

Ecole de Vie et d'Esprit



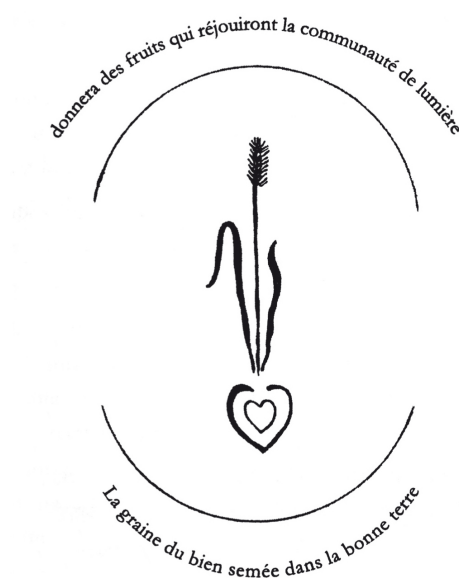
Sous les auspices du Sans Nom et de la plus haute lumière conçue

Lumière de la Gnose originelle - Cercle des Maîtres de la Tradition cosmique

Courant de l'Humanité des enfants de la Lumière

(Classe de la semence - Cahier d'instruction n° 11)

L'ART DE GUÉRIR



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

CLASSE DE LA SEMENCE (37 CAHIERS)

- 01- L'ÉVEIL DE LA CAPACITÉ
- 02- LA TERRE INTÉRIEUR
- 03- L'HOMME EST LA SEMENCE DE DIEU
- 04- LE RYTHME ET LA TONALITÉ JUSTES
- 05- L'ÉVEIL DES CENTRES D'INTELLIGENCE DANS LES PIEDS ET LA TRANSFORMATION DE LA DESTINÉE
- 06- LE SALUT DE LUMIÈRE DE L'ÉCOLE ET LA FÉCONDATION DE LA TERRE
- 07- L'OUVERTURE DE LA TÊTE
- 08- L'ENVELOPPE D'OBSCURITÉ
- 09- L'ENTRÉE DANS LA TERRE DE VIE L'OUVERTURE DES MAINS
- 10- LES 7 ARCANAS POUR L'OUVERTURE DES MAINS
- 11- L'ART DE GUÉRIR
- 12- LES MAINS SONT LES YEUX DU CŒUR
- 13- LA TERRE CAUSALE
- 14- LES 8 ÉTAPES VERS LA TERRE DE LUMIÈRE
- 15- S'ASSEOIR SUR LE SOL AVEC AMOUR
- 16- CÉRÉMONIE D'OUVERTURE DE LA TÊTE, DES MAINS ET DES PIEDS.
- 17- LES DEUX COLONNES DU TEMPLE DE L'HUMANITÉ
- 18- LE DOUX REGARD
- 19- LA GALVANISATION ALCHEMIQUE ET L'OUVERTURE DES QUATRE YEUX
- 20- LA PHOTOGRAPHIE PSYCHIQUE
- 21- L'UNION DU GRAND ET DU PETIT
- 22- L'ÉVEIL DE LA VOLONTÉ MAGIQUE LA VOIE DE L'INTÉRIORITÉ
- 23- PRÉPARATION À L'OFFRANDE DU CŒUR
- 24- L'AMANDE KARMIQUE PRÉPARATION À L'OFFRANDE DU CŒUR
- 25- LA PATRIE - LE PEUPLE - LA MAISON DE LUMIÈRE PRÉPARATION À L'OFFRANDE DU CŒUR
- 26- SENSIBLERIE ET SENSIBILITÉ PRÉPARATION À L'OFFRANDE DU CŒUR
- 27- POSER SA TÊTE SUR LE CŒUR DU SOLEIL
- 28- LE SANG DU CHRIST QUI EFFACE LES PÉCHÉS DU MONDE
- 29- LE BON RETOURNEMENT DU CŒUR
- 30- CÉRÉMONIE DE L'ÉCLAIR-FLAMME DU RAYON BLEU
- 31- CÉRÉMONIE DE L'OFFRANDE DU CŒUR AU SOLEIL LEVANT
- 32- L'ALCHIMIE INTÉRIEURE
- 33- LE ROUMINA
- 34- CÉLÉBRATION DE LA TRIPLE RÉVÉLATION DE DIEU
- 35- HONORE TON PÈRE ET TA MÈRE, LA MONTAGNE ET L'OCÉAN D'ÉNERGIE DE DIEU
- 36- APPEL DE L'ANGE DE L'HARMONIE
- 37- LE FEU DE LA DIGNITÉ



