

Les 4 clés de la méditation



Savoir 1

La réalité : il existe des choses invisibles pour l'homme: ex. Des ondes hertziennes (appareils)

La nature n'est pas aussi physique qu'elle le paraît (particules d' énergie immatérielles)

Nous vivons dans le visible et l'invisible et des répercussions dans les deux par nos actes.

Contrôler les niveaux de notre être pour vivre bien et résoudre les problèmes : but.

Principes et lois spirituelles, cosmiques et universelles.

L' homme peut diriger sa vie sinon ce sont les autres qui le font.

(règles, traditions, lois et manœuvres pour faire agir l' autre

Nos états de consciences dirigent notre cerveau et notre corps. (sentiments, émotions sont suscités par nos besoins, nos perceptions provoqués par les circonstances, les événements par le monde extérieur.

Notre cerveau fonctionne par un système d'associations d'idées ex: un mot, une image, un son etc. peuvent nous faire basculer dans un autre état d' esprit et modifier notre perception, notre comportement, notre attitude envers la vie et les autres.

Dieu régit l'univers : loi Principe de la vie est intelligence infinie, énergie créatrice et constructrice inépuisable.

Nous sommes soumis aux lois cosmiques, nous avons un esprit infini et individuel qui vient de l' esprit universel : Dieu.

nous devons retrouver notre divinité, on prie Dieu en nous même unis à lui, nous vivons dans l' universel.

Notre esprit cosmique donne vie au corps physique et l' anime: Dieu en nous.

Notre esprit est déterminé par notre mental ordinaire, nos pensées habituelles, notre attitude mentale, sentiments, émotions, désirs, projets, croyances, convictions conscients et inconscients.

Le mental = le travail subconscient qui détermine nos états d'âme, le corps physique, nos actions, celles des autres envers nous, les conditions de notre vie.

Projet idéal : esprit cosmique en nous = plan parfait = choix

nous sommes soumis aux lois cosmiques.

Loi karmique = conséquences de nos actes, pensées, paroles (actes)

Ce que je suis et possède = concrétisation des pensées conscientes ou non (paroles, convictions et actes du passé récent et lointain.

La conscience d'être : Une personne physique limitée, mortelle et une entité spirituelle illimitée, immortelle.

nous devons les unifier = esprit infini, uni à l' univers tout entier et à Dieu.

Établir mon existence sur l'être transcendant en moi.

Maladie = sortir de l'ordre cosmique, déphasé de l'être profond.

Hasard = ne pas connaître les tenants et les aboutissants d'un événement pourtant chaque chose à une cause qui détermine des effets etc.

Nos pensées, paroles, actes (matériel, corps, psychisme, environnements, et dans l' invisible = conséquences en chaînes (inimaginable et imprévu) Tous on s'inscrit dans un enchevêtrement de probabilité dont l' influence et le développement sont plus ou moins imprévisibles.

Problèmes: - origine dans le passé ou vies antérieures: chaque jour (pensées et actions)

- Causes l'ignorance : méconnaissance de l'homme et des lois cosmiques.

L'attachement excessif au monde ordinaire et à nous-même.

La seule vérité = apparence : jugements erronés et à des actions inadéquates.

L' auto personnalisation : réduire notre être à notre personnalité ordinaire.

Les problèmes = épreuves nécessaires : pour assumer, réagir de suite.

Prier libère de la loi du karma, loi cosmique de la rédemption.

Mettre les désirs en mots et les écrire. Des mots qui bénissent, guérissent, élèvent, confortent et libèrent.

Rentrer dans l'ordre cosmique, ordre divin, donner sa foi à des lois supérieures et transcendantes de la vie.

Nous sommes purifiés, libérés et on retrouve les conditions qui conduisent à la santé parfaite, abondance illimitée, la joie de vivre, la réussite.

Rien ni personne ne peut plus se mettre entre vous et votre bien telle est la loi de la grâce.

Se débarrasser de l'égoïsme, jalousie, agressivité, peur, émotions, et sentiments négatifs qui affaiblissent et qui nous donnent des charges négatives qui encombrant et troublent notre mémoire.

la vérité = la pure conscience universelle : Dieu

et séparé d' elle, on est fixé dans la matière.

