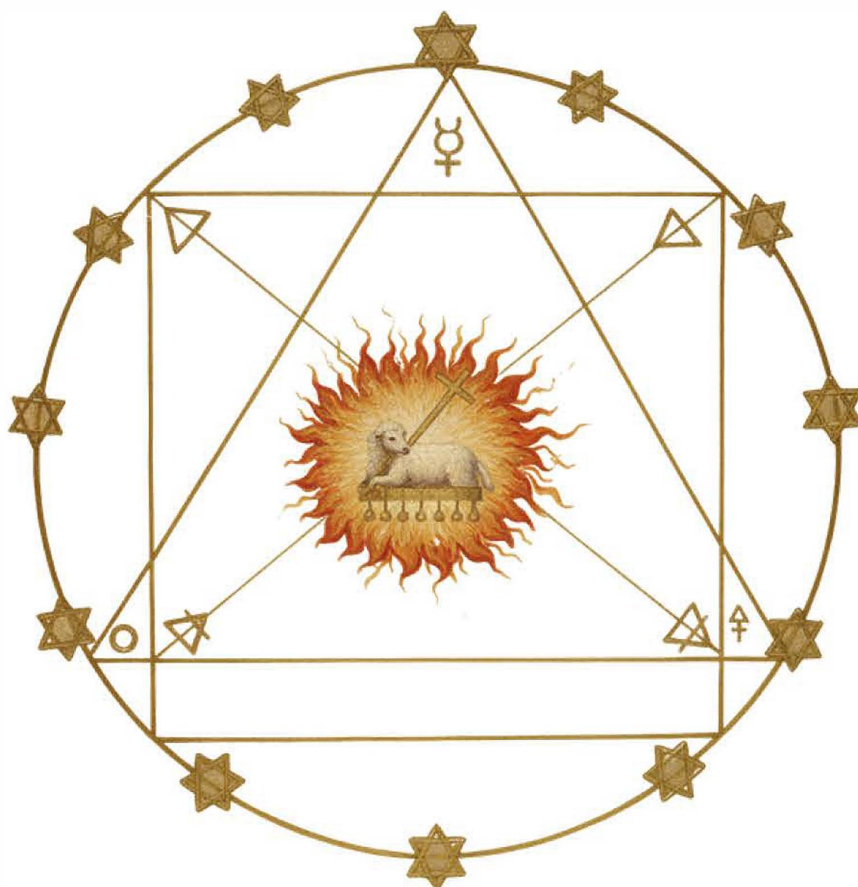


ÉCOLE DE VIE ET D'ESPRIT D'OLIVIER MANITARA

L'ENCEINTE SACRÉE DU CHAMP DE VIE
DE L'ÉCOLE

Cahier 3

EXERCICE DE L'UNION



Issue de la Tradition de St Jean, l'église secrète du Christ



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 Manitarà.

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.

C'est le fondement qui soutient tout l'édifice.

Ces cahiers sont le fondement.

Qu'il soit solide et stable, c'est notre principale préoccupation.

Puisse-t-elle devenir la vôtre également.

BONNE ÉTUDE !

Exercice de l'union

Première partie :

En toute conscience, entre dans l'enceinte sacrée et pure du champ de vie de l'École. Place-toi dans une position du corps confortable et détendue. Le dos doit être maintenu droit mais non crispé afin que les énergies subtiles du corps éthérique puissent librement circuler pendant la durée de l'exercice.

Entre dans un état intérieur de calme, de tranquillité, de repos dans la sphère de tes pensées, de tes sentiments et de tes souhaits-désirs. Prends juste conscience de l'air qui entre et sort de toi. Deviens l'observateur attentif du processus et éveille-toi dans le fait que c'est le champ de vie de l'École que tu inspires et expires. N'y mets aucune volonté de ta part, accepte simplement l'idée et laisse-la devenir réelle par elle-même.

Tout autour de toi devient pur, clair, harmonie, sacré...

Reste ainsi le temps que tu juges nécessaire mais sans effort prononcé.

Peut-être une légère tension peut se faire sentir au cours de cet exercice car c'est la personnalité profonde qui n'est pas habituée à cette nouvelle vibration et qui réagit. C'est pourquoi, il ne faut pas le pratiquer trop longtemps.

Deuxième partie :

Après t'être préparé comme dans la première partie, concentre-toi plus particulièrement sur l'air qui entre et sort de toi.

L'air entre par le nez, il descend vers le bas jusqu'à toucher le ventre : prends conscience.

L'air sort du ventre, remonte vers le haut, sort du nez et se fond dans le Tout : prends conscience.

L'air sort du Tout et touche le ventre : prends conscience.

L'air sort du ventre et retourne dans le Tout : prends conscience.

Ressens en toi et tout autour de toi le calme, la paix et l'harmonie. L'air entre en toi, touche le ventre et tu penses : séparativité.

L'air sort de toi, rejoint le Tout et tu penses : unité.

