heure suivante. Asseyez-vous ou étendez-vous dans un endroit tranquille - de préférence votre propre chambre - et détendez vos muscles de la tête aux pieds. Visualisez Pierre (ou Christine) comme vous l'avez vu le soir précédent et reproduisez dans votre esprit l'image de vous deux au moment où vous vous êtes quittés. Gardez-la bien vivante dans votre esprit.

Imaginez maintenant vous-même devenant Pierre immédiatement après votre séparation, de façon que maintenant vous pensiez et sentiez exactement comme il a pensé et agi à ce moment-là. C'est le moyen le plus rapide pour accorder votre esprit avec le sien et le rendre grandement réceptif aux formes combinées qu'il a libérées dans l'espace à ce moment. En conséquence, les rayons lumineux de ces formes combinées seront "aspirés dans" votre Centre du Pouvoir Psychique et leurs ondes sonores dans votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif. C'est aussi simple que cela. Si vous ne profitez pas d'un succès immédiat, reposez-vous un moment et essayez de nouveau. Ensuite essayez avec une autre personne que vous avez rencontrée la veille. Quand vous aurez pratiqué ces exercices pendant un certain temps (cela peut s'étendre sur plusieurs semaines) des scènes prendront promptement forme dans votre esprit et vous développerez rapidement la faculté de la Réceptivité Appropriée.

Exercice 2. Refaites l'exercice 1 d'une façon plus rigoureuse avec des scènes qui se sont produites de plus en plus loin dans le temps.

Exercice 3. Refaites les exercices 1 et 2 avec des scènes historiques. Vous serez étonné de constater avec quelle facilité vous aurez acquis la Réceptivité Appropriée et vous pourrez bientôt tirer des connaissances profitables des Annales de la Terre du Passé.

#### EXERCICES POUR DEVELOPPER LA RECEPTIVITE APPROPRIEE POUR LES ANNALES DE LA TERRE DU FUTUR

Le moyen d'acquérir la Réceptivité Appropriée pour les Annales de la Terre du Futur est semblable à celui pour acquérir celle pour le Passé. Mais au lieu de vous placer dans la position du Passé, vous vous placez dans celle du futur. Au lieu de vous mettre à la place de Pierre ou de Christine après vous être quittés l'autre soir, mettez-vous à sa place pour savoir comment il (ou elle) agira quand vous vous rencontrerez la prochaine fois, disons ce soir.

Exercice 1. Comment savoir d'avance ce que fera votre meilleur ami quand il vous retrouvera ce soir. Asseyez-vous ou étendez-vous dans un endroit tranquille - de préférence votre chambre - et fermez les yeux et détendez vos muscles de la tête aux pieds. Visualisez Pierre ou Christine comme il sera probablement ce soir ou comme il se sentira. Pour faciliter les choses, créez son "aujourd'hui" d'abord comme vous pensez qu'il se passe, pour vous aider à acquérir la Réceptivité Appropriée pour ce soir encore plus vite. Bientôt, à mesure que votre efficacité s'améliore, de grandes vagues de couleurs passent devant vos yeux fermés en longues bandes endormies, flottantes, se mouvant d'un côté à l'autre. Elles diffusent et donnent place à des formes et des scènes de Pierre ou Christine remplissant ses obligations

journalières. Maintenant, concentrez-vous pour voir de quelle façon il agira ce soir. Comme la forme combinée de lui-même pour la façon dont il agira ce soir est déjà formée, ses rayons lumineux et ses ondes sonores et ceux qu'elle attire à elle pour son expérience ce soir, trouveront une réceptivité toute prête dans votre Centre du Pouvoir Psychique et dans votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif. Comme ces forces sont déjà en train de converger depuis quelque temps avant de se rencontrer réellement et de créer une forme combinée pour les. Annales de la Terre, votre propre esprit sera transporté avec elles avec la Réceptivité Appropriée et saura ainsi A L'AVANCE ce que Pierre ou Christine fera très probablement ce soir. C'est à peu près comme se parachuter d'un avion au même moment que quelqu'un d'autre, mais atterrir assez longtemps avant lui pour avoir une idée à l'avance de l'endroit où il atterrira.

Exercice 2. Comment savoir à l'avance ce que votre meilleur ami fera à un moment donné dans le futur. Asseyez-vous ou étendez-vous et fermez les yeux et détendez vos muscles de la tête aux pieds et concentrez-vous encore sur Pierre ou Christine. Mais essayez de contacter ses Annales de la Terre à un moment quelconque. Visualisez-vous vous-même comme étant lui, pour acquérir rapidement la Réceptivité Appropriée pour ses futures formes combinées. Analysez-le aussi loyalement et complètement que vous le pouvez et essayez d'être lui. Le plus authentiquement vous vous convertirez en lui, le plus réceptif à ses formes combinées seront vos deux centres du pouvoir psychique.

Ensuite envoyez une fusée-question du pouvoir psychique travers les Cornes de votre Cerveau à son Centre du Pouvoir Psychique lui demandant quand il se mariera, gagnera beaucoup d'argent, perdra son emploi, tombera sérieusement malade, aura de l'avancement, quittera la ville ou toute autre chose que vous désirez apprendre sur lui. Puisque son propre Centre du Pouvoir Psychique est déjà réceptif (même si son esprit conscient ne l'est pas) aux rayons lumineux et aux ondes sonores convergents qui sont sur le point de se rencontrer et de créer une forme combinée dans le futur de la réponse à votre question, votre question leur sera relayée avec la Réceptivité Appropriée et discernera la construction finale de cette imminente forme combinée et rapportera ces connaissances à votre Centre du Pouvoir Psychique comme la réponse.

Note. N'espérez pas un succès à cent pour cent, parce que vous ne comprenez en aucune façon Pierre ou Christine assez complètement. Vous ne comprenez probablement pas plus de dix pour cent de sa vraie personnalité avec un degré quelconque de précision. Aussi, vous n'avez pas développé votre Réceptivité Appropriée de cent pour cent puisque vous n'avez pas développé votre personnalité inconnue de cent pour cent. Mais développer une telle faculté même à un simple un pour cent peut peut-être vous suffire pour tirer une réponse valable à votre question. Vous pouvez généralement supposer le restant de la réponse avec une stupéfiante exactitude quand vous possédez un tel point de départ.

COMMENT VOIR DANS LE CRISTAL POUR AIDER

VOTRE RECEPTIVITE APPROPRIEE

Voir dans le cristal peut aider votre Réceptivité Appropriée, bien que vous développerez une Réceptivité Appropriée bien meilleure en pratiquant sans le cristal. Les accessoires peuvent contribuer à accélérer les résultats initiaux pour maîtriser quelque chose, mais, en général, ils retardent le progrès en encourageant la paresse des facultés utilisées. Pratiquer alternativement avec, puis sans accessoires, est plus sage. Vos progrès périodiques

plus faciles avec les accessoires vous rendront votre confiance ébranlée et vous lanceront plus vite en avant vers de nouvelles réalisations dans la spécialité.

Une large variété de différents objets ou de moyens de fortune a été utilisée pour voir dans le cristal. Parmi ceux-ci se trouvent les cristaux eux-mêmes et d'autres objets réfléchissant la lumière, des morceaux de quartz clair ou de cailloux miroitants, du métal poli, de l'eau claire calme sous un aveuglant soleil, une flamme brillante, des étincelles, de la braise rougeoyante, des surfaces polies de pierres noires ou sombres, des morceaux, brillants de silix, un miroir, une tache d'encre, une goutte de sang (Les Maoris), un étang, un verre de montre sur un morceau de velours noir, de petites pièces polies de métal comme de l'argent, de petites tasses peintes en noir à l'intérieur et remplies d'eau. Différents objets ont été utilisés à toutes les époques et dans tous les pays par des gens différents, civilisés ou non civilisés.

Une boule de cristal n'est pas nécessaire tant que l'on a une surface brillante à regarder. Une surface intensément brillante reflète tellement de lumière que cela étourdit temporairement les extrémités nerveuses du nerf optique dans votre rétine de telle manière que vos yeux perçoivent seulement les surfaces brillantes à l'intérieur du champ de vision et négligent les autres qui sont plus sombres. L'effet hypnotise partiellement vos esprits conscient et subconscient et votre Centre du Pouvoir Psychique assume alors le contrôle sur vous. Mais cela ne développe pas votre Autoconscient Primitif mais permet simplement à votre personnalité connue de perdre un peu de son contrôle sur vous et permet aussi à votre Autoconscient Primitif non développé de vous contrôler momentanément plus facilement. Votre véritable Réceptivité Appropriée grandit seulement quand vous développez votre Autoconscient Primitif autant que possible au-delà de ce qu'il est normalement comme dans les exercices passés. Pratiquez quand même les exercices suivants, pour gagner plus de confiance dans le développement de la Réceptivité Appropriée pour tirer des connaissances plus facilement encore du monde Physio-Astral.

Exercice 1. Comment regarder dans le cristal pour augmenter votre Réceptivité Appropriée et en tirer des connaissances encore plus rapidement du monde Physio-Astral. Quand vous contemplez le cristal ou un objet similaire, vous devez être tranquille et sérieux. Asseyez-vous sur une chaise confortable et placez le cristal ou quelque autre objet brillant à environ 60 centimètres devant vos yeux et à un niveau qui se situe à mi-chemin entre celui de vos bouts de seins et de votre nombril. A ce niveau, à la fois les muscles de vos yeux et de votre cou sont détendus et vous permettront donc de tomber plus rapidement sous le charme du cristal ou autre objet brillant. Contemplez le cristal paresseusement pendant deux ou trois minutes. Ne vous fatiguez pas, malgré tout, et clignez même des yeux si le besoin s'en fait sentir.

Essayez de voir dans le cristal quelque chose qui vous est familier - même peut-être le visage de Pierre ou de Christine ou une scène typique de la vie courante. Après plusieurs essais (ou peut-être après davantage d'entraînement) la première scène que vous discernerez sera un brouillard laiteux et le cristal perdra sa transparence. Graduellement, une forme, un visage ou une scène se révélera dans lui comme lorsqu'on développe un film. Vous pouvez réussir la toute première fois que vous essaie- rez, spécialement si vous essayez de "visualiser" dans le cristal quelque chose qui vous est très familier, comme une chaise, une

bague, ou le visage de Pierre ou Christine.

Note: Conservez votre cristal dans une place sûre, bien enveloppé et protégé. Quand vous l'utilisez régulièrement, les molécules de sa surface changent leur position, même d'une manière infime, et acquièrent une harmonie d'Action Moléculaire avec votre Centre du Pouvoir Psychique. Votre cristal alors devient encore plus utile pour vous aider à développer votre Réceptivité Appropriée plus vite. Mais il ne sera jamais qu'une aide.

