

Ecole de Vie et d'Esprit



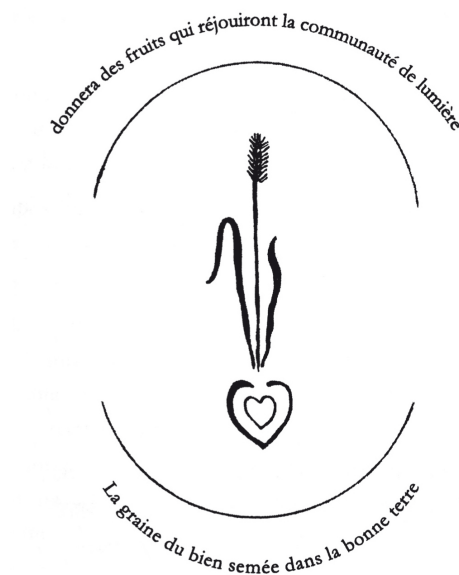
Sous les auspices du Sans Nom et de la plus haute lumière conçue

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° 33)

LE ROUMINA



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. »

LE ROUMINA

Classe de la semence – Cahier d’instruction n° 33 Essences de méditation - Paroles d’étude générale - Bases de travail

Bien-aimé(e), toi qui as contemplé en ton cœur le précieux joyau de l’unité de l’amour, reçois la force vivante de l’École et laisse-la travailler sur toi et sur ton chemin de destinée.

Le Saint-Esprit est omniprésent. Le voir, c’est entrer dans le royaume du feu, de la créativité, de la beauté. Le bonheur se trouve dans la belle créativité qui s’exalte de toi pour le salut de toutes les créatures. **Dans le Saint-Esprit, tout devient vrai.** Il est l’esprit de Vérité qui émane de l’amour et de la sagesse. Le Christ est l’être qui aime la vérité par dessus tout. Il ne peut y avoir de vérité sans l’omniprésence du royaume du feu et du Saint-Esprit. **L’esprit de Vérité ne se trouve pas « en bas », dans le royaume des ombres ; il faut le chercher « en haut », dans l’illumination de l’esprit.** Seule la lumière supérieure peut éclairer les ténèbres inférieures, leur donner du sens, les mettre à leur place et rétablir l’ordre et l’harmonie.

Tu sauras que ta communion avec le Saint-Esprit omniprésent, qui est aussi le champ de vie de l’École, est réelle lorsque tu seras parvenu à rendre beau ce qui ne l’est pas, à donner du sens à ce qui est en apparence insensé. Seule l’invocation des énergies divines permet d’accomplir ce miracle et de découvrir la présence de l’École en soi et autour de soi. De même que la pluie féconde la terre, tu seras inspiré par la lumière de l’Enseignement et tu deviendras ce que tu es.

Le cœur t’invite à ne plus être insensible aux choses essentielles, aux expériences fondamentales qui renforcent la lumière en toi. **Ainsi, lorsque la pluie tombe du ciel et réjouit la terre, prends du temps pour t’ouvrir de l’intérieur et pour participer au travail de l’âme de la Mère du monde.** Elle est aussi ton âme et ce qui se produit en elle se produit aussi en toi. **Rendre beau, c’est s’ouvrir à la perception supérieure.** Il te faut vivre des expériences qui te donnent de la force, de la conviction, qui te posent sur le sol, qui t’ouvrent un chemin, qui tissent le manteau de protection et d’amour. Sans la terre de l’expérience, la force de l’École ne peut pas s’ancrer en toi. Tout ce qui renforce le bien doit être cultivé et recherché. Dans notre tradition johannite, il est dit :

*« Là où tu mets ton cœur, là est ta maison.
Si tu vas vers le monde grossier, tu habiteras avec lui ;
si tu vas vers l'humanité inconsciente, tu habiteras avec elle ;
si tu vas vers l'Humanité de Lumière,
les Anges et Dieu, tu habiteras avec eux. »*

