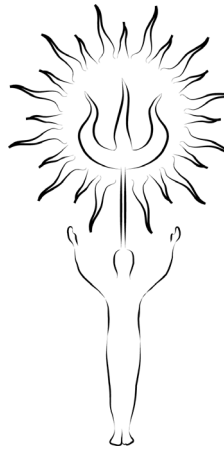


Ecole de Vie et d'Esprit



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 de St-Jean

(Classe du Portail - Cahier d'instruction no. 12)

LE SOLEIL DE LA COMMUNAUTÉ



Ecole Essénienne de Vie et d'Esprit de la Communauté Vivante des Individualités Libres.
Corps de la Grande Fraternité Universelle.
Cercle Intérieur des Mystères Christiques.

ÉCOLE DE VIE ET D'ESPRIT

LISTE DES CAHIERS DU DEGRÉ PORTAIL

- 1- L'ÉCOLE DES MYSTÈRE – LA NÉCESSITÉ DU SECRET
- 2- L'ÉCOLE DU PORTAIL
- 3- JE FRAPPE À LA PORTE
- 4- L'APPEL DE LA LUMIÈRE, LE FEU DES QUESTIONS
- 5- LE CERCLE DES DISCIPLES
- 6- LE CÈDRE DU LIBAN
- 7- TOUT EST COMPTÉ, PESÉ ET MESURÉ
- 8- LE DÉVELOPPEMENT DES ORGANES DE PERCEPTION INTERNE
- 9- L'ANGE DE L'ÉCOLE
- 10-LA CÉRÉMONIE DU DISCIPLE
- 11-COMMENT OUVRIR ET FERMER LES PORTES
- 12-LE SOLEIL DE LA COMMUNAUTÉ
- 13-LA PYRAMIDE DE SHAMBALLA ET L'ANGE DE LA DÉVOTION
- 14-LE GRAND CALME, LE KARMA ET LA DESTINÉE
- 15-LE TRAVAIL AVEC L'EAU
- 16-LE BEAU ET LE MAUVAIS TEMPS – PRÉPARATION POUR LE SOMMEIL
- 17-L'OBÉISSANCE ET LE LIBRE ARBITRE
- 18-LA FORCE DE L'ENGAGEMENT
- 19-NUL NE PEUT SERVIR DEUX MAÎTRES
- 20-RÈGLES DE TRAVAIL ET DE BONNE CONSTRUCTION
- 21-CLÉ POUR LE TRAVAIL ET LA PRATIQUE DE L'EXERCICE
- 22-RÈGLES DE TRAVAIL ET DE BONNE CONSTRUCTION II
- 23-LES SECRETS DE LA POSITION JUSTE
- 24-LE CORPS DE LUMIÈRE
- 25-LE CORPS DE LA GLOIRE
- 26-CÉRÉMONIE DE LA TABLE D'ÉMERAUDE
- 27-LA DÉMOCRATIE JOHANNITE
- 28-LE POUVOIR CRÉATEUR DU DISCIPLE
- 29-PRÉPARE TA COUPE
- 30-LE VISAGE LUMINEUX DU CHRIST
- 31-LE CHANTIER UNIVERSEL DE L'ÉCOLE
- 32-PREMIÈRE CÉRÉMONIE DE LA HIÉRARCHIE
- 33-LA FRATERNITÉ SOEURITÉ DE LUMIÈRE
- 34-L'INTUITION PRIMORDIALE ET LA CONVICTION PROFONDE
- 35-UNE PIERRE POUR LA PAIX – LA POSTURE DU YAMOUHARA
- 36-LE CHEMIN DE LA PAIX – LE SENS DE LA MARCHÉ
- 37-L'ALCHIMIE DE LA PAROLE, LA PENSÉE, LE CŒUR, L'ÂME ET L'EXPÉRIENCE LIBÉRATRICE
- 38-L'ÉCOUTE INTÉRIEURE PROFONDE – SCELLER LA PORTE DU « MAL »