COMMENT UTILISER LA VOYANCE PRATIQUE POUR

AMELIORER VOTRE AVENIR

La voyance (la faculté de prévoir le futur) est indiscutablement une faculté désirable. Avec elle vous pourriez arranger votre vie avec plus de compétence et profiter de toutes les occasions qui se présenteraient sur votre chemin. C'est une habileté suprême de pouvoir lire les Annales de la Terre du Futur. C'est une stupidité de dire que connaître votre avenir serait enlever le piment de votre vie. Au contraire, connaître votre futur vous permet de tirer la maximum d'avantages de votre vie ainsi que le maximum de plaisirs. Vous êtes alors prévenu des désastres éventuels et guidé vers vos plus grandes perspectives. Il serait sot de critiquer l'acquisition d'une sécurité pour votre vieillesse sous le prétexte que cela lui enlèverait tout son piment; ou de conduire votre voiture sans savoir si vos freins fonctionnent, pour la raison qu'il est plus amusant de conduire ainsi. Constamment courir au devant de dangers inutiles, voilà ce qui enlève tout piment à l'existence.

La même chose s'applique à la connaissance du futur. Comme nous pourrions alors mieux et plus facilement organiser notre vie et éviter les risques inutiles! Si vous étudiez votre avenir objectivement et que vous dressiez des plans sensés et pratiques, votre vie sera pour vous une très grande satisfaction. La plupart des difficultés que vous avez rencontrées dans votre vie auraient pu être évitées, si vous y pensez objectivement, si vous aviez eu connaissance de quelques détails insignifiants, mais catastrophiques. Si vous aviez pu prévoir ce qui vous attendait au lieu d'être pris par surprise, vous auriez pu envisager la tragique situation qui allait se présenter et préparer un plan pour la faire avorter. Si Hitler ou Napoléon, par exemple, avaient prévu les hivers paralysants qui ont eu raison de leurs armées victorieuses après qu'elles eurent envahi la Russie, ils auraient pu mieux les préparer ou retarder leur invasion à une époque plus propice. A moins que vous n'ayez eu beaucoup de chance, vous avez probablement vous-même, à maintes reprises, perdu beaucoup dans les affaires, dans la vie sociale et sentimentale, simplement parce que vous n'aviez pas connaissance à l'époque de quelques petits empêchements ou de quelque détail inattendu, que "n'importe quel enfant" aurait dû connaître. Un changement insignifiant dans votre personnalité peut être tout ce qu'il vous faut pour pouvoir éviter la plupart de vos futures difficultés. Mais comment pouvez-vous savoir quel est ce changement insignifiant, si vous n'avez pas la conception de ce que sera votre probable avenir?

COMMENT PRATIQUER ET DEVELOPPER

UNE VOYANCE PRATIQUE

Etre un voyant c'est développer au maximum la faculté de contacter, avec votre Centre du Pouvoir Psychique et votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif, les rayons lumineux et les ondes sonores convergeants des Annales de la Terre de votre Futur (ou de celui d'un autre) pour pouvoir les convertir en formes de pensées que votre esprit conscient peut étudier et interpréter. La pratique de la voyance implique quatre importants degrés.

Degré 1. Fixez une heure définie chaque jour pour pratiquer dans une pièce tranquille.

Degré 2. Fermez votre porte à clé pour éviter des interruptions. Ensuite, obscurcissez la pièce. La voyance est vingt fois plus facile à réussir dans une pièce sombre que dans une pièce éclairée. Après la pièce sombre, c'est la lumière des étoiles qui est préférable, puis le clair de lune.

Degré 3. (Le test de la voyance innée). Regardez un petit point sur le mur pendant six minutes avec votre esprit conscient vide. Si vous vous sentez vous assoupir, vous avez l'étoffe d'un voyant. Tout ce qu'il vous faut c'est de la patience.

Degré 4. Un autre test - le test de l'hyper oxygénation - consiste à respirer rapidement et vigoureusement pendant quatre vingt dix secondes. Si vous êtes étourdi, vous pouvez devenir un voyant parce que cela indique que votre cerveau réagit rapidement à un excès d'oxygène et que votre corps absorbe rapidement les électrons de l'air. Si vous répétez ce test plusieurs fois, il est presque certain qu'il vous mettra dans un état de rêve conscient. Pendant que vous serez allongé dans cet état, vous serez capable de voir sans vos yeux. Si, après un petit moment vous voyez des étincelles, des éclairs, des traînées de lumière vive et prolongée, de la vapeur ou des nuages flous devant votre visage, continuez ces "séances" et vous deviendrez un voyant. Vous contactez les Annales de la Terre du Futur au degré maximum. Si vous restez parfaitement calme au lieu de devenir alarmé, ces nuages et ces étincelles peuvent se changer en formes d'amis du passé. Votre Centre du Pouvoir Psychique transforme en formes de pensées pour votre esprit conscient les Annales de la Terre du Futur que vous aviez contactées.

Exercice 1. Comment prévoir votre futur - et profiter incroyablement de lui - grâce à la voyance pratique.

1. Asseyez-vous dans votre chambre noire et tranquille et faites le vide dans votre esprit. Concentrez-vous sur le vide noir avant de fermer les yeux jusqu'à ce que vous ignoriez absolument le monde matériel.

2. Ecrivez n'importe quoi qui vous est "communiqué". Habituez-vous à écrire en traduisant en mots ce qui vous atteint depuis les Annales de la Terre.

3- Faites cela chaque jour pendant une demi-heure, si possible. Si vous ne pouvez pas y consacrer autant de temps, faites-le aussi longtemps que possible.

4. Ne posez d'abord aucune question aux vagues formes qui apparaissent devant vos yeux. Ne demandez rien au cours des sept premières séances.

6. Au commencement il est préférable que vous soyez seul. Plus tard vous pouvez avoir d'autres personnes avec vous, mais des personnes qui croient aux phénomènes psychiques.

7. Plus tard, posez vous-même des questions au sujet de votre futur en demandant des réponses et inscrivez les réponses que vous recevez. N'acceptez pas ces réponses comme définitives pendant quelque temps parce qu'elles ne seront pas précises tant que votre habileté à contacter les formes combinées appropriées des Annales de la Terre du Futur ne sera pas parfaite. Mais, avec le temps, vous ferez des progrès jusqu'à ce que vous puissiez avoir confiance, en grande partie, dans ce que vous recevez d'elles et que vous puissiez alors agir sur elles avec une certaine marge de confiance.

Même si quelques-unes des interprétations des communications que vous recevez semblent d'abord fantastiques, inscrivez-les néanmoins et voyez si elles se réalisent. Vous constaterez que fréquemment ce qui semble improbable à la première lecture, devient phénoménalement plausible plus tard quand et si cela se

réalise. Si l'adversité est prophétisée, vous pouvez au moins vous mettre en garde. Si ce sont de bonnes nouvelles, vous pouvez vous préparer à en tirer parti. La Voyance, comme la Réceptivité Appropriée, n'a pas besoin d'être à cent pour cent exacte pour vous rapporter un profit incalculable. Elle n'a simplement qu'à faire allusion à la probabilité de futurs événements possibles dans votre vie pour que vous ne vous laissiez pas prendre par surprise. De cette façon, vous ne risquez pas de perdre os plus belles occasions.

## DIX- NEUVIEME LECON

Comment

Utiliser les Secrets de la Domination  
du Pouvoir Psychique pour Contrôler  
les Autres Gens à Volonté

COMMENT CREER L'ATMOSPHERE DE DOMINATION  
PSYCHIQUE AVEC LE CONE. ASTRAL EVASE

La domination mentale n'exige rien d'autre de votre pouvoir psychique au-delà de la transmission de pensée et de l'usage de votre aura. La domination du pouvoir psychique, cependant exige aussi l'usage de votre mécanisme astral comme cela sera démontré dans les exercices suivants.

Exercice 1. Comment attirer à vous ceux de votre région qui ont le même point de vue que vous sur un certain projet. Asseyez-vous tout seul dans votre chambre et visualisez l'important projet que vous souhaitez mener à bien. Créez un grand Cône Aurai Evasé qui s'étendra à partir de devant vos yeux. Faites-le se courber vers l'extérieur comme l'extrémité d'un trombone. Envoyez un message du pouvoir psychique à travers vos Antennes Cérébrales, mais laissez-le se disperser depuis votre Cône Aurai Evasé dans toutes les directions de l'espace. Répandez-le même plus loin dans d'espace en renforçant immédiatement sa force de photons dans l'espace avec une fusée-commandement de pouvoir psychique. Etalez-le jusqu'à ce qu'il forme un quart de sphère de seize à vingt-quatre kilomètres de rayon et contacte les esprits réceptifs de tous les correspondants éventuels à l'intérieur de cette région.

Tous ceux qui ont un esprit réceptif dans cette région ne vont pas affluer vers vous le lendemain. Beaucoup, pour une part, vont recevoir votre message sous la forme d'un rêve, ou d'une intuition, ou. d'un vague appel pour rencontrer "quelqu'un" quelque part.

Il n'est pas nécessaire, cependant, que chacune de ces personnes soit attirée vers vous. Vous pourriez n'avoir besoin que d'un seul associé, pour une seule chose. A partir du moment où vous l'attirez vers vous, c'est suffisant. Si vous visualisez bien votre projet et si vous le propagez au dehors avec un renfort suffisant de la force des photons, il y a d'excellentes possibilités pour que ce "partenaire idéal" "accoure vers vous" dans un très proche futur. La rencontre semblera n'être qu'une pure coïncidence, mais en réalité elle ne le sera en aucune façon. Ce seront vos réceptivités semblables qui vraisemblablement, liées ensemble par les radiations astrales de votre Cône Astral Evasé, vous feront vous réunir. Vous avez créé une Atmosphère de Domination Psychique pour votre souhait et cet individu est tombé dans son champ d'influence.

COMMENT APPLIQUER ET TIRER MERVEILLEUSEMENT

PROFIT DE VOTRE ATMOSPHERE

DE DOMINATION PSYCHIQUE

A. Trois grandes conditions pour établir l'Atmosphère de Domination Psychique.

Première condition. Désirez de toutes vos forces convertir votre projet en une réalité.

Deuxième condition. Visualisez-le, dans tous ses détails, en train de devenir une réalité.

Troisième condition. Asseyez-vous calmement et projetez ce message du pouvoir psychique à travers votre Cône Astral Evasé et répandez-le dans un quart de sphère de seize à vingt-quatre kilomètres de rayon, et créez pour lui une Atmosphère de Domination Psychique. Vous pouvez immédiatement faire volte-face et le répandre dans la direction opposée, créant ainsi un hémi-

sphère de trente-deux à quarante-huit kilomètres de diamètre. Ne l'étendez pas plus loin cependant car votre Atmosphère de Domination Psychique y perdrait de son pouvoir d'attraction. Plus les gens qui sont touchés par votre Atmosphère de Domination Psychique sont éloignés, moins les chances de les voir venir dans votre voisinage et à plus forte raison vers vous, sont grandes. Mais par contre, quelqu'un dans votre voisinage, soudainement saisi par un besoin inexplicable de passer plus particulièrement dans une certaine rue, ou d'entrer dans un certain magasin à une certaine heure, ou de s'asseoir sur un certain banc public plutôt que sur un autre, pourrait le faire; et il est certain qu'au moins une personne de votre voisinage dont l'esprit sera réceptif répondra au message de votre pouvoir psychique.

