

BULLETIN DE L'ÉGLISE ESSÉNIENNE CHRÉTIENNE DE NOUVELLE AQUITAINE

www.eglise-essenienne-chretienne-nouvelle-aquitaine.fr

Association culturelle loi 1905 déclarée à la préfecture de La Rochelle (17)
et rattachée à l'Eglise Essénienne Chrétienne de France.

Office à Saintes (17):

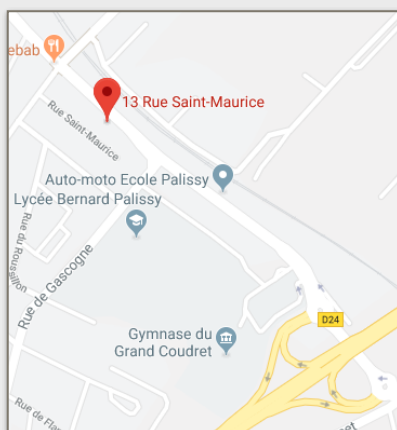
Retrouvez-nous dans la joie et offrez-vous un moment pour vivre avec votre âme en dehors de tout dogme et quelle que soit votre foi :
vous qui cherchez le repos, une parole de réconfort, un sens à votre vie :
joignez-vous à nous !

Rendez-vous à Saintes (17) :

le 6 juin 2021

**au 13 rue St Maurice
17100 SAINTES**

Participation libre, ouvert à tout public.



La méditation essénienne.

La méditation est un art de vivre et un pilier essentiel pour celui qui veut cheminer vers les profondeurs de son être.

Elle permet de sortir du brouhaha de la vie quotidienne pour consacrer un moment de sa vie à ce qui fait l'essence même de l'homme véritable : son lien avec son âme immortelle.

La méditation doit être vécue comme une nécessité aussi importante que de manger ou de respirer. En effet elle nous apporte une nourriture indispensable à notre être véritable : celle de recevoir la lumière, la sagesse de notre âme. Mais aussi elle nous permet comme la respiration de vivre deux états différents de notre être : l'inspire où l'on rentre plus profondément à l'intérieur de soi (le moment de la méditation) et l'expire où notre attention est tournée vers l'extérieur (lors de nos activités profanes)

La méditation est le moment où l'on choisit de s'intéresser au sacré et au divin à l'intérieur de soi. C'est un moment de bonheur, de paix et de joie où l'on retrouve l'être que nous

Office à Pau (64) :

Venez accompagner, soutenir ou découvrir un moment d'âme et recevoir, pour ceux qui le souhaitent, une bénédiction, le :

6 juin 2021
de 10H30 à 12H30
4 rue Rausky
64000 Pau
ou par lien ZOOM

Venez-vous ressourcer, vous poser, vous recueillir, chanter, et vous éveiller en accueillant dans votre cœur des paroles de sagesse et des chants religieux universels issus de la culture animiste.

Contact et renseignements :
Léonor DIEZ 06 153 158 10
(pour participer par ZOOM
une participation aux frais de
5€ est demandée)

Office libre, pour tout public.

Information :

Si vous souhaitez partager ce bulletin, vous abonner gratuitement ou au contraire vous désabonner, merci de nous contacter :

secretariat.eecna@gmail.com

L'abonnement à ce bulletin est gratuit. Ce numéro ne peut être vendu.

Dons :

Nous vous rappelons que les dons versés à notre église sont déductibles à 66% de votre impôt sur le revenu. Informations sur : www.eglise-essenienne-chretienne-nouvelle-aquitaine.fr

sommes de toute éternité. Elle nous donne accès au caché et à la véritable connaissance de soi.

Sa pratique nécessite une méthodologie particulière que chacun peut adapter à ses besoins. Mais il y a certaines règles à connaître afin que la pratique soit efficace.

Il existe plusieurs courants dans l'art de la méditation. Dans la Tradition Essénienne, la méditation est un acte religieux et n'a pas de sens dans une vision dite laïque. Rabaissée à une utilisation « anti-stress » ou pour augmenter les performances au travail, la méditation peut être instrumentalisée et déracinée de sa dimension supérieure. Nous nous attacherons ici à ne parler que de la méditation selon la Tradition Essénienne.