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 (site internet : 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 de la semence

« Les paroles de l'éternelle sagesse initiatique
ne doivent pas être étudiées négligemment, à la manière du monde,
mais devenir une nourriture pour l'être profond.
Elles doivent être accueillies comme des hôtes de marque,
reconnues pour leur valeur intérieure et
leur méditation peut être considérée comme un engagement avec le Plus-Haut,
comme une fécondation de l'âme.
Le calme intérieur, l'expérimentation patiente, la présence de l'École,
l'assimilation profonde et silencieuse
qui confèrent la stabilité et la force sont des vertus fondamentales qui t'accompagnent toi,
élève de l'École de la semence, tout au long de ta noble ascension. »

L'ART DE GUÉRIR

Classe de la semence – Cahier d'instruction n° 11 Essences de méditation - Paroles d'étude générale - Bases de travail

Bien-aimée Soeur, Bien-aimé Frère qui te tiens, plein d'ardeur, dans l'enceinte de l'École de la semence, prêt à œuvrer, prêt à agir, reçois le lumineux rayon de mon cœur comme encouragement et gage de la beauté de la sagesse éternelle.

Plus tu te concentreras sur tes mains, plus tu t'apercevras qu'elles sont l'organe de la communication et des échanges entre les êtres. Des échanges naît la connaissance dans le vrai sens du terme. **Ainsi, la main est un organe de contact, de connaissance et de maîtrise.** La maîtrise qui permet d'attirer le bon, et de repousser et de guérir le nuisible. **Ouvrir les mains, c'est les remettre en rapport étroit avec le courant sacré de la vie qui baigne les mondes. Tout est vivant, tout est salutation, échange, communion. Rendre la main consciente, c'est lui apprendre à redevenir sensible à l'énergie-force de la vie.** Il faut apprendre de nouveau à palper la vie. **C'est par la main que l'homme reçoit la vie et c'est aussi par la main qu'il la donne, qu'il la vivifie. Oui, l'homme a ce pouvoir mystérieux de pouvoir vivifier la vie. C'est là un des secrets de l'initiation.**

À partir de maintenant il te faut vouloir te servir de tes mains d'une nouvelle façon : pour entrer en contact avec la vie positive et pour repousser les courants de vie empoisonnés. Cette capacité va devenir naturelle si tu y penses souvent et accomplis les technas. Sois patient et confiant, car l'esprit de l'École est sur toi, il t'entoure de son amour et travaille jour et nuit dans le silence. L'enveloppe d'obscurité qui recouvre les humains fait qu'ils ne peuvent pas avoir d'échanges dans le royaume de la vie.

C'est pourquoi il te faut faire des efforts pour recevoir la vie abondante, c'est toi qui dois provoquer la situation qui permettra l'échange initiatique, l'expérience vivifiante qui augmentent la vie bénéfique. T'es-tu déjà aperçu qu'il y a des échanges qui diminuent la vie, qui l'appauvrissent et qu'il y en a d'autres qui la dynamisent, l'embellissent, l'enrichissent ? Ce sont ces échanges-là que tu dois provoquer par ta libre volonté et sous la guidance et protection de l'École. Tout ce qui nous arrive dans la vie est déterminé par les alliances que nous avons conclues entre diverses influences. **C'est l'état des mains qui détermine le succès ou l'échec, la joie ou le malheur dans la vie.**

Un élève de l'École initiatique originelle sait que la vie n'est qu'échange et que tout est vivant et intelligence. Il sait que tout est déterminant : les pensées, les sentiments, les désirs, les actes et il met tout en œuvre pour se lier et communier avec la Source de Dieu, le bénéfique, le lumineux à travers tous les êtres.