COMMENT REMARQUABLEMENT PROGRESSER  
SOCIALEMENT ET DANS LES AFFAIRES GRACE  
A LA FORCE D'ATTRACTION INCONTROLABLE  
DE VOTRE CONE ASTRAL EVASE

Entraînez-vous à visualiser votre message du pouvoir psychique s'arrachant de votre Cône Astral Evasé avec une force tellement irrésistible que vous avez l'impression qu'il entraîne Votre corps avec lui en s'élançant dans l'espace. Visualisez les Centres du Pouvoir Psychique de douzaines de personnes recevant le message et électrisées par sa Réceptivité Appropriée. Maintenant, essayez de ramener cette radiation du message du pouvoir psychique vers vous. Pour ce faire, tendez vos poings et vos avant-bras en gardant toujours les yeux fermés. "Sentez" les gens en train d'être arrachés de leurs maisons pour se précipiter vers vous. "Sentez"-les s'approcher de plus en plus près de vous jusqu'à ce qu'ils soient à votre porte. Si vous étiez un maître psychique vous verriez dès ce moment tous ces gens individuellement dans votre Grand Centre Visuel et sauriez où ils demeurent. Mais vous n'avez pas besoin d'être un tel expert pour progresser socialement et dans les affaires grâce à la force d'attraction incontrôlable de votre Atmosphère de Domination Psychique.

Si vous pouvez recréer cette Atmosphère de Domination Psychique d'une façon répétée pendant plusieurs semaines et puis aller visiter différentes parties de votre région, vous serez étonné du nombre de gens agréables que vous rencontrerez.

Quand vous vous trouvez parmi beaucoup de gens, dans un club ou dans une réunion, il serait très profitable de diffuser un message du pouvoir psychique et de créer une Atmosphère de Domination Psychique. Le faire journallement sur le lieu de vos affaires, vous attirerait davantage de monde, surtout si vous êtes au rez-de-chaussée dans le quartier commercial d'un faubourg ou d'une petite ville ou dans un endroit où vous pouvez être remarqué. Si vous entraînez vos employés ou vos collaborateurs à adopter des manières qui conviennent à cette atmosphère, vos clients éventuels le sentiront en passant devant votre porte et entreront dans votre établissement et ils seront "accrochés". Ceux qui vous servent seront enchantés et feront votre éloge partout et cela stimulera vos affaires.

EN RESUME. Votre Atmosphère de Domination Psychique vous apporte toute une série de circonstances avantageuses. Ce sont:

1. le fait de vous attirer des gens qui sont réceptifs à votre message du pouvoir psychique diffusé par votre Cône Aura] Evasé;
2. le fait qu'il vous porteront aux nues auprès de leurs amis et connaissances, et
3. le fait que de plus en plus de clients affluent vers vous, et

4. le fait que vous avez un plus gros compte en banque, une plus grande sécurité, plus de bonheur, la confiance, le respect et le luxe dans votre vie.

Dans la vie, il ne suffit pas de rêver de grands projets et d'espérer les voir se réaliser. Il vous faut les mettre en action!

Votre Atmosphère de Domination Psychique est le pouvoir avec lequel vous le mettrez en action.

COMMENT UTILISER VOTRE ATMOSPHERE

DE DOMINATION PSYCHIQUE POUR ATTIRER

SPONTANEMENT LES CONNAISSANCES

ET LES RENSEIGNEMENTS NECESSAIRES

Vous avez fréquemment éprouvé la satisfaction d'obtenir soudainement et inopinément certaines connaissances ou certains renseignements que vous cherchiez ardemment. Parfois vous "tombez accidentellement" sur quelqu'un qui vous les fournit. Ou peut-être en flânant dans une librairie et en examinant des livres vous tombez sur un passage qui vous explique ce que vous cherchiez. Ou peut-être qu'en prenant un journal au hasard vos yeux ont rencontré quelque chose qui répondait à votre question. Beaucoup appelleront ces événements pure coïncidence et osez donc prouver le contraire. Mais ils ne peuvent pas non plus prouver que ce n'est qu'une simple coïncidence. Pour les gens psychologiquement informés il y a plus qu'une pure coïncidence - ces événements pourraient aussi être des événements suscités par les communications réceptives établies entre vous et les autres par l'Atmosphère de Domination Psychique que vous avez involontairement créée quand vous vous êtes anormalement concentré sur les renseignements que vous cherchiez.

Votre esprit conscient devient alors si impatient d'obtenir ces renseignements que, s'il ne réussit pas à les obtenir lui-même, il fait instinctivement appel à votre Centre du Pouvoir Psychique. Ce dernier répond en créant une Atmosphère de Domination Psychique pour vous attirer aux auras attachées où ces renseignements sont trouvés ou pour vous mettre en contact avec l'aura de quelqu'un dans votre région qui pourrait les avoir.

Exercice 1. Comment vous attirer spontanément les connaissances spécifiques nécessaires. Asseyez-vous tout seul dans votre chambre et visualisez clairement un problème ennuyeux que vous désirez résoudre. Ou bien vous pourriez être à la recherche d'un renseignement peu commun. Formulez-le en mots exacts. Au besoin écrivez-le et vérifiez la rédaction pour que ce soit immédiatement compris. Ensuite répétez les mots lentement et d'une façon pénétrante dans votre esprit conscient.

Partant de votre Centre du Pouvoir Psychique, lancez le mots hors de vos Antennes Cérébrales sous forme d'ondes radio à travers votre Cône Aurai Evasé et sentez-les se répandre rapidement dans un quart de sphère psychique à une distance de seize à vingt-quatre kilomètres. Immédiatement faites volte-face et répétez la projection pour créer une Atmosphère de Domination Psychique de la grandeur d'un hémisphère de trente-deux à quarante-huit kilomètres de diamètre. Visualisez votre message du pouvoir psychique prenant possession des esprits réceptifs d'une douzaine de personnes dans cette région et excitant profondément leurs esprits conscient et subconscient pour en retirer le renseignement désiré. Ensuite ramenez-le à votre Centre du Pouvoir Psychique et relayez-le à votre esprit conscient.

Répétez l'exercice plusieurs fois la même nuit. Dans le futur immédiat vous serez étonné de constater la régularité des réponses que vous obtenez pour vos problèmes ennuyeux ou pour vos renseignements: soit directement par d'autres personnes, soit "accidentellement" en tombant sur quelque autre source d'infor-

mation. A tout le moins, vous tomberez sur une stupéfiante suite d'indices qui vous mèneront à la source.

#### LES DANGERS ACCABLANTS ATTIREZ-VOUS PAR LA CRAINTE ET COMMENT LES EVITER

Veillez à ne pas avoir peur des choses. En essayant d'attirer sur vous ce que vous désirez, vous attirez aussi ce que vous craignez - que ce soit une personne ou une circonstance. Une peur écrasante que quelque chose de regrettable va vous arriver, peut attirer sur vous les forces convergentes physiques, chimiques et mentales de ce phénomène ou de cet événement qui peuvent l'amener. En ressassant continuellement l'idée que quelque chose qu'elles redoutent va leur arriver, beaucoup de personnes attirent cette chose comme si elles avaient prié pour qu'elle leur arrive. Elles créent continuellement des images mentales vivaces de ce qu'elles craignent et les diffusent autour d'elles à travers des Cônes Aurales Évasés instinctivement créés par elles dans les Annales de la Terre du Futur jusqu'à ce qu'elles contactent les rayons lumineux et les ondes sonores convergents de ce potentiel événement. Ces derniers sont attirés à son esprit réceptif et arrivent. Après cela ils sont convertis en formes combinées. Les gens que vous craignez (pas nécessairement ceux avec lesquels vous vous sentez timide) ne vous aiment généralement pas et essaient de vous dominer. En les craignant, vous négligez de vous constituer une projection suffisante contre leurs commandements de pensées infâmes. Bien qu'ils ne pourraient pas consciemment les projeter contre vous, ils pratiquent habituellement contre vous une introspection tyrannique qu'ils vous communiquent par inadvertance régulièrement au moyen des ondes radio parce que votre esprit craintif possède la Réceptivité Appropriée. Subconsciemment satisfait par sa réception, votre esprit malfaisant est instinctivement encouragé dans ses mauvaises pensées et ses commandements de pensées et votre Centre du Pouvoir Psychique continue à recevoir un assaut régulier de ses attaques hostiles. Il les relaie automatiquement à vos esprits conscient et subconscient et de ce fait intensifie d'autant plus votre crainte de cette personne. Aussi ne laissez jamais la peur prendre inutilement possession de vous. La meilleure défense contre la peur, c'est le Casque Aural. Apprenez tout de suite à en créer un.

#### COMMENT FAIRE LE CASQUE AURAL - VOTRE MEILLEURE DEFENSE CONTRE LA DOMINATION DU POUVOIR PSYCHIQUE

Votre meilleure défense contre la Domination du Pouvoir Psychique d'une autre personne, c'est le Casque Aural.

Le Casque Aural consiste en rien de plus que former, avec votre aura, une sphère aurale autour de votre tête qui empêche les ondes-radio de la domination du pouvoir psychique d'une autre personne d'atteindre votre Centre du Pouvoir Psychique ou votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif pour vous influencer et vous contrôler. Asseyez-vous tranquillement dans votre chambre et fermez les yeux. Visualisez votre aura se répandant vers le haut depuis tout le tour de votre cou et enfermant votre tête tout autour comme un casque de scaphandrier. Faites qu'il soit assez spacieux à l'intérieur, laissant un espace vide d'environ cinq centimètres tout autour de votre tête. Construisez ses parois d'une épaisseur de quinze centimètres pour qu'elles puissent résister efficacement au pouvoir pénétrant des ondes-radio des autres personnes. Ne faites pas les surfaces extérieures lisses et polies, mais irrégulières et en dents de scie pour que les ondes-radio qui les frapperont soient dispersées ou modifiées en forme et en fréquence. Même celles qui pénétreraient ne pour-

raient plus transmettre le commandement psychique antagoniste qu'elles vous apportaient avec exactitude et exerceraient en conséquence peu d'influence sur vous.

Il est très facile de fabriquer le Casque Aural. Entraînez-vous et perfectionnez-le et vous posséderez un moyen de défense invincible contre les efforts des autres pour vous dominer psychiquement. La pleine force du Casque Aural durera environ vingt-quatre heures, après quoi il vous faudra la renouveler. Note. Le Tube Astral (que vous avez étudié dans la leçon 17) est la meilleure artillerie pour la domination du pouvoir psychique. Avec lui, vous pouvez lancer la plus grande quantité concentrée d'ondes radio de commandements du pouvoir psychique au Centre du Pouvoir Psychique d'une autre personne. Mais souvenez-vous de ne pas les appliquer plus longtemps qu'une seconde à la fois avec un intervalle de deux secondes au moins. Le Casque Aural est la meilleure défense contre la domination du pouvoir psychique.