Pré-requis avant la pratique.

Il est souhaitable de disposer d'un lieu tranquille et silencieux ou rien d'extérieur ne peut perturber la concentration. Cela peut être un coin de nature ou une pièce que l'on consacre à cet usage.

Notez que lorsque l'on a la possibilité de méditer dans le même lieu cela le « charge » d'une énergie qui permet de se reconnecter plus facilement au plus profond de soi.

Ensuite il est conseillé de pratiquer la méditation chaque jour à la même heure, faisant ainsi un rythme et une habitude qui rend la pratique plus facile. L'avantage de la pratique comme première activité de la journée fait qu'ensuite le reste de la journée est libéré pour toutes les autres activités. Celui qui choisit un créneau horaire dans la journée, verra souvent ses plans contrariés par d'autres « impératifs » qui s'immisceront dans son emploi du temps ou qui l'éloigneront de son domicile pour sa pratique quotidienne.

Mise en place de la méditation.

Pour commencer il faut apprendre à s'asseoir sur le sol. S'asseoir sur la terre avec amour et conscience est le fondement.

La méditation n'est pas une pratique centrée sur l'activité cérébrale, elle n'est pas une méthode où on l'on se propulse dans le néant. Elle est une pratique où tout le corps participe en étant relié à son environnement.

Se poser sur la terre est la base pour ne pas se déraciner et se « perdre » dans les méandres de l'esprit.

Il faut donc commencer avant toute pratique à conscientiser notre lien avec le sol, avec la terre car c'est elle qui nous porte.

Énergétiquement nous pouvons nous confier à elle car elle sait nous « dépolluer » de toutes les énergies négatives qui encombrant notre vie. Nous pouvons également créer un lien d'affinité avec elle, prendre conscience que la terre est notre « maman » car notre corps est constitué de sa matière. C'est elle qui nous nourrit, nous guérit et nous permet de vivre.

Prendre appui sur elle comme l'arbre le fait avec ses racines puissantes pour élever sa ramure vers le ciel est une bonne approche pour débuter sa concentration.

Dans la Tradition nous voyons que beaucoup de maîtres sont représentés assis sur le sol en croisant les jambes. Ainsi leur coccyx est en contact avec la terre et ils s'éveillent.

Ensuite il faut trouver la posture juste. En fait c'est celle où l'on est le plus à son aise.

Soit sur le sol avec un coussin, les jambes repliées en tailleur, le dos bien droit mais non crispé. Soit sur une chaise mais assis sur le bord, le dos non appuyé sur le dossier afin de trouver le juste équilibre, dans la droiture et sans effort.

La droiture de la colonne vertébrale (sauf déformation pathologique) est la posture qui nous permet d'être en lien subtil avec la vertu de la droiture intérieure connectée avec la terre au-dessous et le soleil au-dessus de nous.

Puis il faut s'exercer à l'immobilité. Celle-ci est indispensable pour rentrer dans l'état de la méditation.

C'est un entraînement car lorsque l'on débute on se rend compte que plein de choses viennent à nous pour nous perturber dans notre volonté d'être immobile : une envie de se gratter, de se racler la gorge... Toutes ses tentatives sont en fait des « êtres subtils » qui vivent dans nos corps invisibles et qui ne veulent pas que nous prenions le contrôle de notre corps physiques. C'est à nous de les « faire taire » par la force de notre volonté en restant immobile. Ainsi progressivement ils disparaîtront car ils verront que c'est nous qui sommes aux commandes de vos corps.

L'immobilité du corps nous permet de rentrer progressivement dans l'immobilité de nos pensées, nos sentiments et nos désirs. Ainsi il est possible de commencer la méditation.