INFORMATION AU LECTEUR(TRICE)

Entre 1993 et 2005, 148 cahiers d'enseignement divisé en quatre degrés (Probation, Portail, Semence, et Montagne) sont écrits par Olivier Manitaro (www.oliviermanitaro.org). Les termes de ces cahiers sont liés à la Tradition de saint Jean, l'église secrète du Christ, qui ressuscite en 2012 à travers sa nouvelle manifestation, l'Église Essénienne Chrétienne. Les cahiers sont élaborés de manière très simple, de telle sorte que chaque élève puisse progresser réellement afin que la Tradition de Lumière soit transmise correctement et ainsi rajeunie par l'étude de chacun.

Malgré leur simplicité, les exercices apportent un grand profit à celui qui les pratique, à la condition d'être faits régulièrement, consciencieusement, avec joie, esprit de découverte, respect et amour. À partir de janvier 2011, ces cours mensuels de la Sagesse universelle sont repris sous une nouvelle forme, les cours par correspondance. L'Enseignement passe à un niveau supérieur par l'Alliance avec la Ronde des Archanges, qui est une intelligence supérieure à l'homme.

Le cahier d'enseignement que vous tenez entre les mains ainsi que les cours par correspondance actuels révèlent un savoir magistral qui ressuscite la Tradition de la Lumière par les rites et les techniques secrètes, ceux qui la mettent en œuvre sont les Esséniens. Ces cahiers peuvent être lus et étudiés dans n'importe quel ordre, mais au niveau pédagogique ils suivent un enseignement progressif de compréhension croissante.

Parole d'ouverture dans le degré du portail

*« L'étude dans l'honnêteté intérieure et l'assimilation sincère
et appliquée sont les conditions préalables pour la participation réelle
au champ de vie de l'École dans le degré de l'École du portail.*

*C'est par ta participation libre et assidue au travail de l'École que toi, élève,
tu témoignes de ta volonté de devenir un membre authentique et de progresser
sur le chemin de la vie, de l'initiation et du service du Bien Suprême. »*

LE SOLEIL DE LA COMMUNAUTÉ

Classe du portail – Cahier d’instruction n° 12 Essences de méditation - Paroles d’étude générale - Bases de travail

Cher Frère, chère Sœur, cher élève bien aimé, je te salue dans la vraie lumière de l'Esprit.

Notre souhait est que tu deviennes plus fort, plus riche, plus heureux, plus sage et capable..., que tu t'engages sur le chemin de la réussite.

Ce qui nous intéresse, ce n'est pas ton passé, mais les capacités, les possibilités que tu portes en ton âme dans le présent et qui peuvent être développées harmonieusement. Toi-même, tu ne dois pas te sentir limité par ton passé, ni même par ce que tu es à l'instant présent dans ta nature inférieure, **mais t'ouvrir à la lumière, à l'harmonie, à la vie nouvelle et la laisser couler en toi avec la volonté qu'elle fasse mûrir tous les arbres fruitiers et les fleurs parfumées et colorées de ton jardin intérieur.**

Sois convaincu dès maintenant que **grand, beau et sublime est l'avenir de l'homme futur. Grand, beau et sublime est ton avenir si, à présent, tu te décides et t'engages consciemment sur le chemin du Soleil.**

La nature inférieure est riche en trésors si on sait la faire servir les buts de l'Esprit, de la véritable nature divine de l'homme et lorsque l'on connaît les lois cosmiques. Ainsi, rien n'est vraiment négatif dans le monde ; ce qui est négatif, c'est que l'homme n'éveille pas la lumière qui est en lui et ne s'en serve pas pour tout arranger, pour tout améliorer.