Cette communion ne doit pas avoir lieu dans une idéologie abstraite mais bien dans la réalité quotidienne de la vie. C'est pourquoi les mains en sont le symbole, car il n'y a rien de plus concret que les mains. Elles expriment la réalité de la vie quotidienne. Sans arrêt nous nous servons d'elles pour accomplir toutes nos tâches. N'oublie pas cette loi sacrée et cette coutume de vie chère à notre peuple de lumière. En tant qu'élève, **tous les jours tu dois éveiller ta conscience et communier en pleine vie avec la source de toute conscience et de toute vie.**

Tous les jours tu dois t'unir au champ de vie de l'École qui est l'enceinte sacrée du temple du Saint-Esprit, le cercle de lumière des ouvriers de Dieu et recevoir de lui des hautes pensées, des sentiments, des impulsions, des forces de vie qui te permettent de polariser ta conscience, ta vie et ton corps d'une façon positive pour rayonner une vibration bénéfique dans la lumière extérieure. C'est le travail de tout élève de l'École de la semence de s'unir consciemment avec des courants de vie lumineux, avec l'amour, la sagesse, la pureté qui ne viennent pas du monde, de les canaliser à travers son corps pour offrir des graines de lumière à la terre. C'est de la haute magie bénéfique ;c'est une prêtrise et une royauté sacrées.

*

* *

TECHNA POUR L'OUVERTURE DES MAINS

1e exercice:

- Repère un arbre qui te paraît beau, qui t'inspire, avec lequel tu aurais envie d'entrer en communication. Tiens-toi éloigné de lui ; regarde-le de loin et parle-lui intérieurement :

*« Cher arbre, je te trouve beau et j'ai envie d'entrer en communication avec toi.
Non pas seulement avec ta forme terrestre mais avec ton âme,
ton intelligence, ton identité. Si tu le veux bien,
je vais m'approcher de toi pour te faire un présent de mon cœur. »*

- Approche-toi de l'arbre tout doucement, en étant éveillé et en éprouvant du respect pour lui et pour sa façon d'être au monde.
- Les paumes de tes mains doivent être tournées vers l'arbre dans la posture de l'Arbre de vie.
- Tout en avançant, efforce-toi de sentir le moment où tu entres dans le champ magnétique de l'arbre, dans son atmosphère intime.
- Il te faut aussi sentir si l'arbre t'accepte ou non, mais cela est pour plus tard. Pour l'instant, contente-toi d'approcher de l'arbre, puis de reculer jusqu'à ce que tu sentes son champ magnétique.

La clé consiste à choisir un arbre qui éveille en toi un sentiment d'admiration et à t'approcher de lui avec respect. C'est cette admiration et ce respect qui ouvriront en toi les organes de perception du champ magnétique. Un grand arbre au milieu d'une clairière, un saule pleureur près d'un étang, un arbre fruitier en fleurs possèdent de vastes champs magnétiques.

- Lorsque tu sentiras que tu entres dans le champ magnétique sacré et que l'arbre s'ouvre à toi, alors réalise l'arcana n° 6 du cahier précédent.
- Avec ta main droite offre tout ton amour à l'arbre et avec ta main gauche repliée efforce-toi de capter ses messages, son être, son âme, d'entrer en communion avec lui, de ne plus faire qu'un dans un échange constructif.

Les arbres sont des Maîtres instructeurs de notre École. Ils ont beaucoup de choses à t'apprendre. En t'approchant d'eux prononce souvent le nom : **VIE** en le rendant vivant. Lorsque tu sauras communier avec les arbres, tu pourras entrer en contact avec d'autres formes de vie.