Un esprit divin : connaît la solution à chaque situation des problèmes et la manière, le moment le plus favorable pour les résoudre.

La réflexion est un obstacle et attendre est cause d'anxiété, angoisse.

la limitation de notre conscience ordinaire vient du fait des dépendances à nos sens, émotions, sentiments, conditions de l' environnement, santé, etc.

La loi divine, de la croissance, de la vie s'accomplit en permanence, le cosmique travail pour nous, jour et nuit, elle tient compte de l' intérêt et du bien de toutes personnes concernées par

chaque événements.

L' énergie nous vient des sphères spirituelles qui nous aident et nous réconfortes.



Vouloir 2

Le principe absolu crée ce que la conscience imagine, nos désirs se manifestent un jour ou l' autre.

Nous devons veiller à ce que nos pensées, paroles, sentiments, actes et désirs soient conformes à ce que nous souhaitons vraiment, bénéfiques et bons pour nous et pour autrui.

Êtres attentifs aux conséquences, un simple changement de pensée de notre part suffit pour modifier l' attitude des autres envers nous.

Vivre c'est désiré toujours.

Le doute en est le frein et la négligence nous en détourne.

Il faut désirer vraiment que ce que nous attendons se réalise.

Soyez ouvert pour attirer les bonnes influences et les personnes qui pourraient vous aider.

Le désir déclenche : la création. Naturel: il est perçu comme allant de soi donc moins entravé.

Le simple fait de prendre un objet mobilise un nombre infini de cellules et de fibres musculaires mais nous n' en sommes pas conscients et un bébé met des mois avant de pouvoir faire les gestes et une personne handicapée des bras aura beaucoup de mal à maintenir ses membres pour y arriver.

Nous faisons parti d' un tout, chacun de nos désirs détermine une impulsion instantanée dans l' univers qui le conduit à son aboutissement naturel, s' il n' est pas contrarié.

Le désir agit directement sur le spirituel et influence les hommes et les événements en modifiant la nature même de la matière.

Plus il est ardent et soutenu par l' être tout entier, plus son action est puissante. Nous seuls pouvons empêcher la réalisation de nos désirs par nos doutes et impatience.

Le désir ardent soutenu par nos sentiments et émotions fortes est d' une puissance sans bornes. Les simples vœux, souhaits passifs ne produisent rien.

Le pouvoir de la foi : avoir confiance, être conscient, se tenir tranquille, garder son calme parce que l' on sait et que l' on croit que la loi divine s' accomplit toujours.

Ce que je désire, je l' ai déjà ! Ce que j' attends est déjà arrivé ! Dans l' absolu et si vous gardez cette confiance la manifestation se fera dans la réalité ordinaire.

Priez encore et encore si vous êtes inquiet, ressentez la satisfaction, la joie, le bonheur que vous donnera la réussite.

N' envisagez jamais vous même aucun substitut si les choses ne peuvent se faire à votre manière, la solution sera différente mais aussi satisfaisante.

Le travail mental, la réflexion, la pensée consciente stoppe où comme la foi.

Vous ne devez plus penser à votre problème, une fois la prière dite et continuer vos occupations.

La foi = la connaissance, la conviction, la certitude que nous sommes unis à Dieu qui agit toujours dans le bon sens constructif pour notre bien et celui de tous.

Cette attitude produit la Paix de l' esprit profonde : le calme, la tranquillité éloignent la peur, le doute, l' hésitation.

Pour être efficace la prière dépend de notre foi si nous sommes tranquilles vis à vis de la circonstance fidèle à nos objectifs, désirs, buts; ils se réaliseront.

garder votre calme, surmonter vos troubles et la Paix de l' esprit survient et les événements s' arrangent naturellement.

Demander à Dieu cette foi et il vous la donnera et des merveilles s' accompliront très vite.