#### COMMENT INTENSIFIER VOTRE DOMINATION DU POUVOIR PSYCHIQUE AVEC LE CORPS ASTRAL VOYAGEUR

Le corps astral voyageur est un des tout premiers accomplissements du développement du pouvoir psychique, et il est manifestement un outil in surpassé pour la domination du pouvoir psychique. Mais vous ne pouvez l'utiliser que lorsque vous êtes endormi ou en transes. Vous devez vous matérialiser. Des faits extra ordinaires peuvent néanmoins être réalisés avec le corps astral. Les archives sont pleines d'exemples de personnes mourantes sans entraînement du pouvoir psychique, qui se sont spontanément engagées dans le corps astral voyageur et qui sont apparues à des gens à des milliers de kilomètres de distance, peu de temps avant de mourir.

Vous rappelez-vous certains matins où vous vous êtes réveillé tout courbatu, alors que vous aviez passé une nuit reposante et tranquille? Souvenez-vous des fois où vous avez rêvé que vous tombiez dans le vide et que vous vous éveilliez juste avant de heurter le sol? Avez-vous jamais rêvé que vous marchiez dans la rue et d'avoir été choqué en vous apercevant que vous étiez en pyjama ou peut-être même tout nu? De telles expériences sont généralement des souvenirs déformés de voyages dans votre corps astral.

#### CE QU'IL VOUS FAUT POUR VOYAGER DANS VOTRE CORPS ASTRAL

Des hommes bien entraînés, ou bien doués en matière de pouvoir psychique, rapportent, qu'avant d'aller se coucher, ils n'ont qu'à se commander à eux-mêmes d'apparaître devant une certaine personne à une certaine heure de la nuit et que leur corps astral exécutera leurs ordres. Une telle expérience ne sera pourtant pas réussie avec n'importe qui, à moins que sa personnalité inconnue ne soit hautement développée.

Le corps astral voyageur dépend d'un étonnant contrôle du pouvoir psychique sur sa personnalité astrale, d'un incroyable pouvoir de séparation corps- psychique corps-astral et d'une visualisation extraordinaire. Les trois qualités stupéfiantes, soutenues par une foi inébranlable dans votre aptitude à réaliser ce "miracle", le rendent possible. Le plus petit doute caché que vous pourriez avoir concernant votre aptitude à le réaliser, même si il repose caché dans votre esprit subconscient, annihilera votre faculté d'exécution. A moins que vous ne comptiez parmi les gens bien-doués psychiquement, vous aurez besoin d'entraînement et d'une foi inébranlable en vous-même pour réaliser le corps astral voyageur. h,t de plus, en l'essayant vous développerez votre per-

sonnalité inconnue rapidement et remarquablement car vous essaieriez d'égaliser le "super-naturel".

Les animaux, c'est bien connu, reconnaissent la présence de corps surnaturels bien avant les humains. Ils les reconnaissent même si les humains présents ne s'en aperçoivent pas. Cela est normal parce que leur Centre du Pouvoir Psychique (c'est-à-dire leur Autoconscient Primitif tout entier) est de loin plus largement éveillé que celui de l'homme. Pour voyager dans votre corps astral, vous devez éveiller le vôtre considérablement.

#### LA COMPOSITION LOGIQUE DE VOTRE CORPS ASTRAL

Le moyen le plus facile pour apprendre à commander à votre corps astral de voyager est de savoir d'abord, ou du moins avoir une idée, en quoi il consiste. Votre corps astral est plus communément connu comme votre esprit ou votre fantôme. Il a la taille et la forme exacte de votre corps et reste en lui toute votre vie, pour ne le quitter définitivement que lorsque vous mourez. Mais puisqu'il peut quitter et qu'il quitte votre corps temporairement quand vous êtes vivant, il doit être composé de substance que votre propre corps dégage. Votre corps astral doit donc certainement se composer de:

1. hydrogène, nitrogène et oxygène ou de gaz de l'air. Votre corps physique peut projeter ces gaz hors de lui dans l'énergie abandonnée par votre cerveau (votre Centre du Pouvoir Psychique) quand vous êtes en état de transes.
2. autres gaz, comme la chlorure.
3. métaux? Douteux, à moins qu'ils ne contiennent du carbone.
4. eau (sueur).
5. acide carbonique de vos expirations.
6. chaleur radiante.
7. rayons infra-rouges.
8. radiations électromagnétiques (ondes-radio).
9. chaleur, due à l'énergie incluse dans la projection du corps astral et à la création des différentes formes que ce dernier peut assumer.
10. possibilité d'une différente action atomique ou moléculaire - ou de pas d'action du tout? Et est-ce pour cela qu'on ne ressent aucune chaleur mais seulement une sensation de froid dans l'air quand un esprit ou un corps astral se déplace?
11. un esprit et une volonté propres, mais sans tissus ni viscéres perceptibles, car il ne peut pas être blessé ni tué.
12. la capacité de passer à travers les espaces de l'éther des solides les plus compacts.
  - a) soit que ses molécules sont infiniment petites et très écartées et pour cette raison perdent très peu de chaleur rapidement, ou
  - b) il doit engendrer sa propre chaleur parce qu'il n'est PAS froid comme de la glace, mais comme du brouillard.

#### CONCLUSION

Puisque le corps astral pénètre le solide le plus compact doit être:

- a) un gaz, plus
- b) une radiation électromagnétique (ondes radio); et il doit être
- c) absolument contrôlé par une volonté ou un esprit;
- d) mais cet esprit peut-être ou peut ne pas être celui d'un être humain.

Est-ce l'esprit subconscient? Ou l'Autoconscient Primitif?...

Ce n'est certainement aucun des deux une fois que le corps a expiré, même si l'Autoconscient Primitif peut être relié électriquement au corps pendant un certain temps après la mort. Le corps astral aussi.

- e) peut être converti en un solide à volonté;
- f) peut être reconverti en un gaz à volonté;

g) peut changer sa silhouette, sa forme et sa substance à volonté.

h) Dans l'état psychique de possession, il peut même rem-placer le corps astral de l'infortunée victime et lui imposer sa propre volonté.

COMMENT MAITRISER LES TROIS STUPEFIANTES  
QUALITES POUR FAIRE VOYAGER VOTRE CORPS ASTRAL  
QUALITE 1. COMMENT ORDONNER A VOTRE CORPS

ASTRAL DE VOYAGER EN LUI DONNANT UN COMMAN-DEMENT DU POUVOIR PSYCHIQUE.

L'homme mourant possède rarement une énergie psychique surhumaine, mais il est capable de tout pour entrer en contact avec les êtres qui lui sont chers pour la dernière fois et il attire frénétiquement les électrons de l'air pour procurer à ses nerfs l'électricité nerveuse qu'ils exigent pour une projection miraculeuse du pouvoir psychique. Il visualise aussi les siens si directement que son corps astral peut les trouver facilement. En fait, des cas ont été enregistrés dans lesquels le moribond avait fait des apparitions devant deux différents êtres chers, éloignés l'un de l'autre, en même temps. De telles manifestations exigent véritablement un pouvoir psychique surhumain, mais la personne mourante perd pratiquement toute sa raison dans son dernier et hystérique effort à dire aux siens son ultime adieu. En fait, il consume tellement de son énergie restante dans ce dernier effort qu'il rend généralement son dernier soupir pendant ou immédiatement après celui-ci. Pourtant, jusqu'à ce moment, ni lui ni personne n'avaient pu soupçonner qu'il possédait de si remarquables pouvoirs psychiques. Son Autoconscient Primitif dormant s'était finalement pleinement réveillé - au seuil de la mort.

Quand vous ordonnez à votre corps astral de voyager en lui donnant un commandement du pouvoir psychique, ne pensez pas seulement: "Corps astral, je te commande d'apparaître devant Jacques ou Jane, ce soir à onze heures". Chaque commandement du pouvoir psychique est plus efficace quand il est soutenu par une image mentale de ce que vous espérez atteindre avec les mots. Apprenez donc à ordonner à votre corps astral de voyager en lui donnant un commandement du pouvoir psychique, en faisant l'exercice suivant.

Exercice. Comment ordonner à votre corps astral de voyager en lui donnant un commandement du pouvoir psychique. Pour ordonner à votre corps astral de voyager en lui donnant un commandement du pouvoir psychique, étendez-vous tranquillement sur votre lit et fermez vos yeux pour vous concentrer plus profondément. Imaginez, dans votre Centre du Pouvoir Psychique, que votre corps astral remplit complètement chaque partie de votre corps. Lancez, maintenant, une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre corps astral lui ordonnant de se préparer à se séparer de votre corps physique et de partir à travers l'espace pour faire une apparition devant ou près de Pierre ou Christine. Recommencez cet exercice plusieurs fois jusqu'à ce que vous sentiez que votre corps astral devient vivant dans votre propre corps, comme des vagues successives d'une puissance prête à éclater au premier signal.

QUALITE 2. COMMENT SEPARER VOTRE CORPS ASTRAL

DE VOTRE CORPS PHYSIQUE AVEC LA VENTOUSE ASTRALE GEANTE.

Créez maintenant, depuis votre aura, une ventouse géante de deux mètres de diamètre. Gardez cette Ventouse Aurale Géante planant immédiatement au-dessus de votre corps et faites-la commencer à aspirer l'air furieusement. Restez étendu parfaitement immobile et imaginez-la arrachant toute la masse de votre corps astral hors de votre corps physique. La succion formidable fera se dresser tous les poils de votre corps. Doublez le "tirage " de la succion en lançant une rafale du Harpon Psychique dans

le dos de votre corps astral qui est hissé hors de vous.

QUALITE 3. COMMENT FAIRE APPARAÎTRE LE CORPS

ASTRAL AVEC UNE VISUALISATION ENVAHISSANTE.

Une fois que votre corps astral a été séparé de votre corps , désintégrez immédiatement votre Ventouse Aurale Géante et retirez-la de votre chemin. Commandez immédiatement à votre Centre du Pouvoir Psychique d'observer tout et de ne rien oublier de ce que votre corps astral voit et fait pendant son voyage. Délivrez alors une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre corps astral lui indiquant où aller et quoi faire. Maintenant, visualisez votre corps astral libéré de votre corps physique, en train de foncer dans l'espace et d'apparaître immédiatement devant ou près de Pierre ou Christine. S'il le trouve à une "party" faites-le attendre invisible sur le côté, si vous préférez et observer et écouter tout ce qui se passe. (Votre corps astral ne peut cependant pas interpréter ce qu'il entend. Vous dépendez pour cela de votre esprit conscient. Si vous êtes excessivement méfiant au sujet de Pierre ou de Christine en quelque façon, il se pourrait qu'il ne soit pas prudent de chercher à se renseigner à l'aide du corps astral voyageur). Mais s'il s'attend à vous voir, ordonnez à votre corps astral de se matérialiser sous une forme humaine devant lui. Ordonnez-lui encore de se rendre visible et visualisez-le pendant ce changement, et cela suffira. Les instructions sont exécutées d'une façon fantastique sur le plan astral, puisque rien n'est impossible sur ce plan. Vous n'avez qu'à vous placer sur ce plan avant tout, c'est tout, et donner vos commandements du pouvoir psychique et visualiser qu'ils soient bien exécutés selon vos instructions. Les "mystérieuses molécules" de ce plan sont sensibles à la pensée au-delà de toute conception humaine.