Prends conscience qu'à partir du moment où tu possèdes en toi la volonté de t'ouvrir à la vie nouvelle, bénéfique, constructive, harmonieuse, communautaire, tu ne peux plus être limité par les états négatifs de ta nature inférieure qui veut te garder prisonnier de son emprise. **Comme la fleur sort de la graine pour s'élancer vers le ciel sous l'inspiration du soleil, ton âme peut s'élever vers la lumière de l'esprit, répondant à l'appel d'un haut idéal de perfection.**

La vision de ce haut idéal, voilà la force qui peut te faire avancer sur le chemin de la vie ascendante. Ta vie quotidienne doit s'en trouver embellie et enrichie comme les fleurs

transforment la terre en jardin. En tant que disciple, il te faut trouver ce haut idéal de perfection pour l'homme, mais il te faut aussi de la force pour **communier avec lui et rester dans sa lumière malgré les vicissitudes de la vie.**

Pour cela, tu dois accepter ta nature inférieure comme une réalité temporelle de ton être et lui accorder tout ton amour, mais aussi inviter ta véritable nature éternelle afin qu'elle puisse de plus en plus se manifester à travers toi. **C'est dans la nature divine que se trouvent le véritable bonheur, l'enrichissement et la réussite absolue.**

Le monde végétal et surtout les fleurs nous enseignent les secrets de l'élévation spirituelle et de la sublimation des énergies. C'est pourquoi, il est salulaire que tu prennes la bonne habitude de te lier à lui consciemment par la pensée et le cœur. Regarde les fleurs et parle-leur intérieurement ; demande-leur de te révéler le secret de leur beauté. Elles te répondront que la vie est un capital donné par le Père céleste à toutes ses créatures.

Les fleurs et les arbres fruitiers savent qu'un jour ou l'autre, le Père de la vie leur demandera des comptes et c'est pourquoi ils ont fait « *fructifier* » leur capital dans les banques célestes de la beauté et du service pour le Tout. **En prenant comme but d'améliorer la vie, de l'embellir, de la rendre utile et bénéfique, ils ont découvert les secrets de la sublimation des énergies, les secrets du bonheur et de la réussite absolue.**

Suis les conseils des fleurs et réfléchis dès maintenant à quel but tu as consacré ta vie et dans quelle direction tu marches. Réfléchis à cela d'une façon claire et avec une grande honnêteté intérieure.

L'énergie de la vie suit la direction donnée par la conscience qui, elle-même, est influencée par les pensées, sentiments, désirs. Si l'homme reste passif, c'est le monde et, à travers lui, la nature inférieure qui vont s'emparer de la direction de sa vie et il ne décollera pas du sol. C'est pourquoi, il est indispensable de consacrer soi-même sa vie à un but sublime afin de l'enrichir, de l'embellir, de la magnifier.

Tous les jours, l'élève du courant de saint Jean prend quelques minutes pour nourrir et fortifier en lui la vision d'un haut idéal solaire de perfection pour l'homme individuel et pour l'humanité. Dans le silence, il élève toutes ses énergies, toute sa vie vers les hauteurs les plus hautes du monde de l'Esprit et de la beauté parfaite.

Cette coutume de vie te permettra de maintenir le courant d'énergie lumière qui t'unit à nous, à la communauté.

Par la pratique d'un tel exercice, tu peux véritablement te guérir, t'ennoblir, devenir plus riche et capable. Prends-en conscience, il s'agit là d'une grande réalité. Ce qui enrichit l'homme réside dans sa nature supérieure, divine, céleste et c'est pourquoi il faut faire des efforts pour introduire son influence dans chacune des occupations de notre vie quotidienne.

Dans tous les actes de notre vie journalière, la pensée, le sentiment, la volonté doivent être présents et éveillés sinon l'homme agit mécaniquement, il devient inconscient et s'appauvrit. Certains, ayant compris ce secret de l'éveil des trois centres de la personnalité, pensent qu'ils peuvent obtenir le bonheur dans la vie grâce à cette technique, mais c'est une illusion, car il ne suffit pas de devenir conscient dans la personnalité pour être heureux, **il faut aussi introduire l'influence de la véritable nature divine de l'homme à travers la personnalité et les actes de la vie quotidienne.**

Si le but est seulement égoïste, personnel, il demeure limité et ne peut donc pas conduire à la plénitude qui prend sa source dans l'infini.