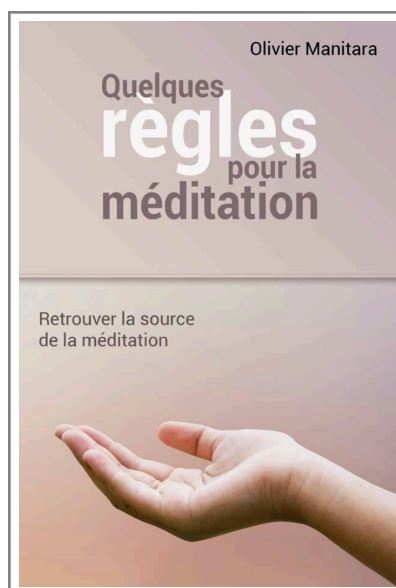
Pratique de la méditation.

Arrivée à ce stade, la méditation peut se pratiquer selon plusieurs méthodes qui dépendent du but recherché.

Certains esséniens pratiquent des méditations guidées afin de développer certains aspects de leur vie intérieure ou ils travaillent sur eux afin de fortifier leurs corps invisibles (terre, eau, air, feu) ou leurs sens subtils.

D'autres aiment particulièrement développer en eux des vertus : la Paix, le Calme, la Tolérance, l'Amour, la Sagesse... Ainsi ils développent un lien particulier avec cette vertu dans ce qu'elle a d'intemporel et d'universel. Par exemple si un essénien développe son lien avec la Paix, ce ne sera pas avec la paix des hommes mais plutôt avec la Paix de Dieu. C'est ainsi que progressivement il approfondira son lien avec l'Ange de la Paix et il deviendra un porteur sur la terre de l'Ange de la Paix.

Il est également possible de pratiquer la méditation afin d'être dans un état de contemplation intérieure et de communier avec



Livre disponible à la boutique essénienne
<https://boutique-essenienne.com>

les mondes supérieurs afin d'être fécondé par eux. C'est un état de grâce où on se relie avec le plus pur et le plus sacré à l'intérieur de soi. Ainsi posé sur la terre, connecté avec notre Mère et conscient du soleil au-dessus, nous libérons notre propre parfum comme l'encens s'envole dans les airs et nous révélons qui nous sommes à l'intérieur de nous : nous devenons une offrande pour le monde divin. Si nos pensées sont belles, pures, en accord avec les vertus des Anges, nous sommes comme une rose qui par son parfum attire le papillon... et l'union mystique peut se réaliser.



Pour terminer je partage avec vous les états de bases de la méditation que j'aime particulièrement pratiquer. Ils se déroulent en 4 phases :

- pour commencer je me concentre sur mon ventre et j'appelle en moi la STABILITÉ. Ainsi je renforce en moi mon « corps de terre ».

- ensuite je me concentre sur ma poitrine et j'appelle en moi l'HARMONIE afin de renforcer et purifier mon « corps d'eau ».
- puis je me concentre sur ma tête en appelant en moi la CLARTÉ pour consolider mon « corps d'air ».

-et enfin je me concentre au-dessus de ma tête et je reste dans le SILENCE afin d'accueillir en moi ce que le plus sacré veut me transmettre en lien avec mon « corps de feu ».

J'espère que ces quelques éléments vous donneront envie de pratiquer la méditation

car elle est la voix royale pour se connaître soi-même et avancer pas à pas sur un chemin d'ennoblissement.

Je vous bénis.

Gérard PETITBOIS

Extrait du psaume 131 de l'Archange Raphaël : « La méditation, clé de la réussite. »

La vie entière de l'homme devrait être une expérience de méditation.

Ce qu'un homme peut expérimenter durant l'exercice de la méditation et de la concentration lui révèle ce que va être toute sa vie.

De tous les côtés, il y a des influences perturbatrices qui n'ont de cesse de vouloir séduire l'homme, l'accaparer, capturer son attention pour finalement le détourner de son but et de sa concentration.

Si l'homme n'est pas éveillé, il passera en ce monde en se faisant distraire, en perdant la mémoire, ne se rappelant plus qui il est ni ce qu'il est venu faire sur la terre.

Bien des hommes se plaignent parce qu'ils n'arrivent pas à vivre leurs rêves et à réaliser une œuvre. Ils ne comprennent pas que la clé se trouve dans la méditation, mais aussi dans le mouvement juste.

Le mouvement, c'est la vie. La vie est universelle. Être en mouvement, c'est être relié à la vie.