Pratiquez la projection du corps astral avec calme et aisance sans jamais fixer de temps limite pour l'accomplissement de l'expérience. Les moribonds, vous le savez déjà, l'ont accompli instantanément. Vous le pouvez donc aussi si vous suivez les instructions aussi explosivement que le mourant ou l'hystérique. Autrement, il vous faudra du temps pour la maîtriser. Mais, même le développement d'une faible quantité de cette faculté vous permettrait de contacter les esprits des autres avec beaucoup plus de facilité qu'avant.

COMMENT PROJETER DES FORMES

DE PENSEES ASTRALES PERSONNALISEES

Si vous manquez de temps pour maîtriser la Projection du Corps Astral, vous pouvez maîtriser les Formes de Pensées Astrales Personnalisées beaucoup plus facilement et obtenir des résultats stupéfiants. Etudiez donc soigneusement la façon de le faire.

Avant tout, vous devez vous concentrer si intensément sur une autre personne que vos pensées peuvent prendre forme spontanément devant elle, comme une apparence, visible ou invisible, de vous-même. Bien que cela maintienne avec vous un mince fil astral de connexion, il n'aura aucune connexion consciente avec vous et ne vous apportera par conséquent aucune communication. Vous pouvez cependant projeter des formes de pensées qui conserveront une connexion consciente avec vous et vous apporteront des communications d'elle. Ce sont les Formes de Pensées Astrales Personnalisées. Elles sont très utilisées en Inde. Apprenez comment les créer et les utiliser à l'aide de l'exercice suivant. Exercice. Comment vérifier rapidement les activités présentes de quelqu'un à l'aide des Formes de Pensées Astrales Personnalisées. Asseyez-vous ou étendez-vous tranquillement dans votre chambre et pensez à Pierre ou à Christine. Soyez absolument

certain qu'il est au lit ou seul dans sa maison ou en quelque lieu que vous puissiez "envisager" clairement. Cela permettra à vos Formes de Pensées Personnalisées de le joindre plus facilement. Créez dans votre esprit une image si vivante de vous-même présent, en train de le (ou la) regarder, qu'elle paraisse vraie Visualisez de la tête aux pieds chaque détail de vous-même debout là. Calmement observez-le faisant plus ou moins ce que vous aviez présumé qu'il ferait. Pour construire une image assez précise de lui et de son activité, soyez objectif et chassez de votre esprit conscient toute envie ou tout préjugé à son égard. Faites une liste de tout cela à l'avance, si cela est nécessaire, de façon à être positif et à ne rien oublier. Quand vous avez une attitude impartiale et loyale à son égard, votre Centre du Pouvoir Psychique acquiert la Réceptivité Appropriée pour le sien. Le sien répondra alors facilement à toute communication psychique du vôtre et vous "invitera" pratiquement à paraître en personne devant lui.

Pierre, ou Christine, deviendra maintenant subitement conscient du fait que vous occupez intensément ses pensées et commencera à penser activement à vous dans son esprit conscient.

C'est le moment maintenant de lui envoyer votre message du pouvoir psychique. Les opérations successives prennent alors place automatiquement. Votre message arrive dans son Centre du Pouvoir Psychique et est ensuite relayé à son esprit conscient Son esprit conscient lui expédie la réponse à votre Forme de Pensée Astrale Personnalisée qui attend là et dont Pierre ou Christine, a vaguement connaissance. De là, il est dépêché à votre Centre du Pouvoir Psychique et relayé à votre esprit conscient. Si vous ne pouvez vous réjouir d'aucun succès immédiat avec le Corps Astral Voyageur, pratiquez cet exercice et gagnez en efficacité. Il multipliera vos facultés de concentration, de contacter l'autre personne et de capter son attention sans même être présent physiquement -où elle est.

## VINGTIEME LECON

Comment

Placer le Monde Physio-Astral sous  
le Contrôle du Pouvoir Psychique  
et Acquérir un Pouvoir Miraculeux

COMMENT CREER L'IMAGE MAGIQUE QUE LES

AUTRES PUISSENT VOIR GRACE A LA VISION SUSCITEE

Pendant des siècles, les Indiens de l'Est ont confondu les étrangers avec leur faculté de la Vision Suscitée. Cette faculté résulte de votre création des Formes de la Pensée qui est si authentique que les gens présents les voient réellement et les acceptent comme positives. Les fakirs Indiens de l'Est ont développé cette faculté si fantastiquement qu'ils ont montré aux voyageurs des montagnes au lointain qui se mettaient à onduler et à se déplacer à leur commandement verbal. Dans le monde occidental, il y a des acteurs qui peuvent regarder dans l'espace et "voir" des scènes qui n'existent pas et induire le public à les "voir" sans prononcer un mot.

Comment est-ce réalisé puisque votre nerf optique est seulement un nerf porteur de messages - c'est-à-dire un nerf qui transporte seulement des images de votre rétine à vos centres visuels? C'est réalisé parce que votre nerf optique aussi contient quelques fines fibres de distribution de commandements qui courent depuis votre Grand Centre Visuel (dans votre esprit conscient) jusqu'à votre rétine. Vous pouvez les utiliser pour transporter à votre rétine les images que vous créez dans votre esprit conscient en les dirigeant vers lui avec un commandement du pouvoir psychique intensif. Ces images sont converties dans votre rétine en ondes-radio. Vous pouvez les diriger dans les Cornes du Cerveau de l'autre personne pour qu'elles reproduisent l'image que vous avez conçue dans votre esprit conscient, clairement sur sa propre rétine. C'est ainsi que vous créez l'Image Magique qu'il peut "voir" et accepter comme une véritable image.

Pour réussir avec la Vision Suscitée vous devez reproduire très précisément les structures que vous visualisez dans vos l'armes de Pensée pour que vous puissiez en produire une image authentique dans votre Grand Centre Visuel. Autrement l'image ne sera pas reproduite assez clairement pour implanter une image assez convaincante sur la rétine de l'autre personne. Vous devez créer vos Formes de Pensées comme le bon conteur d'histoires qui revit l'entière histoire lui-même quand il la raconte. Jacques ou Jane, doit discerner les détails exacts que vous visualisez et ignorer ceux que vous ignorez. C'est cela la Vision Suscitée la spécialité du fakir Indien. Maintenant, maîtrisez-la vous-même.

EXERCICE POUR FAIRE VOIR AUX AUTRES

CE QUE VOUS VOULEZ QU'ILS VOIENT

Exercice 1. Regardez un jardin ou une pelouse, mais imaginez que vous voyez seulement une rivière gazouillante. A l'aide d'un commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique, dirigez l'image de la rivière qui s'est formée dans votre Grand Centre Visuel, hors de celui-ci à travers les fines fibres de distribution de commandements de votre nerf optique, jusqu'à votre rétine. Là, l'image est convertie en ondes-radio. Avec une force de photons phénoménale derrière elles conduisez ces ondes-radio dans le jardin ou sur la pelouse devant vous jusqu'à ce que la rivière vous semble se coller soudainement par-dessus le jardin et le cache à votre vue. Pour que cela dure visualisez immédiatement différents détails de cette rivière' Voyez les rayons du soleil étinceler sur sa surface, par exemple et ses rives commencer où le jardin finit.

Même si vous voyez bien la rivière maintenant, vous voyez

probablement encore le jardin. Pour effacer le jardin complètement de votre vue, lancez-lui deux ou trois autres commandements de pouvoir psychique intensifiés de la rivière. Cela effacera le jardin de votre "vue" et il sera couvert par la rivière si vous dites maintenant au spectateur qu'il voit une rivière si la verra à la place du jardin. C'est un exercice énorme, mais il vous plaira. Vous le maîtriserez en un rien de temps.

Exercice 2. Jetez un bâton sur le sol et visualisez-le se transformant en un serpent. Avec un commandement du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique, conduisez cette image du serpent qui s'est formée dans votre Grand Centre Visuel, à travers les fines fibres de distribution de commandements de votre nerf optique, jusqu'à votre rétine. Là l'image est convertie en ondes-radio. Avec une force phénoménale de photons derrière elles, dirigez ces ondes-radio sur le bâton qui est sur le sol jusqu'à ce que le serpent semble collé exactement sur le bâton. Pour que cela dure, visualisez immédiatement différents détails du serpent. Voyez sa peau écailleuse, ses yeux qui guettent, sa mâchoire pointée et ses crochets en forme de griffes. Maintenant à mesure que l'image du serpent efface complètement celle du bâton, voyez le serpent onduler lentement et partir en rampant. C'est ainsi que l'on exécute le "truc du serpent" avec le pouvoir psychique. Bien que le bâton reste toujours un bâton votre force de visualisation le transformant en serpent peut être si astreignante avec la Vision Suscitée que l'observateur voit exactement ce que vous visualisez vous-même dans votre Grand Centre Visuel et projetez de votre rétine avec une dynamique force de photons.

Commentaire. Pour faciliter votre réussite, vous pouvez décrire en paroles à l'observateur exactement ce que vous-même

"voyez". "Voici la rivière maintenant", pourriez-vous dire "La voyez-vous couler devant nous? Voyez son eau jaune couler en filets dans son lit peu profond et boueux. Cet endroit souffre de sécheresse cette année. Pas un oiseau n'est en vue".

Pour l'expérience du serpent, vous pourriez dire pendant que vous le visualisez, "Voici le serpent - noir comme du charbon et brillant. C'est un joli serpent. Regardez comme ses écailles sont petites et régulières. Il bouge maintenant, il part en se dandinant, il levé sa petite tête pointue et montre ses crochets il s'en va! Il s'en va!".

Exercice 3. Recommencez l'exercice 2 en utilisant d'autres objets ou animaux Décrivez-les d'une manière vivante, d'abord oralement, puis silencieusement. C'est comme cela qu'il faut faire pour créer l'Image Magique avec la Vision Suscitée. Décrivez la scène que vous imaginez, point par point, exactement comme si elle se déroulait véritablement sous vos yeux

Exercice 4. Recommencez l'exercice 3. Mais ne décrivez plus ce que vous voyez, ni oralement ni silencieusement. Regardez seulement la scène, comme si c'était une authentique rivière ou un vrai serpent. Le spectateur verra ce que vous voyez grâce à la transmission de pensées (télépathie).

Exercice 5. Recommencez l'exercice 4 en visualisant d'autres animaux ou objets.