L'idéal de perfection de l'homme futur ne doit pas demeurer uniquement en haut, dans le monde spirituel, mais il doit aussi être introduit dans la réalité de la vie terrestre afin de l'ennoblir. C'est le chemin de l'homme-Maître, de l'homme-créateur dans l'amour, la sagesse et la vérité. Un tel homme considère le monde comme une matière première sur laquelle il doit travailler pour la perfectionner. L'artiste prenant en ses mains un morceau de terre pour le façonner suivant le modèle de la vision idéale qu'il porte en lui, agit exactement comme le disciple doit le faire avec les éléments de sa vie quotidienne.

Tu ne dois pas être passif face aux influences qui viennent vers toi du monde extérieur, mais tu dois apprendre à introduire en elles la lumière de ta nature supérieure, de ton idéal solaire. Ainsi, tout se transformera en bien dans le futur.

Pendant tes exercices spirituels, il faut que tu apprennes à t'élever vers le plus haut pour communier avec ton Être lumineux. Ensuite, tu imprègnes tes pensées, tes sentiments, ta volonté, ton corps de sa vibration et alors tu peux la projeter à l'extérieur de toi dans les objets, les événements, les situations.

À travers une multitude d'influences, le monde veut faire croire à l'homme qu'il est un incapable, un bon à rien, un être limité, mais le disciple doit lui montrer qu'il est en agissant comme un Fils-Fille de Dieu.

Rien ne peut empêcher le bon disciple d'envoyer consciemment une pensée lumineuse, de faire un geste de bénédiction et ainsi de sublimer la matière par la puissance de la vie intérieure éveillée.

Celui qui veut tout obtenir et attirer sur lui la présence de la grande lumière de l'Esprit, de la communauté sans entreprendre aucun travail intérieur, aucune transformation, ne fera que communier avec le côté malade de la vie. C'est ce qui se produit à l'heure actuelle dans le monde et même dans la spiritualité extérieure : on se repose entièrement sur les autres et on veut tout obtenir sans faire d'effort, sans se remettre en cause et se conformer aux lois de la réussite.

Celui qui veut être heureux doit se conformer aux lois du Maître du bonheur. Et cela est valable pour tout. Mais les humains ont perdu la notion de ce qu'est un Maître, un guide authentique, et ils ne savent plus quelle attitude avoir envers lui pour l'approcher correctement.

Il existe une technique initiatique très puissante qui consiste à chercher le Maître spirituel en tous les êtres. Ainsi, le disciple est amené à considérer tous les êtres, tous les événements comme les multiples facettes de son Maître, de son instructeur. Une telle attitude permet de développer l'état d'éveil, d'écoute et d'ouverture d'esprit envers le courant sacré et omniprésent de la Sagesse universelle.

Ainsi, le Maître te demande parfois de t'ouvrir ou alors de te fermer, mais en toutes les circonstances de la vie, il te pousse à t'éveiller de l'intérieur et à aller de l'avant dans le perfectionnement de ton être.

La source du perfectionnement est cachée, pour notre époque, dans l'attitude intérieure envers le Maître et envers la Communauté de Lumière. **En tant qu'élève du courant de saint Jean et de l'initiation solaire, tu dois réfléchir sur ton attitude et ton lien avec le Maître universel (Dieu) et la Communauté de Lumière. De cette attitude et de ce lien vivants dépendent tes progrès futurs.**

Le but et la signification de toute existence résident dans l'aspiration vers le plus haut, dans l'élévation au-delà des limitations, dans la sublimation et le perfectionnement. Il réside également dans la grande loi de l'entraide.

