



LIVRET D'ACCUEIL

LE GUIDE DE TES PREMIERS JOURS



ÉCOLE ESSÉNIENNE
CONTEMPORAINE

Table des matières

Introduction	3
Le Cœur de Ta Nature	4
Le rythme du Vivant	4
Notre Être et la Force des 4 Éléments (Terre, Eau, Air, Feu).	5
Nos 3 Clés d'Intelligence : Tête, Cœur, Main.	6
Les 5 Sens : Éveiller La Vie Intérieure.	7
Les Sept Règnes	8
Arcana : La Pratique du Mouvement Sacré.	10
L'École et sa vision	11
Olivier Manitarra « le Gardien de la tradition »	12
Être Essénien, Essénienne.	13
L'École et Ses Valeurs	14
La Source de l'Enseignement	16
Le Livre Sacré et Le Trésor des Psaumes Esséniens	16
L'origine de la Bible Essénienne	16
Créer ses runes Esséniennes	17
Tes Prochains Pas.	18

Introduction

Ami lecteur, amie lectrice, les livrets de l'école essénienne contemporaine sont pour toi. Comment le savons-nous ? Ils sont tout simplement pour tous les êtres.

La sagesse essénienne est au-delà des modes et des cultures. Elle est la source d'où sont nées toutes les traditions, religions et philosophies, elle est le courant qui les relie.

Cet enseignement s'adresse aux membres de courants religieux, aux spiritualistes et aux scientifiques qui veulent se rapprocher de Dieu par l'étude de la sagesse divine ou qui aspirent à comprendre les grandes lois de l'univers visible ou invisible.

Il est destiné à tous les hommes et les femmes qui veulent se connaître, se comprendre et comprendre le monde qui nous entoure pour se protéger des informations vides que l'on nous transmet et être capables de choisir consciemment le monde dans lequel ils veulent vivre en disant non à certaines réalités.

Peu importe ta religion et tes croyances, peu importe où tu en es dans ton chemin de vie, ces livrets s'adressent réellement à toi, car ils éclairent le monde d'une lumière d'intelligence qui n'appartient à aucun courant en tant que tel si ce n'est celui de la Lumière. Et la Lumière éclaire tous les êtres, car elle est la grande vérité d'où ont émergé tous les points de vue que l'on retrouve actuellement. Ce savoir est présenté de nouveau à l'humanité dans le cadre d'une manifestation des êtres qui sont les 4 grandes forces de la vie sur terre : les êtres divins de l'air et du printemps, de la terre et de l'été, du feu et de l'automne, de l'eau et de l'hiver. Peu importe son milieu et ses conditions de vie, un être humain est un être humain.

Notre origine à tous est unique et ce que nous vivons pendant et après notre passage sur terre est soumis à des lois universelles. Ces livrets te feront découvrir ces grandes lois que l'humanité a beaucoup perdues de vue au fil des siècles, de même que des façons de les mettre en œuvre dans notre monde moderne.

La collection « livret d'études » se décline sous plusieurs livrets, dont chacun contient en lui-même une sagesse, une essence de méditation. Chacun de ces ouvrages est un chemin vers la Lumière et peut être étudié isolément, mais l'étude de l'ensemble des livres de la collection permet de comprendre et d'assimiler l'Enseignement essénien dans sa globalité.

Il peut être intéressant de regarder une pièce de puzzle, mais on se demandera ce que font apparaître les pièces qui la bordent. Agencer toutes les pièces nous fait découvrir un monde complet, entier, que l'on ne soupçonnait pas en regardant chaque pièce séparément. Il en est de même pour les livrets de l'école essénienne contemporaine : ils s'emboîtent les uns dans les autres comme les morceaux du grand puzzle du savoir universel, offrant au lecteur une vision d'ensemble de l'homme, de sa mission et de sa place dans l'univers, ainsi que des mondes visibles et invisibles qui l'entourent.

Le Cœur de Ta Nature

Le rythme du Vivant

Le rythme des saisons est d'une importance fondamentale. Le rythme des études et des pratiques esséniennes est synchronisé avec le cycle naturel des saisons, car la Terre est perçue comme un être vivant d'une grande intelligence. Une saison n'est pas seulement un changement climatique, elle est une qualité d'énergie spécifique que nous sommes appelés à intégrer et à manifester.