Avant d'entrer en communion avec d'autres formes de vie, l'élève du courant de saint Jean s'entraîne avec les montagnes, les arbres et les sources. Ce sont les trois maîtres restés fidèles à l'Humanité de Lumière qui renforceront l'élève afin qu'il ne chute pas dans les autres échanges. Il est, sur la terre, des créatures qu'il ne faut pas

rencontrer trop tôt. Elles sont inoffensives lorsque l'élève est correctement préparé mais pas avant. **Écoute les paroles de la sagesse et va communier avec les montagnes, les arbres et les sources avant de partir à la conquête des expériences du vaste monde.**

Par cette techna de développer tes mains au contact des arbres, tu vas t'apercevoir qu'elles sont capables d'une extraordinaire sensibilité. Tu pourras sentir les champs magnétiques à distance, discerner les couleurs, les sons, les ambiances, les états d'âmes, les courants, les forces... et surtout tu pourras avoir une influence sur tout cela, modifier, arranger, vivifier, diminuer... **Tu deviendras ce que tu es : un magicien de lumière sous la protection de l'École, pouvant semer la bonne graine dans le champ et parfois empêcher la mauvaise de se répandre.** C'est là tout un art subtil.

2e exercice:

- Approche-toi d'un beau sapin

- Regarde-le avec respect et capte en toi la force de sa beauté.
- Approche le bout de tes doigts de la pointe des épines de l'arbre. Au moment où tu touches l'arbre, unis-toi à lui par toute ta vie intérieure éveillée.
- Laisse le courant, l'énergie, la force de vie entrer en toi et parcourir ton corps.
- Inspire et expire profondément et demande à l'arbre de te transmettre de sa force et d'éveiller en toi les nobles capacités de l'esprit.
- Enlève tes doigts, puis concentre-toi sur la

*« pureté, la force de vie,
la lumière intérieure de l'esprit »*

- Touche de nouveau la pointe des épines avec l'intention de communier profondément avec la vitalité de l'arbre.
- Accepte d'être traversé par la vie pure et lumineuse de l'arbre. Laisse sa présence magique pénétrer à travers tes mains.
- Retire de nouveau tes doigts, puis, dans la posture de l'Arbre de vie, dis avec sincérité la parole :

*« Ô Arbre-Maître,
Ô Maître de lumière à travers tous les arbres,
toi qui emplis l'espace de la bonne pensée*

*et qui de tout temps a manifesté ton amour pour l'Humanité de Lumière,
j'aspire à communier avec toi à travers cet arbre que je bénis.
Fais couler de lui à moi la force de vie,
la pureté et la lumière d'esprit. »*

Approche-toi de nouveau de l'arbre et pose l'extrémité de tes doigts sur la pointe de ses épines avec une extrême subtilité. Tout est dans la subtilité. Il te faut t'effacer toi-même dans ta personne pour devenir un avec l'arbre. Car dans sa structure de lumière, ton être véritable, que tu ne connais pas encore, est semblable à cet arbre. Tes mains sont semblables aux feuilles de l'arbre. Laisse tes mains devenir des feuilles et être unes avec l'arbre, et le vrai contact s'opérera. Pas simplement le contact physique mais **la transmission de force qui n'est possible que d'âme à âme**. Tu pourras alors contempler la force de vie de l'arbre comme un feu dansant, montant et descendant le long de l'arbre. Toutes les feuilles, les branches, les racines sont dans une unité à travers ce feu qui s'élève vers les hauteurs du ciel et plonge dans les profondeurs de la terre.

Ensuite, tu verras que cet arbre n'est pas isolé des autres arbres, mais qu'ils communiquent entre eux tout autour de la planète grâce au moyen qui fait que toi aussi tu peux communiquer avec lui : c'est un moyen secret du cœur et de l'amour sincère et silencieux de l'autre. Il y a comme des fils de lumière qui partent de l'arbre vers d'autres arbres et aussi vers certains lieux, certains sommets de montagnes ou certaines vallées, et même vers certains humains. Ainsi, il y a des humains qui sont en communication permanente avec des arbres. Leur vie intérieure est nourrie par l'inspiration sacrée des Maîtres-arbres.

Cet enseignement est fondamental, car au moyen des arbres tu peux envoyer et recevoir des messages de lumière de toute la terre. Les arbres souffrent et à travers eux la terre parce que les humains ne communiquent plus avec eux dans la haute sagesse qui emplit l'espace. Ainsi, eux aussi finissent par être coupés de leur être et essence véritables. **C'est une formidable techna de lumière que de s'approcher de nouveau des arbres dans l'admiration, le respect et la force de vie et de leur demander de nous transmettre la haute sagesse des mondes.** C'est une techna qui peut guérir la terre et rayonner partout des courants de forces bénéfiques.