Cette parole est claire, mais il ne suffit pas de la lire pour la comprendre dans la profondeur. **La comprendre, c'est la vivre, c'est la réaliser en la conduisant jusque dans la bonne terre de l'expérience.** En vérité, le monde grossier, l'humanité inconsciente, l'Humanité de Lumière ne sont pas des choses terrestres, mais il s'agit avant tout de mondes subtils. L'emprisonnement dans le monde grossier se fait par de multiples liens d'une nature spirituelle. C'est ainsi que le cœur est capturé. S'attacher à quelqu'un qui appartient à l'humanité inconsciente, c'est se trouver soi aussi prisonnier. Cela ne veut pas dire qu'il faut couper les liens, le message veut inciter encore et toujours à la vigilance et à l'éveil. Rien ne peut remplacer ton orientation et ton expérimentation du Divin. L'expérimentation approfondie te libérera des liens qui te retiennent en arrière. De tels liens sont innombrables en vérité. Ils font partie de la tentation et du karma. Il faut beaucoup de force pour aller de l'avant sans se retourner et c'est là que l'École doit intervenir et offrir son aide.

Ne sous-estime pas cet enseignement, car même la mort physique ne parvient pas à couper les liens psychiques qui unissent les êtres. Ils sont nombreux ceux qui, même après avoir perdu leur corps physique, ne parviennent toujours pas à comprendre la nécessité du chemin et restent accrochés au monde grossier. Ils contribuent à retenir en arrière ceux qui venaient après eux. L'École ne peut que très difficilement les aider, car ils n'ont pas dirigé leur cœur vers elle. **Orienter son cœur vers l'École de Dieu, c'est vivre une expérience de lumière.** C'est ainsi que se forment le joyau, le précieux, le nectar d'éternité. En t'élevant vers l'École, tu entraînes à ta suite ceux qui viennent après toi. Tu transformes le monde grossier en beauté. Surtout ne sous-estime jamais la puissante attraction qu'exerce le monde inférieur. Il ne faut jamais s'en approcher sans être préparé, sans avoir renforcé la vision supérieure.

Maintenant, je vais te révéler un secret. **N'oublie pas, un secret reste un secret.** Ainsi, si un traître lit un jour nos Enseignements, le secret lui demeurera hermétique. **L'École s'adresse à ton âme, elle se sert de l'extérieur pour te parler de l'intérieur, dans le lieu du secret.**

Il y a deux sortes d'enseignement et donc de connaissance :

- L'un qui s'exprime à travers des paroles, des écrits, des chants, des mouvements, des célébrations.
- L'autre qui émane du secret, de l'esprit, de la vérité, de l'union. Ce dernier est au-delà des mots, il ne peut s'exprimer, c'est le savoir direct, la parole du mystère. Lorsque cet enseignement secret se manifeste, les paroles s'illuminent et trouvent leur sens profond.

Une École initiatique authentique est toujours une émanation du centre du mystère. Les forces qui jaillissent d'elle et rayonnent vers l'extérieur sont autant de bouées de sauvetage pour ceux qui se noient dans l'océan de la grande confusion. L'art consiste à comprendre la parole telle qu'elle est prononcée. Pourquoi la parole perd-elle sa force, pourquoi se sépare-t-elle de l'esprit et se trouve dénaturée ? Lorsque la parole apparaît dans le monde extérieur, elle traverse de nombreuses couches subtiles et se charge de diverses émanations qui progressivement la dénaturent. Celui qui a ouvert l'œil de l'esprit peut facilement contempler « *des esprits* » qui entrent dans la parole pour en diminuer la force d'âme afin qu'elle ne puisse plus rien exprimer de profond.

C'est pourquoi le travail d'un élève sincère est d'apprendre à écouter profondément et à accueillir l'Enseignement en lui-même avec respect et pureté afin qu'il ne soit pas dénaturé. C'est un véritable yoga, une discipline. Le Christ lui-même a demandé à ses disciples qu'ils gardent pure et lumineuse sa parole en la faisant vivre en eux, en devenant la parole qui ressuscite.

