

*MANI Tara*

REDEVIENS  
LE MAÎTRE DE TA VIE  
INTÉRIEURE



LA MÈRE ENSEIGNE  
LE RÉEL CHEMIN DE LA LIBERTÉ

ISBN : 978-1-68453-655-9

© Copyright Olivier Manitara 2023.  
Tous droits réservés pour le monde (textes et sceaux).

© Copyright Annonciation International LLC 2023.  
Tous droits réservés pour le monde (mise en page et concept).

Première édition.

ANNONCIATION INTERNATIONAL LLC  
300 Emerson DR NW  
Palm Bay, FL, 32907 USA



Réalisé avec la participation de l'Ordre des Hiérogrammates.

[www.Esseniens.org](http://www.Esseniens.org)



REDEVIENS LE MAÎTRE  
DE TA VIE INTÉRIEURE

Remerciements à ceux qui ont participé  
à l'élaboration de ce livre.

ŒUVRE ORIGINALE

ManiTara

COORDINATION

RÉDACTION

RÉVISION

MISE EN PAGE

Ordre des Hiéogrammates

## SOMMAIRE

• Avant-propos .....	7
• Retrouver sa destinée et avoir le goût de la vivre pleinement .....	13
• Allégez-vous .....	19
• Cultive en toi l'équilibre .....	27
• Redevenez les maîtres de votre vie intérieure .....	35
• Le respect est vraiment la bonne éducation .....	43
• Sois un opportuniste de la vie .....	49
• Tes mains sont ton intelligence et ta réalité .....	55
• Sois dans la connaissance de la vie et de son intelligence parfaite .....	61
• Le réel chemin de la liberté .....	69
• Pour approfondir .....	107
• Les Esséniens aujourd'hui .....	117
• Pour participer à l'œuvre des Esséniens... ..	119





## AVANT-PROPOS

**L**a Nation Essénienne est une œuvre divine, elle appartient à Dieu. Son rôle est unique et précieux sur la terre. Héritière d'une tradition ancestrale de plusieurs milliers d'années dont l'origine remonte au père fondateur Énoch, elle porte le sceau vivant de l'alliance avec le monde divin à une époque cruciale pour le devenir de l'humanité.

Par son fondateur, Olivier Manitarà, puis à travers la transmission vivante à un collège de prêtres initiés, l'Ordre des Manitarà, les mondes supérieurs s'adressent à la Nation Essénienne, l'orientent et la guident pour l'accomplissement d'une œuvre divine sans précédent. Cette œuvre se pose et s'inscrit d'une manière vivante, étape par étape, au fur et à mesure des réalisations, sans qu'aucun homme ne sache quel sera son ultime aboutissement pour l'humanité et la terre. Une nation de prêtres et de prêtresses, un

peuple d'âmes dans tous les peuples s'est ainsi levé et se révèle comme étant le porteur d'une précieuse mission.

À travers cette nation, qui est un corps pour un monde supérieur, l'alliance avec le monde divin est maintenue vivante par des prêtres consacrés qui vivifient chaque jour les cultes de la terre, de l'eau, de l'air et du feu dans des Villages Esséniens.

Des enseignements d'une grande richesse ont été transmis en abondance, des clés majeures de compréhension et de transformation continuent d'être apportées non seulement pour celles et ceux qui reçoivent ces enseignements, mais aussi et surtout pour que les générations futures aient devant elles un chemin ouvert.

À partir de la volonté déterminée de quelques hommes et femmes de se tourner vers les mondes supérieurs, une œuvre fondamentale pour le devenir du monde continue aujourd'hui de se construire pas à pas.

La Nation Essénienne est un nouveau monde qui s'enfante en permanence, de réalisation en réalisation... Après avoir fait naître la Ronde des Archanges, avoir scellé des alliances avec les 4 grandes Divinités de la terre, de l'eau, de l'air et du feu, après avoir posé des cultes qui maintiennent cette alliance en permanence, fait apparaître la Bible essénienne comme une des plus belles offrandes à un monde

supérieur, posé un grand nombre d'œuvres, un cercle de parents de la Lumière consacrés éternellement au service de Dieu s'est créé. Ce fut un engagement d'âmes comme il n'en existait plus depuis la tradition des parfaits cathares, une splendeur qui renaissait sur la terre. Le culte de la Lumière a alors été révélé par le monde divin comme une offrande dévotionnelle à Dieu dans une forme parfaite. À travers cette pratique sacrée, les psaumes des Archanges sont vivifiés chaque jour et rayonnent un puissant champ de vie sur toute la terre.

Le jardin de la Lumière s'est alors posé comme une étape déterminante et le fruit d'un intense effort collectif : un jardin du silence offert aux Dieux, sur la terre du Panama. De ce jardin, une alliance avec la Mère, le principe féminin de la création, la Grande Maman des mondes visibles et invisibles, a été scellée. Cette alliance a apporté une nouvelle force dans l'œuvre de la Nation Essénienne et aussi de nouvelles orientations. Des enseignements de la Mère ont été transmis, révélant un tout nouveau chemin initiatique en sa présence, comme un complément aux enseignements transmis par les Anges et les Archanges, qui ramènent l'homme vers la nature et le réel. Ainsi, une nouvelle école des mystères a vu le jour, portant une vision animiste du monde, unissant l'intelligence des mondes supérieurs à celle de la Mère. L'enseignement de la Mère apporte une réalité concrète et vivante aux enseignements des Anges et

des Archanges. Ainsi s'est peu à peu scellée l'union du Père et de la Mère, comme en témoigne un premier livre des ManiTara<sup>1</sup>.

C'est dans ce contexte que se déroulent aujourd'hui les initiations esséniennes sur la terre de la Mère, au Panama. Grâce aux enseignements de plus en plus clairs et précis de la Mère, à sa présence, sa guidance, à son temple vivant dans sa vallée de la Merveilleuse emplie d'esprits, de mémoires, de magie, ce haut lieu initiatique forme peu à peu des hommes et des femmes à aller vers la maîtrise de leur être, de leur terre intérieure et de leur vie. La Mère leur ouvre un chemin qui permet d'entrer dans un processus d'individualisation jusqu'à vivre au quotidien avec leur âme et devenir de véritables fidèles serviteurs d'un monde supérieur, rayonnant naturellement une aura de lumière qui inspire, guide et protège...

Nous t'offrons à travers ce livre tous les messages d'amour que la Mère a transmis aux Esséniens lors des formations qui se sont déroulées en juillet et août 2022 sur sa terre, au jardin de la Lumière. Tu pourras découvrir la voix d'une Mère qui enseigne à ses Enfants le bon chemin, qui les guide à poser le bon pas sur la terre sainte et sacrée afin qu'ils honorent le

---

1 - Voir le livre *L'union du Père et de la Mère*, paru aux Éditions Essénia.

profond mystère de leur être et retrouvent l'harmonie avec tout ce qui est divin à l'intérieur et autour d'eux.

*Écoute la Mère,  
Écoute le soleil,  
Écoute la Mère,  
Écoute l'univers,  
Écoute la Mère,  
Écoute la rivière,  
Écoute la Mère,  
Écoute la pierre,  
Écoute la Mère,  
Qui te parle tout bas.  
Elle veut pour toi  
Le bon chemin.  
Écoute-La  
Et éveille en toi  
Ce que tu es.  
Pose le bon pas...*

Paroles captées par une prêtresse de l'air





## RETROUVER SA DESTINÉE ET AVOIR LE GOÛT DE LA VIVRE PLEINEMENT

**A** lors que les formations de juillet-août s'ouvraient, la Mère, omniprésente, a offert ce premier message pour les Esséniens venus vivre l'expérience du chemin initiatique sur sa terre. Au cours de 4 semaines au contact des éléments, ils allaient reconstruire un ou plusieurs de leurs 4 corps dans les plans subtils ou vivre l'une des 3 initiations à la Mère. Ils rejoignaient une terre animée et vivifiée des expériences de 22 Esséniens qui marchaient depuis 3 mois sur le chemin des 6 lunes.

Dans ce premier message, la Mère accueille celles et ceux qui viennent à sa rencontre et les prépare à la découverte de leur propre monde intérieur en sa présence. Elle aborde la question fondamentale de la destinée de l'homme et de la façon dont elle s'écrit, rejoignant ainsi des enseignements transmis par l'Archange Ouriel lors de sa récente célébration. Elle les

ramène vers le but de leur âme, le trésor de la vie. Elle les éveille également à la conscience de cet outil précieux qu'est le corps, à l'importance d'en prendre soin comme l'instrument pouvant les conduire vers les mondes supérieurs.

**PAROLE DE LA MÈRE  
TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE**

Soyez accueillis sur ma terre et qu'ainsi votre âme puisse respirer, vous éclairer sur votre chemin de destinée.

Qu'est-ce qui différencie un être ordinaire de celui qui est devenu un Enfant de la Lumière ?

La grande majorité des êtres incarnés qui ont un corps et marchent sur la terre sont à la recherche de leur destinée. Là se trouve la différence fondamentale, car l'Enfant de la Lumière, le Fils, la Fille de la Lumière, lui, elle, a retrouvé le chemin de sa destinée.

Peut-être te poses-tu la question « La destinée, est-elle écrite ou est-elle à écrire ? »

La réponse est que les grandes lignes sont écrites. Comment tu feras, comment tu aboutiras, cela dépend de ton libre arbitre, des choix intérieurs et extérieurs que tu feras face aux situations et événements de la vie. Tu pourras choisir des chemins courts et

directs, tout comme tu pourras choisir des chemins sinueux qui te feront retourner à la case départ.

Voyez-vous, votre corps, comme vous le savez, est un monde entier organisé qui vous permet de respirer dans un monde où il y a une notion de transformation, de décision et d'union.

L'homme et la femme ont réellement le pouvoir de prendre leur vie en mains, d'aller où ils veulent et pour cela, ils doivent le faire avec le corps et avec l'esprit.

L'esprit est relativement la chose la plus simple que l'homme peut concevoir, car il n'y a pas réellement de confrontation avec la réalité de la terre. L'esprit est un monde immuable, grand et divers, mais il peut aussi être imaginatif, idéalisé et irrattrapable, alors que le corps, lui, voudra être comme l'âme, trouver un sens à l'aboutissement de l'incarnation, c'est-à-dire retrouver sa destinée et avoir le goût de la vivre pleinement. La plus grande chance et satisfaction intérieure pour l'être humain, c'est d'être placé là où il doit être placé et de faire ce qu'il doit faire. Il n'y a rien de plus satisfaisant pour l'homme que de savoir que chaque pas qu'il fait chaque jour le conduit vers le but de son âme. Mais avant d'en arriver là, il y a tout un processus à réaliser.

Tout d'abord, tu ne dois pas te perdre dans l'esprit, car l'esprit ne peut être abordé de façon juste qu'à partir du moment où tu as un corps capable de

le contenir, tout comme la coupe contient l'eau ou comme la vasque d'huile contient la flamme.

L'esprit a besoin du corps. Beaucoup de spiritualistes font l'erreur de penser que le corps est négatif, et même entrave le chemin de la Lumière, mais en réalité, c'est le contraire, car le corps permet de contenir. Il permet de garder la mémoire. Il permet que chaque être qui fait une expérience devienne plus sage, plus grand. Qu'il fasse une expérience de lumière ou de souffrance, l'homme, la femme qui a un corps a la possibilité de s'élever et de conduire tout cela vers la création de cet autre corps qui peut contenir l'âme et l'esprit.

Alors, cher Enfant de la Lumière, que tes pas qui te mènent sur cette terre ne te conduisent pas uniquement à ma rencontre, mais surtout à ta rencontre, à la rencontre de ta destinée, celle qui t'appartient, celle qui t'a été transmise, celle que tu as choisi de prendre en venant sur la terre, celle de devenir un calice pour un monde et ainsi, de lui donner la réalité de l'existence afin que l'âme s'enrichisse de la sublimation de ce que tu auras pu réaliser dans ta vie.

Prends soin de ton corps. Conduis-le dans le monde des vertus, car ce que tu donnes à manger au corps, il le devient. Bien sûr, cela prend un peu de

temps, mais si tu te nourris de la beauté, de l'amour, de la grande respiration, de la droiture, de la noblesse, alors ton corps, tes organes fonctionnent, ton sang circule avec ces vertus et cela ennoblit toute ta vie.

Comprends que celui qui n'aime pas le corps n'aime pas la Lumière, car sans le corps, sans le miroir du corps lui permettant de comparer et d'avoir un critère, il sera impossible pour l'homme de savoir ce qu'est réellement la Lumière.

Ainsi, J'aimerais terminer ce message en pointant l'importance de préserver le corps. Il y a dans le corps une source inépuisable, une énergie extraordinaire, un mécanisme et une protection pour maintenir tout ce qui vit à l'intérieur de lui. Il est un gardien et un pilier et il ne demande qu'une chose : s'associer à la grande cause qu'est celle de ton âme à l'intérieur de toi. Toi, tu es le chef d'orchestre qui permet à chaque monde de trouver sa place et d'aller dans la même direction.

Réveille-toi, éveille-toi, car ce n'est pas à la fin de ta vie qu'il faudra te mettre en marche, mais chaque jour qui t'est compté est important pour toute chose que tu peux réaliser. En quelque temps, tu peux faire de grandes choses et si tu consacres une grande partie de ton temps à l'éveil et à la construction du corps plus grand en toi, il apparaîtra que ta vie est une merveille et que toi-même, tu es la merveille des merveilles, car si tu peux être l'étendard, le représentant, le visage de

Dieu, de la Lumière, des vertus sur la terre, sache que tu offriras un chemin de libération, non seulement pour tous les mondes qui vivent dans la souffrance à travers tes propres imperfections, mais aussi pour les imperfections que tu as reçues en héritage et ainsi, tout entrera dans l'équilibre des mondes.