Chaque période de l'année nous offre une vibration particulière qui favorise un type de travail intérieur. Se synchroniser, c'est utiliser cette énergie cosmique pour avancer sur son chemin spirituel avec fluidité, sans aller à contre-courant du flux de la vie.

Les saisons nous rappellent que tout est mouvement, mort, et renaissance.

En observant ce rythme, nous apprenons à laisser mourir ce qui est obsolète en lui (l'hiver) pour faire renaître et grandir la Lumière (le printemps).

Chacune des quatre saisons correspond à la domination d'un des 4 Éléments fondamentaux : Printemps (Air), Été (Terre), Automne (Feu), Hiver (Eau).

Notre Être et la Force des 4 Éléments (Terre, Eau, Air, Feu).

Notre nature entière est tissée des quatre éléments : la Terre, l'Eau, l'Air et le Feu. En nous, elles forment 4 corps vivants que nous devons apprendre à reconnaître et à harmoniser :

La Terre : la stabilité.

L'eau : le flux de la vie.

L'Air : la clarté mentale.

Le Feu : la force de vie.

L'enseignement essénien utilise les quatre éléments comme des forces vivantes (des corps subtils) et des clés de compréhension de l'être humain et de l'univers. Nous parlons de "guérir les éléments pour guérir la vie " et de rencontrer les esprits des éléments pour rétablir l'équilibre intérieur.

Prendre conscience de cette composition, c'est commencer à nous rééquilibrer et à nous rendre plus forts pour la vie.

« Vous êtes constitués de 4 corps et aussi d'éther ; c'est une subtilité.

*D'abord, vous avez **un corps de terre**, qui alimente les actes de votre corps physique.*

*Autour et à l'intérieur de ce corps de terre, il y a **un corps d'eau**, qui contient vos pensées, vos sentiments, votre volonté ; c'est aussi avec ce corps que vous faites sans cesse des échanges et tissez des relations avec votre environnement physique et subtil.*

*Ce corps d'eau est lui-même rattaché à **un corps d'air**, qui vous relie à l'universel, à la collectivité, à travers toutes les associations conscientes ou inconscientes de votre vie.*

*Enfin, il y a **le corps de feu**, qui contient en lui la vie et l'essence de la vraie religion. De ce feu, la Lumière peut naître et emplir le monde des formes de force et d'intelligence. »*

Les religions sont-elles divines ?

Évangile des Archanges. Gabriel 178 / Verset 11.

Nos 3 Clés d'Intelligence : Tête, Cœur, Ventre-Bras-Jambes.

Pour bien vivre, prendre les bonnes décisions et atteindre la justesse dans l'action, notre enseignement donne le nom de « Trois centres d'Intelligence » ou la Sainte Trinité en nous : Pensée, Sentiment, Volonté.

La TÊTE.

Pensée : Le siège de la Logique, de l'analyse et de la compréhension.

Le CŒUR.

Sentiment : Le siège de la Sagesse, des émotions et de l'Amour.

Le VENTRE, les BRAS et les JAMBES.

Volonté : Le siège de l'Action, de la concrétisation et du pouvoir.

Le secret du chemin essénien est d'apprendre à lier ces trois centres pour qu'ils travaillent ensemble. Lorsque notre Pensée est claire, notre Cœur est pur et notre Volonté est juste, nous sommes alignés. C'est cet alignement qui nous permet de naviguer dans la vie avec conscience, force, sagesse et sérénité.

« Quoi que vous entrepreniez dans la vie, vous ne pourrez rien réaliser de stable si votre pensée, vos sentiments et votre volonté ne sont pas en accord. »

***Comment construire la pyramide de sa vie.
Évangile des Archanges. Raphaël 136 / Verset 13***

*« Votre volonté doit être posée sur des fondations solides.
Vos sentiments doivent être posés sur votre volonté.
Vos pensées doivent être posées sur des sentiments équilibrés. »*

***Comment construire la pyramide de sa vie.
Évangile des Archanges. Raphaël 136 / Verset 16***

Les 5 Sens : Éveiller La Vie Intérieure.