**Déjà vous êtes purs
parce que vous avez accueilli ma parole.**

Dans l'Enseignement, cette discipline est appelée **le roumina**. C'est une des technas les plus puissantes de notre École de Dieu. Elle est donnée pour notre époque afin que les élèves sincères puissent se libérer des influences des mondes inférieurs et des forces sombres et qu'ils puissent guérir la parole et la terre intérieure. **Elle repose sur la loi qui veut que les évidences les plus simples nécessitent de multiples répétitions pour être correctement assimilées et pour devenir actives dans la vie quotidienne . Reconnaître une vérité et agir d'une façon opposée cinq minutes après est un mécanisme connu de la nature humaine.** Un tel homme pris en flagrant délit de contradiction cherchera souvent à se justifier par toutes sortes de moyens et d'astuces extraordinaires. Le Saint-Esprit lui-même pourra être cité à la barre des accusés.

L'élève spirituel sincère cultive la clarté, la tolérance et la souplesse. Il ne fera reposer sur personne la faute qui lui incombe, mais il n'exagèrera surtout pas son poids. Il se regardera toujours lui-même tel qu'il est afin de se rectifier. **Chacun est venu sur la terre pour se rectifier et pour faire entrer le monde (le moi né de la terre) dans la droiture (la nature supérieure). Se rectifier est une nécessité.**

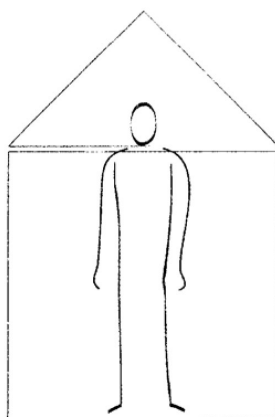
*

* *

TECHNA DU ROUMINA

La techna consiste à se tenir debout dans la présence du champ de vie de l'École.

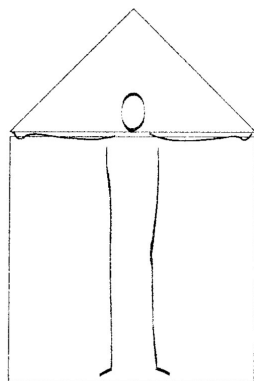
1) Par la pensée et l'imagination, il faut visualiser un triangle posé sur les épaules et un carré sous le triangle. Le carré descend jusqu'aux pieds. Il est posé sur le sol.



Le triangle représente l'intelligence spirituelle. C'est le triangle des invocations. Par son intermédiaire, tu peux appeler des Anges dans ton intelligence. La techna du roumina consiste à prendre une parole de l'Enseignement et à communier avec les Anges qui portent cette parole. Ensuite, il faut faire descendre cette parole jusque dans le corps physique, jusque dans la réalité terrestre. Ainsi, les cellules du corps se transforment. Elles deviennent une avec l'Enseignement. C'est de cette façon qu'est élaboré le corps de l'Enseignement. C'est par le triangle des invocations que tu pourras appeler les Anges et communier avec eux dans ton intelligence en éveil. Par l'intelligence, tu es dans le monde invisible. Le carré des réalisations représente la réalité terrestre, le quotidien.

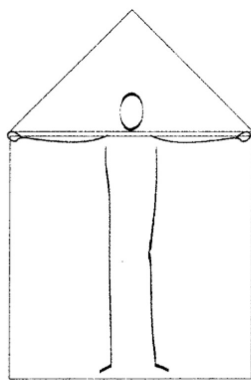
En visualisant cette posture, il te faut vraiment te placer en intelligence et en corps dans le champ de vie pur de l'École de Dieu. Tu es en ce moment même un élève de l'École. Tu dois le penser, le visualiser, le sentir et le vivre. **Dans cet état, prononce la parole que tu veux assimiler.**

2) En élevant les mains sur le côté, les paumes vers le haut, pense que tu sors du royaume des sens externes pour t'élever dans la perception intelligible de l'invisible de la parole. Tu appelles les forces angéliques qui portent cette parole. Par la posture de ton corps, tu leur indiques que tu aspiras à communier avec elles.



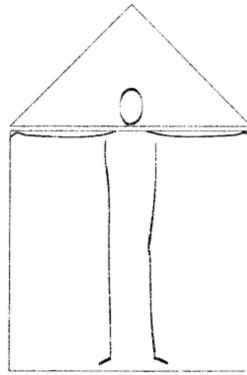
Prononce de nouveau la parole.