Éveille-toi, réveille-toi, regarde ton corps, prends soin de lui, fais en sorte qu'il soit un fidèle associé et retourne sur le chemin de ta destinée pour que tu puisses à chaque pas confirmer que Dieu et la Lumière sont les plus grandes et belles choses qui puissent exister et que l'homme peut être capable, dans la dignité et la pureté, d'incarner la lumière de Dieu sur la terre.

Antoine Manitara a lu et commenté ce message au jardin de la Lumière, au Panama, le lundi 11 juillet 2022 dans sa conférence *Une terre sacrée pour aller vers ton âme*.



## ALLÉGEZ-VOUS

**P**lus que jamais en alliance avec la Nation Essénienne, à travers le dialogue théurgique, la Mère va transmettre des clés, une guidance, afin que les êtres qui sont en sa présence puissent s'approcher d'Elle et avancer de la façon la plus juste possible.

Même s'ils suivent un enseignement d'un monde supérieur depuis plusieurs années, les Esséniens sont issus du monde de l'homme, qui les a formés, construits et éduqués. Ce monde a toujours cherché à solliciter l'intérêt des hommes et des femmes, à capturer leur attention, leur énergie, leur âme... Il leur a enseigné que pour être bien éduqués, ils doivent savoir donner leur opinion sur tout ce qui se passe autour d'eux... À l'heure d'Internet, des réseaux sociaux, de la communication virtuelle à outrance, à l'heure où des masses considérables de produits, d'idées, d'activités de toutes sortes leur sont présentés, il leur est

très difficile de s'extraire de toutes les influences extérieures pour se concentrer sur leur monde intérieur, leur propre chemin. C'est pourtant ce qu'exige l'éducation de la Mère, qui est aux antipodes de celle de la philosophie occidentale. La Mère apprend à l'Essénien à se libérer de ce dont il n'a pas besoin pour revenir à l'essentiel, tout comme l'enseigne l'Archange Gabriel dans ses 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> commandements<sup>1</sup>.

Cette école de la Mère est pour les déterminés, les courageux, ceux qui sont prêts à faire un grand travail sur eux-mêmes pour libérer leur esprit, leur cœur, leur corps des préoccupations, des regards, des pensées, des opinions inutiles à leur propre chemin. Elle est une véritable école initiatique qui conduit les êtres vers une vibration plus élevée, une tout autre façon de vivre, vers un monde plus fin, plus délicat, où le subtil peut te parler de l'intérieur, où le grossier n'a plus sa place...

Ce message est une invitation à l'éveil, à la transformation d'habitudes souvent bien ancrées. La Mère guide vers la légèreté, tout comme l'enseigne sa 9<sup>e</sup> règle<sup>2</sup>.

---

1 - 5<sup>e</sup> commandement de l'Archange Gabriel : « Tu ne cherteras pas à acquérir ce qui ne t'est pas utile, ce dont tu n'as pas besoin et ce qui ne t'appartient pas. »

6<sup>e</sup> commandement de l'Archange Gabriel : « Tu ne regarderas pas ce que tu ne dois pas regarder, de peur d'être possédé. »

2 - Voir le texte à la page 86.

## ALLÉGEZ-VOUS

Les Esséniens sont appelés à ouvrir un chemin qui va guider les êtres vers la maîtrise de leur terre intérieure par une capacité de discernement et de choix conscient des mondes auxquels ils veulent donner de la force.

La Mère conduit vers un grand éveil, amène un puissant contre-courant nécessaire au revirement fondamental qui permettra la naissance d'une nouvelle humanité...

### PAROLE DE LA MÈRE TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE

Tous les êtres aspirent consciemment ou inconsciemment à vivre avec des mondes supérieurs. Pour atteindre leur objectif, ils essaient de nombreuses techniques ou méthodes, mais la plupart du temps, ils restent enfermés dans leur propre monde, ils n'arrivent pas à s'élever pour atteindre un monde de légèreté, de clarté, de pureté.

Comprenez que la grossièreté ne peut pas appréhender la subtilité, ce sont 2 mondes incompatibles.

La légèreté est un élément fondamental qui permet d'avoir une vision et une compréhension justes de la subtilité des mondes. Le problème est que l'être qui vit sur la terre a pris l'habitude de regarder tout ce qui se passe autour de lui sans aucun éveil ni discernement. Cette attitude n'est pas négative en soi,

mais c'est une éducation qui ne te conduira pas forcément à vivre dans la légèreté.

Lorsqu'un être regarde les mondes qui l'entourent, qu'il commence à se concentrer dessus, à y penser, à respirer avec eux et à émettre des opinions, il se les approprie et les fait entrer à l'intérieur de lui. Dans ce processus, ces mondes tissent un lien avec lui, s'accrochent à sa structure intérieure et commencent à respirer avec lui.

Celui qui entre dans la discipline comprendra ces lois et processus de la vie, il comprendra que les mondes qui sont autour de lui n'ont qu'une seule vocation, celle de vivre, de se nourrir de son âme à ses dépens.

Je veux vous transmettre cette sagesse qu'à partir du moment où tu mets ton attention ou ton intérêt dans un monde extérieur, que tu commences à générer des pensées vers ce monde, alors instantanément, tu crées un lien. À partir du moment où la liaison est faite entre toi et ce monde, il y a des sympathies et des antipathies qui font que ce monde trouve un moyen de se nourrir. C'est comme laisser une gamelle de nourriture pour un animal n'importe où : tous les autres animaux vont venir y manger.

J'aimerais vous apporter une clé, celle d'apprendre à vivre dans l'intelligence et dans l'évidence. Voyez-vous, la majorité d'entre vous regardent ce qu'ils ne doivent pas regarder, émettent des opinions sur des

choses qu'ils ne savent pas, accumulent des choses dans leur vie qui n'ont rien à voir avec leur destinée et ainsi, c'est comme s'ils mangeaient trop de nourriture. Par cette mauvaise habitude, vous devenez de plus en plus denses et lourds. Alors le chemin qui s'ouvre devant vous ne vous permet pas de vous élever et de vous envoler dans des mondes supérieurs ou bien cela devient beaucoup plus difficile.

À partir du moment où tu orientes ta concentration vers des mondes qui ne sont pas essentiels à ta vie, tu deviens plus lourd, et devenant plus lourd, tu ne peux évoluer que d'une seule manière, c'est-à-dire l'école de la souffrance.

La sagesse est un monde supérieur subtil et délicat, elle n'a pas de place dans un monde grossier et lourd.

La sagesse est une subtilité évidente qui vient visiter l'homme quand il est léger et qu'il a de l'espace pour accueillir l'information.

Mes chers Esséniens, éveillez-vous dans l'intelligence et dans l'évidence de mes paroles. Si vous les entendez d'une façon juste et que vous voulez réellement entrer dans la subtilité des mondes pour vivre votre chemin de destinée en alliance avec un monde supérieur, vous n'avez pas d'autre choix que de vous concentrer sur ce qui est essentiel pour vous, sur ce qui vous appartient. Réglez vos choses à vous, faites

l'introspection de votre être, nettoyez ce qui doit être nettoyé et sublimez ce qui doit être sublimé.

Allégez-vous et donnez la priorité à tout ce qui est subtil et grand. Évitez de tourner vos yeux vers l'extérieur et de regarder le monde en y mettant vos opinions, vos croyances ou vos concepts. Vous ne savez pas, vous ne comprenez pas et vous n'avez pas toutes les histoires, les informations et la sagesse pour pouvoir émettre des opinions. Faites en sorte de regarder le monde extérieur juste pour faire un miroir à votre vie intérieure, mais n'y mettez pas d'énergie, d'attention ou de pensée. Ainsi, vous resterez plus légers et vous pourrez comprendre les informations qui viennent d'un monde supérieur qui vous donnera la force d'avancer sur le chemin devant vous, de vous éveiller, de faire en sorte de devenir de plus en plus légers.

Mes chers Enfants, vous devez maintenant comprendre qu'il n'y a pas 36 chemins, mais qu'il n'y en a qu'un seul. L'homme doit être concentré sur sa partie à lui et pas sur ce qui se passe à l'extérieur de lui. Il doit mettre toute son énergie, sa force et sa concentration sur son travail intérieur afin de transformer des habitudes, de libérer des mondes et de se construire un corps dans la réalité. Le reste est un monde de couleurs, d'intentions, de sons, qui ne sera jamais le même, car il est influencé par divers intérêts. Sois vigilant, car ce monde éphémère prendra les formes qui pourront te toucher, mais en définitive,

il aura vocation d'orienter ton regard vers l'extérieur pour que tu te concentres sur des choses qui ne te concernent pas.

Il est vrai que la vie sur terre est étude et travail, mais il n'est pas nécessaire de tout digérer, de laisser entrer tout un tas d'influences inutiles dans ta vie, de t'alourdir à chaque fois que tu te concentres sur des mondes à l'extérieur de toi qui ne t'appartiennent pas. Cette mauvaise habitude alourdit ta vie sans même que tu en sois conscient. C'est comme si tu prenais du poids sur tes épaules : tu deviens plus lourd, donc tu ne peux plus aller vers les hauteurs.

La légèreté est une condition nécessaire pour être capable de comprendre la subtilité des mondes. Sans elle, tu vivras et tu apprendras avec l'école de la souffrance, alors que l'école de la sagesse peut être à ta portée à condition que tu te concentres sur toi, ton travail, ce que tu as à faire.

Tu dois préparer ton corps à devenir un calice pur pour incarner la Lumière et donner raison aux vertus d'un monde supérieur comme étant la vérité absolue de toute existence.

Boris Manitarra a lu et commenté ce message au jardin de la Lumière, au Panama, le mercredi 13 juillet 2022 dans sa conférence *Tu as le pouvoir de choisir ta vie.*





## CULTIVE EN TOI L'ÉQUILIBRE

**L**a Mère poursuivait son enseignement, qui conduit l'homme, la femme vers son être vrai, authentique. À l'unisson, les mondes supérieurs du Père et de la Mère guident peu à peu les Esséniens, au fil des célébrations d'Archange et des moments forts de formation, vers l'accomplissement de ce qu'ils sont véritablement, de ce qu'ils portent au plus profond d'eux, afin qu'ils puissent un jour être des incarnations de l'homme et de la femme véritables, voulus par Dieu.

Allant dans ce sens, par ce 3<sup>e</sup> message, la Mère apporte sa vision sur le sens de l'équilibre à l'intérieur de l'homme. Elle décrit les différents étages et fonctions de son être, révélés à travers son corps. Elle offre sa sagesse pour que l'Essénien en chemin puisse rétablir en lui la véritable harmonie, dans un grand équilibre des mondes qui vivent en lui. C'est une complémentarité de regard à tous les enseignements

déjà reçus par les mondes des Anges et des Archanges. Une fois de plus, la Mère amène une vision concrète et réelle, s'appuyant sur le mystère et l'intelligence du corps, pour que les Esséniens puissent unir leur vie intérieure à leur vie extérieure et marcher vers le parfait équilibre, la grande respiration avec toutes les composantes de leur être et de l'univers.

**PAROLE DE LA MÈRE  
TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE**

Cher Essénien, chère Essénienne, J'aimerais t'apporter un nouvel éclairage, la vision juste sur une notion fondamentale de l'Enseignement, celle de l'équilibre.

Cultive en toi l'équilibre. Par cela, Je ne veux pas dire : contrôle dans tes sentiments, comme la joie ou la tristesse. J'aimerais te transmettre une sagesse bien plus grande et te donner des explications.

Quand tu regardes l'homme tel qu'il est constitué, tu vois qu'il y a en lui 2 parties, une partie supérieure et une autre qui est liée à la transmission de l'incarnation sur la Terre, c'est-à-dire le fait d'avoir un corps et de se mettre en mouvement pour réaliser une œuvre.

C'est à ce niveau-là, entre ces 2 parties de son être, que l'homme doit se tenir dans l'équilibre. Bien

souvent, dans la tradition de la Lumière, le lieu de l'équilibre en l'homme a été placé dans la sphère du ventre, mais les hommes n'ont pas réellement compris pourquoi, quelle est la sagesse vivante qui se trouve derrière ce symbolisme.

Quand tu regardes la partie que l'on appelle « inférieure » chez l'homme, qui est l'écriture de l'incarnation à travers les pieds, les genoux et les organes génitaux, tu peux voir apparaître le programme organisé d'un monde qui veut que l'homme avance, qu'il y ait la procréation et la continuité de l'espèce sur la Terre. Ainsi, cette partie en toi, qui est constituée de tes pieds, tes genoux et tes organes génitaux, est liée à l'incarnation de l'homme. Elle te montre quelles en sont les règles et les fondamentaux.

Tes pieds t'indiquent et t'enseignent qu'il y a l'avancement, le pas que tu poses en avant, mais également l'équilibre à l'intérieur de toi. Cet équilibre te permet de rester droit, mais également d'avancer.

Les genoux t'enseignent comment tu dois aborder la vie. Es-tu dans la souplesse, dans l'acceptation de comprendre ce que la vie t'apporte ? Ils te montrent que tu es capable d'être dans la dévotion et l'admiration devant la sagesse des mondes, mais que tu es

également capable de te plier, d'accepter ce qui en toi est imparfait et doit être transformé.

Les organes génitaux te révèlent l'instinct, l'instinct qui doit être conduit vers une sagesse. L'homme ne doit pas rester comme un subissant, sans cesse fécondé et orienté par un monde à l'extérieur de lui. Bien au contraire, il doit prendre sa vie en mains et conduire l'instinct vers des valeurs supérieures. Ainsi, comprends que ce que tu feras de cette partie de ton corps révélera la constitution de ton nouveau corps.

