

ÉCOLE DE VIE ET D'ESPRIT

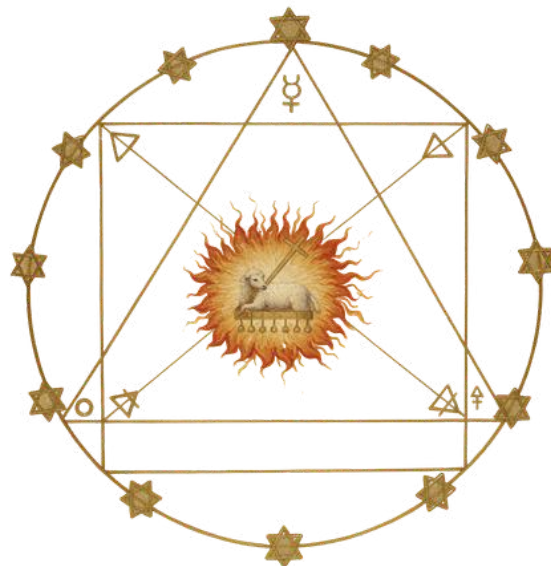


Sous les auspices du Sans Nom et de la plus haute lumière conçue
Lumière de la Gnose originelle - Cercle des Maîtres de la Tradition cosmique
Courant de l'Humanité Essénienne

(Classe des probationnaires - Cahier d'instruction n° 1)

MÉDITATION DE BASE

Eau de la Vie: “Je Suis la lumière du monde”



École Internationale de Vie et d'Esprit de la Communauté Vivante des Individualités Libres.
Véhicule de la Grande Fraternité Universelle. Cercle Intérieur des Mystères Christiques.



Méditation

L'Eau de la Vie - « Je Suis la lumière du monde. »



Pense : Les ténèbres représentent le corps physique qui est opaque et dur. La lumière de l'homme rayonne dans les ténèbres. Ce sont les pensées, les sentiments, les volontés qui englobent la vie intérieure, la vie réelle de l'homme.

En gardant ces images en toi, place-toi dans une position agréable pour le corps et dans laquelle la colonne vertébrale est droite. Pense que tu vas effectuer un travail spirituel, un exercice d'éveil et d'harmonisation.

Ton corps est détendu.

Ta respiration est calme et régulière.

Tu sens autour de toi une ambiance de calme et tout est paisible.

Ressens bien ton corps comme une matière physique dense animée par une énergie de vie.

Ressens la vie couler, vibrer, vivifier tous les organes du corps.

Élève ta pensée au-dessus de la tête, au-dessus des nuages, du ciel, des étoiles... Élève-la vers le plus haut que tu peux imaginer au-dessus de toi.

Là, contemple un grand soleil cosmique, source de toutes les lumières, de tous les soleils... De ce soleil divin coule une eau de vie pure qui abreuve tous les êtres de la création.

Prends bien le temps de ressentir cela.

Cette eau de la vie coule aussi vers toi ; elle traverse toutes les couches de ton être pour parvenir jusque dans ta personnalité, jusqu'à ton corps physique. Elle sort même du corps pour rayonner dans la lumière extérieure qui t'entoure de toutes parts. C'est ainsi que tu as une influence réelle sur le monde.

Maintenant, prends le temps de penser, de sentir et de vivre cette réalité : l'eau de vie en pénétrant ta triple personnalité (pensée, sentiment, volonté) devient une lumière, la lumière de l'homme véritable, de l'homme-femme essénien.

Dans ta pensée, laisse l'eau de vie se transformer en lumière de sagesse.

Dans ton ressenti, laisse l'eau se transformer en chaleur d'amour dans le prendre et donner.

Dans ta volonté, laisse le courant de vie pure se transformer en force de vérité, en action juste conforme à l'Ordre cosmique, conforme à la réalité de la vie divine.

Tu peux maintenant comprendre la parole mantrique de l'homme de lumière :

« Je Suis la lumière du monde. »

Lorsque dans ton travail spirituel tu es parvenu à bien ressentir tout cela en toi, tu peux te visualiser habillé intérieurement de vêtements blanc-diamant. D'une façon spirituelle, tu te retrouves uni en communion libre avec tous ceux qui œuvrent pour la force du bien, pour le royaume de Dieu, la culture de lumière, d'une façon absolument désintéressée et impersonnelle. Ensemble nous formons un grand cercle de lumière, le cercle de l'humanité essénienne qui incarne sur la terre la bénédiction du ciel.

Dans le silence, tu peux sentir la présence d'amour, de don total, de claire lumière et de puissance des Frères et Sœurs qui constituent le cercle avec toi. Laisse ton être tout entier, des hauteurs les plus hautes aux profondeurs les plus profondes, être pénétré, nourri de la vibration bénéfique qui émane de ce cercle de lumière. Clôture ton travail spirituel par ces mots :

*« De plus en plus je souhaite devenir
capable de servir l'humanité de lumière.
Je sais que cela viendra en son temps.
Tout est bien pour moi. »*

Cher ami, chère amie, lorsque tu accomplis les exercices de l'École, ne t'occupe pas de ce que tu crois être dans ta vie quotidienne. Laisse tout cela au vestiaire, tu le récupéreras par la suite, personne ne viendra te le voler. Occupe-toi seulement de l'exercice. Un des objectifs de l'École est d'élever progressivement les vibrations de ses élèves pour qu'ils deviennent de plus en plus capables d'œuvrer pour le bien à l'unisson cosmique.

Cher pèlerin, reçois la bénédiction de l'École et de l'humanité de lumière sur ton chemin de vie. Dès maintenant sens-toi enveloppé par notre amour et notre protection.