Maintenant, si tu regardes tes mains, tu t'apercevras que tes doigts sont eux aussi des rayons et que d'eux sortent des fils de lumière qui te mettent en communication avec

des régions du monde... **À sa façon, l'homme est un arbre.** Tu as là une occasion de t'ouvrir à une leçon de vie plus haute au niveau de l'ouverture des mains et de ton ascension. **Oui, tes mains, comme les arbres, te mettent en rapport avec des régions de l'espace, des lieux, des forces...** Plus les mains s'éveillent, plus l'homme entier entre dans la lumière. Plus les mains s'éveillent et plus tu pourras discerner clairement les influences magiques qui dirigent ta vie.

Car si un simple arbre peut communier avec d'autres arbres et beaucoup d'autres endroits et êtres de la terre par des courants de lumière bénéfiques il faut aussi reconnaître le fait qu'il existe aussi des courants qui sont morts, négatifs, haineux, sombres, empoisonnés, malades, surnois, etc. Ces courants emplissent l'espace et sont eux aussi reliés à certains lieux, sommets, vallées, pierres, arbres malades, humains, animaux qui sont leurs récepteurs-émetteurs. Ainsi, de même qu'il y a une union et solidarité dans le bien, il y en a également une dans le mal. C'est pour expliquer cette vision intérieure que les saintes Écritures de l'humanité parlent de l'arbre de la connaissance du bien et du mal et des cinq vierges folles et cinq vierges sages qui sont les deux mains de l'homme.

*« Que ta main gauche ignore
ce que fait ta main droite »*

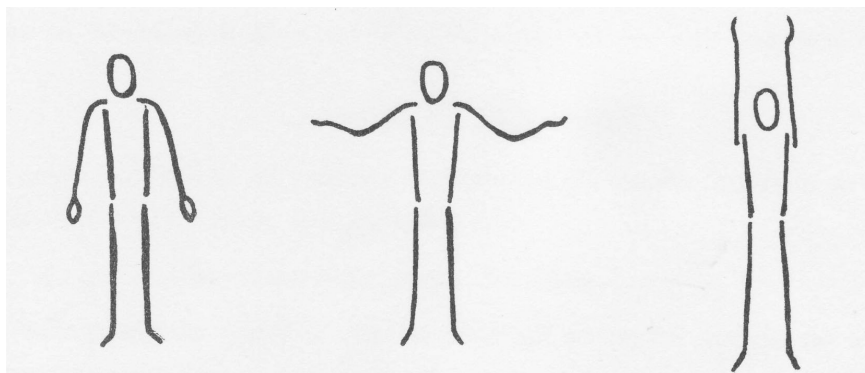
C'est une parole qui indique clairement que l'Enseignement doit être gardé secret et que le travail s'opère dans le silence. Seuls les fruits doivent être visibles. Tes mains et les arbres t'indiqueront cette science éternelle qu'il y a des lieux, des objets, des humains qui sont des récepteurs-émetteurs, des amplificateurs du mal, de la guerre, des mensonges, de la souffrance... Dès qu'un être a une pensée négative, sombre, il attire vers lui ces courants qui aspirent sa pensée. Il devient une vierge folle qui perd son huile. Cette huile-pensée voyage dans l'espace et va s'emmagasiner dans des endroits qui forment la réserve d'énergie du mal. Ce sont ces réservoirs qui sont utilisés par les êtres négatifs pour enthousiasmer, hypnotiser les foules, les manipuler et les conduire vers la guerre, l'anéantissement. Ces réservoirs sont sans cesse approvisionnés par tous les mécontentements, les sentiments, les pensées, les désirs, les actes négatifs des humains. Ainsi, par leur façon de vivre inconsciente, les humains travaillent à leur propre perte et sont les agents du mal sur la terre.