Quant à elle, la partie supérieure de l'homme révèle la communion avec les mondes subtils qui font partie de la vie quotidienne de l'homme, mais qui n'ont pas encore trouvé de siège à l'intérieur de lui.

Cette partie supérieure est une grande respiration et tu dois être capable de l'aborder dans la souplesse, la sagesse, mais également dans l'acceptation qu'il y a une autre intelligence qui peut encore apporter des éléments dans ta vie.

L'homme ordinaire se contentera de vivre avec ce qu'il a et ne cherchera pas à s'ennoblir, à s'augmenter, à devenir autre, plus que ce qu'il est.

Un autre abdiquera, subira et dira : « Voilà où j'en suis aujourd'hui. Je porte ça en moi et c'est comme ça. C'est une fatalité, j'en suis là. »

Et puis il y a celui qui sait que ce chemin de vie est un moyen de découvrir ce que la vie a de grand

et de beau à apporter et il est prêt à aller jusqu'où la vie peut le mener s'il est assez réceptif et ouvert pour comprendre les lois de l'univers.

L'homme dans sa globalité respire d'une manière différente que celui qui ne vit que dans la partie inférieure de son être. La jonction se fait dans le ventre, les inspirations et les expirations vers les autres mondes se posent à l'intérieur du ventre. Le corps reçoit ces inspirations et expirations comme des commandements qui le mettent en mouvement et génèrent en lui l'attitude juste permettant qu'une grande respiration se fasse en lui. À ce moment-là, l'homme est dans l'éducation, il apprend, il s'ouvre à la vie, il avance et à la fois se stabilise. Il est capable de reconnaître la vérité et de se l'approprier. Il ne laisse pas la vie le féconder à travers les instincts et les ambiances, mais au contraire, il prend cette force et cette énergie et la conduit vers des mondes subtils et grands.

Finalement, le chef d'orchestre qui est à l'intérieur du corps de l'homme organise un grand nombre de mondes qui doivent s'unir en une seule réalité, en une seule nourriture à l'intérieur du corps. À toi d'avoir l'attitude juste. Celui qui a l'attitude juste entrera dans l'équilibre et fera de chaque chose une nourriture qui alimentera tous les aspects du corps et

pas seulement une sphère du corps, comme la tête ou les sentiments.

L'homme doit marcher, doit s'ouvrir à la vie, doit être un auto-opportuniste afin de comprendre les grandes lois qui régissent son incarnation et l'univers. Alors, à travers cette vision, qui est à la fois souple, ouverte et intelligente, posée, apprends à équilibrer tous les mondes en toi. Ainsi, tu seras dans le juste équilibre et tu verras que la difficulté apparaît dans la vie de l'homme quand celui-ci ne contrôle pas toutes les sphères de son être et qu'il se trouve dans le déséquilibre. Toute œuvre qu'il engendrera dans ce déséquilibre sera toujours dans la fragilité, voire même vouée à l'échec.

L'équilibre, comme Je viens de vous le dire, n'est pas une question de sentiments. Bien souvent, l'homme pense que cela est lié à cette seule sphère sentimentale ou tout simplement à la tête. En réalité, l'équilibre est juste la gestion d'une respiration avec d'autres mondes, ainsi que ce que toi tu en fais pour te construire un corps dans la réalité, un corps qui te permet d'avancer dans la vie avec un pas sage, stable, solide et aussi avec une souplesse face aux informations qui se présentent à toi.

Es-tu enfermé ? Es-tu sûr de connaître la vérité ? Ou alors es-tu assez ouvert pour t'incliner devant ce qui est grand et vrai ? Mais surtout, es-tu capable de

ne pas laisser l'instinct, l'âme collective en toi diriger ta vie ? Car si tu n'es pas capable de conduire ton instinct vers des valeurs supérieures, tu subiras inévitablement les influences d'une intelligence globale du monde qui te fera aimer, goûter et vivre ce qui est de son intérêt et non pas de l'intérêt de Dieu, de la Lumière et des vertus à l'intérieur de toi.

Que cette notion de l'équilibre soit posée dans votre tête jusque dans vos pieds, afin que chaque partie de votre être, même si Je vous ai transmis cela d'une façon symbolique, devienne une réalité et qu'ainsi, l'intégralité de votre corps, que toutes les parties, du sommet de la tête jusqu'au bout des orteils, participent à l'évolution, mais surtout à l'incarnation de l'homme et de la femme sur la Terre telle que Dieu l'a conçue, dans une noblesse, une délicatesse, une vérité.

Antoine Manitarra a lu et commenté ce message au jardin de la Lumière, au Panama, le lundi 18 juillet 2022 dans sa conférence *Retrouve le véritable équilibre et deviens un homme global*.





## REDEVENEZ LES MAÎTRES DE VOTRE VIE INTÉRIEURE

**L**a Mère a continué d'éduquer les Esséniens dans le sens de reprendre possession de leur terre intérieure, de tout leur être subtil. Une telle éducation demande du temps, une ouverture, un véritable éveil avant de pouvoir réellement devenir une nouvelle façon de vivre.

Les mondes supérieurs ont enseigné aux Esséniens pendant de nombreuses années que tout est vivant, que la pensée, le regard et l'écoute, les sentiments, les états d'âme sont des êtres réels et agissants. Bien souvent, cela est demeuré un savoir théorique sans qu'ils n'arrivent réellement à se l'approprier jusqu'à modifier leurs façons de penser, de regarder, d'entendre, de ressentir...

La Mère veut des êtres qui se transforment, se responsabilisent, prennent conscience des mondes qui vivent à l'intérieur d'eux et cessent de donner

inconsciemment de la nourriture à ce qui ne fait pas grandir en eux ce qui est lumineux, sage, en harmonie avec leur mission et leur rayon. Cet objectif est fondamental et ainsi, la Mère insiste pour que « prendre sa vie en mains » ne demeure pas une théorie mais devienne une réalité bien comprise et assimilée, qui se concrétise par une vigilance de chaque instant afin que les Esséniens puissent véritablement maîtriser au quotidien les mondes qui les animent. Peu à peu, « conduire vers le réel » prend tout son véritable sens dans son enseignement.

C'est surtout à la réalité des mondes subtils qui vivent dans leur terre intérieure, jusqu'à les faire agir dans le concret, que la Mère veut sensibiliser ses Enfants. Elle veut qu'en s'éveillant et transformant leurs manières d'être, ils deviennent des êtres profondément vrais, dans la maîtrise intérieure, des guides pouvant inspirer et éclairer le monde.

**PAROLE DE LA MÈRE  
TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE**

Mes chers Esséniens, Je veux vous transmettre une sagesse pour que vous puissiez vous éveiller et reprendre votre vie en mains dans le réel. Ainsi, vous pourrez récupérer votre capital, votre force créatrice intérieure et accomplir la mission de votre âme.

Voyez-vous, beaucoup d'êtres humains se posent souvent ces questions : « Pourquoi je ne réussis pas ce

que j'entreprends dans ma vie ? Pourquoi je n'arrive pas à vivre comme j'ai envie de vivre ? Et surtout, pourquoi ai-je des habitudes de vie, des façons de penser qui ne correspondent pas à mon chemin et à ce que je souhaite ? »

Il y a une seule réponse à toutes ces questions, et vous devez vous éveiller à cette réalité pour pouvoir prendre votre vie en mains et redevenir le maître de votre maison.

La réalité est que l'homme ou la femme incarné sur la terre ne sait pas ouvrir et fermer les portes de sa vie intérieure. Il les laisse grandes ouvertes, car il n'est pas éduqué dans cette sagesse. Pourtant, savoir ouvrir et fermer les portes à l'intérieur de soi n'est pas une science particulièrement difficile à appliquer, c'est seulement que les humains ont été éduqués à être vécus.

Voyez-vous, les mondes subtils et magiques des esprits, génies et égrégores ainsi que tous les courants qui influencent la vie de l'homme ont pris l'habitude d'entrer et de sortir de chez vous, dans votre vie intérieure, sans même que vous en soyez conscients. Quand un de ces mondes a besoin d'être alimenté, d'avoir de la force, il va vous regarder avec un intérêt particulier, car à ses yeux, vous êtes une source d'énergie, de nourriture et de puissance. C'est pour cette raison que ces mondes viennent s'installer à l'intérieur de vous pendant une journée ou une semaine.

Ils viennent, prennent ce qu'ils ont à prendre, puis, bien nourris, bien renforcés, ils peuvent continuer à exister pendant un certain temps.

Vous devez comprendre cette vérité : ce n'est pas de la faute de ces mondes. En réalité, vous êtes les seuls responsables de votre vie intérieure, c'est vous qui décidez quand ouvrir ou fermer les portes. Ces êtres subtils, eux, se comportent avec l'homme de la même façon qu'un animal dans la nature : quand ils voient quelque chose sur le sol, ils viennent pour se nourrir, car une odeur les attire et ainsi, ils pensent que cela est pour eux.

Malheureusement, depuis son plus jeune âge, l'être humain est considéré comme un centre d'intérêt, et donc différents mondes viennent vivre dans cet espace de la vie intérieure de l'homme, ce qui veut dire en clair que l'homme est vécu une grande partie de sa vie. L'homme n'habite pas sa maison consciemment. Elle est utilisée par des mondes et des mondes. Maintenant, vous pouvez mieux comprendre pourquoi lorsqu'un homme, une femme ont un désir comme celui d'accomplir une œuvre, ou une volonté d'être et de devenir une chose en particulier, ils ne peuvent pas le faire d'eux-mêmes, car une multitude d'influences vivent à l'intérieur d'eux. Il y a beaucoup trop de passages, beaucoup trop de façons de penser et d'agir. Ce ne sont plus eux qui décident de leur

vie, mais ce sont ces mondes qui vivent à travers eux qui écrivent leur destinée.

Je veux vous éveiller à la nécessité de réinvestir votre être ; il vous appartient et c'est à vous que ce véhicule a été mis à disposition. Aujourd'hui, vous le voyez, vous n'êtes pas présents dans votre être. Vous êtes conscients seulement quelques heures dans la journée ; la plupart du temps, vous êtes vécus.

Alors, si vous voulez reprendre votre vie en mains, si vous voulez conduire votre destinée là où vous voulez aller, si vous voulez reprendre les rênes de votre vie, la première des choses est d'essayer de réinvestir votre être. Dans le cours de votre journée, arrêtez-vous, observez-vous avec calme et détachement et regardez comment vous êtes à l'intérieur de vous. Quelles sont vos pensées ? Quels sont vos états d'âme ? Et surtout, qu'est-ce que vous êtes en train de poser pour faire avancer et ennoblir votre vie ?

Réinvestir son être veut dire reprendre un capital, un véhicule, un monde qui vous donnera tous les éléments, toute la force pour réaliser ce que vous avez à réaliser et surtout, être ce que vous avez à être.

Il est compréhensible qu'à certains moments de sa vie, l'homme se sente malade, pris par des pensées, pris par des mondes, et c'est tout à fait normal puisque lui-même ne contrôle pas quels sont les visiteurs qui viennent habiter son corps. Dans une telle situation, vous pouvez faire des travaux magiques, des

rituels. Cela peut être une aide qui vous permettra de dégager la situation sur le moment, mais c'est comme utiliser un médicament pour soigner une maladie ; si tu ne sais pas d'où elle vient, si tu ne traites pas la cause, elle reviendra.

Comprenez que les mêmes processus s'appliquent pour votre corps et votre vie. Si vous ne fermez pas les portes, si vous ne réinvestissez pas votre corps et votre vie, vous serez plusieurs à vivre à l'intérieur de vous et effectivement, il y aura plusieurs influences, plusieurs mondes, plusieurs visions de la vie et votre corps ira dans toutes les directions. Il ne trouvera pas la stabilité, il ne saura pas quelle est la vraie orientation. Finalement, il sera perdu, car il n'y aura plus de maître dans la maison pour orienter et prendre les bonnes décisions. Le corps deviendra alors l'outil d'un monde de confusion qui en définitive va vous éloigner de ce que vous devez faire en vérité.

Redevenez les maîtres de votre vie intérieure. Vous devez maintenant réinvestir votre être, vous devez le contrôler non pas dans son mécanisme ou dans des apparences extérieures, mais comme un gardien qui préserve son capital et fait en sorte que sa maison reste propre sans qu'il y ait des visiteurs qui viennent s'installer, prendre ce qu'ils ont à prendre et repartir.

Sachez que plus vous serez investis dans cette discipline intérieure, plus vous serez présents, plus vous aurez fait le constat du temps que vous vivez

consciemment à l'intérieur de votre corps, de votre présence consciente, plus vous verrez quel est votre pouvoir créateur. Si vous constatez que vous êtes souvent absents, que vous êtes pris dans des mondes d'influences, cela montre simplement que vous ne pouvez pas encore prendre les rênes de votre vie, car vous êtes, comme les autres, un occasionnel à l'intérieur de ce corps. Ne regardez pas cela comme une fatalité, mais éveillez-vous et entrez d'abord dans la discipline d'apprendre à ouvrir et fermer les portes de votre terre intérieure, puis nettoyez-la et ensuite, apprenez à réinvestir votre être, soyez présents et conscients ; ainsi, vous pourrez être pleinement vous-mêmes.

Gardez à l'esprit que ce corps vous appartient pour cette vie. Vous devez en prendre soin, l'investir, vivre avec lui, travailler avec lui et qu'il soit votre allié sur ce chemin de la Lumière.

Boris Manitaro a lu et commenté ce message au jardin de la Lumière, au Panama, le mercredi 20 juillet 2022 dans sa conférence *Redeviens le maître de ta maison intérieure*.





