

Les pages de Sihaziz (3 pages)

ΑΩ

Voici quelques Instructions authentiques du Maître Saint Germain. Le but est la Victoire sur la mort dans cette existence, la Victoire de l'Ascension. Le moyen est de se raccorder consciemment à la Présence Suprême de Celui-qui-Est l'Être de ton être. Cet état intérieur doit être reconnu, identifié, entretenu, développé, maintenu. Le mental et le corps sont ici. Voici ce que dit le Maître d'Ascension Saint Germain :

"La première étape vers la maîtrise de vous-même consiste à apaiser toute activité extérieure du mental et du corps."

(Maître Saint Germain, *Les Mystères dévoilés*, p.32, Éditions du Nouveau Monde (Québec) et Publications du Nouveau Monde (France))

Nous allons (prochainement) entrer à l'intérieur de cette Instruction qui, sous son apparente simplicité contient le fondement complet de la pratique permettant de transcender morts et souffrances perpétuelles. Impossible ? Ce mot n'est qu'un concept du mental humain. Nous allons nous expliquer...

(suite en page 2)



<https://sites.google.com/site/maitresaintgermain>

Les pages de Sihaziz (2)



Pratique fondamentale durant la Méditation dans le Cœur
(Référence, "Les Mystères dévoilés", chapitre1)

Adoptez la posture juste de Méditation. Le corps et l'esprit (le mental) doivent être totalement relaxés, calmes, silencieux. L'attention est sur le Centre du Cœur. Pratiquez la Méditation enseignée dans les Instructions d'origine. Vous allez rapidement observer des pensées (discursives) surgir, plus ou moins subtiles.

Observez la pensée ou le ressenti qui se manifeste, mais sans s'y fixer, sans s'y accrocher, sans saisie, comme une vache qui voit passer un train, mais sans réagir, sans juger, sans repousser, sans rejet.

Faites de même. Quand vous faites cela, la pensée va naturellement disparaître d'elle même. C'est une illusion, un mirage. Aussitôt vous vous retrouvez dans cet état clair et lumineux de l'Être, l'état clair et lumineux du Mental Divin. En maintenant cet état, poursuivez paisiblement la Méditation enseignée.

Quand une pensée ou un ressenti se manifeste encore, faites encore de même, sans jugement, sans attachement, sans rejet. Observez les pensées avec détachement, d'une manière neutre et poursuivez la Méditation dans le Cœur. " Je Suis' Lumière - j'aime Ta Lumière".

Cela demande effort, vigilance et persévérance. Au bout de quelques semaines de pratique, le nombre de pensées discursives va diminuer. Une Paix intérieure, mentale, émotionnelle et physique va se développer et s'ancrer toujours plus.

L'état Naturel (lumineux, clair et pur) du Mental Divin va se manifester progressivement plus et mieux dans le mental extérieur.

Dans une autre page, nous parlerons de l'intégration de l'état Naturel du Mental Divin dans le vécu de chaque instant, car cela est nécessaire pour avancer vers la Victoire de l'Ascension dans cette existence-ci.

(Note : ces Instructions sont strictement personnelles. Elles ne doivent pas être transmises à des groupes ou à des personnes qui refusent l'Enseignement d'origine du Maître Saint Germain tel que donné par Godfré Ray King).

<https://sites.google.com/site/maitresaintgermain>

Les pages de Sihaziz (3)



Il est important de comprendre (d'abord intellectuellement puis, par la pratique, effectivement) la différence entre le mental et la Nature du mental.

*Le mental (dans le sens large de *manas*) est l'organe de l'activité de penser, de ressentir et de désirer.*

Les activités du mental sont les activités de l'âme incarnée. Il est le réceptacle de tous les registres karmiques qui font que ces pensées, sentiments, émotions et désirs opèrent dans l'âme de l'individu.

Autrement dit, le mental est contaminé par toutes ces traces, ces gravures, ces registres karmiques. En général, les personnes sont contrôlées par leurs pensées, par leurs désirs, leurs émotions et leurs ressentis qui se manifestent alors en paroles et en actions.

La Nature non contaminée du mental est la Splendeur de notre Corps christique, le Mental Divin. Effectivement, la Nature du mental est pure, parfaite et transcendante.

Ici, le processus de Méditation consiste à ne pas donner prise aux pensées et aux émotions tourbillonnantes ce qui, par la persévérance, permet à la Nature pure et parfaite du Mental (le Corps christique) de se manifester progressivement toujours plus dans la conscience mentale extérieure.

La pratique régulière et soutenue de la Méditation juste est nécessaire pour retrouver - de façon permanente - cet état. C'est pourquoi le Maître Saint Germain a commencé Ses Instructions pratiques par la pratique de la Méditation dans le Cœur, le Cœur étant le siège de la Présence du Suprême "Je Suis" dans le corps physique.

Une autre fois nous parlerons de l'intégration de cette pratique au vécu de chaque instant, Parce que, si on laisse les pensées et les émotions reprendre le contrôle entre les périodes de Méditations, ce serait comme quelqu'un qui se douche 3 fois par jour et ensuite, entre les périodes de douche, va se rouler dans la boue. Évidemment, ce serait totalement insensé et inefficace. Bien sûr, la Méditation doit toujours aller de pair avec les Appels, ainsi que cela est clairement enseigné par le Maître Saint Germain dans Ses instructions authentiques.

<https://sites.google.com/site/maitresaintgermain>