

5. Les six sens

Dans la phénoménologie de la pleine présence, nous considérons que nous sommes dotés de six sens*. Nous avons cinq sens « externes » : la vue, l'ouïe, l'odorat, le toucher et le goût et un sens « interne » : le mental*.

Parmi les cinq sens externes :

- Il y a les sens dits lointains : la vue et l'ouïe. Ils nous permettent de percevoir de loin, à distance. En effet, ces deux sens perçoivent l'environnement périphérique général, l'ensemble du paysage visuel et sonore qui nous entoure, proche et lointain.

- Il y a les sens dits de proximité : l'odorat qui nécessite une proximité plus ou moins grande ; le toucher qui implique un contact direct et le goût qui requiert l'absorption de ce qui est goûté.

Les cinq sens externes ont pour objets les formes visuelles, auditives, olfactives, tactiles et gustatives.

Le sens interne, ou mental, a pour objets les pensées, les émotions et tous les phénomènes mentaux qui émergent dans l'esprit.

Ainsi, tout ce que je vis, tout ce que j'expérimente, tout objet d'expérience, est inclus dans ces six sens.