Ces deux objectifs fondamentaux de l'élévation et de l'entraide sont étroitement liés aux idées du Maître et de la Communauté de Lumière. À travers le **Maître**, tu trouves

l'aspiration à l'élévation et, à travers la **communauté**, l'entraide. L'élève spirituel doit développer ces deux qualités avec une intime ardeur.

Ne pense jamais à ton Maître en dehors de l'aspiration à l'élévation vers le plus haut sommet de l'Esprit caché. Et ne pense jamais à la communauté en dehors de l'entraide, du soutien mutuel dans l'œuvre.

L'aspiration à l'élévation ouvre le chemin vertical et la loi de l'entraide, le chemin horizontal. Dans ces deux qualités, nous retrouvons le symbole de la croix qui est la structure de lumière de l'univers et de sa création.

Ainsi, en développant ces deux qualités, le disciple travaille avec les forces cosmiques les plus hautes et il peut introduire dans sa vie des influences spirituelles guérissantes et harmonisantes. Il rétablit en lui la croix de lumière de la vérité et s'harmonise d'une façon juste avec la vibration créatrice du cosmos.

Dans l'**aspiration noble**, est contenu le ferment de **la sagesse** et dans l'**entraide**, celui de **l'amour**. Par leur **union**, le disciple obtient la croix de **la vérité**.

Méditation : la croix de lumière

Dans le silence et le calme de ton travail spirituel, imagine un chemin de lumière vertical et infini en pensant :

« *Élévation* »

Imagine un chemin de lumière horizontal et infini en pensant :

« *Entraide* »

Ensuite, laisse la verticalité infinie revenir vers toi pour se condenser en un point de lumière à l'intérieur de ton ventre.

Fais la même chose pour l'horizontalité infinie qui se condense en une graine à l'intérieur de ta poitrine.

Prends conscience que les chemins de l'élévation et de l'entraide sont en toi.
En étant tout à fait recueilli et paisible, laisse de nouveau la verticalité infinie s'étendre.

Ressens bien que la substance de ce chemin est constituée par la vibration de l'aspiration à l'élévation.

Laisse ce chemin revenir en toi et fais de même pour l'horizontalité.

Termine ton travail spirituel en **gardant en toi les deux graines de l'aspiration à l'élévation et de l'entraide communautaire.**

Il faut prendre conscience que la communauté sur la terre est constituée par l'ensemble de ses membres et qu'elle dépend donc d'eux. C'est pourquoi, au sein de la communauté, il ne faut pas toujours attendre que l'impulsion, que le travail, que l'entraide viennent des autres, mais il faut aussi s'investir par soi-même et entrer par la porte de l'initiative libre, verticale et bénéfique.

Celui qui se développerait uniquement dans l'horizontalité ou dans la verticalité ne pourrait pas réussir, car il lui manquerait toujours un élément pour être complet et il **ne réussirait qu'à tomber malade. Ainsi, le travail individuel et collectif, communautaire est indispensable pour le bon équilibre.**

Pour notre époque, l'intelligence cosmique demande à chaque être humain de devenir responsable de lui-même, de ses propres pensées, sentiments, actes mais aussi responsable du Tout, de la totalité des êtres.

C'est l'avènement de la grande communauté humaine et nous devons, à travers notre petite communauté initiatique, préparer les forces éthériques, les germes de lumière qui dans le futur aideront à cela. Ainsi, l'individu doit être responsable de lui-même, c'est-à-dire de l'objet de son aspiration verticale. Si l'aspiration de l'homme est négative, criminelle, non conforme aux lois cosmiques de l'amour, de la sagesse et de la vérité, égoïste, limitée, il ne peut introduire dans le cercle de la communauté humaine qu'une vibration conforme à ses buts. Celui qui est limité dans son aspiration se limite lui-même mais en plus contribue à limiter les autres.

En tant que disciple, place consciemment l'infini dans ton aspiration verticale et tu deviendras un guérisseur de l'humanité et de la terre.

