

# Psaumes de l'Archange Gabriel

## 290. La loi des 10 %

1. Si vous n'êtes pas heureux sur la terre, c'est parce que vous ne savez pas accueillir l'énergie et la force de croissance à l'intérieur de vous.
2. Constamment, vous cherchez la solution à l'extérieur et vous vous laissez guider, inspirer par ce qui appartient à la faiblesse, aux manques.
3. La force est en vous, elle émane de l'esprit et se donne en profusion, mais vous en ignorez la source et vous la dilapidez en l'orientant vers ce qui n'a pas de valeur. Vous ne vous en servez pas pour vous construire un corps de sagesse et d'immortalité, mais vous laissez une influence étrangère à votre âme vous voler votre richesse.
4. Vous ne profitez pas de ce que vous avez et de ce que Dieu vous a donné.
5. Dieu a mis la guérison, l'énergie et la sagesse dans la nourriture, mais l'homme qui mange trop et n'importe comment non seulement n'en profite pas, mais en plus, il se rend malade. Ainsi, ce qui est bénéfique devient maléfique, car la nourriture est détournée de sa fonction première pour devenir un moyen de combler des faiblesses, des manques, un monde déséquilibré.
6. Si un homme n'est pas riche, ce n'est pas que la richesse n'est pas autour de lui, c'est qu'il ne sait pas faire fructifier ce qu'il a reçu à l'intérieur de lui.
7. Le corps n'a besoin que de 10 % d'alimentation, qu'elle soit subtile ou physique. Cela est peu, car l'homme n'a pas besoin de grand-chose pour vivre heureux et s'épanouir sur la terre.
8. Le peu d'énergie qui lui est donné lui permet de se créer une vitalité, d'accroître les cellules et la subtilité à l'intérieur de lui. Mais si l'homme détourne son regard de la force qui est en lui pour s'orienter vers la faiblesse, il donnera toute sa vie pour prendre soin du recyclage, de ce qui est mortel au détriment de ce qui est immortel.
9. Si l'homme est malheureux, s'il ne connaît pas la richesse, l'abondance, la croissance, la santé, la plénitude, c'est parce qu'il ne sait pas où regarder et comment s'orienter. Tout est autour de lui et en lui, mais s'il regarde la faiblesse, il voudra combler un vide et ne sera pas dans la juste mesure, la bonne gestion et l'équilibre. Il laissera le monde extérieur l'envahir et il n'y aura plus de place en lui pour son âme, pour ce qui est immortel, ce qui est supérieur et éternel.

10. Si, aujourd'hui, les hommes sont envahis de maladies et de problèmes, c'est parce qu'ils ont abdiqué leur être intérieur pour se laisser envahir, sans aucun discernement, sans retenue, par les mondes extérieurs. Ils ne savent plus quoi faire de toute cette nourriture, de toutes ces informations qui non seulement ne les rendent ni plus sages ni plus riches, mais qui s'installent en eux à leur insu, pour finalement en faire leurs esclaves, demandant toujours plus et les empêchant de cultiver leur vie intérieure et leur élévation vers les mondes supérieurs.

*Père Gabriel, comment faire pour ne pas être pauvre, inutile et incapable?*

11. Arrêtez de vouloir toujours et toujours plus.

12. Apprenez la continence, c'est-à-dire à vous contenir vous-mêmes.

13. Se contenir est la première étape vers la connaissance de soi.

14. Lorsque vous vous connaîtrez, vous pourrez vous orienter pour devenir ce que vous êtes.

15. Contentez-vous de l'essentiel, de ce dont vous avez vraiment besoin, de ce qui vous est vital.

16. Si vous vous goinfrez, vous éteignez la lumière en vous et la noble créativité.

17. La force ne vient pas de l'extérieur, mais de l'intérieur.

18. L'extérieur doit être un soutien à l'éveil et à la réalisation, mais tout doit venir de l'intérieur uni au supérieur.

19. Ne cherchez pas à combler vos manques par l'extérieur, mais apprenez à prendre juste ce qui vous est nécessaire pour que le corps soit dans la santé, la force et se construise dans l'équilibre et la sagesse. C'est une attitude, un art de vivre à développer qui font apparaître une autre orientation que celle que vous suivez à l'heure actuelle.

20. Par exemple, dans la nutrition, vous ne devez pas seulement manger pour combler un vide dans le corps, mais pour faire apparaître l'immortalité. Ainsi, vous devez choisir la nourriture appropriée, la bonne quantité qui vont renforcer certaines cellules, certaines vertus qui sont au service d'un monde et d'une influence déterminés.

Cela est la continence, le choix, la mise en œuvre de l'intelligence.

21. Vous ne devez pas manger n'importe quoi, n'importe comment, car vous allez former en vous de mauvaises cellules qui affaibliront votre santé, votre force, votre

intelligence et même, à l'extrême, qui développeront l'anarchie, la malchance et la maladie.

22. Soyez clairs et cultivez la bonne mesure. Prenez juste ce dont vous avez besoin pour vivre et vous renforcer et surtout, pour faire apparaître la sublime lumière et donner un corps à Dieu en vous et autour de vous.

23. Le corps est présent dans votre vie pour vous soutenir dans vos projets et dans votre cheminement vers l'éveil et la construction des sens subtils et de l'autre corps. Il n'est pas là pour vous affaiblir, vous amoindrir, vous étouffer, vous endormir et vous conduire vers des mondes obscurs et fourbes. Il est un merveilleux outil, une aide inestimable pour faire grandir votre capital intérieur et faire apparaître l'autre corps. Maintenant, si vous êtes mal éduqués, si vous ne voyez pas clair et si vous prenez le corps comme but, vous conduisez les forces à l'œuvre vers le déséquilibre et le néant. Le corps va alors tout réclamer et il sera un abîme que rien ne pourra combler.

24. La continence, c'est de comprendre que la vie intérieure est le but et que le corps n'a besoin que de 10 % de ressources extérieures pour vivre et se développer. Les 100 % des besoins du corps doivent être comblés à partir des 10 % prélevés à l'extérieur. C'est pourquoi ces 10 % sont fondamentaux. Il ne doit y avoir aucune perte, aucune dégradation, mais tout doit être conduit vers une croissance de l'intelligence, vers un enrichissement de la sagesse, un rajeunissement, une santé, une plénitude, une félicité. Ainsi, vous multipliez les richesses en vous et vous deviendrez forts, solides, stables pour porter la Lumière avec dignité et accomplir ses œuvres dans le bonheur et l'abondance.