EN RESUME. Evidemment, vous pouvez utiliser la Vision Suscitée pour des buts plus pratiques. Elle est inestimable pour vous si vous êtes un vendeur, si vous avez une profession libérale (docteur, avocat, dentiste, par exemple) si vous êtes un dirigeant ou un speaker, parce que grâce à elle vous pouvez inciter votre client éventuel ou votre malade à voir ce que vous voulez qu'il voie plutôt qu'il voie lui-même ce qu'il veut voir ou essayer de voir. Un tel avantage vous aide à vendre votre produit plus

vite, à guérir un malade plus tôt, à vous faire des supporters plus rapidement et à rendre votre façon de parler plus mordante. Elle est également efficace en amour et dans la vie sociale pour les mêmes raisons et vous permet d'arriver à vos fins beaucoup plus facilement :

#### COMMENT UTILISER VOTRE CORPS ASTRAL POUR LA TELEKINESIS

La Télékinésie est définie comme étant le mouvement d'objets matériels sans contact physique de la personne chargée de les déplacer. Cela signifie, en langage plus simple, que vous déplacez des objets matériels sans les toucher. Beaucoup de phénomènes psychiques sont faussement attribués aux esprits. Peu, cependant, ont besoin de leur être exclusivement attribués. Le physique, après tout, comprend la psychique.

Le déplacement d'objets matériels sans les toucher n'est donc pas une expression précise, car elle implique que vous ne les touchez pas du tout. Or, vous les touchez avec votre astral. Les esprits, évidemment, peuvent encore être évoqués pour déplacer les objets et accomplir d'autres phénomènes invisibles. Dans les maisons hantées, ils le font même spontanément. Mais ne confondez pas une performance d'un esprit avec une performance d'un corps astral.

#### EXERCICES POUR APPRENDRE A ETENDRE VOTRE BRAS ASTRAL CONSCIEMENT ET DEPLACER DES OBJETS AVEC SON AIDE

Exercice 1. Comment atteindre et toucher quelque chose de l'autre côté d'une pièce avec votre bras astral. Asseyez-vous tranquillement dans votre chambre, complètement détendu sur une chaise confortable. Regardez un objet que vous aimeriez déplacer avec l'aide de votre corps astral, tel qu'une brosse à cheveux sur le dessus de votre commode. Créez une Ventouse Astrale un peu plus longue que votre bras et placez-la contre votre bras. Restez assis parfaitement immobile et laissez la Ventouse attirer l'air furieusement en elle-même. Visualisez-la arrachant votre bras astral hors de votre bras physique avec la Séparation Physio-Astrale. Même les poils de votre bras physique se dresseront et le membre deviendra froid. N'essayez pas davantage pour la première fois. Recommencez l'exercice plusieurs fois pendant les trois jours suivants.

Exercice 2. Quand votre bras astral est complètement aspiré hors de votre bras physique (bien qu'il demeure relié à votre corps), désintégrez immédiatement votre Ventouse Astrale pour laisser le chemin libre. Puis immédiatement, déchargez une fusée-commandement du pouvoir psychique à travers les Cornes de votre Cerveau à votre bras astral, lui ordonnant de s'étendre jusqu'à ce qu'il touche la brosse. Votre bras astral hésitera, mais renforcez votre fusée-commandement du pouvoir psychique avec d'autres de plus en plus fortes.

Ne soyez pas découragé si rien ne se passe tout de suite. Les inhibitions de votre esprit conscient sont vos plus grands obstacles, exactement comme elles l'ont été tout au long de votre vie. Tout à coup, vous sentirez à nouveau les poils de votre bras physique se dresser et votre membre devenir froid. En fait, vous avez l'impression que votre peau a été arrachée.

Vous êtes trop fatigué maintenant pour aller plus loin. Votre esprit conscient, aussi, est alarmé par la sensation que votre peau a été arrachée de votre bras, stimule vos nerfs combattants pour le protéger et ramener votre bras astral dans votre bras physique.

Ne faites plus d'exercices ce jour-là. Il faut toujours vous sentir fort et plein d'énergie avant de pratiquer des phénomènes.

psychiques. Vous perdrez tout simplement votre temps si vous n'êtes pas en forme, parce que les inhibitions de votre esprit conscient résisteront victorieusement aux commandements du pouvoir psychique de votre Centre du Pouvoir Psychique. N'allez pas trop vite non plus pour cette phase de l'exercice. Elle est importante.

Exercice 3. Cette fois imprégnez-vous d'abord avec l'Arc Psychique Irradiant pour conserver vos nerfs combattants sous contrôle. (En d'autres termes, visualiser le steak d'une façon répétée et intensifiez sa saveur à chaque fois).

Ensuite, recommencez l'exercice 2. Insistez maintenant avec davantage de fusées-commandements du pouvoir psychique jusqu'à ce que vous ayez réussi à lever votre bras astral à la hauteur de l'épaule. Quand vous en serez là, vous aurez déjà acquis des résultats.

Exercice 4. Envoyez une fusée-commandement du pouvoir psychique à votre bras astral, lui ordonnant de s'étendre jusqu'à la brosse en s'amincissant comme du chewing-gum quand on étire ses deux extrémités. Bien que l'étirement ne fasse pas souffrir votre bras astral qui n'a pas de nerfs, votre esprit conscient à cause d'une suggestion visuelle, éprouvera une terrible douleur, comme si votre bras physique subissait les tortures du supplice. Cette "douleur" met en avant les inhibitions de votre esprit conscient et fait que votre bras astral sur la défensive se rejette en arrière dans votre bras physique. Intensifiez votre Arc Physique Irradiant et recommencez l'exercice. Il ne faudra pas beaucoup de temps pour que les inhibitions de votre esprit conscient soient vaincues.

Exercice 5. A partir de maintenant votre progrès va être rapide. Commandez votre bras astral avec le pouvoir psychique Visualisez-le s'étendant de plus en plus loin dans la chambre et devenant à mesure de plus en plus mince. Finalement, il atteint la brosse.

Exercice 6. Touchez la brosse avec votre bras astral sans vie. Pour le vitaliser, déchargez des photons de vos Antennes Cérébrales sur toute sa longueur. Ses doigts maintenant deviennent vivants et tout le bras astral se sent fort et capable, comme votre bras physique. En fait, il se sent beaucoup de fois plus fort que votre bras physique puisqu'il est sous le contrôle absolu de votre Centre du Pouvoir Psychique, comme l'est votre bras physique quand vous êtes hypnotisé.

Exercice 7. Attrapez la brosse avec les doigts maintenant vitalisés du bras astral et levez-la. Les doigts seront affreusement minces et semblables aux pattes d'une araignée, mais ils seront aussi forts que votre Centre du Pouvoir Psychique peut les faire. Pratiquez ces exercices pour développer votre faculté du corps astral à faire tourner les tables, jouer d'instruments de musique depuis l'autre côté de la pièce sans déplacer votre corps physique et faire d'autres "miracles" médiumniques. Mais même si vous ne maîtrisez cela que par un pour cent, vous aurez acquis suffisamment de pouvoir télékinesthésique pour influencer les mouvements des dés, pour faire éprouver aux autres physiquement ce que vous leur imposez sans étendre les mains sur eux, pour vous transformer en sport en un redoutable concurrent ou pour augmenter votre efficacité de "dragueur", parce que vous aurez acquis la faculté de faire sentir très fortement votre présence physique par les autres sans même les toucher ni les approcher physiquement.

COMMENT MAITRISER ET UTILISER

LE POUVOIR DE MATERIALISATION

La matérialisation est une autre faculté supérieure Physio-

Astrale. Elle n'est pas aisée à maîtriser parce qu'elle est handicapée par l'incrédulité de vos esprits conscient et subconscient. Les médiums la réalisent régulièrement quand ils sont en état de trances, mais ils l'attribuent à l'évocation de l'aide de l'esprit (En état de trances, le corps du médium se met pratiquement en suspension d'animation). Les maîtres psychiques, néanmoins, l'accomplissent avec la projection du corps astral.

Votre projection du corps astral peut prendre toutes les formes que vous désirez. Vous n'avez qu'à visualiser la forme désirée avec assez de conviction dans votre Centre du Pouvoir Psychique lorsque votre corps astral est séparé de votre corps physique et lui envoyer un commandement du pouvoir psychique pour reproduire la visualisation. Pratiquez cela tout de suite.

Exercice 1. Comment matérialiser une partie astrale de vous-même en une partie physique. Asseyez-vous dans votre chambre et détendez-vous complètement. Atteignez encore la brosse de l'autre côté de la pièce avec votre bras astral étendu et aminci, mais ne prenez pas la brosse. Avec un renversant commandement du pouvoir psychique, objectivez au bout de votre bras ratatiné, dans les plus petits détails, une main normale prenant vie et levant la brosse. Regardez les poils sur le dos de cette main "vivante", le peau plus rugueuse qui recouvre les jointures, les ongles légèrement tachés, les souples jointures des doigts et le poignet. Visualisez une vraie main en chair, en bref - une main séparée d'un bras vivant, mais encore attachée à lui par une espèce de long cordon brumeux ressemblant à un nerf de la grosseur d'un doigt. Prenez la brosse avec cette main, remuez-la en l'air et reposez-la. Ensuite laissez la main se dissoudre à nouveau dans sa forme astrale... C'est cela la matérialisation.

Exercice 2. Recommencez l'exercice 1, mais cette fois dirigez un commandement du pouvoir psychique vers votre bras astral pour le changer en un bras humain complet. Ensuite, prenez la brosse et remuez-la dans l'air avec ce bras.

Exercice 3. Comment matérialiser des animaux vivants avec votre corps astral. Asseyez-vous à nouveau complètement détendu. Regardez le sol vide dans le milieu de la pièce et projetez une masse de corps astral hors de vous. Laissez-la s'installer dans le centre de la pièce et envoyez-lui un commandement du pouvoir psychique pour lui donner la forme d'un gros chien marron et blanc. Envisionnez l'animal se tenant là, respirant, faisant face à votre droite, comme un autre être humain. Envoyez-lui un autre commandement du pouvoir psychique par vos Antennes Cérébrales pour qu'il remue sa queue et aboie. Il aura l'aspect d'un vrai chien et si quelqu'un le touche, son pelage ressemblera à celui d'un chien. Mais son esprit sera votre esprit, pas celui d'un chien. Il réagit selon votre esprit. Envoyez-lui un commandement du pouvoir psychique pour qu'il vous parle et il répétera vos propres paroles avec votre propre voix. Mettez-vous en colère et il grognera comme un chien en colère. Soyez heureux et il remuera sa queue et jappera. Il n'a aucun instinct personnel, mais seulement votre Centre du Pouvoir Psychique pour le guider, même si ses actions sont celles d'un chien.

Recommencez cet exercice plusieurs fois. Ne matérialisez pas l'animal graduellement, mais entièrement et instantanément.

Pour être sûr de ne négliger aucun détail, visualisez un chien que vous connaissez déjà. Vous pourriez objectiver la forme d'un chien imparfait en faisant autrement.

Exercice 4. Matérialisez des meubles et d'autres objets inanimés de la même manière.