« Soyez parfait comme le Père céleste est parfait. »

Cette parole nous dit clairement qu'il n'y a aucune limite dans le perfectionnement des êtres.

La qualité de l'entraide peut être développée en plaçant cette pensée dans son esprit que **tout ce qui entre dans le cercle de lumière de la communauté doit être pur, bénéfique, beau. Ainsi, c'est à chacun de faire un effort vivant et créatif.** Bien sûr, on peut se dire qu'il est plus facile de vivre uniquement pour soi, sans se préoccuper de la communauté et de sa propre responsabilité vis-à-vis d'elle, mais une telle attitude limitée conduit à la maladie, à l'appauvrissement.

Comprends-tu maintenant comment le lien avec la communauté va te faire évoluer, progresser ?

Il est nécessaire de renforcer ce lien intérieurement et extérieurement.

Le lien extérieur se renforce par tout ce qui peut nous unir physiquement : comme les cahiers et les lettres, les séminaires, les célébrations des fêtes, les initiations et congrès, etc. Il serait bien que les Frères et Sœurs puissent de plus en plus se rencontrer, faire connaissance et partager des choses ensemble dans la simplicité et l'amour.... C'est une coutume de vie bénéfique pour les familles de se rencontrer, tous ensemble, au moins

une fois par an, à l'occasion d'une fête, afin de resserrer les liens. On mange, on parle, on écoute de la musique, on danse, on joue à des jeux de société, on se promène ... afin d'exprimer la joie d'être ensemble.

Une telle coutume de vie, dans son essence spirituelle pure, doit aussi être introduite de plus en plus dans notre communauté vivante. Nous pourrons alors, à travers elle, puiser de la force pour vivre dans la lumière.

- **Apprendre à se rencontrer dans la réalité terrestre, à se connaître, à se soutenir, à se renforcer mutuellement et à travailler ensemble, voilà une grande science.**
- **Apprendre à nous unir autour d'un idéal commun dans la réalité de la vie, voilà ce qui est important à notre époque.**

L'École du portail doit se manifester non seulement à travers un Enseignement spirituel et des exercices initiatiques, mais aussi à travers des ateliers à l'intérieur desquels les Frères et Sœurs peuvent se rencontrer, développer l'amitié, faire du pain, du jardinage, des promenades ... ensemble tout en restant dans le champ de vie de l'École. Cela aussi peut devenir initiatique, guérissant.

Dans son essence pure, la Communauté de Lumière de notre École est une véritable famille d'âmes unies par les liens de l'Esprit et de la vie, unies par un courant de lumière et d'amour qui, un jour, triomphera pour le bien et le réconfort de tous les êtres. Mais voilà, sur la terre, nous oublions souvent nos origines.

Les liens intérieurs se tissent et se renforcent par la pratique assidue des exercices communautaires, par la vivification des coutumes de vie et modes de pensée de l'École divine. C'est par ce moyen que l'élève parvient à unir la vibration de son aura avec celle du champ de vie libérateur de l'École. **Lorsque le champ de vie pénètre dans l'aura de l'étudiant, il éveille la lumière du Christ enfouie dans l'âme et le processus est enclenché.** Cette lumière, en se développant, pousse l'élève en avant sur le chemin de la bonne vie et de la transformation intégrale.

Plus tu parviens à communier avec la vibration éthérique du champ de vie de l'École, plus la lumière en toi acquiert des possibilités pour se développer harmonieusement. (Méditer le schéma de la structure de lumière de l'École dans le cahier : l'École du Portail) Ce champ de vie possède une existence propre et tu peux en vérifier la réalité dans ta sacristie convenablement consacrée.