Si tu comprends cet enseignement, tes mains pourront s'ouvrir, car c'est pour bâtir et travailler qu'elles s'ouvriront. Tu pourras entrer dans le cercle intérieur de l'École et de la terre, car tu comprendras enfin que l'École est un formidable réservoir du bien, de la paix véritable, de l'amour inconnu... et que ta tâche est de renforcer ce réservoir de

toutes les forces bénéfiques que tu peux capter et offrir. C'est la grande clé du succès. Car on n'ouvre pas son cœur uniquement pour soi-même mais aussi pour le service du tout. Celui qui ne pense qu'à lui-même ne pourra jamais ouvrir ses mains et pénétrer dans les palais silencieux du mystérieux savoir.

3e exercice

- Réalise la posture de l'Arbre de vie puis élève tes mains au-dessus de ta tête.



- Là, pense :

« Je Suis »

- Imagine l'origine de ta vie, de ton existence, de ton être comme une colonne de Lumière diamant qui descend des hauteurs de l'esprit universel.

- Laisse tes mains se joindre puis se séparer plusieurs fois de suite en imaginant qu'elles sont traversées et purifiées par la Lumière des lumières.

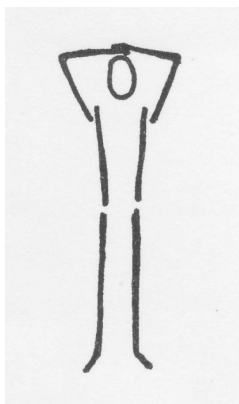
C'est là une techna fondamentale pour préparer les mains avant tout acte sacré dans le chantier de l'École. Elle doit devenir pour toi une saine habitude. À force de la pratiquer, tu en découvriras tous les bienfaits, tous les trésors. Elle permet d'entrer très rapidement dans la pureté omniprésente de ton être plus haut, dans ta dignité, ton honneur et ton vêtement de service de la lumière. Elle permet également de t'attirer et de te lier avec des courants de vie positifs, bénéfiques, aimants. Elle permet aussi de développer très rapidement les dons de guérison.

Une autre variante consiste à imaginer qu'en même temps que tu élèves tes mains physiques, tu élèves tes mains éthériques vers la source de l'Esprit, vers le Soleil des soleils qui est la première manifestation de Dieu : le Christ. Là, tu baignes tes mains éthériques dans la plus pure lumière existante. En même temps, forme en toi la pensée

vivante :

*« Éternel je te présente mes mains et à travers elles,
c'est mon être tout entier que je veux mettre à ton service
pour réaliser ta volonté et bâtir ton royaume.
Utilise-moi suivant ta volonté.
Que ta bénédiction d'amour, d'intelligence,
de vie soit toujours sur moi. »*

- Laisse alors un flux de force vivante descendre sur toi, toucher l'extrémité de tes doigts et parcourir tout ton corps, tout ton moi. Le corps et le moi deviennent calice pour le Plus-Haut.
- En redescendant tes mains, tu peux les poser sur un organe malade, sur une autre personne, sur un objet, un arbre, une plante pour lui transmettre de l'amour et de la force de vie.
- Tu peux également redescendre tes mains en posant les deux paumes sur le sommet de ta tête :



- Pense et dis :

*« Éternelle source du Je,
bénis et renforce le lien de vie qui m'unit à toi. »*

- En posant les deux paumes sur ton visage pense et dis :

« Bénis mon intelligence lumineuse. »

- En posant les deux paumes sur le cœur :

« La chaleur de mon cœur ».

- En posant les deux mains sur le ventre :

« Ma force de vie ».

- En posant tes deux paumes sur les genoux :

« Les désirs profonds du moi ».

- Enfin, en posant les deux paumes sur les pieds :

*« Bénis mon chemin de destinée
afin que tous mes actes soient inspirés
de ta bonté et soient pour ta victoire. »*

- Redresse-toi et entre de nouveau dans la verticalité de ton être vrai.