LES MIRACLES QUE VOUS POUVEZ ESPERER  
D'UNE COOPERATION TRI-CONSCIENTE

Si vous avez réussi avec ces matérialisations, vous avez dû être éreinté après chaque expérience. Chacune consume une stupéfiante quantité d'électrons. Mais votre compétence augmente avec la pratique jusqu'à ce que vous puissiez matérialiser une série de scènes durant plusieurs minutes à la fois. Les matérialisations ne consistent pas en tissus vivants mais uniquement en ectoplasmes, c'est-à-dire en substances de corps astral. Si une épée était plongée dans la main matérialisée on dans le chien, il ne coulerait pas de sang. Et si la main ou le chien bougeait, elle pourrait passer à travers le mur. Vous pouvez reproduire n'importe quelle forme, vivante ou morte, avec l'ectoplasme, mais ce n'est jamais qu'une reproduction de cette forme; ce n'est pas la forme réelle, vivante ou morte. Vous pouvez même transformer le chien en cheval ou en aigle si votre commandement du pouvoir psychique est assez fort et votre visualisation assez authentique. L'animal fera exactement ce que votre esprit conscient lui commandera et il pense puisqu'il est une extension de vous-même qui obéit implicitement à vos commandements de pensées du pouvoir psychique visualisées. Il volera même, si vous visualisez cela. Il rira comme Figaro, bafouillera et bégaiera, chantera comme un coq, miaulera comme un chat, chantera comme un canari. Il se conduit comme un chien seulement quand et si vous le visualisez et lui commandez d'agir comme tel. Vous pourriez visualiser et reproduire de cette façon un régiment tout entier, un convoi funèbre en train de défiler, ou dans le lointain une montagne qui danserait devant les yeux des gens. Tout dépend de la coopération que vous pouvez obtenir de vos esprits conscient et subconscient et de votre Autoconscient Primitif. Tout dépend, pour être précis, du degré de perfection de la Coopération Tri-Consciente. La Coopération Tri-Consciente du maître psychique est de 109 à 3.000 fois plus parfaite que la vôtre. Même si la vôtre n'était améliorée que de un pour cent, vous gagneriez une puissance dans vos yeux et dans votre esprit qui vous apporterait un étonnant contrôle sur les gens et sur de petits objets tels que des dés.

#### COMMENT REALISER CONSCIEMMENT LA LEVITATION

Inutile de dire que rien de tout ce que vous pourriez faire n'étonnerait plus les gens que si vous réalisiez la lévitation, surtout si vous élevez votre propre corps dans l'espace sans aucun support. Pratiquement chacun connaît l'expérience du yogi qui fait sa sieste dans l'espace à 1,20 mètre au-dessus du sol avec rien pour le supporter par en-dessous ni rien pour le soutenir au-dessus. Imaginez seulement la domination du pouvoir psychique que vous auriez sur une personne qui vous aurait vu accomplir une telle performance. Mais seul un maître psychique peut le faire ou quelqu'un grandement doué de ces pouvoirs. D'autre part, savoir comment cela se fait et vous entraîner pour le faire, augmenteront incroyablement votre propre pouvoir psychique ainsi que votre pouvoir de domination du pouvoir psychique.

#### LA LEVITATION PAR LA MAGNETISATION RENVERSEE

Pendant des milliers d'années l'homme a cherché à expliquer le phénomène de la lévitation. Comme elle va à l'encontre de la loi de gravité, les savants modernes sont totalement déroutés.

En matière de spiritisme, cela peut être réalisé en soulevant le corps physique dans l'air au moyen de projections du genre des projections de membres du corps astral sur le sol. Cela sera expliqué prochainement dans un exercice. Bien des maîtres psychiques, cependant, lèvitent eux-mêmes sans se servir de leur corps astral. Cela peut être l'évidence que la lévitation peut se faire au moyen de la magnétisation renversée. Quand vous marchez sur le sol vos pieds ont une polarité magnétique (N) opposée

à celle de la terre (S), tandis que votre tête, qui en cette position a une polarité magnétique (S) opposée à celle de vos pieds (N) a la même que celle de la terre (S). Si vous pouviez volontairement renverser la polarité magnétique de votre corps maintenant, pour que vos pieds aient la polarité de la terre (S) et votre tête, celle opposée à la terre (N), votre corps se mettrait à l'envers en raison de la loi des semblables qui se repoussent et des contraires qui s'attirent. De la même façon, quand vous êtes étendu sur le dos, votre dos attire une polarité magnétique opposée à celle de la terre, tandis que le devant de votre corps attire la même que celle de la terre. Quand vous êtes étendu sur le ventre, le devant de votre corps prend une polarité magnétique opposée à celle de la terre, tandis que votre dos prend la même que celle de la terre. Si votre corps tout entier pouvait volontairement prendre une polarité magnétique comme celle de la terre, il serait repoussé par elle. A ce moment, la lévitation pourrait être une répulsion magnétique. Le corps et la terre se repoussent l'un l'autre. Puisque la terre est plus grande que le corps, elle reste où elle est, tandis que le corps est projeté loin d'elle. Pour accomplir la lévitation, donc, le maître psychique a seulement besoin que son corps physique ait la même polarité que celle de la terre et la terre le repoussera loin d'elle. C'est cela la Magnétisation Renversée.

Etudiez maintenant les deux façon de faire la lévitation.

COMMENT REALISER LA LEVITATION AVEC VOTRE  
CORPS ASTRAL

Exercice 1. Etendez-vous sur le dos sur votre lit. Visualisez-vous vous-même suspendu dans l'air, mais supporté par des extensions de votre corps qui est sur le sol. Maintenant, cessez la vision. Vous avez visualisé l'image que vous voulez que votre Autoconscient Primitif réalise.

Maintenant vous êtes prêt à commencer. Visualisez-vous vous-même étendu sur le dos, acquérant des bras et des jambes supplémentaires (des bras et des jambes astraux) qui poussent lentement votre corps dans l'air.

Pratiquez cet exercice jusqu'à ce que vous sentiez vos membres astraux projetés hors de vos membres physiques et poussant votre corps physique dans l'air au-dessus du sol.

LA REPULSION POLAIRE MAGNETIQUE

NORMALE EXISTE ENTRE TOUS LES HUMAINS

La façon la plus facile de réaliser la lévitation par la Magnétisation Renversée est en commençant par la position horizontale parce que dans cette position il y a une plus grande partie de votre corps en contact avec la terre que dans une autre position. Sa plus grande masse de résistance magnétique potentiel est alors présentée à la terre rendant possible pour elle d'être repoussée plus facilement quand sa polarité sera faite la même que celle de la terre.

Pour renverser la polarité magnétique de votre corps et pour la concentrer au point qu'elle puisse être repoussée par la terre n'est cependant pas un accomplissement facile. Seul, un maître psychique peut le réaliser. Mais il y a une plus importante raison pour apprendre comment il faut faire, même à une échelle microscopique, pour que les gens ne restent pas sur leurs pieds dans la vie courante. Quand vous rencontrez quelqu'un face à face, vous possédez tous deux la même polarité magnétique sur vos fronts et dans vos dos, puisque vous êtes tous les deux attirés également vers la terre. Cela veut dire qu'il y a une répulsion magnétique normale entre les êtres humains quand ils sont face à face. Cette répulsion, naturellement, est largement influencée par les pensée, les vêtements, les circonstances, la santé, la

beauté, la personnalité, la complexion et d'autres qualités de chacun. A la base de tout cela, cependant, se trouve la constante, immuable répulsion polaire magnétique qui existe chez tous les individus lorsqu'ils se trouvent face à face. Vous apprendrez bientôt comment annuler cette inévitable répulsion magnétique entre vous et les autres avec la Magnétisation Renversée, si bien que vous l'anéantirez à vue et mettrez tout le monde rapidement dans votre poche.

#### COMMENT RENVERSER LA POLARITE MAGNETIQUE DE VOTRE CORPS AVEC LE POUVOIR PSYCHIQUE

La plus facile et la plus simple façon de renverser la polarité magnétique de votre corps quand vous souhaitez attirer quelqu'un ou plusieurs, vers vous, c'est de vous remplir d'un éclatant désir de connaître cette personne, d'être son ami et de l'aider de toutes les façons que vous pouvez. Puisque le propre esprit de Durand se méfie de vous (parce qu'il ne vous aime pas) et qu'il se méfie même de vous au point d'essayer d'éviter de vous rencontrer, cela intensifiera automatiquement la polarité magnétique " semblable " sur la surface de son corps qui fait face au vôtre. Si vous sentez la même chose envers lui, la vôtre s'intensifiera aussi et vous serez réellement repoussés puissamment l'un par l'autre. Mais, si maintenant, instantanément, vous renversez la polarité magnétique de la surface de votre corps qui lui fait face, sa polarité magnétique se renversera aussi et assumera la polarité opposée. Les surfaces de vos corps face à face seront alors attirées l'une vers l'autre au lieu d'être repoussées. Si Georges et vous êtes impatients de faire connaissance, il est possible que tout ne marche pas très bien entre vous au début, parce que vous possédez encore tous les deux la même (impatience-de-faire-connaissance) polarité magnétique sur les surfaces de vos corps qui se font vis-à-vis et vous attendez trop l'un de l'autre tout de suite. Quand vos attentes ne sont pas récompensées immédiatement, ou même qu'elles sont légèrement déçues d'abord vous commencez tous les deux à vous méfier l'un de l'autre rapidement et à nouveau, à vous repousser mutuellement avec des polarités magnétiques identiques sur les surfaces de vos corps se faisant vis-à-vis. Ce fossé entre vous peut devenir permanent aussi parce que ces surfaces conservent leur polarité semblable l'une et l'autre.

Tournez la difficulté en ne perdant PAS votre propre envie de faire la connaissance de Georges, quel que soit le désappointement que lui ou vous puissiez éprouver vis-à-vis de l'autre. ALORS s'il perd son enthousiasme à vous connaître, sa polarité magnétique deviendra instantanément l'opposée de la vôtre et cela l'attirera vers vous puisque les contraires s'attirent. Exercice 1. Comment tomber profondément endormi avec la Magnétisation Renversée. Etendez-vous à plat sur le dos sur votre lit. Votre dos et votre lit ne possèdent pas la même polarité magnétique, car ils ne se repoussent pas - ou pas assez pour que votre corps soit rejeté du lit. La polarité de votre dos, en d'autres termes, est l'opposée de celle du lit, puisqu'il n'est pas repoussé par lui.

Pour acquérir une polarité magnétique semblable à celle de votre lit, il faudrait que votre dos ait l'impression qu'il aime s'étendre dessus. Donc, pensez simplement que votre dos AIME s'étendre sur votre lit; qu'il aimerait s'y étendre pour toujours. Imaginez que votre dos est votre VOUS tout entier et pensez, "J'AIME m'étendre sur ce lit. Je veux ne jamais le quitter. J'aime chaque sensation de ce lit. Je l'aime, je l'aime, je l'aime", et détendez-vous sur ce lit comme si vous en étiez une partie intégrante.