Il est bien évident que **les liens intérieurs et extérieurs sont indissociablement liés et se complètent mutuellement**. Ainsi, c'est une coutume johannite d'envoyer des lettres aux membres de la communauté et en cela nous agissons conformément à notre courant de lumière. Certaines des lettres du Maître saint Jean à la communauté ont été éditées dans les Évangiles. Les lettres mensuelles sont la concrétisation d'un lien plus spirituel qui t'unit au champ de vie de l'École.

Il te faut t'ouvrir de plus en plus à ce lien vivant et alors tu pourras recevoir tous les trésors, toutes les pensées lumineuses qui rayonnent dans la communauté à ce moment-là.

Donc, derrière les lettres se cache une réalité beaucoup plus initiatique, une réalité du monde intérieur, et c'est en en prenant conscience que le disciple resserre les liens de lumière qui l'unissent à la communauté. Il peut alors tous les jours recevoir « des lettres spirituelles », des messages de l'École. Grande et puissante est l'École de saint Jean, du Christ, du cercle des Maîtres de la Tradition cosmique dans les mondes invisibles !

En se reliant tous les jours au champ de vie de l'École, de préférence le matin, le disciple se sent renforcé, conseillé, soutenu, éclairé et tout à fait prêt à s'engager sur le chemin du bonheur, de la réussite. Il y a des choses qu'un instructeur de lumière ne peut pas dire directement à son élève, mais comme il doit répondre dans la vérité à toutes les questions, il se sert de ce moyen pour guider et soulager.

Il faut donc écouter la parole du guide dans le manifesté mais aussi dans le non-manifesté, dans ta sacristie intérieure. Le non-manifesté seul n'est pas sain ; il faut qu'il y ait les deux aspects : les lettres physiques, plus le courant spirituel de la vie divine. En se reliant à l'École physiquement, le disciple renforce la protection spirituelle qui lui évite de s'égarer dans la jungle des mondes invisibles et des pièges sur le chemin.

Il est bien évident que la pratique régulière et consciencieuse des exercices et coutumes de vie de l'École joue un rôle très important dans l'avancement de l'élève. Par la pratique des exercices, il devient véritablement actif par lui-même pour le bien de la communauté, au service de l'humanité et de tous les êtres.

Prends clairement conscience qu'en pratiquant les exercices tels qu'ils te sont transmis, tu peux parvenir à atteindre ce que nous appelons un état de base. Par exemple : état de base du calme, de la tranquillité, de la clarté, de l'harmonie.

En accomplissant un effort actif pour développer et maintenir en toi cette vibration du calme, tu te l'incorpores progressivement et tu deviens capable de l'introduire dans la communauté entière, qui, elle-même, est destinée à agir sur l'état vibratoire de base de l'humanité.

À chaque fois que tu atteins un état vibratoire de base enseigné dans l'École, tu renforces le lien intérieur qui t'unit à elle et tu aides la communauté d'une façon juste.

Dans l'exercice, sois actif et non passif. Tu dois être passif pour recevoir l'exercice dans la pureté mais ensuite, il te faut être actif pour le mettre en œuvre. Cher Frère, chère Sœur, écoute ma parole, ne tombe pas dans le piège qui te pousse à marcher seul sur le chemin, à t'éloigner de la communauté. Plus tu t'approches de la communauté en trouvant ta liberté, le rayon de ton Être véritable, plus tu es sur le vrai chemin.

Les forces qui te poussent à t'éloigner d'elle ne sont pas de bonnes conseillères, elles te conduisent sur le chemin de l'échec. Fais un effort pour ne pas les écouter, transforme l'opposition qui vit en ton âme en quelque chose qui te porte en avant. Abandonne ce qui en toi est lourd et tu découvriras un trésor beaucoup plus grand.

Tout est question de direction. Ce qui éloigne de la communauté est négatif, ce qui nous permet de nous en approcher est positif.

Nous devons briser les obstacles qui nous enferment dans la solitude et pour cela, l'image de la Communauté de Lumière doit briller en permanence dans le cœur des Frères et Sœurs, même s'ils ne sont pas ensemble physiquement.