- Pense et dis :

« Amin. »

Il est très important qu'à chaque bénédiction tu donnes quelque chose qui vient d'en haut, mais que tu reçoives aussi quelque chose de pur de ce qui vient d'être béni pour le transmettre en bas. Il y a une continuité vivante qui se manifeste dans cette techna. C'est dans cette continuité que réside la clé du succès.

Par exemple, lorsque tes mains se posent sur ton visage, elles viennent de recevoir la conscience du lien omniprésent qui t'unit au tout. Cela se transforme en lumière dans la pensée. Cette lumière devient chaleur dans le cœur et c'est cette chaleur qui permet l'apparition de la véritable force positive qui permet à son tour de clarifier les désirs profonds du moi né de la terre et donc de marcher sur le chemin d'une nouvelle vie, d'un nouveau comportement, d'une transformation de soi et de l'acte conscient et magique.

C'est là une techna d'autoconsécration très puissante que doivent impérativement approfondir celles et ceux qui aspirent à s'engager un jour dans le cercle des prêtres johannites qui entoure et rayonne la présence du Christ inconnu sur la terre.

Cette techna d'élever ses mains au-dessus de la tête pour les purifier, les préparer et les conduire peut aussi se pratiquer avec une seule main pour l'acte de bénédiction. Tu

élèves alors ta main droite au-dessus de la tête, tu places ta main gauche sur le cœur en signe de protection et de maîtrise. Par la pensée et l'imagination dynamique, tu unis ta main au réservoir du champ de vie de l'École, puis tu projettes par la pensée, l'imagination et même par ta parole tout le meilleur vers le lieu, l'être, l'objet que tu souhaites bénir. **Cette capacité de bénir que tu portes en toi augmentera à force de la pratiquer.** Comprends que le réservoir de l'École est disponible pour toi en permanence et que tu peux y puiser à volonté dans le sens de la bonne semence en Dieu.

Bien sûr, il faut puiser et donner mais le seul fait de lire ce cahier en étant totalement silencieux intérieurement, ouvert, concentré, attentif, redonne de la force à ce réservoir de lumière qui, un jour, baignera toute la terre et conduira tous les êtres vers leur libre épanouissement, leur libre trésor de lumière.

4e exercice:

Tu peux réfléchir d'une nouvelle façon au fait que la main peut aussi caresser. Dans la caresse se cache un message précieux, quelque chose de rare, de sublime, de poétique qui touche aux mystères du cœur profond. Cette idée et cet acte de caresser sont tout proches de celui de bénir, de protéger, de prendre soin. Prendre soin est une vertu qui développe l'art de guérir.

Il n'y a pas de médecin véritable sans la vertu du prendre soin qui, elle-même, se développe à travers **l'acte magique de caresser, contenu dans l'intelligence des mains.** Un disciple, un élève de l'École spirituelle sur la terre doit nécessairement être un thérapeute, un médecin. **Cet art de guérir est subtil et délicat : c'est l'art de reconnecter chaque être avec la source de Dieu ou dans un autre langage, l'art d'unir chaque partie avec le Tout.** C'est l'art même de la Communauté de Lumière. **Prendre soin de Dieu, de l'Être unique à travers tous les êtres est le sommet et la source de toute médecine véritable.**

- En marchant sur ton chemin de paix - mais cela peut être en marchant sur tous les chemins car il arrive un moment où tous les chemins deviennent le chemin de paix - arrête-toi devant une fleur ou une pierre qui aura attiré ton attention.
- Commence par la regarder, prendre conscience de sa forme, des petits détails.
- Puis trouve-la belle, contemple son côté le plus positif.
- Enfin, **efforce-toi de capter son intelligence, c'est-à-dire le message que l'Être unique transmet au monde à travers cette manifestation de vie.**