Vous sentant heureux et détendu, vous vous endormirez probablement profondément très vite. Vous savez maintenant pourquoi le maître psychique tombe dans une transe de sommeil avant que son corps soit en lévitation. Il dort si profondément que tout son corps devient super-chargé d'une polarité magnétique qui est à la fois la semblable et l'égale de cette région de la terre sur laquelle il repose. Naturellement il envoie à son corps un commandement du pouvoir psychique avant de tomber en transes, de léviter tout seul pendant qu'il est en transes. Le corps ne peut pas alors empêcher d'être repoussé par la terre et son corps lévite.

Encore une fois, n'attendez aucun résultat miraculeux de cet exercice. Cela prend des années d'un long et persistant entraînement pour maîtriser la lévitation. Mais cet exercice améliorera votre santé en vous procurant un profond sommeil et un meilleur repos pour le jour suivant.

COMMENT CONSERVER VOTRE AUTOCONSCIENT

PRIMITIF TOUJOURS EVEILLE AVEC

LE MOULE PSYCHIQUE

Vous avez étudié, pratiqué et acquis au moins 1% de développement de votre personnalité inconnue en réveillant votre Autoconscient Primitif. Apprenez à le conserver éveillé de façon permanente. Faites-le avec le Moule Psychique.

LE MOULE PSYCHIQUE - POUR CONSERVER

VOTRE AUTOCONSCIENT PRIMITIF EVEILLE

DE FAÇON PERMANENTE

Le Moule Psychique est le moyen rapide de placer votre Autoconscient Primitif au plein contrôle de ses dix importantes parties et de libérer de l'influence entravante de vos esprits conscient et subconscient. Cela consiste simplement à réaliser deux conditions faciles dans votre esprit.

Première condition. Vous soumettez vos ondes cérébrales alpha et bêta et mettez au contrôle vos ondes cérébrales delta et thêta.

Deuxième condition. Vous placez votre Electricité du Limaçon au contrôle de votre ouïe à la place de votre véritable électricité nerveuse auditive. Explications. La première condition place votre Centre du Pouvoir Psychique au contrôle de vos esprits conscient et sub-conscient, ce qu'il fait déjà pendant votre sommeil.

La deuxième condition place votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif au contrôle de votre ouïe et des centres auditifs de vos esprits conscient et subconscient, comme il le fait déjà aussi pendant votre sommeil.

Réalisez ces deux conditions rapidement pendant que vous êtes éveillé et vous pourrez toujours réveiller votre Autoconscient Primitif et le garder indépendant de vos esprits conscient et subconscient. C'est ce que vous obtenez avec le Moule Psychique.

COMMENT CREER LE MOULE PSYCHIQUE

Pour créer le Moule Psychique:

- 1) mettez-vous en une sorte de transes légères, puis
- 2) commandez consciemment votre Centre du Pouvoir Psychique et votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif de prendre l'entier contrôle de vous-même.

LES MOYENS FACILES DE REALISER 1 ET 2

1. Le moyen facile de vous mettre en une sorte de transes légères est de:

a) détendre chaque muscle de votre corps, de la tête aux pieds. Avant tout, détendez vos sourcils, vos mains et vos pieds. Ensuite détendez votre mâchoire. Le reste de votre corps suivra par réflexe.

b) Ensuite fermez les yeux ou regardez stupidement dans le vide avec vos yeux fixés sur rien. Et ne pensez absolu-

ment à rien. Si vos yeux sont fermés, regardez simplement le vide noir derrière vos paupières closes. S'ils sont ouverts, regardez simplement dans le vague.

2. Maintenant, lancez un commandement de votre esprit conscient à votre Centre du Pouvoir Psychique dans votre front et un autre à votre Centre du Pouvoir Psychique Auditif dans les côtés inférieurs de votre tête, pour prendre l'entier contrôle de votre corps.

a) Puis compter jusqu'à quatre en silence, pour donner le temps aux deux Centres de passer les commandements. C'est cela le Moule Psychique. Il réveillera votre Autoconscient Primitif s'il s'est endormi. Autrement, créez le Moule Psychique environ une fois par semaine (même une fois par jour si vous le désirez) simplement pour garder les fantastiques potentiels de votre Autoconscient Primitif toujours prêts pour un usage instantané. Au bout de trois mois, faites-le seulement quand vous en éprouvez le besoin. Cela ne prend que quelques secondes pour le faire et cela vous rend tous les "miraculeux pouvoirs" de votre Autoconscient Primitif que vous avez acquis.

COMMENT ETRE LE NOUVEAU, L'INSURPASSABLE

"VOUS" POUR LE RESTE DE VOTRE VIE

Vous avez terminé la CYCLOMANCIE: COMMENT LIBERE

VOTRE PUISSANCE PSYCHIQUE. Vous avez pratiqué et éveillé votre Autoconscient Primitif en sommeil et vous devenez une personne de loin plus efficace que vous ne l'avez jamais été. Vous ne serez plus le prisonnier de votre pusillanime esprit conscient, mais le leader libéré de vos pouvoirs cachés qui prennent sans cesse de l'ampleur et que vous pouvez exploiter pour vous faire projeter à des niveaux inespérés. Avec votre nouveau insurpassable "VOUS", vous dépasserez de la tête et des épaules partout où vous irez.

METHODE PROGRESSIVE POUR UTILISER

LE NOUVEAU INSURPASSABLE "VOUS"

Voici, point par point, comment utiliser le NOUVEAU INSURPASSABLE "VOUS" dans la vie courante et en tirer profit sans restrictions.

Le matin. Dès que vous êtes levé, asseyez-vous près de votre fenêtre et commencez quelques exercices de respiration pour vous remplir d'électrons. Après cela, emplissez-vous de Tonus Musculaire et commencez la journée éclatant d'énergie.

Ensuite saturez-vous avec l'Arc Psychique Irradiant pour mieux digérer votre petit déjeuner et faciliter vos selles.

En quittant la maison, utilisez le Contrôle du Tonus Musculaire Sélectif pour donner de la grâce et de l'allure à chacun de vos mouvements.

Sur le trottoir vous tombez sur votre acide voisin Jacques. Rendez-le aimable à votre égard en utilisant la Magnétisation Renversée et la Poignée de Main Electrisante.

A votre bureau ou à l'endroit où vous travaillez, dirigez subtilement vos pensées dans les esprits des autres avec une force de photons si convaincante que vous les amènerez rapidement à votre merci,

En réduisant la résistance aux Points de Jonction des Nerfs vous apprendrez de nouvelles choses à une vitesse que vous n'avez jamais crue possible et vous fixerez cette nouvelle spécialité dans vos esprits conscient et subconscient.

Vous vous faites de nouveaux clients avec la Vision Suscitée et leur faites voir ce que vous voulez qu'ils voient, quoi qu'ils puissent voir en réalité.

Pour vous attirer encore plus de clients, créez l'Atmosphère de Domination Psychique.

Avant de vous adresser à quiconque autour de vous, rendez-le pratiquement irrésistible à vos ordres, suggestions ou demandes avec l'Arc Psychique. Pour intriguer votre conjoint ou votre fiancée, lancez-lui un message ou un commandement par votre Tube Astral.

Au déjeuner, essayez de reposer vos yeux avec l'" Effet Eteint".

L'après-midi. Dans l'après-midi - en fait, à n'importe quel moment quand vous êtes fatigué après un effort physique inhabituel - revigorez-vous avec le Zembla Accroupi.

Avec le Harpon Psychique, quand elle ne vous regarde pas, obligez une personne qui vous ignore à vous remarquer avec un vif intérêt.

Si vous avez un gros effort à faire, multipliez votre force musculaire avec le contrôle du pouvoir psychique sur votre Centre de Coordination des Muscles.

Si vous sentez que des rivaux jaloux essaient de miner votre moral, protégez-vous de leurs pensées insidieuses au moyen du Casque Aural.

Si votre occupation exige une ouïe fine, augmentez la sensibilité de votre Electricité du Limaçon.

Le soir. De retour chez vous le soir, reposez-vous en vous étendant un quart d'heure ou une demi-heure et revitalisez-vous avec l'Ozona Horizontal. En même temps, renouvelez encore votre force oculaire avec l'Effet "Eteint".

Si vous faites du sport ce soir plus tard ou pendant le week-end, surpassez vos meilleures performances grâce à vos Réflexes de la Vue et de l'Ouïe.

Si vous faites des lectures sérieuses ce soir ou si vous étudiez, faites-le beaucoup plus vite (mais aussi en ne négligeant aucun détail) à l'aide de votre Centre de la Vue Primitive.

Si vous rendez visite à votre ami Teddy qui est malade et grincheux, remontez-lui moral avec la Touche Légère.

Quand vous allez au lit, faites le Zembla pour retarder le vieillissement.

Quand vous êtes abandonné, ranimez l'intérêt vacillant de votre partenaire, femme ou mari, et ramenez-le à vous grâce à l'Antidrome Psychique.

Stimulez votre conjoint d'une manière incroyable avec la Lampe Humaine. Augmentez votre longévité en faisant l'exercice du Tonus Musculaire pour votre coeur.

Endormez-vous profondément et promptement à l'aide de l'Arc Psychique Irradiant.

Si vous voulez poursuivre et vous développer davantage selon les méthodes du maître psychique, vous savez comment faire.

Vous pouvez aspirer à accomplir des miracles de tous genres ; matérialiser des animaux et des objets, exécuter de stupéfiants tours de force, voir à travers des objets opaques comme avec des rayons-X; voir, voyager dans votre corps astral et même vous léviter vous-même.

Mais même si vous vous limitez à des accomplissements de 1 % seulement du développement de votre Autoconscient Primitif vous surclasserez vos anciennes performances en tout, car vous avez appris les secrets que les maîtres psychiques ont utilisés pendant des milliers d'années pour éclipser les exploits des autres. Appliquez-les aussi et éclipsez aussi les réalisations des autres avec étonnamment peu de temps et d'énergie. Et rendez tous vos succès permanents à l'aide du Moule Psychique.

Lisez la CYCLOMANCIE: COMMENT LIBERER VOTRE

PUISSANCE PSYCHIQUE à nouveau à partir du commence-

ment, maintenant, et vous en tirerez un tel profit que vous doublerez, triplerez, quadruplerez automatiquement le développement de votre Autoconscient Primitif. Par la suite, consultez régulièrement les passages qui concernent les parties particulières de votre personnalité inconnue que vous souhaitez perfectionner et faites les exercices correspondants. Conservez le cours à portée de la main, car il est bourré de renseignements qui ont exigé une

recherche approfondie de trois générations d'hommes s'étendant sur une période d'un siècle et quart, pour réunir, simplifier et analyser tout cela pour vous.

Imprimerie:  
TIP. LIGURE Via Sottoconvento 28-b  
VENTIMIGLIA  
Imprimé en Italie

Autres documents disponible sur:  
[www.lespasseurs.com](http://www.lespasseurs.com)