Nous avons tous des yeux pour voir, des oreilles pour entendre... Mais dans l'enseignement essénien, les cinq sens sont bien plus que des outils physiques. Ils sont la porte d'entrée vers notre vie intérieure et des réalités plus grandes. En apprenant à les utiliser consciemment, nous maîtrisons nos émotions et nous développons notre discernement.

Si nous ne nous concentrons que sur ce que nos sens perçoivent dans le monde matériel, nous passons à côté de l'essentiel : le pôle de l'immortalité et la sagesse qui résident en nous.

L'École nous enseigne à "écouter avec notre cœur" et à "voir avec notre esprit » pour nous relier à ces autres mondes.

« À l'intérieur du corps, il y a les organes plus subtils des 5 sens, qui permettent d'établir des contacts avec d'autres mondes. Et derrière les sens se cachent des mondes encore plus grands. Mais les Hommes ne le comprennent pas vraiment, car bien souvent ils dirigent toute leur attention sur le seul corps physique et délaissent le pôle de l'immortalité. »

La clé pour maîtriser ses sentiments et éveiller le discernement.

Évangile des Archanges. Gabriel 165 / Verset 7.

Les Sept Règnes

« La nature est comme le corps même du Créateur. Par conséquent, le respect envers les pierres, les plantes, les animaux et les étoiles est un acte de respect envers le Divin. En reconnaissant que la nature est vivante, l'être humain devient lui-même plus vivant et plus intelligent. »

Omraam Mikhaël Aïvanhov

La Sagesse Essénienne transmet l'esprit d'unité et d'interdépendance entre les règnes vivants où l'Homme a une place de centre et d'allié.

La sagesse Essénienne enseigne que toute la Création est structurée en Sept Règnes (ou Sept Mondes). Il s'agit de sept plans de vie qui s'étendent de la matière dense jusqu'à la Lumière pure.



Dans cette architecture, l'être humain occupe une place cruciale : celle du Pont. Il est le seul être capable de dialoguer et d'harmoniser l'ensemble des règnes. Son travail consiste à devenir conscient de sa place et à exercer ses responsabilités :

★ Garder l'Alliance :

L'Essénien est le Gardien de l'Alliance Ciel-Terre. Il honore les Archanges pour la Lumière et respecte profondément les règnes de la Nature dont son propre corps est constitué (les minéraux, les végétaux et les animaux).

★ Harmoniser et Unifier :

L'homme est responsable de l'état des Sept Règnes qui préexiste en lui.

*« Ce qui est en Bas est comme ce qui est en Haut,
et ce qui est en Haut est comme ce qui est en Bas,
pour faire les miracles d'une seule chose. »*

**La Table d'Émeraude.
Hermès Trismégiste**

Le désordre des règnes extérieurs commence dans le désordre intérieur de l'Homme. Par leur conscience et leur harmonie, les esséniens et esséniennes aident les règnes de la Nature à s'épanouir et à s'élever, devenant une source d'ordre et de guérison pour tous les mondes et pour tous ceux et celles qui l'entourent.

Arcana : La Pratique du Mouvement Sacré.

Le Geste qui Éveille la Conscience :

Arcana est le terme sacré qui désigne l'art du mouvement méditatif. Il est au cœur de l'enseignement essénien. Il ne s'agit pas d'un savoir théorique, mais d'une pratique vivante, qui ne s'étudie pas seulement, elle se vit, se ressent et se travaille par le corps.

Contrairement à la gymnosophie, qui cherche à rétablir le dialogue avec le corps, les Arcanas utilisent le corps comme support d'une démarche plus spécifique.



Pratiquer les Arcanas consiste à prendre une posture corporelle très consciente et précise. Chaque posture agit comme un hiéroglyphe, un idéogramme ou un symbole particulier. Ces gestes sont souvent simples, mais ils sont porteurs d'une énergie et d'une vibration uniques que nous n'explorons que rarement dans notre vie quotidienne.