- Commence alors à la caresser doucement avec ton bon cœur tout en lui parlant de sa forme, de sa beauté, de son intelligence, du grand être qui l'a créé et qui vit en elle.
- Dis-lui que tu te réjouis qu'elle existe, qu'elle est unique, que la vie est belle et mystérieuse, parle-lui des choses essentielles... mais ne parle pas trop longtemps **car l'essentiel est toujours silencieux et bref.**
- Lève-toi en laissant tes mains au-dessus d'elle et en t'efforçant de continuer à la caresser. Bouge tout doucement tes mains au-dessus d'elle en continuant à la sentir, pas forcément dans son côté physique, mais plutôt dans son âme, dans sa beauté, son intelligence et même dans l'être qui l'habite. C'est souvent en s'éloignant physiquement que l'on parvient à ressentir les choses profondes.
- Reste ainsi immobile au-dessus de la fleur, les paumes dirigées vers elle, puis, dans une caresse ultime, **offre-lui tout le meilleur de ton être, c'est-à-dire la plus haute manifestation de Dieu dont tu es capable pour le moment. Laisse l'amour et le meilleur de Dieu dont tu es capable couler vers cette fleur et vers l'Être-Dieu qui est en devenir en elle. Ainsi, tu prends soin de Dieu.**

Écoute :

Prendre soin de Dieu en tout, de ses envoyés et de son École, c'est être un vrai disciple, un Enfant de la Lumière et c'est véritablement entrer dans le champ de vie de l'École de la semence qui est le cercle intérieur des élèves et serviteurs de l'Enseignement du Christ et de l'Humanité de Lumière. C'est là un mystère sacré et de tout temps sanctifié. Tu peux réaliser cette techna avec une pierre, une fleur, un arbre, une source et surtout avec la Terre-Mère.

Pour caresser la terre et entrer en contact avec la polarisation féminine de Dieu, il faut auparavant s'être entraîné avec les pierres et les fleurs. **Il n'y a pas de plus sublime caresse que celle qui touche la mère du monde, car à travers elle, c'est toutes les créatures de l'univers que l'on parvient à toucher.** Prendre soin de la terre, du monde, de l'univers, de notre patrie commune, de notre lieu de vie et d'évolution est le but que poursuit l'École de la semence. C'est vers ce but véritablement humain et propre à notre École que nous voulons te conduire, toi, et à travers toi, beaucoup d'autres. Manitará veut dire :

« Instructeur libre de la terre pure ».

Ne pense pas que cette techna de parler à une fleur en la caressant doucement soit trop simple. En réalité, elle est extraordinairement puissante et procure de grands résultats avec le temps. **La simplicité est la force des disciples et le véhicule de l'amour. L'amour se revêt de simplicité pour être à la portée de tous.** Au bout d'un moment, tu t'apercevras que la fleur te donne elle aussi une caresse à sa façon et qu'à travers elle, elle te transmet le meilleur de son être. Ce meilleur finit par se transformer en toi en vertu, en qualité, en pensée, possibilité et états d'âmes nouveaux...

- La fleur te transmet des pensées élevées, l'émerveillement, la souplesse, la beauté, la noblesse dans la sphère respiratoire.
- La pierre te rend humble, stable, résistant, persévérant, patient... Elle t'enseigne les secrets de la concentration et de la concrétisation de tes projets...
- L'herbe te communiquera les secrets de la vie éternelle, du rajeunissement, de la sublimation des énergies, des enregistrements de la nature, des mystères des étoiles et de la circulation de la lumière dans le cosmos.

Beaucoup de secrets et de capacités te seront transmis tout simplement parce que tu sais caresser les êtres, leur offrir ta divinité et prendre soin du précieux en tout. À partir de maintenant, entraîne-toi à toucher les objets avec conscience, respect et même amour. Lorsque tu marches, efforce-toi de caresser les êtres, les choses, les arbres, la terre à distance. Ne fais pas ces choses très longtemps mais plutôt pour une courte durée afin de ne pas dénaturer cet enseignement précieux. À force de le faire de temps en temps et avec qualité, tu vas y prendre goût et la vertu va se développer en toi naturellement. Un jour, tes mains seront tellement ouvertes que tu pourras toucher les sommets des plus hautes montagnes, les océans et les rivières, la Terre de Lumière, ses hautes idées, ses forces morales divines et ses Anges purs.

Bien Aimé(e), reçois le souffle de ma chaleureuse caresse sur tes cheveux et ton visage et laisse ma bénédiction entrer en ton cœur et vivifier ton âme, ton éternité