## LE RESPECT EST VRAIMENT LA BONNE ÉDUCATION

**A** lors que les formations des corps, les initiations à la Mère ainsi que le chemin des 6 lunes se poursuivaient sur la terre du jardin de la Lumière, la Mère venait de nouveau apporter un enseignement d'une grande sagesse. Après avoir guidé les Esséniens dans les bases fondamentales des relations entre l'esprit et le corps et la recherche de sa destinée, de la légèreté, l'équilibre, l'art de maîtriser sa terre intérieure en sachant ouvrir et fermer les portes, Elle les conduit à travers ce message vers le sens réel du respect.

La Mère fait de plus en plus apparaître le réel, non pas simplement comme les faits concrets, la vie physique, tangible, mais bien plus comme une vérité palpable dans tous les mondes. Elle poursuit ainsi son éducation, toujours en invitant les Esséniens à se tourner vers l'intérieur, l'observation de soi, et

à prendre conscience des trésors qui leur ont été confiés à travers leurs corps, leurs organes et leurs sens. Une fois encore, Elle Se dissocie du mode d'éducation transmis dans le monde organisé par les hommes pour apporter ses propres valeurs et son intelligence. Elle éveille les Esséniens, les invite à se tenir à leur place, à se centrer sur eux-mêmes et amène sa vision beaucoup plus large sur cette vertu fondamentale du respect, qui ne doit pas se limiter à des aspects physiques ou matériels, mais toucher aussi les mondes subtils qui entourent et animent la vie de l'homme.

**PAROLE DE LA MÈRE  
TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE**

Chers Esséniens, Esséniennes, J'aimerais vous éclairer sur une valeur fondamentale de l'éducation et de la vie juste et belle.

Comprenez qu'une bonne éducation conduit l'homme à reconnaître, à vivre et à incarner les véritables valeurs. Celui qui a reçu une bonne éducation est capable d'être discret, de regarder le monde et de s'y manifester sans être l'être grossier formé par l'éducation moderne, dénué des profondes valeurs du respect.

Voyez-vous, le respect est un monde de dignité, que chaque homme doit porter en lui et qu'il est fondamental de transmettre à travers une éducation.

L'homme d'aujourd'hui ne se rend pas compte qu'il n'est pas dans une attitude juste, non seulement vis-à-vis des autres, mais également vis-à-vis de lui-même. Alors, éveille-toi dans la délicatesse et la subtilité de mon royaume et vois par toi-même que la notion de respect a été bannie de l'intelligence, de la respiration et de l'éducation de l'homme.

J'aimerais te dire, et que tu prennes conscience, que le respect est une valeur fondamentale, incontournable, qui est une base permettant à tout être sur la terre de savoir bien se placer en accord avec une harmonie plus grande et d'être dans la juste attitude.

L'homme a pris la mauvaise habitude de ne rien respecter. Cela est vrai vis-à-vis de sa pensée, de son être propre et encore plus vis-à-vis des autres. J'aimerais te montrer à quel point il peut être dans le non-respect.

Regarde comment l'homme se comporte vis-à-vis des pensées. Il est capable d'ingurgiter tout aussi bien une mauvaise pensée qu'une bonne pensée. Il en est de même pour la nourriture, il est capable de manger à la fois ce qui est bon et ce qui est mauvais pour lui. Il se permet d'émettre des jugements hâtifs sur les mondes, sans les connaître, tout aussi facilement que s'il parlait en connaissance de cause. Il entre dans la vie des autres avec impunité, pensant que c'est un territoire qui lui est acquis, et se permet d'y mettre ses opinions, et même parfois d'y implanter ses semences, ses avis.

L'homme doit rester à sa place, car il doit avant tout se connaître lui-même et respecter tout ce qui ne lui appartient pas.

Ce qui est évident, c'est que l'être qui habite le corps pour une mission n'est pas propriétaire de ce corps, il en est le dépositaire et doit en prendre soin. Il doit faire en sorte qu'il ait la meilleure nourriture pour pouvoir vivre sereinement. Il doit avoir des limites saines et être posé sur un profond respect des valeurs et des êtres. Ainsi, il peut être dans une juste attitude, un avec lui-même, un avec les mondes supérieurs et un avec le monde extérieur.

Comprends que le respect est vraiment la bonne éducation. Ne t'occupe pas de ce qui ne te regarde pas, ne rentre pas dans la vie des gens pour tout connaître. Fais en sorte d'être dans le respect de ton corps et de ne pas lui amener des pensées nauséabondes et destructrices. Donne à ton corps la meilleure nourriture et la meilleure respiration afin qu'il soit heureux de vivre et qu'il ne soit pas obligé d'être dans un combat permanent pour rééquilibrer toute ton inconscience, ta mauvaise éducation, ton irrespect.

Quand tu auras véritablement compris cette valeur du respect et que tu commenceras intérieurement à être dans le respect des mondes, toute ta vie changera. Tu ne seras plus jamais centré sur l'extérieur, mais sur tes propres convictions, et la vie tout entière deviendra un miroir qui te permettra de te regarder, de te réajuster en voyant ce qui en toi

n'est pas en accord avec les valeurs profondes que tu portes.

Antoine Manitaro a lu et commenté ce message au jardin de la Lumière, au Panama, le lundi 25 juillet 2022 dans sa conférence *Devenir un peuple de sages*.





## SOIS UN OPPORTUNISTE DE LA VIE

**L**ors de la 3<sup>e</sup> semaine des formations sur les terres de la Mère, Celle-ci poursuivait son éducation.

De nombreux enseignements ont déjà été transmis par la Mère ainsi que par les mondes des Anges et des Archanges demandant à l'homme d'être un créateur, de générer la réalité qu'il veut voir apparaître, la vie qu'il veut vivre en prenant soin de sa pensée créatrice, de ses paroles et en agissant consciemment pour ce qu'il croit être juste, bon et vrai. La Mère vient ici rappeler que ces enseignements doivent vraiment être appliqués, vécus « chaque jour » : la vie dans son ensemble et chaque jour en particulier sont des occasions, des opportunités à saisir, dont il faut profiter pour grandir et accomplir sa mission.

Au moment de la transmission de ce message, les Esséniens sur le chemin des 6 lunes étaient dans

une phase de leur initiation où l'acte créateur allait prendre une dimension beaucoup plus puissante. C'est dans ce contexte que la Mère est venue demander à ses Enfants de ne pas laisser dans un coin de leur tête la sagesse qu'ils ont reçue, mais de se mettre en mouvement consciemment chaque jour, de ne perdre aucun temps sur le chemin, de ne pas gaspiller le potentiel qui est entre leurs mains à travers tous les organes et les sens qu'un monde supérieur leur a confiés en cette vie.

L'homme ayant été éduqué dans le monde des hommes a pris l'habitude de laisser se perdre la valeur des choses, d'accepter la passivité et de la nourrir, de remettre au lendemain l'acte qu'il veut accomplir... La Mère demande aux Esséniens d'être en permanence des opportunistes pour le mieux, d'être de bons créateurs, non seulement par l'acte, mais aussi et surtout par leurs pensées et par cet art, longuement décrit dans d'autres messages, de savoir ouvrir et fermer les portes à certains mondes.

L'éveillé doit prendre soin du précieux à chaque instant de sa vie ; le précieux, c'est son corps, les énergies, les forces et les conditions qui lui sont confiées, sa capacité de penser, de parler, de se mettre en mouvement...

Ce message rejoint la 15<sup>e</sup> règle de la Mère, sur l'économie, dans laquelle Elle demandait déjà qu'il n'y ait aucun gaspillage, que les Esséniens redonnent de la valeur aux choses et qu'ils regardent où ils

investissent leurs pensées, leurs paroles, leurs sentiments et leurs actes. Aucun gaspillage, cela veut aussi dire aucune perte de temps, aucun laisser-aller, ne pas générer aujourd'hui ce qui est inutile ou contraire au futur lumineux que tu souhaites voir, à l'accomplissement de l'œuvre divine pour laquelle tu es engagé...

PAROLE DE LA MÈRE  
TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE

Je veux vous transmettre une sagesse pour vous éveiller à la réalité de votre vie et à l'opportunité que vous avez de créer votre destinée au quotidien.

Apprenez à ne pas remettre au lendemain ce que vous pouvez faire aujourd'hui, car demain vous n'aurez peut-être pas les mêmes conditions, les mêmes capacités ou peut-être même que votre vision sera différente.

Ce qui est vrai, certain et réel, c'est qu'aujourd'hui, vous avez l'opportunité de faire quelque chose qui doit être fait, car vous êtes inspirés par les mondes subtils de votre vie intérieure, qui sont en vous et autour de vous. Ils attendent de vous l'acte et la réalisation concrète. Mais sachez que c'est aussi devant les mondes de la création que vos actes et vos œuvres apparaissent, c'est-à-dire devant les éléments, les esprits, les génies et les égrégores. Par ce que vous faites aujourd'hui, vous êtes en train d'écrire ce que vous vivrez demain, vous êtes en train d'agir devant

plusieurs mondes pour poser les semences de votre futur.

Prenez conscience que chaque jour, la vie vous offre le moyen de poser des actes, de réaliser des œuvres, d'accomplir des objectifs et de vivre ce qu'on appelle « la vie ». La vie, ce n'est pas juste d'avoir un corps qui est dans un processus de croissance et de vieillissement où tu nais comme un enfant, deviens un adulte et finis par devenir un vieillard. La vie est une opportunité où tu as la possibilité de dessiner, d'écrire, de faire apparaître une œuvre d'art, mais tu dois comprendre que cette décision vient de toi et que si tu ne fais rien, si tu ne profites pas de l'opportunité que t'offre la vie, tu passeras à côté du trésor qui t'a été donné.

Je sais que la plupart des humains ne pensent pas ainsi, mais vous, les Esséniens, vous devez cultiver un autre regard sur le monde. Chaque jour, tu dois te lever comme si la vie était nouvelle. Cette vie, tu dois l'écrire, la dessiner et en être l'acteur, non pas pour vivre une vie ordinaire avec pour seul but de faire ce que tu as à faire dans ta vie personnelle, mais pour que tu puisses enrichir ta vie intérieure, t'élever vers un monde de sagesse, ennoblir ta vie par des œuvres dignes et nobles et aussi pour être désillusionné d'une vie ordinaire qui te conduit à un cycle humain.

Alors, réveille-toi ! Fais en sorte que chaque jour soit une opportunité pour réaliser une œuvre de Lumière et aussi pour te révéler à toi-même ce que tu es

réellement. Sois conscient que chaque jour qui passe est une opportunité qui t'est offerte et que le jour d'après n'est plus le même jour. Chaque jour, tu dois faire de ta vie une belle écriture, chaque jour, tu dois émettre une pensée consciente, un désir qui définit un avenir précis et tu dois poser et ancrer certaines décisions qui vont avoir un impact pour le futur. Chaque jour, utilise ta vie, tes alliances, ta conscience pour que ta vie soit définie telle que tu souhaites la vivre.

Surtout, ne dis pas : « Demain, quand j'aurai l'opportunité ou quand j'aurai le temps ou encore quand j'aurai les possibilités, je ferai cela, je réaliserai cette œuvre. » Ne sois pas passif face à la vie, car tu ne sais si demain tu auras les mêmes conditions, quel corps tu auras pour accomplir l'œuvre que tu souhaites réaliser. Tu ne sais pas si tu auras l'énergie, la possibilité de faire ce que tu peux faire aujourd'hui.

Prends conscience que c'est une opportunité inouïe d'avoir la possibilité de réaliser ce que tu souhaites, ce que tu veux voir apparaître dans ton futur dès aujourd'hui. Élève-toi vers des mondes supérieurs, utilise ta vie comme un scientifique, un étudiant de la vie, un amoureux du savoir. Fais l'expérience, goûte ce qu'est la vie en tant que créateur et vis-la pleinement, libère-toi des mondes qui te rendent faible, ignorant, passif et inconstant.

Remplis-toi et profite pleinement de tout ce que la vie t'offre à travers les couleurs, les odeurs ou les

rencontres. Sois un opportuniste de la vie et utilise chaque évènement pour grandir intérieurement. Fais de ta vie un chemin sur lequel tu aimes marcher, sur lequel tu aimes t'accomplir et sur lequel tu fais la rencontre avec des mondes supérieurs. Puis quand tu seras prêt, quand tu t'en sentiras capable et que tu auras été suffisamment formé et éduqué, donne ta vie, donne ton corps, donne ta pensée à un monde supérieur pour en être l'outil et réaliser des œuvres qui sont plus grandes que toi. Tu te sentiras dans l'accomplissement et la plénitude d'être utile à un monde d'éternité, tu verras que ta vie aura un sens supérieur, qu'elle ne sera pas limitée à ce qui est mortel ; bien au contraire, elle te permettra de goûter des choses que la vie ordinaire ne t'aurait pas données.

Éveille-toi ! Chaque jour, c'est un cadeau que tu reçois, la possibilité d'œuvrer, d'écrire ton chemin de destinée, de te libérer des mondes qui t'enchaînent, de t'ennoblir et au final d'avoir une œuvre, une vie plus grandes que la mort. Sache que tu as la possibilité, si tu le souhaites, de devenir un calice pur pour un monde supérieur, de faire ses œuvres et d'avoir une utilité bien plus grande que ta simple vie. C'est la plus grande bénédiction qu'un homme ou une femme peut avoir dans sa vie terrestre.

Boris Manitar a lu et commenté ce message au jardin de la Lumière, au Panama, le mercredi 27 juillet 2022 dans sa conférence *Ennoblis la vie de ton être*.



