

## 10. La permission d'avoir et la prière de dévouement

### La permission d'avoir

Aujourd'hui, nous aurons une leçon sur le sujet de l'art d'avoir et de recevoir.

Tout notre développement spirituel dépend de notre capacité de recevoir. C'est une réceptivité active, dans le sens que nous nous ouvrons à notre source spirituelle, notre soi supérieur, notre soleil et à tous les renseignements qui nous sont donnés par les Guides, les Maîtres, les anges et par l'Être Suprême. Nous devons entreprendre des démarches depuis notre conscience de tous les jours, pour établir une connexion sensée avec l'essence créative la plus élevée.

La plupart de nos méditations sont une manière de devenir conscient des choses qui sont déjà là. Sois ouvert pour tout le bien qui existe pour toi, en bref: recevoir, c'est la clef!

### Préparation

1. Ferme les yeux, respire lentement et profondément, sois au milieu de la tête.
2. Installe une grande racine et évacue les énergies indésirables de ton corps.
3. Tire ton aura serrée autour de toi, et nettoie-le. Fais l'aura complètement de toi: tous les idées, expectations ou jugements des autres, qui te limitent d'être toi-même, sont pris par un vent nettoyant.
4. Laisse l'énergie de ton soleil entrer dans l'aura et le corps.
5. Nettoie la pièce par l'évacuation des énergies difficiles, par la racine de la pièce. Pose la dans une énergie en or.
6. Teste ta neutralité, par une grande vague qui passe sans aucune résistance.
7. Laisse couler les énergies du ciel et de la terre et trouve l'équilibre entre les deux.
8. Ouvre les centres des pieds et des mains et laisse couler de l'énergie par les jambes et les bras.
9. Ouvre les centres du corps, nettoie-les, et pose chacun dans sa propre couleur.
10. Visualise ton sanctuaire et entre, va à la rencontre de ton Guide Intérieur, demande-lui de te guider dans toutes les circonstances.

### Le compteur

Pose devant toi un compteur avec une échelle de 1 à 100 et une aiguille. Ce compteur indique ta capacité d'avoir et de recevoir.

Quand l'aiguille se trouve à zéro, tu ne te permets rien, à 100, tu te permets tout ce que tu peux imaginer.

Laisse l'aiguille monter jusqu' au pourcentage appartenant à toi en cet instant. A quel nombre l'aiguille s'arrête? Dis hello à ce nombre.

Maintenant tu vas augmenter le compteur avec 5 pour cent. Quand tu le fais avec des petits pas, il va mieux, tu peux intégrer plus facile le changement dans ta vie.

Nettoie la partie du compteur qui résiste à l'augmentation de ta permission d'avoir.

Pourquoi est-il difficile de laisser monter le compteur? Observe l'obstacle. Ils peuvent être des images qui disent que tu ne mérites pas plus, qui bloquent ta capacité de recevoir.

Tu pourrais apercevoir ces images comme une vraie image, mais aussi comme une énergie d'une couleur foncée, un symbole, une émotion, une pensée, ou une voix qui parle.

Quoi qu'il en soit, laisse les images se déplacer vers une rose qui se trouve au pied du compteur, laisse-la assimiler tes limitations et les transformer, par une grande explosion.

L'énergie libérée monte vers ton soleil. Remplis l'espace sur le compteur d'où sont venu les limitations, avec de la lumière de cette transformation, et augmente ta capacité de recevoir avec 5 pour cent.

Quand le compteur te permet de monter encore un peu plus, c'est aussi bien.

Observe le compteur et inscris la date d'aujourd'hui dessus, donne le compteur une petite racine en or, et enracine toi-même aussi en or, la couleur d'abondance.

Et finis la transe.

## L'arbre

Reprends ta transe, avec une respiration lente, laisse couler les énergies.

Imagine-toi maintenant que tu es un arbre. Sens comment les racines entrent dans la terre, sens comment les branches se développent depuis le tronc. Vois les feuilles vertes et entends comment elles bruissent et frémissent, sens toi-même fort comme cet arbre.

Regarde autour de toi, vois le paysage paisible et calme, le paysage dans lequel se trouve ton arbre.