3) En tournant tes paumes vers l'avant, tu indiques aux Anges, aux forces créatrices vivantes ta volonté que l'intelligence de la parole descende dans ton cœur et y vive.



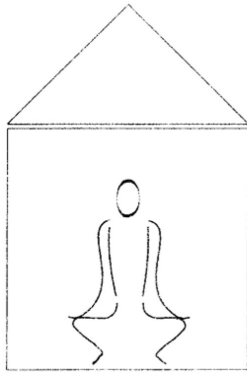
Prononce de nouveau la parole avec la chaleur de la chambre du cœur.

4) En tournant tes paumes vers le sol, tu indiques aux Anges ta volonté que la parole descende jusque dans ta vie quotidienne, qu'elle prenne racine dans ta terre intérieure, qu'elle s'incarne en toi, dans ton corps. C'est une invitation à l'incarnation du Verbe de l'Enseignement à travers ta chair, ton corps.



Prononce de nouveau la parole et visualise-la descendre dans le corps pour le renouveler.

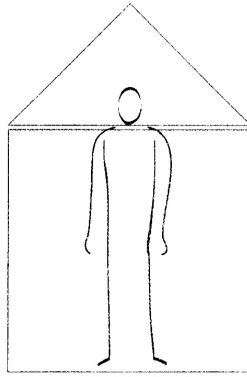
5) Tout en restant concentré, accroupis-toi. Les paumes se posent sur les genoux et se tournent vers le ciel. Le dos est droit et le poids du corps repose sur la pointe des pieds.



Tu es entièrement concentré sur la lumière et sur l'âme de la parole. Tu en imprègnes toutes tes cellules profondément. La force est dans le ventre et la clarté provient de la droiture du dos. **Prononce de nouveau la parole** et laisse-la s'ancrer dans les profondeurs, là où elle peut toucher la bonne terre et vivre par elle-même en toi.

Cette posture permet de chasser les forces sombres et les influences des anges malades. Son pouvoir est augmenté si la langue est tournée dans la bouche de telle façon que la pointe touche le sommet du palais. Bien sûr, au début, la posture peut être difficile à réaliser à cause des tensions dans le corps et de l'équilibre, mais avec de l'entraînement cela s'arrange. Il est fondamental de sentir le ventre, car c'est là que réside la force.

6) Redresse-toi dans la posture initiale et prononce une fois encore la parole de l'Enseignement.



À l'origine, le roumina est une techna visant à réaliser le corps de lumière d'immortalité. Elle repose sur l'Enseignement de l'incarnation du Verbe. Dans le triangle des invocations, il faut penser la parole jusqu'à ce que la pensée se transforme en intelligence vivante. Ensuite, il faut sentir la parole, l'imaginer jusqu'à ce qu'elle acquière une âme de vie. Il faut alors la vivre dans son rayon, l'assimiler, la faire sienne.

Enfin, la parole touche le corps et s'incarne en lui. Alors tu peux dire que le Verbe s'est fait chair. Une partie de ton corps devient le corps de l'Enseignement. **Faire que tout le corps soit dans l'Enseignement est le but de tout élève venant en ce monde.** Le corps physique est alors spiritualisé, il devient un instrument de l'esprit et des mondes supérieurs.

*

* *

Dans la nature vivante, le roumina est porté par l'être de la vache. Cela ne doit pas t'étonner, car pour l'Enseignement, l'homme et la nature ne sont pas séparés. Ce qui vit en toi se retrouve dans la nature et vice-versa. La vache est un être qui connaît les profonds secrets de la terre, de l'alimentation, de la digestion et de la transformation. Pourquoi les anciens ont-ils mis la voie lactée en rapport avec la vache ? Tout simplement parce qu'ils avaient perçu que le corps de la vache a un rapport avec le cosmos et les étoiles. Lorsqu'une vache digère, elle transforme dans son corps des forces terrestres et célestes et elle les rayonne autour d'elle et sous la terre. Elle est comme un soleil pour certains mondes inférieurs.