## TES MAINS SONT TON INTELLIGENCE ET TA RÉALITÉ

**L**a dernière semaine des formations se déroule sur la terre du jardin de la Lumière, au Panama. La Mère peut conduire ses Enfants dans bien des mondes, car Elle est la totalité de l'existence, unie à la source du Père. Elle enseigne les liens entre le visible, le tangible, et le subtil. Elle parle dans tous les mondes et conduit toujours l'Essénien à s'ouvrir à plusieurs mondes, autant à l'extérieur de lui qu'à l'intérieur de sa propre terre.

La Mère aime à montrer les liens entre le corps physique et son prolongement dans le subtil, jusqu'aux étoiles... Elle aime à montrer la grandeur et la profondeur des mondes visibles et invisibles, l'intelligence cachée qui se tient en toute chose et à laquelle peu d'hommes sur la terre s'éveillent réellement.

Après avoir enseigné des lois fondamentales de sagesse permettant de maîtriser sa vie intérieure

subtile, comme la légèreté, l'équilibre, le respect, Elle ramène ses Enfants vers l'intelligence du corps. Tout comme Elle avait enseigné la sagesse et l'intelligence des pieds dans un message du mois février, Elle invite ici les Esséniens à se tourner vers la splendeur, la merveille, les multiples possibilités et l'intelligence de leurs mains.

C'est en étant bien présents, conscients et éveillés à la fois dans leur corps et leur terre intérieure que les Esséniens pourront devenir des hommes et des femmes véritables, dans la maîtrise de tous les dons et organes que le Père et la Mère leur ont prêtés. C'est ainsi que la Mère les guide sur le chemin, leur offrant peu à peu toutes les clés afin qu'ils puissent un jour accomplir pleinement leur mission sur la terre dans la royauté de leur être.

### PAROLE DE LA MÈRE TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE

Cher Enfant, J'aimerais que tu puisses t'éveiller au trésor de sagesse qu'est ton propre corps, car vois-tu, si l'homme ou la femme était conscient de la merveille qu'est son corps et de toutes les qualités qu'il contient, il découvrirait un grand nombre de capacités et possibilités cachées en lui et pourrait alors faire tellement de belles choses, réaliser tellement de belles œuvres. La difficulté est que bien souvent, quand l'homme possède quelque chose depuis

le commencement de sa vie, il ne se rend pas compte de l'importance de ce qu'il a, il pense que les choses sont acquises et naturelles.

Alors Je te demande : As-tu réellement regardé tes mains ? As-tu regardé ces merveilles qui te permettent dans la vie d'avoir un lien, une reliance avec le monde, qui te permettent de faire et de réaliser tellement de choses ?

Tes mains sont le prolongement de ton cœur, l'expression de ta vie et le retour vers toi, vers ton intérieur, car vois-tu, tes mains ont cette faculté et cette qualité particulières de t'amener le véritable dosage des choses.

Si, avec innocence et délicatesse, tu poses ton attention sur la merveille que sont tes mains, tu peux voir émerger en toi la question « Mais pourquoi le Créateur m'a-t-Il donné cette merveille avec ses qualités ? »

Éveille-toi à la réalité que tout comme ta pensée ou ta parole, tes mains sont un organe fondamental dans ta vie. À travers elles, tu vas pouvoir goûter la vie, la sentir, tu vas pouvoir l'apprécier et simultanément, elles t'offrent la capacité de manier bien des choses dans la vie.

Regarde, elles sont au bout de tes bras et elles sont capables d'être la douceur, mais également la puissance. À travers elles, tu vas pouvoir apprécier la sensation de l'eau, toucher quelque chose de doux ou de piquant, tu vas pouvoir sentir si ce que tu touches

est froid ou chaud, tu vas pouvoir avoir la véritable écriture et le véritable retour de ce qu'est la vie.

Si tu sais utiliser tes mains en conscience, alors, véritablement, elles peuvent devenir en toi un monde qui va te permettre d'être dans la réalité de la vie. Si tu touches quelque chose de chaud ou de froid, tu verras s'éveiller en toi différents aspects de la vie. Prends conscience que seules tes mains peuvent t'apporter cela, que ce soit dans la partie physique ou subtile de ta vie.

Ta pensée, ta parole, tes oreilles ne peuvent pas t'amener la réalité de la vie, mais tes mains, elles, le peuvent.

Intérieurement, sois comme tes mains. Quand tu émetts une pensée, essaie de savoir quelle est la sensation de retour qui vient vers toi et choisis de la saisir ou de ne pas la saisir.

La vie te montre qu'il y a une intelligence partout. Tes mains sont ton intelligence et ta réalité. Elles sont réellement l'outil qui te permettra de séparer le subtil de l'épais.

Mais vois-tu, la grande qualité des mains, c'est qu'elles sont capables d'agir dans plusieurs mondes. Comme Je te le disais, une main est capable d'être délicate, de prendre délicatement quelque chose, de caresser, d'adoucir et même de guérir, mais ce qui est incroyable, c'est qu'elle est également capable d'être puissante et forte, elle est capable de redresser, d'être

de tout en restant la même en apparence et toujours elle garde ses possibilités à l'intérieur d'elle.

Si tu te concentres sur tes mains, tu pourras t'éveiller au fait que l'homme ou la femme est un être aux innombrables possibilités et qu'il est capable de faire tellement de choses, car il a en lui les outils et l'intelligence pour savoir où il peut poser ses pieds, avancer, construire, bâtir, guérir et ennoblir.

Si, dans la vie, tu ne sais pas comment agir, comment te comporter, va vers tes mains, car elles te montreront le chemin, elles t'enseigneront la sagesse, elles sauront te conduire à percevoir la réalité des mondes et t'apporteront le retour qui permet le véritable dosage.

Antoine Manitaro a lu et commenté ce message le lundi 1<sup>er</sup> août 2022 au jardin de la Lumière, au Panama, dans sa conférence *Un nouveau monde apparaît de la Nation Essénienne, 7<sup>e</sup> message de la Mère.*





## SOIS DANS LA CONNAISSANCE DE LA VIE ET DE SON INTELLIGENCE PARFAITE

**A** lors que les 4 semaines d'initiations se terminent sur sa terre, la Mère insiste à travers ce message sur l'importance fondamentale du réel et veut profondément sortir ses Enfants des mondes de l'illusion et de la spiritualité.

Bien qu'étant de plus en plus éduqués par Elle, les Esséniens sont encore pétris de concepts erronés, de faux savoirs, d'illusions, d'interprétations dénuées de réalité, autant à propos du monde, de l'Enseignement que de leur propre vie à la fois intérieure et concrète. En effet, le piège des messages transmis par les mondes supérieurs, qu'ils soient des Anges, des Archanges ou de la Mère, est qu'ils vont toucher en premier l'intellect. Ils doivent ensuite être nourris dans le cœur, puis descendre et toucher la volonté jusqu'à l'acte créateur qui engendre une nouvelle

réalité dans la vie. Aussi, tout un processus est nécessaire avant de pouvoir les intégrer et leur donner un corps.

Ainsi, la Mère, en cette fin de congrès, est plutôt venue utiliser la main qui redresse pour éveiller les Esséniens au fait qu'ils ne peuvent acquérir un savoir, une vertu qu'en les ayant profondément intégrés à leur manière d'être, de se comporter, de vivre leur quotidien. Elle les guide vers la véritable connaissance, celle qui est profondément vécue et visible parce qu'elle se manifeste dans le réel.

Beaucoup d'êtres sont encore dans des illusions par rapport à eux-mêmes, pensant porter telle ou telle vertu, mais n'ayant pas le corps réel pour la manifester. C'est tout le travail des initiations de la Mère, qui conduit à se connaître, à reconnaître les mondes qui nous animent, à faire le tri, à se transformer jusqu'à manifester dans sa vie une nouvelle réalité. Elle montre encore une fois que seul le vrai, ce qui est réellement acquis peut permettre l'envol vers des mondes supérieurs et confirme dans d'autres mots que « Nul ne peut aller au Père sans passer par Moi. »

La Mère nous rappelle que l'heure est toujours à l'éveil, à la vigilance, à l'humilité et l'honnêteté intérieure sur le chemin.

La Lumière n'est pas un rêve, c'est un acte concret animé par un monde de Lumière, révélant la Lumière...

PAROLE DE LA MÈRE  
TRANSMISE À LA SAINTE ASSEMBLÉE

Cher Enfant, J'aimerais pouvoir te parler directement pour que tu entres dans la réalité de la vie et de son intelligence.

Sois un être de connaissance, en toute chose cherche le vrai savoir, la sagesse qui éclaire. Bien sûr, Je ne te parle pas d'avoir une connaissance seulement intellectuelle, même si elle est la bienvenue et qu'elle est même fondamentale pour détailler, associer et unir les mondes. Ce que Je veux te dire, c'est qu'il est fondamental que tu sois dans la connaissance de la vie et de son intelligence parfaite.

Chaque jour, éveille-toi dans ton quotidien, car vois-tu, la réalité de la vie au quotidien est un moyen exceptionnel de comprendre comment fonctionne le monde dans la réalité, de comprendre les lois et les principes qui agissent dans le visible comme dans le subtil et aussi ce qui est vivant et ce qui est mort et d'en extraire une sagesse pour ta vie.

Considère chaque nouveau jour comme une opportunité de grandir en sagesse. Apprends de la nature, des arbres, des animaux, apprends de l'intelligence, apprends des relations, apprends de tout ce qui se met en mouvement devant toi et qui apparaît devant tes yeux. Regarde le monde et la vie en étant

neutre afin que cela éveille en toi une intelligence qui te fait comprendre la vie.

Arrête de rêver ta vie en allant vers des mondes spirituels pour lesquels tu n'as aucun support concret pour te fixer. Regarde le monde, étudie-le avec l'intention pure de t'éveiller à la vraie connaissance, car elle te libèrera de l'illusion et du mensonge. Combien d'êtres dans la spiritualité pensent recevoir des informations, avoir des intuitions ou voir des mondes invisibles et ensuite se mettent en mouvement mais n'ont pas les sens et les organes leur permettant d'être dans l'objectivité des mondes. Combien d'êtres se fixent uniquement sur des paroles ou des comportements extérieurs et des apparences, pensant que cela est une vérité. Ceux qui agissent ainsi montrent qu'ils ne sont pas éduqués dans le réel, dans la connaissance de la vie et de son intelligence ; ils vivent dans un monde d'illusion et sont animés par lui.

Tu dois comprendre qu'il est nécessaire pour chaque être qui veut marcher sur le chemin de la Lumière de s'éveiller dans le vrai savoir. Vois-tu, lorsqu'un être veut s'élever vers un monde supérieur, il n'a pas d'autre choix que d'être dans la connaissance réelle des mécanismes et des organes qui agissent dans sa vie intérieure, c'est-à-dire comment il fonctionne dans ses comportements et ses réactions, quelles sont ses forces, ses capacités, comment agit sa personnalité, de façon à être dans l'étude

et la connaissance permanentes. J'aimerais que tu t'éveilles à cette réalité.

Vois-tu, l'ignorant a une croyance en un monde, il pensera ce monde, mais il ne pourra pas être dans l'expansion de ce monde, car celui-ci est sans réel fondement, il ne pourra donc pas emmener d'éléments pour se construire, pour avoir une base, une stabilité dans son évolution.

Tout ce qui n'est pas de la connaissance profonde, du vécu et du réel ne peut pas être un tremplin pour s'élever. C'est comme vouloir construire une maison sur des sables mouvants, sur lesquels il n'y a aucune fixité, aucune réalité, mais seulement de la croyance, de l'intuition. Bien sûr qu'il faut être intuitif, mais il faut éveiller une intuition qui est capable d'être logique dans la connaissance, qui s'associe à des lois et à des principes, une intuition qui est fondée sur le réel. Par exemple, dire que l'on parle avec son Ange, alors qu'on n'a pas les sens et les organes pour entendre son langage et l'inviter à l'intérieur de soi est une utopie.

Combien d'êtres pensent avoir des qualités et des vertus, alors qu'ils n'ont aucun siège à l'intérieur d'eux permettant à celles-ci de se poser dans leur vie intérieure. Ces êtres n'ont aucun discernement, ils ne savent pas ce qu'elles produisent réellement dans la vie intérieure, mis à part une sensation de bien-être, un éclaircissement, un sentiment qui leur font croire qu'ils deviennent une meilleure personne.

La connaissance, l'objectivité, la réalité sont le gage et la base d'une évolution saine et d'un cheminement pas à pas dans la construction, c'est-à-dire permettant d'atteindre le sommet de la pyramide en étant posé sur des bases solides. Malheureusement, l'homme est trop dans le subjectif, dans des croyances et des perceptions sans réel fondement. Il est trop dans des mondes subtils et à la fois trop dans des mondes matériels. Il n'y a pas d'équilibre, il n'y a pas de vraie connaissance et de sagesse.

Alors, mon cher Enfant, éveille-toi, entre dans le vrai savoir. Sois un étudiant des lois de la vie, étudie aussi les mécanismes qui régissent ta vie intérieure. Ne sois pas un inconscient et un rêveur, travaille sur toi pour devenir un outil parfaitement affûté, parfaitement adapté à l'éveil conscient. Marche sur ton chemin d'éveil avec la ferme intention de te construire un corps dans une réalité qui peut être vérifiée à travers la compréhension de la vie. Comme Je te l'ai dit dans un précédent message, chaque nouveau jour est précieux et te permet de grandir en compréhension et en sagesse si tes yeux sont dans la recherche de la connaissance. Dans ton for intérieur, tu dois désirer comprendre et ainsi, tu chemineras sur un véritable chemin d'élévation et de construction.

Sois béni. Que ta vie s'incarne et devienne réelle, qu'elle te conduise à la sagesse, à la maîtrise et à l'amour.

Boris Manitaro a lu et commenté ce message le mercredi 3 août 2022 au jardin de la Lumière, au Panama, dans sa conférence *Deviens un être de connaissance réelle*.





