



EXERCICE DE MÉDITATION



MAÎTRE SAINT- GERMAIN

TRAVAIL JOURNALIER EXERCICE DE MÉDITATION (Mystères Dévoilés)

Le premier pas vers le contrôle de soi est l'apaisement de toute activité extérieure dans le mental et le physique.

Employez les exercices de méditation suivants pendant 15 à 30 minutes, le soir avant de vous endormir, et le matin au réveil.

Assurez-vous de n'être nullement dérangé, et après vous être tout à fait calmé, visualisez et sentez votre corps enveloppé dans une, étincelante Lumière Blanche. Pendant les premières cinq minutes, tout en tenant cette image, reconnaissez et sentez intensément la connexion entre la forme extérieure et votre Puissante présence AY AM, et centrez votre attention sur le coeur en le visualisant comme un Soleil d'Or.

La phase suivante est la reconnaissance de : "J'accepte maintenant joyeusement la plénitude de la présence Divine, le pur Christ." Sentez la grande clarté de la Lumière et son intensité dans chaque électron de votre corps pendant au moins 10 minutes.

Terminez la méditation par les Affirmations : "AY AM, Je suis un Enfant de la lumière. J'aime la lumière. Je sers la lumière. Je vis dans la lumière. AY AM Je suis protégé, éclairé, comblé, soutenu par la lumière et je bénis la lumière."

Souvenez toujours : on devient ce sur quoi l'on médite. Dès le réveil, dire le Décret d'Ascension.

DÉCRET D' ASCENSION

"O puissante présence AY AM, Prends mon âme et mon corps sous ton complet commandement. Prépare-moi pour ce à quoi Tu me destines. Je Suis prêt et de bonne volonté. Veille .à ce que je fasse mon ascension dans le présent corps sans passer par le changement appelé mort"

Contrôle que je réalise la perfection que tu exiges. Que Ta grande sagesse me guide en toutes choses. Concernant mon Ascension, que ton amour soit le pouvoir dirigeant. veille à ce que je serve dans la pleine mesure de Tes Capacités en tout ce que Ta sagesse requiert.

Je Te remercie, tout est accompli!"

TUBE DE LUMIÈRE

"O Puissante Présence AY AM, enveloppe-moi dans mon Puissant Tube Magique Électronique de Substance Lumineuse des Maîtres Ascensionnés. Rends -Le si Puissant qu'aucune création humaine ne puisse le pénétrer. veille qu'Il me tienne invisible, invincible et invulnérable à tout, sauf à Ta Toute -Puissante Perfection, et rends-moi infiniment réceptif envers Toi, Bien -Aimée Présence AY AM !"

visualisation : Faite l'Appel du Tube de Lumière, en visualisant ce Tube descendant des Mains de la puissante présence AY AN (le soi Divin) qui se trouve à 5 mètres au- dessus du corps physique, voyez ce Tube épais de 30 centimètres, se formant à l'extérieur des bras étendus horizontalement.

Fermez ce Tube sous les pieds.

FLAMME VIOLETTE

"O puissante présence AY AM, embrase-moi par la flamme Violette consumante : pouvoir purificateur de l'Amour Divin dans Son action puissante et dynamique. Consume à jamais cause, effet, enregistrement et souvenir de tout concept, désir et sentiments humains ainsi que toute erreur dont le moi humain est responsable. Remplace cela par la substance Électronique des maîtres Ascensionné: Lumière, Amour, Pureté et perfection. Maintiens ta Souveraineté en mon être.

Je te remercie, tout est accompli !"

visualisation : visualisez-vous comme sur un disque de Flamme violette, remplissant tout l'intérieur du Tube de Lumière, sentez la Flamme pénétrant les os, la chair, le corps de désir, le corps mental inférieur, le corps éthérique, et montant jusqu'à 2 mètres au dessus de la tête. sentez la Flamme dissolvant, consumant toute impureté, tout ce qui n'est pas Divin.

Puis, Remplissez le tube de Lumière par la substance d' OF descendant des Mains de la Puissante Présence AY AM.

ces diverses visualisations doivent durer de 5 à 10 minutes suivant possibilité. Plus tard, lorsqu'on a bien établi ce qui précède, on ajoute le "mur de Flamme Bleue".

MANTRA DE LA FLAMME VIOLETTE

(Le Mantras de la Flamme violette se pratique à longueur de journée.)

" AY AM, Je suis la Loi cosmique miraculeuse du pardon et la flamme Violette consommant toute action inharmonieuse et tout concept humain."

(Le Mantra pour autrui se dit au moins 3 fois, matin et soir, pour chaque personne, en disant le nom de la personne.) "AY AM" DIEU en action est l'unique intelligence et activité contrôlant ce cher frère (ou soeur) DÉCLARATIONS SUR "AY AM"

Les déclarations+ Sur " AY AN" doivent être profondément méditées

"AY AM" est l'Activité Plénière de DIEU

Je suis cette activité

"AY AM" est DIEU en action dans la la conscience cosmique et individuelle

Je Suis cette conscience

"AY AM" est l'unique Réalité Visible et invisible

Je suis cette Réalité

"AY AM" est le verbe créateur

Je suis ce verbe."

toutes les visualisations et récitations doivent être faites au moins matin et soir, et si possible au milieu de la journée.

APPEL DE L' ARCHANGE MICHAEL .

" Puissante présence AY AM et grands êtres cosmiques, dirigez-moi vers la situation où je puis donner mon parfait service, et veillez que j'y sois comblé de l'abondance Divine.