Vous posséder ce avez quoi vous êtes en affinité, sensible et vous êtes en résonance avec vous-même et avec ce que vous pensez très fort. Alors vous devez diriger vos pensées sans être trop distrait vers votre désir.

vous devez vous détourner de vos souvenirs, de votre manque ou de votre problème. N'en discutez pas sans cesse, rechercher les gens qui vous intéresse, lisez des sujets qui en parlent.

vos images mentales émettent des ondes, collectionner les images de vos désirs et tenez vous prêts pour sa réalisation.

persévérez et vous serez surpris que durant votre anxiété les choses bougeaient.

Nous sommes conscients de notre individualité et en nous incarnant dans notre corps à la naissance nous perdons de l' essentiel de nos facultés divines.

Dès cette naissance nous prenons conscience petit à petit qui nous conduit à la réintégration de la conscience universelle indifférencié.

C' est l' élévation de notre conscience qui fait notre valeur, par notre conscience, nous sommes illimité, immortel, inéchangeable et parfait; elle fait partie du principe universel et absolu de la vie Dieu.

Prier c' est communier avec Dieu et entrer dans la conscience que nous sommes dieu en Dieu.

Tout notre être doit être en harmonie pour que l' énergie divine agisse directement sur notre corps, notre esprit et nos affaires. Pour vibrer avec Dieu nous devons nous détourner du monde des apparences, être détendu et calme d' esprit cela amplifie les vibrations de notre corps physique et de nos corps subtils.

Pour vibrer plus fort encore : fréquenter des personnes et des lieux forts énergétiques, lire des textes édifiants. Cela peut guérir les malades et accomplir des prouesses pour aider l' humanité dans des périodes critiques.

Mais les personnes doivent s' aider aussi elles-mêmes Ces personnes ne donnent pas une aide de sentiments humains d' amour ou de compassion seuls les personnes parvenus à une grande élévation d' âme arrivent au véritable amour. Se n' est pas du sentimentalisme, de la sensiblerie.

Prier = mettre notre être entier en accord qui es sous l' influence de notre esprit intérieur,

cosmique et tous les aspects de notre vie, les gens et les choses aussi.

Des personnes inconnues peuvent agir pour nous conscientes ou pas.

La prière est un état de conscience où tout contrôle, choix est aboli. L'inconscient conduit nos actions mentales et physiques, l'inconscient et le subconscient permettent de trouver les mots lorsque nous parlons et nos mouvements.

Lors de nos occupations ordinaires nous passons sans cesse par des états de consciences modifiés inconsciemment ex: en auto des gestes automatique et on pense à ses problèmes.

Prier = c'est confier notre vie à notre esprit cosmique : énergie de haute fréquence mise en action dans notre corps physique et notre environnement dont on devient capable d'agir dessus.

La prière élève notre âme et nous rapproche de notre esprit cosmique et de Dieu : pure conscience.

Notre prière est accordée avant sa demande, la prière nous rend simplement réceptifs et nous prépare à recevoir ce dont nous avons besoin pour cela mettre notre mental et notre esprit en accord.

Nous devons être prêts pour être exaucés mais jamais au détriment des autres et ni au mépris des lois cosmiques.

Prier : le désir exprimait par le mental passe dans l'aura, ce désir est propagé par cette aura, ce désir arrive au cosmique à l'esprit individuel et au collectif qui donne suite à ce désir. Cette suite sert au demandeur qui les renvoie vers l'aura des choses, personnes, êtres vivants concernés par ce désir.

L'énergie cosmique dirige la réalisation du souhait à partir de l'aura. Tout dans le monde à une aura électromagnétique négative ou positive.

La prière va vers l'aura de l'autre ou une chose que l'on prie pour elle. Elle reçoit ou pas selon sa réceptivité. Les qualités vibratoires de l'aura déterminent le résultat final de la prière. Nos vibrations dépendent de nos pensées et sentiments. Positifs et calmes, nos vibrations sont plus élevées, magnétiques et positives, attractives et rayonnantes

La personne pour qui l'on prie si elle est ouverte à l'aura, elle le recevra à son corps physique et mental et son environnement.

En éveillant nos facultés curatives, créatrices et constructrices qui sont en elle et cela équilibre son énergie et la cohérence de son mental. Il l'invite à faire ce qui convient au moment propice et influence ce qui l'entoure proche ou lointain.