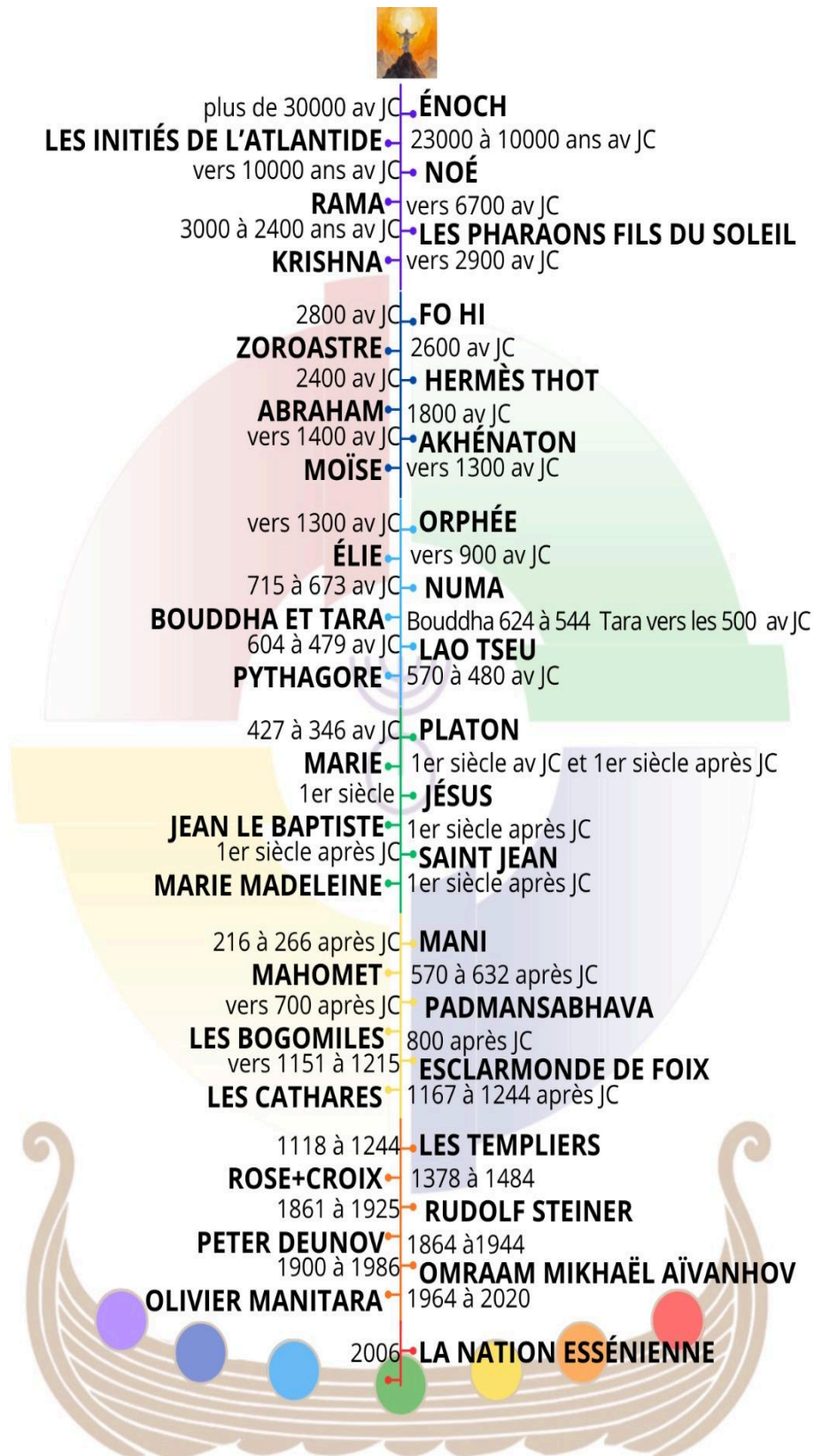
L'enjeu de cette pratique est d'incarner cette image du geste pour l'habiter de l'intérieur.

Nous nous servons du support du corps physique pour ressentir l'attitude et l'état de conscience qui lui correspondent. Il ne s'agit pas de remplir le geste avec notre propre conscience, mais d'expérimenter la posture pour faire vivre en soi l'état de conscience qu'elle contient déjà en elle.