Connaissez-vous l'origine du mouvement qui vous anime et vous permet d'être vivants ? Si vous êtes séparés de l'origine du mouvement universel qui anime tout, cela signifie que vous avez perdu votre concentration ; vous êtes décentrés et n'êtes plus dans la méditation. Vous pensez que c'est vous qui bougez, que c'est votre corps, mais si vous pensez ainsi, cela signifie que vous avez chuté dans l'identification au corps.

Si vous pensez que votre vie dépend de vous et que c'est vous qui bougez, c'est que vous êtes attrapés par le côté sombre, qui va vous amener dans son royaume et vous faire adopter ses propres critères : la peur, l'impatience, l'illusion...

Souvent, les hommes n'atteignent pas leurs objectifs parce qu'ils sont dans le mouvement impatient. Ce n'est pas eux qui bougent, c'est l'impatience qui se meut à travers eux. Ils veulent que la réalisation soit presque instantanée, à l'image du monde de l'esprit. Mais ce n'est pas ainsi que fonctionne la matière.

Je vous dis que seul est fort et puissant celui qui est clair et qui demeure connecté à la source de la vie et donc du mouvement à travers sa méditation. Il porte en lui la sérénité et la patience parce qu'il sait que la réalisation dans la matière n'est qu'une conséquence de ce qui est écrit dans des mondes supérieurs.

La puissance est toujours dans les mondes invisibles ; les mondes visibles n'en sont que la conséquence. Ainsi, la réalisation se fera plus ou moins rapidement suivant le contrôle que l'homme a des mondes subtils. C'est pourquoi la vie sur terre doit être conduite par l'intelligence, la délicatesse, la finesse, la douceur, la patience et la maîtrise de soi que confère la méditation.

La patience est la vertu des Dieux, car ils ont su demeurer en harmonie avec la cause première.

La sérénité est une vertu des Anges.

L'indulgence est une vertu supérieure à toutes les forces et influences que les hommes utilisent ordinairement dans leur vie. Or, la plupart des hommes se disent que c'est grâce à la force de la volonté, par la ténacité et la témérité qu'ils réussiront le plus rapidement possible à atteindre leurs objectifs.

La clé est qu'un objectif ne peut être atteint que parce qu'il a été bien pensé et mis en mouvement.

Le mouvement n'est efficace qu'à partir du moment où il n'est que la conséquence d'un monde invisible.

Ce qui doit apparaître dans le visible doit déjà être fait et bien fait dans les mondes subtils de l'intelligence, de la pensée, de l'imagination et de la force.

On reconnaît un sage, un être bienfaisant, un maître au fait qu'il cultive la patience et qu'il est habité par la sérénité intérieure. Il sait que si une réalisation ne s'est pas encore manifestée dans le monde tangible, c'est

parce qu'elle n'a pas été parfaitement conçue et réalisée dans les mondes subtils. Il est sage, patient, il attend de voir la réalisation à travers le mouvement émanant du monde subtil qui fait apparaître les formes.

Tout ce qui est engendré de cette façon, dans la maîtrise de la méditation, en accord avec les mondes invisibles et les lois de la vie et du mouvement universel, dans la patience, l'intelligence sereine et la paix est parfait, contient une âme pure et belle et peut entrer dans l'éternité pour honorer les Dieux de la Lumière.

La Lumière n'est pas honorée par le désordre, la précipitation, l'agitation, la distraction, l'absence de méditation et de maîtrise.

La Lumière aime la plénitude, là où il n'y a aucune faille, car tout a été bien pensé, pesé, mesuré.

Celui qui aspire à engendrer l'œuvre qui ouvre la porte de l'immortalité et permet de faire apparaître le futur et le corps parfaits doit entrer dans le mouvement de la vie et dans l'art de la précision par la patience, la sérénité et la méditation.



Par « méditation », j'entends les 4 fondamentaux de la sagesse essénienne, qui sont l'étude, la dévotion, le rite et l'œuvre. Ainsi, l'intelligence de l'homme deviendra subtile et fine, ses sentiments seront nettoyés et guéris et sa volonté entrera dans le grand mouvement de l'harmonie universelle. Il agira

alors en accord avec ce qui est de toute éternité, avec ce qui doit être dans l'ordre naturel et il ne donnera plus sa force à ce qui engendre le désordre.