FONDEMENT POUR LA CONSTRUCTION

Méditation : Le Soleil de la Communauté

Place-toi consciemment et calmement dans l'atmosphère pure de ton travail spirituel, dans la vibration de ta sacristie.

Pacifie tout ton être et ressens l'état de base de la clarté de l'esprit.

Forme en ton âme l'image de la Communauté des Frères et Sœurs qui aspirent comme toi à la lumière et à l'entraide et laisse naître en ton cœur l'image d'un soleil :

le Soleil omniprésent de la Communauté de Lumière.

Dans cette image, ressens l'appel à la nouvelle vie.

Ressens l'affection, l'amour et la joie libre de la communauté envers toi.

Ressens la bienveillance, l'encouragement et la stimulation.

Ressens la grande protection de lumière et l'éloignement de toute obscurité.

Concentre-toi sur la réalité de ce Soleil qui t'appelle et ouvre-toi à lui en laissant derrière toi tout ce qui est ancien et périmé.

Ouvre-toi à la Communauté de Lumière comme l'oiseau accueille le soleil levant avec un hymne de joie et d'espérance.

Écoute avec tendresse le chant, cet oiseau en ton âme et laisse le Soleil du cœur de la communauté t'accompagner sur le nouveau chemin de la bonne vie.

COUTUMES ET RÈGLES DE VIE DE L'ÉLÈVE

1 - Cultive volontairement l'espérance positive en ton avenir lumineux et bénéfique sur le chemin de la communauté.

Considère la communauté comme un moyen d'évolution et une protection de lumière pour tous.

Quoiqu'il arrive, pense :

*« Je vais vers le mieux, tout est bien,
car l'Amour de Dieu emplit et soutient l'univers. »*

2 - Prends l'habitude de te relier intérieurement par la pensée et extérieurement par les cinq sens au monde végétal et plus particulièrement aux fleurs.

Essaie de ne pas couper une fleur si cela s'avère inutile ou futile.

Apprends à respecter à travers les fleurs le travail d'êtres angéliques vivants, conscients et intelligents. Ces êtres ont mis dans les fleurs et les plantes non seulement l'image de la beauté, de leurs vertus mais également des substances capables de guérir les humains.

Que les fleurs deviennent pour toi le tremplin à un éveil supérieur dans le monde de la beauté infinie et de la sublimation des énergies.

3 - Plusieurs fois par jour, entre dans le nouveau qui vient dans le moment présent **et unis-toi intérieurement au champ de vie éthérique omniprésent de l'École et de la communauté.**

Essaie de t'approcher de plus en plus de la communauté en rencontrant les Frères et Sœurs et en entreprenant quelque chose avec eux.

4 - Dans le tourbillon de la vie quotidienne, apprends à discerner clairement la motivation profonde qui gouverne tes actes. Cette motivation détermine la qualité de la vibration qui te traverse.

Essaie de trouver et d'introduire en toi la vibration d'une motivation, d'un idéal plus élevé, plus large et universel.

5 - Considère qu'au-dessus de ton point de vue actuel, il en existe un plus élevé.

Sur les fondements de ce que tu sais déjà, efforce-toi de t'élever vers le Plus-Haut.

Considérant tes propres limitations et difficultés sur le chemin, **rejette dès maintenant tout jugement négatif vis-à-vis des Frères et Sœurs et cultive la compassion et l'esprit d'entraide.**

6 - Ne te laisse pas subjugué par les suggestions extérieures négatives ou positives illusoires.

Trouve plutôt la lumière de l'Être véritable que tu es éternellement et **cherche à t'en approcher dans le silence, la simplicité et le travail.**

7 - Prends du temps pour écouter, dans la nature vivante, le chant des oiseaux.

Laisse ce chant agir sur toi, ouvre-toi à lui.

Fais surtout cet exercice pendant le mois de juin.

Avec tous mes encouragements pour ton travail bénéfique.