Sous la torture moral et physique de la douleur : résoudre un problème est difficile dans le calme et la sérénité, les incidents se succèdent sans répit, sans cesse et s'amplifient et cela va de plus en plus mal.

Le doute et l'angoisse l'augmentent et on baisse les bras alors qu'il faut insister et affirmer car l'action divine est en cours et si il y a retard cela vient de notre impatience.

Nous devons enlever les états de conscience négatifs, les fausses croyances, la peur. Nous n'avons qu'une infime partie de la réalité, celle invisible et l'essentiel nous est invisible, caché.

La peur et le doute provoquent de véritables tempêtes vibratoires dans notre cerveau, aura et notre environnement.

La réalisation de nos rêves peut se manifester lorsque nos doutes et peurs ont disparus.

Prier pour que l'anxiété cesse.

Prier : modifier progressivement notre état de conscience comme notre état énergétique pour

enter en contact avec Dieu.

Nous devons être purifié, ne pas manger avant, boire de l' eau pure, être en paix avec soi-même et le monde et demander de l' aide à Dieu pour nettoyer nos impuretés qui peuvent être l' objet des nos préoccupations et de nos désirs.

Tout ce qui est physique émet des vibrations à l' échelle du monde physique.

Nos faiblesses abaissent nos vibrations de notre être supérieur.

Si nous croyons nuire à quelqu'un, la même nuisance nous revient à un moment donné.

Ce qui nous touche chez l'autre ce sont nos projections de nos problèmes personnels, nous entrons dans la vie des autres pour qu' ils nous aident, mais personnes n' est responsables de notre propre vie.

Prier : se rendre réceptif sur le plan ordinaire et actif sur le plan spirituel.

Trouver intuitivement un lieu qui émet des ondes vibratoires bénéfiques pour prier, reprendre des forces et se soigner. Les entités des sphères élevées peuvent ainsi facilement s' y manifester.

Le fait de prier apaise les doutes et réveille les énergies, les forces créatrices et constructrices en nous.

Dieu est partout minéral, végétal, animal, dans l' infiniment grand et petit. Il faut le voir en tout est en tous et respecter la vie.

Bénir les gens, les choses, les aliments.

Nous avons souvent des quantités de choses à reprocher à beaucoup de personnes différentes, déceptions des comportements blessures, et nous pouvons nous en vouloir de ne pas avoir réagi comme il aurait fallu. Nous passons parfois beaucoup de temps à ressasser des petits et grands incidents de la vie qui nous auraient laisser indifférents à d' autres moments.

Nos ondes, pensées négatives vers une personne : haine, reviennent vers nous et nous affectent. Le ressentiment : souvenir vif d'offenses, de torts que l' on a pas pardonnés et d' événements malheureux. Il reproduit en nous toutes les émotions, sentiments ressentis jadis d' où le stress nuisible, avec la même intensité que l' émotion provoquée de par nos souvenirs de l' événement lui- même.

Nos pensées, émotions, sentiments se propagent dans l' espace et produisent selon leur nature positive ou négative, des effets sur tous ceux qui sont sensibles, même sans en être la vraie cible.

Les pensées positives nous reviennent en bienfait et d' aide inattendues.

Les pensées négatives provoquent des chocs en retour graves et irréparables. La haine, agressivité désir de vengeance mais aussi les critiques négatives même paraissant justifiées, le blâme, la désapprobation, la condamnation, etc: sont destructeurs.

Les sentiments négatifs et le ressentiment : origine de presque toutes les maladies et accidents qui affectent les Hommes car cela perturbe leur sommeil, dérèglent le fonctionnement de nos organes et provoque des troubles physiologiques qui conduisent à la maladie et à la mort, si ils persistent. Perturbés, affaiblis, fatigués, malades, submergés par les problèmes.

Les vibrations de notre aura sont trop denses pour laisser passer les ondes plus subtiles.

Contrôlons alors nos pensées, nos émotions nos sentiments et nos paroles.

Libérons notre mental du ressentiment du souvenir constant et douloureux de tout ce qui a pu nous affecter, comme parfois la honte, la déception, la jalousie, la convoitise, la colère, la haine, le désir de vengeance...