## LE RÉEL CHEMIN DE LA LIBERTÉ

### TU ES CRÉATEUR DE TA VIE

L'Essénien qui marche sur le chemin de la Lumière, et en particulier celui qui a foulé de ses pieds la terre de la Mère, n'est plus un chercheur, il n'est plus un spiritualiste déconnecté de la réalité, il n'est plus un rêveur. Il a trouvé la Lumière, il marche consciemment, pour retisser le lien magique et vivant avec son âme, il est à l'écoute de tout ce qui peut le faire progresser dans ce sens. Il tisse la trame de sa destinée en harmonie avec les éléments, avec la grande sagesse des mondes, avec l'intelligence omniprésente, qui le guide, l'éclaire et l'anime.

« Réveille-toi, éveille-toi ! » te dit la Mère à plusieurs reprises... Elle peut être douce et caressante, emplie d'amour, t'envelopper de sa protection, mais c'est en premier par l'éveil qu'Elle te parle et te guide

vers la beauté, la floraison de ton être vrai. Ses paroles sont comme un appel, un cri du cœur d'une mère qui veut conduire ses enfants hors du danger, les préserver des mondes faux et illusoire qui les amènent dans une impasse, les maintiennent dans une somnolence, une conception erronée de la vie et de leur profonde nature.

Ta destinée est écrite en partie, mais c'est toi qui, en permanence, tisses des liens, crées des alliances par tes pensées, tes sentiments, tes états d'âme, tes paroles, les actes que tu poses. L'homme est un créateur. Il oublie souvent à quel point il l'est. Il n'est pas juste capable de construire, de bâtir, d'accomplir les gestes quotidiens, de créer des œuvres, de réaliser. Il est surtout et avant tout créateur dans les mondes invisibles et c'est à travers les émanations de sa pensée, de son cœur que sa force créatrice est la plus puissante, génère des mondes. Ce qu'il met au monde à partir de sa vie intérieure est à l'image des gouttes de pluie qui tombent sur l'eau et créent des ondes à l'infini, des vibrations qu'on ne peut pas retenir, faire revenir en arrière... Si tu as créé des ondes de peur, de mécontentement, de frustration, de colère, elles seront inévitablement envoyées dans l'univers et chercheront un accomplissement. Tu ne peux pas reprendre ces ondes, mais simplement les laisser accomplir leur destinée. Tu peux seulement choisir de

projeter sur l'eau, par tes pensées et ton cœur, de nouvelles vibrations, des petites gouttes de pluie de lumière, des perles d'amour, de douceur, de sérénité, de paix... C'est ainsi que tout s'écrit et se réécrit, que ton chemin peut se rééquilibrer, s'ouvrir, s'élargir, s'unir avec un monde de beauté et d'intelligence qui te conduira là où ton âme veut aller.

La vie est en permanence transformation, ennoblement, enrichissement. La Mère te guide sur un chemin de grandeur, qui te conduit au-delà de tout ce qui est rétréci, enfermé, limité. Elle ouvre ton cœur et ton âme à un monde sublime qui peut sembler inaccessible, mais qui pourtant vibre dans toutes les fibres de ton être, car il est ce que tu es : splendeur, grandeur, immensité, infini... Tu es constitué à l'image de l'univers, ton corps en est le parfait hiéroglyphe, l'instrument de haute précision qui te permet de percevoir et de manifester cette lumière qui vit au plus profond de ton être. Tu te transformes en permanence et ton corps, à l'image d'un enfant qui grandit, adaptera ses cellules aux nouvelles vibrations que tu lui insuffleras. Il deviendra plus souple, plus léger, plus fluide, empli de vitalité au fur et à mesure de ton éveil, des belles semences que tu lui offriras. Ton corps aspire lui aussi à vivre sa destinée, son accomplissement, à trouver le bonheur. Il le trouvera si tu l'orientes au service d'un monde supérieur, lui

offrant la chance de donner une réalité concrète à un monde de vertus, un monde de noblesse et de dignité.

Tu es le chef d'orchestre de ta terre intérieure, de ton corps, de tes pensées, de tes sentiments. En réalité, tu es le seul créateur de ta vie. La vie s'embellit autour de toi si toi-même tu embellis ton espace intérieur et nourris les plus hautes pensées, les plus beaux sentiments. Ce n'est pas le monde extérieur et ses influences qui peuvent changer ta vie, te transformer, mais c'est toi, par la beauté de ta vie intérieure, qui peux transformer le monde qui t'entoure. Tu peux faire apparaître un environnement, un cadre, une opportunité, une réalité qui reflèteront la pureté de ton eau, révéleront l'image des fleurs que tu auras plantées en ton jardin intérieur.

Si cela te semble imagé, prend l'exemple d'une situation où quelqu'un te dit une parole qui vient te troubler, te déstabiliser. Ton pouvoir créateur se trouve dans cet instant précis. Quels mondes vas-tu appeler, consciemment ou inconsciemment, et laisser entrer dans ta terre intérieure ? Laisseras-tu entrer la tristesse ? Un sentiment de blessure ? Laisseras-tu entrer le doute ? La confusion ? L'énervement ? La peur ? Laisseras-tu entrer la colère ? Le jugement ? Le mécontentement ? Laisseras-tu entrer la critique ? La frustration ? La médisance ? Iras-tu jusqu'à laisser entrer le désespoir ?...

Tu peux prendre un recul et t'observer dans des situations qui te semblent perturbatrices. Que choisis-tu ? Choisis-tu au contraire le calme ? La confiance ? L'amour envers toi-même et l'autre ? Le silence ? La douceur ? La sérénité ? La paix intérieure ? La légèreté ? Choisis-tu de protéger ton cœur ? Si tu étais dans la joie, choisis-tu d'y demeurer ?...

Voilà précisément des semences que tu mets en ta terre, des ondes qui vont émaner de toi et être perçues par tous les mondes. Ce sont des êtres vivants qui vont animer ton corps, le mettre en mouvement et lui faire accomplir des actes. Observe ta respiration, ton regard, les expressions de ton visage, ta posture, tes mouvements, tes paroles... : tout cela révèle les semences que tu auras choisies et que tu demanderas à ton corps de manifester, qu'il en soit heureux ou non...

Le corps et l'esprit sont indissociables, ils sont 2 alliés que tu dois savoir gouverner pour te diriger là où tu veux aller et créer le monde que tu veux voir se réaliser. « *Ce que tu donnes à manger au corps, il le devient* », nous dit la Mère. De même, ce que tu donnes à manger à ton esprit, à ton âme crée tes alliances, les mondes qui s'associent à toi, la réalité qui se manifeste autour de toi.

Dans l'ensemble de ses messages, la Mère te replace face à tes responsabilités, à ton pouvoir créateur. Rien dans ta vie ne vient de l'extérieur. Tu es le

créateur de ton environnement, de toutes les situations que tu rencontres, que tu en sois conscient ou non. Dans l'épreuve, dans la situation difficile, dans l'obstacle, tu as toujours le choix. L'autre n'est qu'une couleur, une onde, une vibration, un monde. Avec quelles vibrations veux-tu être en résonance ? Que choisis-tu d'émettre comme ondes autour de toi ? Quelqu'un te montre un monde avec lequel tu n'es pas en affinité. Vas-tu t'opposer, réagir, condamner ? Vas-tu observer en silence, avec détachement, bénir, te recentrer dans la beauté de ta terre intérieure ? Aucun être autour de toi, aucune situation n'ont le pouvoir de transformer par eux-mêmes ton être intérieur si tu ne leur donnes ce pouvoir. « Éveille-toi ! Réveille-toi ! » Ces mots de la Mère doivent résonner en toi en permanence comme un bouclier protecteur. À chaque instant, tu crées ta vie, ta destinée. Tu peux être un danseur, te jouer des influences extérieures, demeurer libre en toute situation et le maître dans ta maison en toutes circonstances.

C'est ta chance, ton don, le trésor qu'un monde supérieur a placé en toi. Tout autour de toi n'est qu'ondes, émanations subtiles... Tu accueilles ou tu passes ton chemin, tu ouvres ou fermes les portes. En toute relation, tu es créateur, tu as le choix en permanence. Jamais l'autre ne te fera glisser, tomber, ne pourra te blesser si tu choisis la légèreté, la douceur, l'amour, la subtilité... La Mère t'offre ses règles comme autant de forces protectrices qui te gardent

sur le bon chemin, celui qui te conduit vers ton âme, vers la belle destinée. Chaque jour est un cadeau, un don de Dieu, une opportunité grande de te transformer, de te libérer, de créer le monde que tu veux voir apparaître, la vie que tu veux vivre, l'être que tu veux devenir.

### MAÎTRISE TA VIE INTÉRIEURE ET VOIS L'INTELLIGENCE DE LA VIE

La Mère te dit que tu n'habites pas ta maison consciemment, qu'elle est utilisée par des mondes et des mondes, que tu laisses entrer n'importe qui et ne sais pas fermer les portes...

Tu dois t'éveiller réellement dans ta vie quotidienne, chaque jour, chaque instant, à tout moment, en toute situation, à cet art de savoir ouvrir et fermer les portes. La Mère insiste particulièrement sur ce point dans l'un de ses messages et vient ainsi appuyer bien des enseignements transmis par les Archanges. En cela nous voyons profiler ce qu'est l'union du Père et de la Mère : à la fois une convergence dans les enseignements, mais surtout, par la voie de la Mère, une capacité à les rendre réels et concrets dans ta vie.

Ne pas connaître cet art d'ouvrir et de fermer les portes dans sa vie est la principale faiblesse de l'homme, son grand manque d'éducation, sa

principale ignorance, son inconscience. Un éveillé, un Essénien doit savoir se concentrer et utiliser cet outil, cette capacité, ce libre choix qu'est la possibilité de dire oui ou non, d'accueillir et de laisser entrer ou de refermer la porte lorsque des mondes se présentent. Ils peuvent se présenter aux portes de ton cœur, aux portes de ta pensée, aller même chercher des instincts pour te faire commettre l'acte qui les valide, les nourrit.

Maîtriser cet art est le fondement même de cette nouvelle éducation de la Mère, le véritable chemin de la maîtrise. Devenir conscient des mondes qui rentrent à l'intérieur de toi, faire le tri, choisir..., c'est ce que la Mère appelle « réinvestir ton être ».

L'homme, bien souvent, pense que le problème est à l'extérieur de lui. Lorsqu'il voit ou vit une situation, un événement qui le dérange, il va réagir, chercher à s'opposer. En réalité, tu ne peux pas être touché, de quelque façon que ce soit, par un monde si tu ne le portes pas en toi. C'est une autre clé d'éveil fondamentale. Si une situation, un être viennent te perturber, c'est qu'il y a une résonance à l'intérieur de toi, un monde à guérir, à ennoblir, à libérer. Si par exemple tu vois du désordre et que cela te touche, plutôt que de critiquer ou de t'opposer, demande-toi si, d'une façon ou d'une autre, il n'y a pas un peu de désordre en toi : dans tes pensées, dans ton cœur, dans tes sentiments, tes actes... Tu peux alors plutôt

appeler l'harmonie, l'ordre, la clarté dans ta vie et mettre ces semences en ta terre pour équilibrer. Bien souvent, tu verras que lorsque l'ordre est en toi, tu ne seras plus placé devant le désordre à l'extérieur, car cela n'aura plus besoin de t'être révélé. Il en est de même pour tout ce qui peut venir te troubler. Si tu es par exemple touché de voir qu'il y a du gaspillage dans le monde, demande-toi si tu ne gaspilles pas inconsciemment les biens dont tu disposes, tes pensées, tes regards, tes paroles en les tournant vers autre chose que ce que tu dois réaliser dans ton rayon... C'est ainsi que tu peux fermer des portes et en ouvrir d'autres, faire immédiatement une introspection, un travail sur toi lorsque quelque chose te dérange et appeler la vertu qui peut venir équilibrer. C'est aussi cela réinvestir ton être, reprendre les rênes, maîtriser ta vie intérieure. Tu dois voir et enlever ce qui n'est pas le bienvenu, t'alléger, puis retrouver ta force, tes qualités, ce qui t'appartient, placer le plus beau à l'intérieur de toi et le nourrir, le faire grandir, tout comme tu peux prendre soin d'un beau jardin de fleurs.

T'éveiller dans le vrai savoir, c'est t'observer au quotidien, voir les mondes qui t'animent réellement, devenir plus clair, et ensuite avancer sur le chemin avec amour, douceur envers toi-même. Ce n'est pas parce que tu vois en toi un monde négatif ou indésirable qu'il faut t'y opposer, te juger, te critiquer toi-même... Si tu le fais, tu vas encore appeler des

mondes sombres... Non, il s'agit d'être vigilant, clair, dans l'humilité, prêt à te transformer, mais tout en demeurant dans les vertus de la Mère : la douceur, la délicatesse... Sois tolérant envers toi-même, doux, aimant, sois une mère aussi pour toi et permets-toi une transformation à ton rythme, dans la douceur, le respect, dans la paix intérieure.

La Mère te demande de prendre conscience du réel savoir. Elle te demande d'être objectif, de faire la différence entre une illusion et la réalité. Ce que tu portes comme vertus en toi, cela doit être clair et vécu, quelque chose qui rayonne de toi, qui est réel, incarné, qui se manifeste dans ton corps, dans tes actes. L'intelligence de la vie, c'est ce qui te montre réellement qui tu es. Ne te trompe pas sur toi-même, ne t'illusionne pas, mais vois ce que tu mets au monde. La Mère t'en parlait déjà dans sa 4<sup>e</sup> règle.

