

## Faire l'unité entre la réalité humaine et la réalité divine

"Nous allons vous faire faire un exercice important.

Visualisez du mieux possible votre forme humaine, allongée sur un lit ou debout face à vous-mêmes. Faites-le de la façon la plus facile pour vous.

Lorsque cette image est bien présente dans votre conscience, pénétrez à l'intérieur de vous. Imaginez qu'il s'y trouve une merveilleuse pièce, extrêmement lumineuse. Dans cette pièce, se tient une autre partie de vous-mêmes, la partie la plus sacrée, la plus merveilleuse, l'Etre Divin en vous. Vous voyez donc un autre être. Percevez-le plus petit pour faciliter l'exercice. Peu importe la forme que vous lui donnez, mais donnez-lui tout de même celle de votre corps miniaturisé, mais pas forcément votre image.

Cet être est en sommeil, pourtant il commence à rayonner de la lumière, mais votre conscience humaine a mis beaucoup de voiles entre lui et vous. Maintenant il est temps d'enlever tous ces voiles.

Votre conscience humaine se trouve auprès de lui dans cette pièce merveilleuse. Vous allez tout doucement dire et même répéter à l'autre vous-même, à cet être merveilleux, à quel point vous l'aimez, à quel point vous désirez qu'il s'éveille et qu'il rayonne cette immense Lumière.

...

Faites-le plusieurs fois et essayez de le ressentir, de le percevoir, essayez d'unir votre conscience humaine à l'immense énergie de Lumière et d'Amour de votre Etre Divin.

...

Petit à petit, vous voyez-le « Je Suis » qui est en vous grandir, rayonner de plus en plus. Bientôt sa lumière vous éblouit, son Amour vous submerge. Bientôt cet être extraordinaire, ce « Je Suis » va dépasser la grandeur de votre corps physique. Plus il grandit, plus il rayonne sa puissance, son Amour, sa sagesse.

Il rayonne totalement tout votre corps physique, puis son rayonnement va bien au-delà. Il projette sa lumière et son Amour vers toute vie. Il s'unit à toute vie. Votre conscience humaine est totalement absorbée dans cet immense Amour, dans cette immense lumière. Vous ne faites plus qu'un avec le « je suis ».

...

Enfin recevez en échange de cet immense Amour que vous rayonnez tout l'Amour de toutes les autres parties Divines vivant sur votre monde et dans l'Univers. C'est la communion éternelle des « Je Suis ».

Méditez pendant quelques instants dans l'unité parfaite de votre réalité humaine et de votre réalité Divine. Il y a fusion totale avec vous-même, avec le Tout. Nulle séparation n'existe, vous êtes dans le Tout, vous êtes le Tout.

...

Lorsque vous êtes en méditation, ou même en activité, essayez d'aller retrouver le plus souvent possible votre « Je Suis », cet être merveilleux, cette partie Divine, cet être de Lumière et d'Amour afin qu'il s'éveille définitivement en vous et que vous puissiez rayonner sa présence, et afin que votre conscience humaine et votre conscience Divine ne puissent faire qu'un seul et unique être dans la perfection de l'Amour".