Tenez-moi dans Votre radiation jusqu'au moment où votre lumière aura tout préparé et gouvernez les circonstances afin de m'amener naturellement au but."

AFFIRMATION DU VEILLEUR SILENCIEUX

"le Feu Sacré de l'Amour Divin ne faillit jamais à dissoudre et consumer ce qui ne Lui est pas semblable."

AFFIRMATION DE SAINT- GERMAIN

"puissant AY AM, charge mon corps mental supérieur de m'élever dans l'Ascension dans cette incorporation ."

"AY AM, Je suis le pouvoir du complet et permanent contrôle de moi-même."

DIRECTIVES PRATIQUES POUR L' HARMONIE DANS LE CORPS PHYSIQUE

1. Boire un verre d'eau pure chargée, chaque matin, en employant cette Formule Sacrée : (debout, main gauche en l'air , paume vers le haut main droite, paume et doigts vers le verre d'eau)

"AY AM, Je suis la présence qui charge cette eau avec l'essence de Vie, que j'absorbe, et qui renouvelle mon corps dans une parfaite santé, une éternelle jeunesse et beauté.

AY AM, ceci est de La Lumière électronique cosmique liquide x3)

AY AM, ceci est l'essence de Vie de Jésus- Christ Ascensionné que j'absorbe." x3)

2. Debout, main gauche en l'air, paume vers le haut, passer plusieurs fois la main droite sur l'abdomen, en remontant de l'aîne gauche vers la ceinture et descendant vers l'aîne droite, en

visualisant l'Energie Électronique Bleue sortant des doigts, et qui normalise le travail du tube digestif, par la Radiation de l'Amour Divin.

3. Substances qui doivent être éliminées par ordre d'importance : stupéfiants, narcotiques, alcool, tabac, viandes et poissons, ail, oignons; il ne faut pas faire usage de sel, ni de sucre; pas de café ou thé forts.

4. Bénédiction de la nourriture (avant chaque repas) "O puissante Présence AY AM, accepte cette nourriture, transmutes-la par le pouvoir de Ta flamme Violette et charge-la de l'Essence de Vie par Ta flamme Or. Fais que ces aliments perfectionnent nos corps à l'instant même, et donne-nous l'Ascension dans cette incorporation sans passer par le changement appelé mort".

Bien -Aîné Maha-Choan et grands êtres qui dirigez les pouvoirs de la Nature, tous les Êtres des Éléments, vous, nos Frères et soeurs qui avez coopéré à la production de ces aliments, nous vous aimons, nous vous remercions et nous vous bénissons.

Bien-aimée Présence AY AM, permet que tous les Êtres aient un repas aussi bon que le nôtre ou meilleur s'ils le désirent, qu'ils reconnaissent que tu es le donateur, et, donne à tous la victoire de l'Ascension, dans cette Vie même sans passer par le changement appelé mort".

Merci, c'est accompli! LA SANTÉ "O puissante AY AM, ceci est ton corps !

Prends-en complètement possession! Remplis-le de ton courant d'énergie purificatrice! Chasse tout ce qui n'est pas ta perfection et charge-le de l'essence de vie divine qui est la parfaite santé. Maintiens ton contrôle en moi et mon entourage. Veille à ce que je ne permette à aucune discorde ou imperfection de disqualifier ta parfaite Énergie. J'accepte la manifestation instantanée. Je Te remercie et Te bénis." Voir également les " Techniques de respirations" dans les Instructions Fondamentales".

EMPLOI DES DIVERSES FLAMMES

Passe la Flamme Violette en nous! (3 fois)

O puissant AY AM!

Passe la Flamme Violette en nous! 3 fois)

AY AM, donne ton commandement!

Passe la Flamme Violette en nous! (3 fois)

AY AM, augmente son action!

Passe la Flamme Violette en nous! (3 fois)

AY AM, avec Amour, Sagesse et Pouvoir! Employer la même formule en remplaçant le verbe

Passe, par les autres verbes suivants :

Pénètre - Envoie - Force - Charge - Diffuse - Ancre Garde - Fais vibrer - Fais exploser - Fais bouillonner - Fais tourner - La même formule peut être employée pour :

L'éclair Cosmique Bleu de la pureté cosmique, du Christ Cosmique des Dix Mille Soleils. La Flamme Bleue (Pureté)

La Flamme Or (Conscience Christique)

La Flamme rose (Amour Divin - Compassion)

La Flamme Pourpre (Sagesse)

La Flamme Verte (Opulence Divine)

Le feu blanc (Sceau de Protection) " AY AM, Je suis la puissante Flamme Consumante qui, maintenant et à jamais, consume toute erreur passée ou présente, cause, effet, enregistrement et souvenir et toute création indésirable dont le moi extérieur est responsable.

LIBÉRATION DES ÊTRES DES ÉLÉMENTS AY AM, Je suis la Loi Cosmique que

Victorieuse, activité contrôlant tous les pouvoirs de la nature et les êtres des éléments par la flamme Violette.

AY AM, j'ordonne que le pouvoir magnétique de l'amour Miraculeux du grand Soleil central et la flamme Violette les pénètrent, les libérant à jamais!

O Puissant AY AM, enveloppe les gnomes, les salamandres, les sylphes , les Ondines et tous les Êtres des Éléments, ainsi que les grands Êtres qui les dirigent, dans la flamme d'Amour de ton coeur!

Copyright © 2008 – L' ASCENSION PLANÉTAIRE - Tous droits réservés

Source: <http://www.ascensionplanetaire.com/>