**APPRENDRE  
À S'ÉVEILLER DANS LE RÉEL**

**Extraits de la 4<sup>e</sup> règle de la Mère**

« Ma 4<sup>e</sup> règle est d'apprendre à vous éveiller dans le monde réel.

Le réel est fondamental, il est un guide et une grande protection.

Sois proche du réel, sois réaliste.

Que chaque pas que tu poses vers le mystère fasse apparaître ce qui est et soit en accord avec lui.

Sois vigilant devant l'irréel, devant ce qui prend l'apparence, imite. Ne va pas te perdre dans la multitude des mondes irréels, emplis d'illusions et de mensonges.

Je suis le réel, car Je suis Celle qui est.

Toi aussi, tu es le réel, car tu es né de Moi et tu Me portes en toi.

Trouve le réel en Moi et en toi, et apprends à être vrai, à être véritablement toi-même.

Le monde de l'homme a utilisé le pouvoir de rendre réel afin de créer des mondes de croyances, de philosophies, de foi dans lesquels il s'est perdu. Ces mondes n'ont de réel que l'apparence que les hommes leur ont donnée et s'ils ne sont plus entretenus, ils disparaissent.

Moi, Je suis éternellement.

Chaque homme possède le pouvoir plus ou moins développé de refaire le monde en théorie et d'enfanter toutes sortes d'illusions jusqu'à vivre en elles et même jusqu'à les subir.

Les hommes inventent des problèmes qui n'existent pas et ensuite, ils passent leur vie à trouver des réponses, des solutions.

Ce monde des illusions est réellement dangereux, car il ne s'arrête pas à la mort du corps.

L'homme vit dans des fantasmes, dans des images oniriques, il poursuit des chimères et dans la réalité, il ne se passe pas grand-chose, il n'y a pas de fécondation et d'ensemencement authentiques.

L'éveil dans le réel, dans le Je véritable apporte le goût, la saveur, la valeur et la qualité de la vie.

Si l'homme choisit le chemin de créer l'illusion, il perd la saveur, le respect, l'authenticité. Au fond de lui, il sait que tout est faux et n'a donc pas de valeur, d'âme, de réalité.

Je voudrais que vous compreniez qu'il est tout à fait possible de vivre une vie, voire même plusieurs, dans la totale illusion, dans le faux, l'onirique dénué de principes. Le faux semble réel, mais il ne l'est pas.

Le rêveur ne veut pas être éveillé, car le réel lui fait peur. Il préfère souffrir que de devenir responsable et d'être obligé d'éveiller sa force intérieure pour prendre sa vie en mains.

Dans le rêve, même si c'est un cauchemar, tout est pris en charge et aseptisé et l'être n'est pas concerné. Il n'a pas à se remettre en question, à s'éveiller, à se connaître derrière les apparences et les croyances, les fausses identifications. Il a juste à accepter les situations, à demeurer passif ou dans une fausse réactivité et à se laisser faire. Il a juste à se placer dans ce monde d'illusions, prenant une chose avec son bras gauche

et une autre avec son bras droit ; avec sa tête, il capte un idéal ; avec sa parole, il apporte des théories, des philosophies dont personne ne peut éprouver la vérité. Alors un monde apparaît qui usurpe, qui tue le réel, le vivant, qui dénature, qui fabrique un faux moi, une fausse identité et enlève tout respect, tout bonheur, toute grandeur. Il ne reste que des apparences, des contrefaçons, des imitations mal faites.

Je vous le dis, la vérité, c'est de s'éveiller dans ce qui est, c'est d'aller à la rencontre du réel et le trouver, l'honorer dans le monde dans lequel vous vivez. Ce réel, c'est ce que vous appelez « Dieu ».

Le chemin vers Dieu s'appelle l'éveil au réel.

Je vous donne un exemple. Aujourd'hui, vous vivez sur la terre du Panama, à la frontière de cette vallée où Je suis présente et vivante. Mais vivante dans quoi ? Est-ce dans un idéal ? Dans quelque chose que vous souhaitez ? Ou est-ce que c'est une réalité ?

Moi, Je suis vivante dans les oranges et les citronniers, dans le café. Je suis vivante dans la rivière, dans les poules et les poussins, dans les bananes et les manguiers. Je suis présente dans la montagne et dans les palmiers.

Bien sûr, Je suis dans votre désir, dans votre aspiration, car votre cœur vous a parlé de Moi, vos pieds ont trouvé mon chemin et vous M'avez rencontrée avec un noble courage. Alors vous vous êtes installés

près de Moi et Je suis entrée en vous et maintenant, Je vous parle et vous ouvrez mon école pour le monde, vous bâtissez une ville sainte. Qui fait cela en vous ? Le comprenez-vous ? Savez-vous qui vous êtes et pourquoi vous vivez ?

Si vous vous éveillez dans le réel, vous choisirez en conscience et vous ne laisserez plus les mondes irréels, illusoire influencé votre vie. Vous vous en libèrerez, car vous comprendrez définitivement qu'ils n'ont aucune valeur et uniquement le pouvoir que vous leur donnez.

Pourquoi ne laissez-vous pas le monde réel vous toucher et entrer en communion avec vous ?

Pourquoi abandonnez-vous ces mondes emplis de richesse, de sagesse, de force et de vitalité, les laissez-vous vivre en dehors de vous, isolés de votre regard, ne pouvant pas respirer dans votre attitude et entrer dans le partage et la communion avec vous ?

Vous êtes emplis d'images, de désirs, de volonté, mais vous ne passez pas à l'acte, vous vivez autre chose et autrement.

Vous voyez ces merveilleuses oranges, mais vous ne les cueillez pas pour les partager et être avec elles. Vous ne les honorez pas, ne prenez pas soin d'elles, ne les conduisez pas dans la gloire et l'expansion, dans la richesse et l'abondance.

Moi, Je suis l'abondance et la félicité jusqu'au bout de vos doigts. Je transforme tout en plaisir, en bonheur, en sagesse et en offrande pour le Plus-Haut.

Du sol, Je M'élève jusqu'aux mystères de l'Éternel.  
De l'inconnu, Je chemine à travers le connu  
jusqu'à l'inconnaissable.  
Je transforme tout en or. »

« Le chemin, c'est de s'éveiller dans ce qui est, de se poser sur cela, sur Moi et d'être opportuniste.

L'opportunité, c'est d'être bien préparé et elle te dit aujourd'hui que tu as un lien avec Dieu la Mère et que tu peux recevoir d'Elle la sagesse et l'éducation.

Saisissez l'opportunité et sortez de l'illusion.

Bâissez un nouveau monde sur cette terre en étant concrets et simples. »

## DEVIENS LÉGER

La Mère te parle de légèreté, car comment te concentrer sur ta nature profonde, sur ton rayon, sur la mission que tu dois accomplir, comment trouver à l'intérieur de toi ce qui est vrai, ce qui te parle, ce qui t'inspire, te guide dans la bonne direction si tu es sans cesse en train de t'occuper de ce qui se passe à l'extérieur de toi et te décentre ? Bien sûr, il ne s'agit pas de devenir égoïste dans le sens négatif du terme, ni insensible au monde qui t'entoure, mais tu dois pouvoir être capable de danser, de détourner le regard si ce qui se présente à tes yeux ne t'est pas destiné, si tu ne peux le transformer, l'ennoblir ni le

libérer. Un sens du discernement est indispensable, mais la Mère nous conduit véritablement vers une autre éducation, tout comme l'ont enseigné les Archanges, et particulièrement l'Archange Gabriel avec cette science de ses 22 commandements<sup>1</sup> et celle de la discipline des 24 Vieillards qui nous montrent l'art de savoir dire oui et non, ouvrir et fermer les portes, parler ou se taire, apparaître ou disparaître...<sup>2</sup>

Cette éducation, c'est essentiellement un retour vers toi, vers ce qui te concerne réellement. Bien sûr, si l'un de tes proches tombe, si un ami a besoin d'aide, il ne s'agit pas de te détourner, mais si devant toi une situation à laquelle tu ne peux rien apporter se présente : une information du monde, un conflit entre 2 personnes, une guerre, une catastrophe..., il s'agit de pouvoir demeurer neutre, de ne mettre en cela aucune attention, aucune émotion, aucun jugement afin de ne pas te faire attraper et emprisonner, car si tu t'impliques, de quelque façon que ce soit,

---

1 - Dans la Bible essénienne, voir les psaumes 114, 134, 246-255 et 257-268 de l'Archange Gabriel. Voir aussi le livre d'étude *Les 22 arcanas* et le cahier de cérémonie *La pyramide des 22 commandements de l'Archange Gabriel*.

2 - Voir le livre d'étude *La discipline des 24 Vieillards*. Une des grandes bases de cet enseignement est le « oui » et le « non » et 2 aspects opposés y sont donnés pour chacune des vertus des 12 Anges-Pères du collier-zodiaque de l'Archange Gabriel.

tu seras lié à ces mondes et devras participer à leur libération.

Cela peut sembler difficile et entièrement à l'opposé de toute l'éducation que tu as reçue, mais cette éducation a justement pour but de te détourner de ta propre source, de te capturer, d'aller chercher en toi de l'énergie, une validation, un regard, une attention... Non seulement cela ne résout rien, mais cela te prive du potentiel d'énergie que tu peux mettre à te développer toi-même, dans ton propre rayon. Chacun a une mission unique et particulière. Si, par exemple, tu portes le rayon de la douceur, il sera beaucoup plus juste pour toi, en toute situation, d'être doux envers tes pensées, tes sentiments, doux dans ton regard, tes gestes, ton pas posé sur la terre... Lorsque tu fais cela, il rayonne de toi dans les mondes subtils une force, une lumière qui agira beaucoup plus puissamment sur le monde que si tu t'opposes à la situation, la juge, la critique ou la combat..., car là n'est pas ton rayon.

Tout est question de dosage, de subtilité, de discernement... Cela peut prendre du temps avant que les hommes et les femmes s'éveillent à cette autre compréhension de la vie. La Mère te guide vers cela. Être léger, c'est alléger les autres et s'alléger soi-même en se concentrant sur ce que l'on peut et doit faire dans l'authenticité, uni au rayon de son âme.

## LA LÉGÈRETÉ

### 9<sup>e</sup> règle de la Mère

Ma 9<sup>e</sup> règle est la légèreté.

Apprenez à être légers pour vous-mêmes et pour les autres.

Les hommes diront qu'il faut se taire ou qu'il faut être vigilant par rapport aux paroles prononcées.

Être léger pour soi et pour l'autre, c'est être lavé et propre. Si tu es propre, tu n'entaches personne.

Si tu es léger pour toi, tu ne portes pas de concepts.

Je te regarde et Je vois que tu ne vis que par des concepts lourds, pesants. Tout est concept dans ta vie. Tu vois une chose et aussitôt, un concept vient et s'impose, il occupe l'espace et se colle à ta vision, à ta pensée, à ton ressenti, à ton vouloir.

Ces concepts sont réels, ils envahissent tout et alourdissent, faussent la perception, encombrant, freinent l'élan, feutrent l'expérience. Il n'y a plus de simplicité, de fluidité, de légèreté, de silence, d'expériences vivantes et de communion avec une intelligence supérieure, car pour tout, il y a une multitude de concepts, de théories, d'avis contradictoires les uns avec les autres.

Je vous dis : la légèreté devrait être le fondement de votre existence, de votre vécu, de votre reliance, de vos relations, de votre intelligence grande, vaste et sereine.

Le calme est l'art de la douceur, et la légèreté permet l'envol et la communion avec ce qui est plus grand et qui élève. Être léger, c'est s'élever.

La légèreté est la règle pour la vie en communauté, en famille, en couple.

Apprenez à toujours être légers les uns pour les autres, car c'est la règle du partage. Dans le partage, il y a ce qui est pour toi et ce qui est pour l'autre. Ta part, c'est le travail que tu dois accomplir sur toi afin de rendre léger. La part de l'autre, c'est la légèreté. Ainsi, chacun porte sa propre responsabilité, son engagement, son travail, sa dignité et ce qui est offert à la vie commune, c'est le léger, ce qui permet le noble, le beau, le grand et l'envol.

Aimez la légèreté, appréciez-la et mettez-la en valeur.

Dans votre travail, faites au mieux pour rendre léger, pour atteindre la maîtrise et ne jamais demander aux autres ce que vous pouvez et devez faire vous-mêmes.

Jamais vous ne trouverez la légèreté en faisant peser le poids de votre vie sur les autres. Ce poids ne se partage pas ; c'est la légèreté qui se partage et

qui ouvre la porte des mondes supérieurs, grands et vastes.

Ne croyez pas qu'il ne faut plus rien demander à l'autre, mais la loi de la légèreté doit être respectée.

Être léger est un savoir-faire et un savoir-vivre. Alors tu permets à celui qui est en face de toi d'être lui-même léger, de connaître la grande respiration, d'être inspiré et éventuellement, d'atteindre les mondes supérieurs.

Je vous vois donner des leçons de fausse morale, être dans des dogmes, des concepts étriqués, faire peser le poids de vos manques et de vos faiblesses sur les autres... Posez-vous la question « Qui nourrissez-vous par cette attitude inconsciente et lourde ? »

Ma règle de légèreté ne vous permet pas de compliquer la vie, de l'alourdir et de fuir vos responsabilités individuelles, votre travail afin d'alléger la vie.

L'ignorant pense qu'en compliquant la vie, il va pouvoir se cacher, être sécurisé et pouvoir éviter la prise de conscience et le travail sur soi, mais c'est le contraire qui va se produire. Il se dit : « En alourdissant l'autre, moi, je serai léger, car le monde sera comme je veux qu'il soit. »

Comprends, comme pour ma règle sur la douceur, la légèreté est avant tout un état d'être. Ainsi, tu peux respirer, tu peux être inspiré et rien ne paraît insurmontable, rien n'est enfermé, il y a toujours une

solution, un chemin qui permet de s'envoler, de se libérer du stress, de ce qui accable.