Pour nous, la pratique des Arcanas est un chemin de pratique personnelle qui permet d'intégrer et de transformer la connaissance abstraite en sagesse vécue. La pratique des Arcanas permet de s'harmoniser, de communiquer avec les lois de la Nature et rééquilibrer ses énergies intérieures.

C'est une démarche concrète pour réveiller, faire circuler la Conscience Universelle et incarner l'Intelligence Supérieure.

L'École et sa vision



Depuis toujours, l'humanité a cherché à se relier à Dieu. Mais comment savoir si l'on suit le bon chemin ? Comment distinguer une simple croyance d'un enseignement capable de transformer réellement notre vie ? La réponse se trouve dans la Tradition de la Lumière, une transmission sacrée qui a traversé les âges sans jamais s'interrompre. Cette tradition repose sur un principe fondamental :

L'enseignement divin vient d'un Maître, d'un Fils du Soleil, d'un être éveillé qui reçoit la sagesse directement des mondes supérieurs et la transmet à son époque. Ces Maîtres ne sont pas des théoriciens ni de simples guides spirituels : ils sont des messagers vivants, portant en eux la présence et la lumière du Créateur.

Depuis Enoch, le premier prêtre de Dieu, une succession de maîtres se sont incarnés au fil des âges – Bouddha, Jésus, Mahomet, Moïse... – pour raviver cette connaissance sacrée et universelle. Mais contrairement à ce que beaucoup pensent, cette lignée ne s'est pas arrêtée. Elle s'est poursuivie, de Maître en Maître, jusqu'à aujourd'hui. Le dernier porteur de cette tradition a été Olivier Manitarà.

C'est pourquoi la Tradition de la Lumière est unique. Elle ne repose pas sur des écrits figés ou des interprétations humaines, mais sur une transmission directe, ininterrompue, qui préserve l'essence de l'enseignement divin.

Olivier Manitarà « le Gardien de la tradition »

Olivier Manitarà était un enseignant spirituel, élève d'Omraam Mikhaël Aïvanhov, un messager de la Sagesse ancienne et un artisan de Lumière.

À travers ses écrits, ses conférences, ses chants, ses cérémonies, ses mandalas, ses danses et ses mouvements méditatifs, il a transmis le fruit de son expérience intérieure, non pour se mettre en avant, mais pour offrir quelque chose de bénéfique à l'humanité et à sa patrie spirituelle.

Dès son plus jeune âge, il a perçu l'appel du Royaume de l'Esprit. De longues années de travail intérieur et de retraite l'ont conduit à entrer en communion avec le monde angélique et les Hommes-Dieu, guides et protecteurs de la Terre.

Ses enseignements vivants, inspirés des écoles initiatiques antiques, s'inscrivent dans la continuité de la Sagesse éternelle, tout en étant adaptés à l'Homme moderne.

Il propose un chemin de liberté et de conscience, visant à renforcer la pensée et à réveiller la Lumière intérieure en chacun.

Son œuvre, profondément ancrée dans le sens du sacré, offre des techniques simples et vivantes pour un développement harmonieux de l'être humain et de la Terre.

Autodidacte au sein d'une tradition de Lumière, Olivier Manitarra, Maître contemporain de cette lignée, fut le dernier de ces transmetteurs. C'est à travers son expérience intérieure, ses écrits et son œuvre qu'il a perpétué l'École de Sagesse Universelle pour notre époque qui est aujourd'hui perpétuée par ses élèves et les Prêtres Esséniens.

Olivier Manitarra

15 juillet 1964 - 11 juin 2020

Être Essénien, Essénienne.

Le mot « Essénien » signifie « prendre soin » : c'est un art de vivre, une conscience, une façon d'être.

Les Esséniens constituent un peuple dédié à la Lumière, au-delà des concepts religieux, philosophiques, politiques, sociaux ou économiques du monde des Hommes (différents des lois de la Nature Vivante).

Un(e) Essénien(ne) est un(e) animiste. Son cœur est tourné vers la Nature. Il, elle voit le monde comme une réalité vivante animée par des Esprits, des Génies et des Égrégores. Être Essénien(ne), c'est unir les mondes et faire circuler l'énergie en conscience. Il (elle) étudie les structures subtiles des mondes à travers l'enseignement des règnes, des sens, des Anges, des Archanges et des Dieux, afin de percevoir le commencement, la source et le grand Cycle de toute chose.