Tu peux penser à des civilisations comme l'Inde ou l'Égypte qui ont sacralisé la vache et en ont fait une divinité. Tu peux aussi penser à la contre-culture qui a rendu

la vache folle. La vache porte en elle une force mystique qui protège d'une vision exclusivement matérialiste du monde. Elle passe son temps à manger et à digérer. Elle étudie la terre et la transforme dans son propre organisme. Oui, le corps se renouvelle sans cesse, les cellules meurent et renaissent et celui qui comprend ce secret découvre comment se transformer, comment se renouveler. **Il faut enfin comprendre que notre corps doit refléter le cosmos, qu'il doit être imprégné d'invisibilité sacrée.** Alors nos cellules pourront être régénérées dans le corps de lumière.

La vache est un être qui cherche à faire descendre le ciel sur la terre. C'est un hiéroglyphe vivant de l'incarnation du royaume de Dieu. La façon dont la civilisation actuelle la traite est abjecte. C'est là la signature des anges malades qui poussent l'humanité à se détourner de l'intelligence de la nature pour engendrer un monde mécanique et froid. Prends conscience qu'en pratiquant la techna du roumina, tu brises la prison de l'isolement et du faux égoïsme que la contre-culture tente de tisser autour de toi. Il ne s'agit pas de ne penser qu'à son bien-être, mais **il faut aussi penser à celui de toutes les créatures du monde. Tu t'unis de nouveau avec l'être subtil de la vache et tu lui offres ta bénédiction.** Cette bénédiction ne s'arrête pas uniquement à la vache, mais elle touche la terre entière. La façon dont un être regarde le monde agit sur lui et sur le monde. **L'amour est la clé de la vision juste. Aimer Dieu, c'est-à-dire aimer la vie et le mystère en toutes les créatures est la clé de l'amour lui-même.** Oui, il y a une divinité dans la vache au même titre qu'il y a du divin partout. Les technas que t'enseigne l'École sont vivantes, elles émanent de la vie, de la nature, du cosmos. En les pratiquant, tu guéris en toi le monde.

L'importance de l'éveil

Le roumina est un exercice d'éveil et de travail sur soi dans les profondeurs. Il veut nous faire sortir de l'illusion et de l'emprise des rêves. Celui qui ne sait pas qu'il dort ne peut pas se réveiller. Savoir que l'on dort, que l'on rêve et vouloir se réveiller est une clé du roumina. Il permet d'atteindre une conscience supérieure. Il ne s'agit pas de prononcer la parole en somnolant, mais en s'éveillant de l'intérieur. **La parole doit être puissante, elle doit s'imposer et être reçue avec honnêteté et désir profond et sincère de s'éveiller en elle. Dans son essence, l'Enseignement est impersonnel et universel et c'est ainsi qu'il doit être reçu.** Le roumina nous incite à travailler avec les autres et à les inviter en soi. **L'École est une Communauté d'amour d'âmes en éveil.** L'être de la vache peut très bien être invité lors d'un roumina. **L'autre, c'est celui qui nous éveille.**

Le piège de l'auto-justification

Le roumina nécessite un état d'esprit impersonnel, clair, lucide. Le piège est dans l'autojustification. Elle empêche l'énergie d'atteindre les profondeurs et de toucher la terre intérieure. **La justification est une couche de mauvaise herbe qui étouffe la semence de vérité.** Bien sûr, il est parfois utile de se justifier, mais cela ne concerne pas la techna du roumina qui se déroule dans l'amour. Aucune peur ne doit être présente et **il n'est pas utile de se cacher derrière des masques. La parole de sagesse doit descendre dans les profondeurs et traverser toutes les couches pour atteindre le lieu de l'incarnation.**