Oser 3

Prier : acte intérieur et intime. Être tout entier en harmonie et laisser agir notre esprit cosmique qui n' est plus sous l' influence de l' environnement ni de nos émotions et sentiments.

Choisir un lieu positif et se détendre mais le vrai lieu et en vous.

Entrer en contact avec la conscience cosmique, se couper du monde extérieur : une brève pensée suffit parfois.

Seul, dans une ambiance apaisante en position relaxante, demander à Dieu de vous apaiser.

Regarder comme à l'intérieur de votre front, respirer calmement et profondément, penser à Dieu et faites le pénétrer en vous et tenez vous tranquille de 20 à 40 minutes en laissant vos pensées vagabonder et soyez en le spectateur.

Après vous pourrez noter vos idées. Si vous ressentez votre situation quotidienne comme un problème, vous avez un blocage en vous. Vos obstacles à vaincre : la négligence, les doutes, les peurs.

Si vous exprimez vos désirs, c'est pour mettre de l'ordre dans votre esprit et ainsi vous rendre réceptif à Dieu concernant votre état ou votre situation. Avec l'habitude, Dieu répondra avant même que vous ayez pris conscience d' un problème et vous le saurez d' une manière certaine.

Exprimez vos désirs, poser votre question. Dieu vous connaît, il sait votre problème et la manière d' y remédier. Durant les moments difficiles, faites le souvent. Lorsque le doute et l'inquiétude sont là.

Détendez-vous, calmer votre corps et respirer. Pensez à Dieu, dites- vous que vous êtes calme, tranquille, serein et détendu que vous faites confiance à Dieu qui vous guide, protège et vous aime.

Vous croyiez à alors que la providence divine arrivera : un heureux dénouement à votre situation et vous enrichira par la grâce de Dieu. Vous accepter Dieu et vous lui dites merci.

Entre temps, faites tout pour régler votre problème et ne négligez rien ! Garder votre but en tête, votre idéal devant les yeux.

Vous n'avez rien à craindre, tout est possible avec Dieu qui est alors en vous. Tout est bon pour vous et pour les autres.

Dieu nous exauce toujours. Ne vous faites pas de souci pour l'avenir, n' y réfléchissez pas, faites le vide et ne soyez pas impatient et au moment où vous ne vous attendez plus le résultat se manifestera. Dieu n'a pas de raison de ne pas vous donner ce dont nous avons besoin, si c' est une bonne chose et agréable.

La seule chose qui peut l'empêcher c'est vous-même.

Si les problèmes ne sont pas encore résolus.

La prière journalière, nous fait acquérir la plénitude, la conscience de soi et de l'univers, nous savons ce dont nous avons besoin de savoir pour gérer notre vie. Nous vivons aussi dans ce monde dans le flot des influences négatives

Aussi prions chaque jour en pensant à Dieu et les forces divines pénètrent en nous et cela augmente nos vibrations qui attirent les bonnes influences pour les répercuter sur le corps physique.

La prière nous évite bien des déboires. Nous pouvons prier pour les autres mais une charité bien en ordre commence par soi-même.

Nous pouvons envoyer aux autres un supplément d'énergie mais la personne doit vouloir être aidée. Mais malgré tout à long terme cela peut avoir un effet bénéfique. Pour aider les autres, il faut savoir garder une certaine distance, il ne faut pas analyser le problème en détail.

Nous sommes intermédiaires et Dieu exhause.

Ne prenons pas sur nous l'image de l'état ou de la situation à solutionner.

Nous devons changer nos idées et dans le soucis, voir la sérénité. Dans la maladie, voir la santé et la force. Dans la tristesse, voir la joie, etc.

Pensons que l'énergie bénéfique passe à travers nous et se déverse sur la personne pour qui nous prions. Voyons la personne dans notre esprit et faisons notre prière et remercions Dieu.

Surtout détendons nous, concentrons nous sur les forces favorables qui sont en nous et qui nous traversent.

Dieu va agir car il sait le problème. La prière n'a aucun effet négatif.

Ne donnons pas trop d'importance aux symptômes qui peuvent laisser croire qu'il y a pas de solution et qui nous troubleraient.