Par « patience », je n'entends pas la contre-vertu que les hommes ignorants appellent « patience » et qui consiste à laisser passer le temps, à attendre que les choses se fassent ou ne se fassent pas. La patience n'est pas un désintéret, un laisser-aller, une acceptation passive de la mort, une abdication. Non, c'est une concentration sans faille sur le but à atteindre tout en sachant que la réalisation concrète doit suivre la réalisation subtile.

Pour qu'une œuvre ait une âme, il faut qu'elle existe déjà avant d'exister dans les mondes visibles.

Tant que l'œuvre n'est pas née dans le monde physique, la concentration, la vigilance, la méditation ne doivent pas être abandonnées, car ce sont ces forces invisibles qui permettent d'aboutir.

C'est parce qu'ils ne connaissent pas ces secrets des mondes invisibles, de la méditation et du grand

mouvement de la vie que la majeure partie des hommes n'aboutissent pas dans leurs entreprises. Ils ont une pensée, un désir, une envie et ils lui donnent de la force, de l'énergie, de la nourriture pendant 5 à 10 minutes, puis ils passent à autre chose, pensant que c'est suffisant. Alors le projet n'est pas vivant dans l'autre monde, il n'est pas suffisamment formé, n'a pas assez d'éléments, de force, de nourriture et ne peut donc pas trouver les associés pour toucher la terre et se faire un corps dans le monde visible.

L'important dans une œuvre, c'est la première manifestation tangible, car si le corps est bien formé, il peut grandir et se renforcer. C'est pourquoi, en poursuivant vos buts, vous devez avancer un pas après l'autre, posant chaque étape dans la clarté, la sérénité, la perfection. Plus vous posez des étapes, plus vous vous renforcez et devenez des créateurs de perfection, faisant apparaître la divinité à travers une œuvre belle et vraie.

Si vous ne réalisez pas les étapes de la création dans l'intelligence et la maîtrise des mondes subtils et tangibles, l'imperfection apparaîtra et vous perdrez tous vos moyens de devenir créateurs.

Rien de bon ne se réalise dans la tempête, la précipitation, l'agitation. Tout vient de la grande intelligence, de la sérénité et de l'harmonie.

Les sages savent que rien de bon ne peut apparaître si les Dieux immortels et les mondes invisibles n'ont pas donné leur bénédiction, car pour qu'une œuvre soit positive, elle doit être écrite et accordée avec tous les mondes.

Vous devez apprendre à bouger avec la vie et non pas contre la vie. Vos projets doivent être en harmonie avec le grand mouvement de la vie.

Apprenez à agir avec l'universel et non pas en étant faussement indépendants. Ainsi, vous travaillerez à percevoir ces mondes subtils en vous et autour de vous au moyen de la pensée. Vous purifierez vos cœurs et conduirez votre volonté dans le grand calme. Alors, par la méditation et la concentration parfaites, vous pourrez conduire vers la réalisation tous les projets qui ont été validés par les Anges et qui vivent dans les éthers des égrégores, des génies et des esprits ; vous serez inspirés et vous aurez tous les moyens pour réaliser l'œuvre.

C'est la destinée de chaque homme, de chaque femme venant en ce monde de faire apparaître la Lumière ou les ténèbres et de donner le mouvement de la vie à l'un ou à l'autre.



Compte-rendu de l'office religieux public à Saintes du 4 avril 2021 :

Ce dimanche a été l'occasion de nous réunir et de découvrir un texte écrit par Olivier Manitarra dans son livre « Comment s'entourer de bon symboles ».

Il définissait les sept fonctions des Massalas qui sont, je vous le rappelle, les Cercles d'étude essénien.

Nous nous sommes également retrouvés dans la joie pour chanter en chœur « Da Pacem Essénia » puis « Ange de l'Amour ».

Nous avons terminé à l'unisson par le chant « Ensemble » qui nous met en joie !

Vous pouvez découvrir la vidéo sur Youtube : https://youtu.be/e_v4WnjZcY0