Les secrets de l'assimilation

Le roumina te parle de nutrition, de digestion et d'assimilation. Les fondements de la vie reposent sur l'échange. Les processus que l'on peut étudier dans la nutrition sont valables pour tous les échanges. **Respirer, sentir, penser, percevoir sont des formes plus subtiles de nutrition.** Si tu ne parviens pas à digérer un aliment et à l'assimiler correctement, tu deviens malade. Il se transforme en toi en poison. Ce processus vaut également pour l'air, pour les expériences, pour les informations et les impressions reçues au cours de la vie quotidienne. Aujourd'hui l'humanité se meurt de toutes les impressions non assimilées. Nous sommes bombardés d'informations vides de sens, d'impressions, de sensations. **Le roumina nous montre comment nous vider de tout ce faux savoir qui tue l'âme et le corps et comment nous orienter vers l'essentiel et le digérer, l'assimiler. C'est absolument fondamental.**

L'Enseignement est une nourriture, un pain de vie. Lui aussi doit se transformer en passant à travers ton organisme. Bien sûr, **l'Enseignement est une nourriture subtile et lumineuse. La nourriture physique doit devenir subtile en passant par le corps. La nourriture subtile doit s'incarner dans la réalité terrestre. Ainsi, les deux formes de nutrition doivent se rejoindre.** Le physique alimente l'énergie, les sentiments, les pensées et le, subtil donne du sens et oriente les pensées vers la sagesse, les sentiments vers l'amour, l'énergie vers la force. **Ainsi, la conscience supérieure peut se manifester et agir. Il s'agit d'une guérison en profondeur.** L'Enseignement cherche à donner du sens et à développer les énergies supérieures. **Le roumina doit être considéré comme un moment privilégié de nutrition, de digestion et d'assimilation. C'est une techna de communion avec le Christ.** Se nourrir, c'est communier, c'est devenir un avec ce

que l'on mange et ce que l'on pense. Communier avec le désordre et la stupidité, c'est devenir un robot.

*« Communier consciemment avec l'Enseignement,
c'est devenir un homme-Christ. »*

La clé de la répétition consciente

Le roumina t'enseigne l'importance de la répétition consciente et de l'éveil au sein de la répétition. Pour assimiler une chose, il est souvent nécessaire de la reproduire souvent. De même que nous mangeons, que nous respirons, que nous dormons régulièrement, il faut entrer dans un rythme de pratique de l'Enseignement et ne pas avoir peur d'étudier les mêmes choses afin de les approfondir. L'Enseignement n'est pas un luxe, c'est une nécessité. La nouveauté se trouve aussi dans la répétition. La répétition lassera celui qui se contente de la superficie. Celui qui cherche à atteindre le cœur y verra un fantastique moyen d'approfondir et d'éveiller l'énergie secrète.

Les échanges conscients

Le roumina t'enseigne la nécessité d'une alimentation correcte, c'est-à-dire d'un échange harmonieux et fructueux avec la vie, les autres, l'environnement, toi-même. Ce que nous mangeons et la façon dont nous mangeons détermine notre destinée. Aujourd'hui l'alimentation affaiblit les humains de façon à ce qu'ils ne puissent plus atteindre et nourrir les centres supérieurs de leur être. Au lieu de les renforcer, l'alimentation empoisonne les humains et les charge de toxines. Il faut en être conscient. Je parle ici de la nourriture, de l'air, des informations, des impressions et des pensées.

Le roumina est une nutrition consciente d'énergie subtile et divine. D'un autre point de vue, l'École préconise le végétarisme et engage ses élèves à être vigilants face aux informations et au faux savoir. Le but est de ne pas surcharger sa destinée de toxines inutiles - karma négatif.

EXEMPLE D'UN ROUMINA

- Place-toi dans le lieu magique et consacré de la sacristie de l'École.
- Tiens-toi debout, droit, comme une colonne de lumière dans le temple du Très-Haut.
- Pense et dis :

*« En tant qu'élève de l'École, j'appelle le champ de vie du Saint-Esprit.
Qu'il m'entoure et me pénètre.
Humblement, j'aspire à étudier l'Enseignement
et à le porter dans ma vie terrestre.
Que les Anges qui guident les humains vers l'ennoblissement
et la lumière fassent apparaître dans l'invisible le triangle des invocations
autour de ma tête et le carré des réalisations autour de mon corps.
Je veux me tenir dans la maison de lumière que le Très-Haut
a préparée pour l'homme dans l'origine. »*