Nous ne connaissons que rarement la nature et l'origine réelle des problèmes et aussi nous ne nous rendons pas compte que des problèmes et aussi nous ne nous rendons pas compte que la solution est là.

Dieu nous donnera la solution. Lorsque nous prions, n'attendons plus passivement, faisons nos affaires et mettons y de l'ordre.

Un doute, demandons le discernement et nous aurons un signe.

Faisons directement ce que nous inspire l'Esprit infini, faisons lui confiance. Faisons alors confiance à notre situation.

Au départ nous pourrions faire quelques erreurs mais les choses finissent par rentrer dans l'ordre.

Nous sommes protégé par Dieu.

Si les problèmes sont la conséquence d'une mauvaise habitude, ne continuons pas dans cette voie car il n'y a que nous qui puissions les corriger.

Parfois, on croit possible une chose qui nous semble bonne pour nous mais que pour certaines raisons, c'est impossible et nos espoirs ne se réaliseront pas : pour des raisons cosmiques.

Demandons si notre projet est possible car en cas contraire la solution de rechange sera plus heureuse.

Le message de Dieu, nous le reconnâtrons facilement : intuition, visions, rêves parfois même une voix explicite ou symbolique (image).

Notons nos idées, on oublie vite ! Dieu peut nous guider à faire ce qu'il faut au moment propice où les événements s'arrangent d'eux-mêmes

Nous pouvons donc être tranquilles. Notre désir réalisé ou notre problème résolu, vivons : faisons nos affaires sans inquiétudes de l'avenir.

pensons au présent et mettons de l'ordre dans notre vie.

Renonçons à toute vengeance. Trions nos papiers et donnons suite à nos courriers. Faisons nos comptes financiers avec soin. Faisons face à nos obligations. Payons ce que nous devons. Contactons nos créanciers pour un délai, demandons de l'aide. Rangeons, nettoions notre logement, vêtements, etc. Finissons nos ouvrages commencés et soyons disponible pour ceux qui nous aiment.



Se taire 4

Garder le silence : nous prions lorsque notre situation devient infernale : nous avons tout essayé ou nous n'avons rien fait du tout.

Nous sommes alors faible psychologiquement et nous recherchons de l'aide auprès de ceux qui nous entourent.

Après notre prière, nous ne devons plus parler même si une forte envie de nous raconter, c'est une impulsion à laquelle, nous devons résister car cela peut nous vider énergiquement, peut nous inciter à croire que cette situation est désespérée et qu'il n'y a plus rien à faire, alors que notre problème est en train de s'arranger.

Parler est à double tranchant, cela peut sauver mais peut détruire donc soyons prudents.

Prier jusqu'à ce que le résultat soit obtenu ou que des signes nous montrent qu'il se réalise même imperceptiblement car Dieu répond instantanément à nos demandes et seront exaucées en temps et en Heure.

Pour nos demandes urgentes qui n'aboutissent pas, c'est dû à un blocage de notre subconscient, conditionnements, de nos convictions négatives. Nous devons les remplacer par la foi : prions jusqu'à la réussite. L'état de grâce : ce sont des personnes à qui leurs désirs se réalisent naturellement, sans qu'elles ne doivent rien faire de spécial pour cela.

Nous devons être patients et persévérants pour obtenir un tel résultat

Nous ne sommes jamais seul, il existe des êtres spirituels toujours prêts à nous secourir, à nous aider et à nous guider.

Des humains eux aussi se consacrent toute leur vie ou en partie pour aider les autres en toute discrétion. Des personnes souvent retirées du monde ou aussi des personnes décédées qui de l'au-delà continuent à agir. Nous pouvons leur demander de l'aide mais nous devons vouloir aussi nous aider nous-même.

Lorsque nous rentrons en nous-même, c'est à l'univers tout entier que nous accédons. Notre corps est le sanctuaire de l'âme et en entrant en nous-même, nous accédons à notre sanctuaire : asile de paix, de joie où nous communions avec notre moi libéré et avec tous ceux qui sont dans le ciel en ce qui a de meilleur en nous: notre conscience unifié.

Nous ne pouvons dès lors communiquer avec tous les niveaux d'existence.