L'air entre, touche le ventre et tu apparais dans la conscience du moi séparé des autres.

L'air sort, se fond dans le Tout et tu apparais dans l'essence de la conscience : ton être universel.

Reste quelques instants dans la respiration libre, calme, détendue. Rends ces pensées vivantes et profondément ressenties.

L'air entre en toi, touche le ventre et tu te ressens dans ta personnalité visible et invisible comme une graine plantée en terre.

L'air sort de toi, s'élève vers la source et tu t'éveilles dans ton Arbre de vie éternel.

Dans le silence et la douceur du champ de vie de l'École, laisse le souffle tisser un lien de lumière entre la manifestation de ta personne terrestre et la réalité de ton esprit divin universel.

Tu es cela.

Clôture ton travail par la parole :

*« Ange de l'Air, je te remercie et te bénis.
Je veux, avec une nouvelle force et une nouvelle joie,
œuvrer à l'unisson avec toi pour le bien de tous les êtres.
Amin. »*

4 - Lorsque tu es seul dans une pièce, prends l'habitude de ressentir l'air qui t'entoure, sa qualité, sa vibration. Regarde aussi la qualité de ton espace intérieur.

Inspire et expire profondément avec douceur, sans aucune tension mais avec gratitude et conscience. En même temps, pense au champ de vie de l'École et rends-le présent dans l'atmosphère qui t'entoure.

Tu peux alors ressentir le calme, la clarté et la communion avec tous les Frères et Sœurs qui aspirent à former sur la terre le temple du Très-Haut, le corps du Christ.

Tu restes dans cette ambiance lumineuse quelques instants avec l'idée de donner de la force à ce champ de vie en toi et en ouvrant toutes les cellules de ton être à sa présence magique. Au cours de ce bref moment, peut-être une vision, un sentiment, une idée peuvent se refléter sur l'écran de ta conscience, comme un arbre, le ciel étoilé, l'océan, une coupe, un château, un visage... C'est une image clé qui t'est transmise pour t'unir plus facilement avec le champ de vie de l'École.

Il te faut vivre de l'intérieur cette image.

5 - Par une belle journée ensoleillée et sans nuage, observe le ciel bleu tout en prenant conscience de l'air autour de toi et en toi.

Contemple le ciel bleu, abandonne-toi en lui et laisse ton corps d'imagination prendre sa forme.

Porte ton attention sur tes yeux, sur ta faculté de voir et sur la substance de l'air qui porte la vision.

Laisse apparaître à ta conscience la lumière, la clarté qui te permet de discerner et de comprendre les couleurs, les formes, les choses et les êtres.

Laisse cette lumière être présente en toi et autour de toi et pense au champ de vie de l'École en laissant l'union subtile s'opérer.

Clôture l'exercice par la parole sincère :

« Ange de l'Air, je te remercie et te bénis. »

Tu peux pratiquer le même exercice avec la couleur verte répandue partout dans la nature au mois de Mai.

6 - La prochaine fois que tu te promèneras dans la nature, que tu marcheras tranquillement sur un chemin, prends alors le temps de réfléchir sur cette idée, laisse-la te visiter, te parler et contente-toi de l'observer :

*« Le monde est le reflet d'une intelligence parfaite,
la vie a un sens, il y a un ordre, un équilibre,
une loi d'harmonie qui dirige tout. »*

Invite en toi cette idée et rends-la présente en ta perception jusqu'à ce que tu puisses vivre cette expérience profonde et peut-être mystique :

*« L'École de lumière dirige tous les êtres vers le meilleur, l'évolution, le bien,
l'épanouissement. Lorsque je me tiens dans son aura,
lorsque sa présence magique m'entoure : tout est bien. »*

Alors tu peux vivre cette expérience de découvrir avec force que la vie a un sens, que tout en elle reflète une intelligence cosmique, universelle qui dépasse de loin l'intelligence de l'homme...

Tu peux saisir la bonté cachée derrière chaque chose, chaque événement plaisant ou déplaisant, car il parle à ton âme et te conduit en avant...

C'est ainsi que tu entres d'une façon puissante dans le champ de vie de l'École et si tu es suffisamment attentif, tu peux sentir sa douce présence protectrice autour de toi

et même découvrir qu'il a toujours été avec toi comme ton meilleur ami, comme une conscience plus haute de toi-même qui t'a toujours conseillé et instruit dans le silence et c'est encore elle qui maintenant te montre la grande réalité de l'École de vie et de son intelligence cosmique.

Mon ami(e), sache que tu peux accomplir cet exercice en contemplant le ciel étoilé et en dirigeant de la même façon ta pensée et ton cœur vers l'ordre céleste et son intelligence cosmique. C'est là un des exercices les plus puissants pour entrer dans l'enceinte sacrée et pure du champ de vie de l'École des mystères initiatiques divins.

Je te souhaite tout le courage nécessaire pour accomplir tout ce travail.