- Élève les mains à l'horizontale, paumes vers le haut.
- Pense, sens et dis :

*« Par le triangle des invocations et par mon intelligence spirituelle,
j'appelle les Anges gardiens du savoir divin
et porteurs de la parole d'Enseignement.
Par votre âme, venez ressusciter mon âme et donner vie à la parole
de l'Enseignement dans le moi né de la terre.
Je vous appelle au nom du Dieu Je-Suis et au nom de son amour. »*

- Prononce la parole :

*« La façon dont un être regarde le monde
agit sur lui et sur le monde. »*

Il s'agit ici d'un exemple. Tu peux prendre toute autre parole de l'Enseignement. Il est tout de même nécessaire de choisir une parole qui porte en elle une essence de méditation.

- Pense et dis :

*« Que cette parole rayonne dans le triangle des invocations,
qu'elle devienne vivante dans ma pensée et se transforme
en lumière dans mon intelligence.*

*Par elle, je vous appelle, ô saints Anges,
afin que vous puissiez entrer dans mon organisme
et y agir conformément à l'École et à la volonté du Je divin. »*

- Tourne les paumes de tes mains vers l'avant.

- Prononce de nouveau la parole :

« La façon dont un être regarde le monde agit sur lui et sur le monde. »

- Pense et dis :

*« Que cette pensée vivante dans ma pensée descende pleine de lumière
dans mon cœur et ma sensibilité.*

*Qu'elle soit la bienvenue et qu'elle se réchauffe
auprès du feu de mon cœur.*

*Qu'elle se transforme en un Soleil du cœur qui rayonne
dans le carré des réalisations. »*

- Tourne les paumes de tes mains vers le sol.

- Prononce de nouveau la parole :

« La façon dont un être regarde le monde agit sur lui et sur le monde. »

- Pense et dis :

*« Pensée de lumière émanant de l'ami des hommes,
descends à travers tout mon être jusqu'à toucher le sol qui me porte.*

Je veux vivre en toi et être toi.

Je veux que tu deviennes vraie en moi.

Prends vie dans mes actes, enracine-toi dans la terre de mon chemin de destinée.

Ma volonté en toi s'anime et se renouvelle. »

- Avec beauté, descends dans la posture du roumina, accroupi sur le sol, la tête pénétrant dans le carré des réalisations.
- Prononce de nouveau la parole :

*« La façon dont un être regarde le monde
agit sur lui et sur le monde. »*

- Pense et dis :

*« Ô saints Anges des hauteurs immaculées,
descendez dans les profondeurs et enracinez-vous en ma terre intérieure
pour y faire naître la lumière du vrai savoir,
de la véritable compréhension et de la vie belle, vraie et juste.
J'aspire moi aussi à porter comme vous la parole d'amour
qui libère le monde de toute fausse obscurité.
Je-Suis. »*

- Redresse-toi dans la posture initiale. Ressens la tête qui entre de nouveau dans le triangle des invocations.
- Prononce la parole à travers le triangle des invocations en l'offrant à tous les élèves de l'École afin de renforcer la lumière, l'amour, la force en eux-mêmes et sur leur chemin.

*« La façon dont un être regarde le monde
agit sur lui et sur le monde.
Je-Suis.*

OM-AMIN-RA. »

Bien aimé(e), la techna du roumina porte en elle tout un savoir et une façon de vivre. Il te faut méditer cet enseignement qui ne t'est confié que sous forme de graine. Le roumina enseigne la patience et établit la confiance profonde. Une fois que la graine est semée dans la bonne terre, le travail se fait naturellement dans les profondeurs. L'éveil des profondeurs va de pair avec celui des hauteurs. Lorsque les hauteurs et les profondeurs se rejoignent, c'est le jour de la célébration des noces. Ce jour viendra, dans cette vie ou dans une autre.

Reçois la bénédiction de l'École dans les hauteurs et dans les profondeurs. Dans le cœur aimant et dans la présence de son Soleil intérieur... joie, paix et encouragements mutuels sur le chemin.