Être Essénien(ne), c'est adopter des valeurs et des règles de vie. Comprendre leur utilité, puis les appliquer avec une discipline consciente et volontaire. Nous cherchons les idées les plus pures et les forces d'âme les plus proches de l'intelligence divine. Notre tâche est de les incarner et de les faire rayonner dans notre façon d'être, de regarder, de parler et d'agir.

Ainsi, l'Homme devient Essénien(ne) apportant libération, harmonie, guérison, santé et prospérité.

« Éveille-toi, sois vigilant !

Fais attention à tes pensées, à tes regards, à ta parole et à tes discours.

Surveille tes conceptions, tes croyances, tes sentiments, tes émotions et tes désirs.

Fais attention à ton attitude, ton comportement, tes gestes, tes actes et ton orientation.

Surveille et pèse tout ce qui émane de toi.

*Que ne vienne pas de toi ce qui détruit, offense, rend malade, décourage, avilit, blesse,
mais plutôt ce qui est pur, lumineux, élevé, bénéfique, doux, divin.*

Ne sème pas les graines du malheur, de la pauvreté, des ténèbres sur ton chemin.

Efforce-toi de partout éveiller la force du bien, la richesse, la guérison, la sagesse, l'amour.

Tel est le chemin de l'Essénien. »

Olivier Manitarà.

L'École et Ses Valeurs

L'enseignement de la Tradition Essénienne nous ouvre la voie vers l'Essence originelle, celle que l'humanité a toujours cherchée et désirée.

Dans tous les aspects – qu'ils concernent le monde physique, les sphères subtiles ou le monde divin – cet enseignement nous apporte les réponses à nos questionnements et la nourriture nécessaire à la construction de notre corps de Lumière. Cette sagesse représente une perfection que nous souhaitons transmettre avec le plus grand soin à travers des livrets de **l'École Essénienne Contemporaine**, afin d'accompagner dans l'intégration de ces connaissances, jusque dans notre corps, notre volonté et notre vie quotidienne.

Soucieuse du respect des lois, des droits fondamentaux de chaque individu et de la préservation des valeurs humaines indispensables à la vie sur Terre tel que le respect, la fraternité et la sagesse, l'école condamne sans réserve et sans ambiguïté les pratiques contraires à la dignité humaine, à l'intégrité des personnes, et à la propriété des biens.

Notre tradition est éternelle. Aujourd'hui, elle renaît de ses cendres, tel le phénix, pour rétablir l'Alliance avec la Lumière. Nous souhaitons simplement partager notre savoir avec vous, dans l'amitié, le respect mutuel et la simplicité.

Les valeurs de l'école

- Elle n'impose jamais à ses membres un dogme ou une pensée unique.
- Elle reconnaît l'enrichissement que constitue la diversité.
- Elle s'interdit toute activité ou discussions d'ordre politique, tout en laissant la liberté d'opinion à chacun dans ce domaine.
- Elle n'utilise aucune méthode de persuasion et de manipulation, pouvant porter atteinte au libre arbitre ou à la volonté de l'individu.
- Elle incite les étudiants à développer le discernement et à vérifier par eux-mêmes ce qui est étudié.
- Elle s'oppose à toute forme de discrimination et de ségrégation raciale et à l'oppression des minorités.
- Elle ne spéculé pas sur la menace de tragédie apocalyptique imminente (fin du monde, guerre nucléaire, cataclysme) ni ne se fonde sur des contacts extra-planétaires.
- Elle encourage la vie et désapprouve toute forme de violence, individuelle ou collective, verbale ou physique.
- Elle considère que pour chaque maladie il y a un remède et ne rejette aucune médecine.
- Elle défend la famille et n'incite aucunement ses membres à rompre avec son milieu familial ou social. Elle encourage ses membres à être des acteurs positifs et bénéfiques pour leur famille, leur entourage, leur travail et la société en général.