Quoi comme arbre es-tu? Et quelle sorte de paysage est autour? Il y a des sons?

Sens la chaleur du soleil sur les feuilles et les branches.

Imagine que toutes les énergies qui sont disponibles pour toi ou que tu as abandonnées quelque part, se transforment en petits oiseaux chanteurs qui se retournent volontiers vers toi. Ils se posent sur les branches et chantent leurs chansons. Écoute leur chant joyeux. Sois joyeux avec eux.

Tous les oiseaux dans ton arbre font partie maintenant de ta propre énergie vitale. Sens comment ton énergie est devenue plus gaie, laisse la gaieté remplir toute ton aura et tout ton corps.

Quand tu es devenu plus léger et plus heureux qu'avant, finis la méditation.

## La rose guérissant

Reprends la transe. Laisse couler tes énergies, sens la racine.

Et laisse apparaître devant toi une rose. Quelle couleur a-t-elle? Dis hello à la rose, et laisse l'énergie de ton soleil envelopper la rose.

Fais la connaissance avec elle, elle est une amie, venue pour t'aider avec le nettoyage de ton aura. Invite la rose d'entrer ton aura. Et demande-lui d'absorber toutes les énergies dont tu voudrais te débarrasser. Regarde comment la rose mange toutes les pièces d'énergie sombre. Vois comment la rose transforme des choses lourdes en choses légères. Voie comment la rose caresse les endroits avec une énergie douloureuse, ainsi les transformant en bonheur.

La rose t'aide à devenir qui tu es: un être plein de lumière, libre et amoureux.

Sois au centre de ta tête et accepte ce que la rose fait pour toi.

Quand tu as l'idée que la rose a fini sa tâche pour cet instant, laisse-la aller vers la limite de ton aura, et après disparaître complètement.

À chaque instant que tu penses que la rose pourrait être utile pour toi, invite-la de revenir et de t'aider.

Sois au milieu de ta tête, garde ton aura bien serrée autour de toi, donne-lui une couleur que tu aimes. Sens ton soleil et finis la méditation.

## Recevoir une racine

Reprends la transe.

Demande au centre de la terre de t'envoyer vers le haut une corde d'enracinement, qui est parfaitement adaptée à toi. Laisse monter cette corde jusqu'à ce qu'elle soit arrivée entre tes fesses. Laisse-la simplement arriver.

Observe quelle surprise la terre t'a donné. Une meilleure racine qu'avant? Que symbolise ce changement pour toi ? Dis un grand merci à la terre. Donne-lui un cadeau, quel cadeau tu voudrais donner à la terre?

Et finis la transe.

## La prière de dévouement. L'Être Suprême est le chef

Nous sommes venus au dernier sujet de la préparation pour faciliter notre spiritualité.

C'est la formulation de la bonne volonté de s'ouvrir pour l'Être Suprême. C'est seulement avec cette dévotion que nous pouvons travailler bien inspirés et sans soucis.

Chacun exprime cette dévotion avec ses propres mots. Nous le faisons dans une transe, pour trouver les meilleurs mots.

Ferme les yeux, respire lentement et profondément, sois bien enraciné et bien au milieu de la tête. Formule maintenant la prière de ton ouverture et de ta dévotion à l'Être Suprême. Garde cette prière dans ton cœur, à exprimer quand tu en as besoin. Ferme les centres jusqu'à ce qu'ils soient bien protégés. Et finis la méditation en te penchant.

## Exercices

Essaie de faire attention aux images à neutraliser, ils sont là, partout et tout le temps. Accommode-toi à apercevoir des images chargées. Fais attention aux changements dans tes émotions, tes sensations, tes sentiments et tes intuitions. Essaie de comprendre quelle circonstance cause les changements de mine. Est-il plutôt toi qui est touché, ou est-il l'énergie d'une autre personne qui te donne ces impressions? Ajoute la prière de dévotion à ta préparation pour la méditation spirituelle, en onzième position. Avec cette prière, la préparation est complète et reste comme ça pendant tout le cours. Et pendant tous les instants d'après, quand tu voudrais travailler spirituellement.