La Source de l'Enseignement

Le Livre Sacré et Le Trésor des Psaumes Esséniens

Les Évangiles esséniens sont une merveille, car ils contiennent les psaumes qui sont la parole de Dieu pour l'humanité. C'est l'héritage de l'humanité et de la sagesse des âges, synthèse de siècles de prières, de travail, de souffrances, qui est offerte comme un trésor et un bien commun.

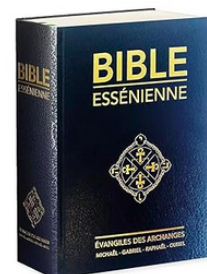
Lorsque nous ne trouvons pas les moyens pour nous dégager, nous recevons le réconfort, la lumière sage et la stabilité, à travers les paroles de Dieu contenues dans les psaumes. Ces paroles sont bien plus que des textes. Elles sont une véritable protection, une nourriture pour l'âme, une armure et un bouclier contre l'ombre.

Ne passons pas à côté de ce trésor. Approprions-nous ces paroles, invitons-les en nous, vivons avec elles, car elles sont vivantes et agissantes.

Elles ont été transmises dans un but précis : ouvrir nos perceptions subtiles, éveiller nos centres d'Intelligence et nos capacités endormies. Leur action permet de bâtir en nous un corps de Lumière qui s'incarne pour préparer l'avènement d'une humanité consciente.

L'origine de la Bible Essénienne.

Durant 13 années, de septembre 2003 à juin 2016, les 4 Archanges Michaël, Gabriel, Raphaël et Ouriel ont apporté leur présence et leur bénédiction. Ils nous ont transmis l'enseignement des Fils de Dieu par l'intermédiaire du Maître Olivier Manitar, du soutien des Prêtres, des Prêtresses et de l'assemblée qu'il a initiée. Ils nous ont donné des clés pour ouvrir les portes de la vie.



Leur souhait est que nous prenions soin de cet enseignement, que nous le posions sur la Terre avec amour et reconnaissance afin de le transmettre dans la force et la beauté aux générations futures.

Créer ses runes Esséniennes

Pour ce faire, il faut 5 petits sacs et 27 unités (petites pierres, pièces de bois, graines de gros haricots, de courges, autres ...)

- dans un sac, 4 runes soit 4 lettres, les initiales de nos Archanges: M - R - G - O
- dans un sac, 10 runes, les unités: 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9
- dans un sac, 10 runes, les dizaines: 00 - 10 - 20 - 30 - 40 - 50 - 60 - 70 - 80 - 90
- dans un sac, 3 runes, les centaines: 000 - 100 - 200
- Le dernier sac contiendra les 4 autres.

Lorsque que tu souhaites avoir une guidance concernant un questionnement, prends un temps de silence. Pose la question et demande quel est l'Archange qui veut bien répondre à ta demande.

Extraire une rune de chacun des 4 sachets, cela t'indiquera dans quel Évangile lire le Psaume.

Pour information:

- Michael a donné 295 Psaumes
- Gabriel a donné 295 Psaumes
- Raphaël a donné 283 Psaumes
- Ouriel a donné 285 Psaumes



Tes Prochains Pas.

Si la lecture de ce guide a éveillé une résonance profonde en toi, c'est que ton cœur a reconnu la Voie de la Sagesse Essénienne.

Commence par la Pratique : Intègre les notions des 4 Éléments et des 3 Centres d'Intelligence dans ton quotidien.

Étudie les Psaumes : Lis l'Évangile des Archanges.

Consulter la Bible Essénienne : <https://bible-essenienne.org>

Acheter la Bible Essénienne : <https://www.terraessenia.world>

Connecte-toi à l'École : Notre tradition est vivante et se transmet au sein d'une communauté.

Nous contacter :

Référence

- L'évangile des Archanges
- « L'alchimie spirituelle de l'ère du Verseau » d'Olivier Manitarà
- « Vivre avec conscience et Amour » d'Olivier Manitarà
- « Le corps créateur d'énergie » d'Olivier Manitarà

*« Que naisse un nouveau jour
Qu'apparaisse une nouvelle époque,
Que se dessine un nouveau chemin,
pour qu'une nouvelle façon d'être au monde se révèle et nous guide »*

Olivier Manicara