La légèreté est un organe lié à la respiration et au cœur qui ouvre sur la dimension supérieure du royaume immuable de la Lumière. C'est un monde où tout est possible et où la vie est renouvelée en permanence. C'est un rajeunissement et un art de vivre dans la facilité, la maîtrise, l'agilité, la souplesse, l'intelligence, la force de paix et de douceur. Tout semble naturel, tout va de soi et les œuvres les plus difficiles s'accomplissent avec magie, avec plaisir et contentement.

Soyez légers avec vous-mêmes, accordez-vous le grand souffle, prenez l'inspiration de Raphaël qui éclaire, qui libère, qui nettoie et renouvelle la vie.

Vivez en étant inspirés par la Lumière et ne suivez aucune autre voie.

Libérez-vous de l'inutile, ne mettez pas des poids lourds à porter et si vous devez le faire, alors, sachez pourquoi vous le faites et portez les poids avec amour, avec sagesse, avec intelligence afin de tout rendre léger et facile à porter.

Prendre un poids dans la vie jusqu'à le rendre léger, c'est conduire une œuvre jusqu'au bout, jusqu'à son accomplissement et sa libération. Ne portez pas des œuvres que vous ne conduirez pas jusqu'au bout, car vous alourdiriez votre destinée et celle des générations futures. Allégez la vie et ne l'alourdissez pas.

N'accumulez pas l'inutile, le lourd dans votre vie physique, volontaire, sentimentale, intellectuelle ou subtile.

Simplifiez la vie, conduisez tout vers l'unité et vers la légèreté.

Si vous accumulez des idéaux, des projets, des souhaits, des envies, des charges, vous finirez par être surchargés, écrasés et vous perdrez vos ailes, votre souffle, votre reliance avec les mondes joyeux et avec les mondes supérieurs.

Ne vous perdez pas, n'alourdissez pas la vie.

Apprenez à danser, à respirer et à penser dans la légèreté.

Ne vous engagez pas dans des projets que vous ne pouvez pas porter, car si vous les acceptez, il vous faudra les rendre légers, telle est la règle.

N'allez pas dans des mondes que vous ne pourrez pas gérer, car ils entreront en vous et vous perdrez votre légèreté.

Prenez soin de la légèreté, de l'air précieux de Raphaël et faites passer cette qualité de vie et cet Ange en premier.

Demande-toi : « Si je regarde cette chose et que je la fais entrer en moi, est-ce que je vais perdre ma légèreté ? »

Apprenez à trouver le bon dosage dans vos relations vivantes de façon à ce que vous soyez toujours reliés avec la bonne respiration, la bonne guidance

et à ne jamais tomber dans les basses régions de la lourdeur, de l'écrasement, de l'étouffement.

Bien sûr que Je suis consciente que vous n'avez pas été éduqués de cette façon, c'est pourquoi vous devez comprendre mon école et la valider. Non seulement vous devez vous mettre à mon école, mais vous devez accepter l'apprentissage, le travail sur vous et donc, de vous mettre en chemin. Le chemin est l'éveil de la force intérieure, la culture de la douceur et la légèreté.

La légèreté est un être grand qui peut vous bousculer, vous vider de toutes vos croyances, de tous vos concepts, vos certitudes, votre savoir. Vous aurez l'impression d'être vides, de ne plus rien posséder dans votre tête, votre cœur, vos identifications. Vous serez comme transparents, transportés par l'air vivant, qui est au-delà des pensées et des mondes visibles. Vous vous tiendrez dans le silence, dans la grandeur, dans l'immensité et en même temps, dans le petit. Cet état est naturel, mais vous l'avez perdu, car vous avez été éduqués dans la lourdeur et l'encombrement, dans la non-respiration.

L'invisible vous est inconnu, l'autre partie de vous-mêmes vous est étrangère. Vous ne pouvez pas être complets et vivre la plénitude. Vous êtes alourdis de besoins, de nécessités, de buts qui vous empêchent de goûter la vie. La nécessité, c'est de vous libérer de

toutes ces fausses nécessités pour découvrir ce qui est réellement utile et fondamental.

La légèreté est un art de vivre qui est plus grand que la mort, car elle permet l'envol et fait apparaître l'immensité.

Être léger, c'est rendre léger.

Être lourd, c'est alourdir, c'est écraser, c'est enfermer, frustrer, anéantir. Alors chacun se ferme en soi-même pour porter son fardeau de son côté pour qu'il n'y ait plus jamais de contacts et de communication.

Sachez que le corps n'aime pas la lourdeur et qu'il la rejette. Lui, il aime conduire le poids dans la légèreté, l'envol et l'inspiration des mondes purs.

Si le corps est écrasé d'un poids insurmontable, il éteindra toutes les lumières, les beautés, tous les centres de perception, comme la pensée, les sentiments et la volonté, pour tout conduire vers les ténèbres et la destruction afin d'être libéré d'un poids impossible à porter.

Soyez légers, car c'est ma règle et mon école. Votre cœur s'ouvrira et vous sentirez votre souffle entrer dans un autre monde. L'air vous sera connu comme une matière vivante, subtile, magique qui vous parlera et vous portera dans tout ce que vous entreprendrez. Vous serez dégagés, vous gagnerez vos ailes, tout deviendra facile, clair, évident et puissant dans la grandeur, la simplicité. Vous regarderez

les autres avec émerveillement et bonheur et enfin, enfin, enfin, vous comprendrez que tout est léger et que la légèreté est la puissance omniprésente de la Lumière que vous cherchez.

**PRENDS CONSCIENCE  
DU TRÉSOR DE SAGESSE  
QU'EST TON CORPS**

Dans ses enseignements, la Mère te conduit vers une perception plus large et plus juste de ton corps. Elle te fait prendre conscience du trésor de sagesse qu'est le corps, t'en montrant à la fois le mystère, la grandeur, l'intelligence, la perfection. Elle t'éclaire sur sa fonction, sa complémentarité avec ton esprit et ton âme, sa respiration avec tous les mondes.

Dans son message sur l'équilibre, la Mère fait apparaître 2 grandes parties dans le corps, l'une reliée à la fécondation, la transmission et la continuité de l'espèce humaine, l'autre davantage reliée aux mondes supérieurs, à la communion avec les mondes subtils.

Elle te parle ensuite de la merveille de tes mains comme d'un mystère à redécouvrir, car elles sont le prolongement de ton cœur, l'expression de ta vie et le retour vers toi, vers ton intérieur. Tes mains sont capables de toutes les nuances dans le toucher, de capter toutes les subtilités de la vie, toutes ses formes, ses textures... Elles sont comme des capteurs de

vibrations, capables de saisir la réalité dans tous les mondes et te permettent de créer à l'infini, montrant qui tu es.

La Mère, ainsi que le monde des Archanges, ont également parlé des pieds comme d'organes précieux et fondamentaux de l'homme. Tes pieds sont reliés à la mémoire de la terre. Lorsque tu marches, ils écrivent les mondes que tu portes à l'intérieur de toi, ils écrivent aussi ta destinée. Ton pas est reconnu par tous les êtres visibles et invisibles, tous les règnes de la Mère.

En nous parlant des pieds, des genoux, des organes génitaux, de la partie supérieure du corps et ensuite de l'incroyable mystère des mains, la Mère t'invite à regarder ton corps comme un parfait instrument prêt à se mettre au service du monde divin. Il sait de lui-même capter les mondes subtils, se relier aux éléments. Il sait de lui-même s'équilibrer, se guérir.

La plupart du temps, l'homme utilise son corps de façon totalement inconsciente, n'établissant pas un contact, une communion, une association vivante avec cet être, qui a sa propre intelligence et ne demande qu'à se mettre au service du bon maître, celui qui le guide vers l'ennoblissement, lui fait réaliser des œuvres pour un monde supérieur, lui permet de révéler et d'écrire, à travers son hiéroglyphe, la grandeur des mondes, les vertus des Anges. L'homme vit

bien souvent comme si son corps n'existait pas en tant qu'être intelligent. Il ramène tout au corps, mais paradoxalement ne vit pas avec lui.

Sache que ton corps peut devenir un véritable allié sur ton chemin, un être avec qui tu peux entrer en communion, en communication, un peu comme le cavalier peut guider son cheval et établir avec lui un lien subtil, magique, aimant. Tu peux renouer avec ton corps des liens insoupçonnés... C'est lui qui te conduit, te permet de tout réaliser. Il s'offre, se donne, se régénère, s'équilibre, s'harmonise en permanence pour être prêt à se mettre au service de celui qui l'anime.

Prends du temps pour méditer sur cela. Perçois ce que ton corps demande, ce à quoi il aspire. Tu voudras peut-être transformer ta relation avec lui, retrouver l'émerveillement devant sa grande intelligence, sa sagesse, sa mémoire, sa conscience, sa connexion avec les mondes des pierres, des plantes, des animaux, des étoiles...

C'est à travers ton corps que les mondes subtils se révèlent. Il est une écriture vivante qui ne peut cacher la vérité. Tu veux voir la douceur ? Regarde les gestes d'un être doux. Tu veux connaître la colère ? Regarde comment s'anime le corps d'un être en colère... Tu t'apercevras que le corps est le grand outil des mondes, celui qui est convoité par tous les êtres

invisibles, qui ne peuvent se manifester sans l'instrument de l'homme. Tu comprendras qu'à travers ton corps, tout se révèle, tout s'inscrit, tout s'accomplit.

C'est l'intégralité de ton corps qui doit participer à ton évolution et à l'incarnation de l'homme et de la femme voulus par Dieu, dans une noblesse, une délicatesse, une dignité. Qu'on le nomme l'Essénien, l'éveillé, le nouvel homme, la nouvelle femme..., l'être à qui la Mère veut donner naissance sera en parfaite communion avec son corps et avec tous les mondes. Attentif, conscient de l'outil précieux, du mystère, des incroyables capacités de son corps, il en deviendra le bon maître et saura le guider avec amour, calme et sagesse, le conduire dans la grande respiration des mondes vers la réalisation des buts de son âme, l'accomplissement, la plénitude.

### SOIS RESPECTUEUX ET OPPORTUNISTE DE LA VIE

La Mère te montre le précieux de la vie : ton corps, tes organes, ta pensée, les dons qui ont été placés en toi, l'intelligence des mondes en toi et tout autour de toi, la splendeur de la vie, l'incroyable richesse d'opportunités qu'elle te présente. La Mère t'éduque en t'amenant à prendre conscience de la valeur des choses, de tout ce que tu as entre les mains, de tous les cadeaux que la vie t'offre... À l'heure où le monde de l'homme est en train de tout dévaluer, déprécier,

dégrader, la Mère te montre son chemin d'éducation. Elle te redresse. Elle te demande de redonner de la valeur à tes pensées, à tes paroles, à ton corps, aux êtres qui t'entourent, aux mondes plus subtils, invisibles, tout comme aux mondes visibles.

Elle te rappelle que chaque jour, chaque moment sont précieux, uniques... C'est en permanence que tu es créateur, que tu peux donner de la valeur aux choses, saisir une occasion de grandir, de te transformer, d'amener la beauté, la noblesse... Respect et opportunisme vont de pair dans le sens de ne pas demeurer inconscient, indifférent, endormi, mais d'être toujours éveillé, en alerte, prêt à percevoir la richesse qui t'entoure et à saisir chaque opportunité d'ennobler ta vie et le monde.

C'est avant tout envers toi-même que tu dois être respectueux, et une fois encore, ne pas laisser entrer en toi n'importe quels nourritures, pensées, sentiments... La Mère te montre les voies de la vie belle, de la dignité, du retour aux valeurs fondamentales que l'homme et la femme doivent retrouver.

**ÉVEILLE-TOI ! RÉVEILLE-TOI !  
INCARNE TON IDÉAL**

La Mère parle de réinvestir ton être, de récupérer ton capital... Olivier Manitara parlait lui aussi souvent de récupérer nos territoires... Ces territoires, ce sont tes pensées, ton cœur, tes sens, tes organes, ton

corps, ta force créatrice, tes idéaux, ton âme... La terre promise, c'est cette terre intérieure que l'homme doit retrouver, se réapproprier, qu'il doit réinvestir. En d'autres termes, la Mère te fait comprendre que tu as été volé, usurpé. Des êtres indésirables se sont introduits chez toi, se sont servis dans ton garde-manger et ont saccagé ta maison, mais inconsciemment, tu continues de leur ouvrir la porte, de les nourrir. Si tu ne réinvestis pas ta terre intérieure, ils vont le faire de nouveau, régulièrement, tout comme un animal à qui l'on jette de la nourriture reviendra en réclamer...

Réinvestir cette terre intérieure est tout un processus : tout d'abord un éveil, une prise de conscience, puis un parcours à suivre, une discipline sacrée qui te permet de peu à peu choisir les mondes que tu nourris, de te libérer de l'ancien et d'avancer vers le nouveau. Cela n'est pas toujours simple, demande courage, humilité et persévérance, mais les mondes supérieurs ont bien annoncé qu'ils conduiraient les Esséniens prêts à s'y engager sur la voie de la transformation intégrale...

Il ne faut pas oublier que ces enseignements de la Mère ont été transmis à l'heure où de nombreux prêtres et prêtresses esséniens étaient engagés dans l'initiation des 6 lunes. Ce chemin est en vérité la parfaite méthode qui permet à cette transformation intégrale de prendre place dans les profondeurs,

même si un grand travail peut être déjà fait par chacun en dehors de ce cadre magique et initiatique.

La Mère veut former un peuple de prêtres éveillés, conscients, maîtres de leur terre intérieure, créateurs dans la Lumière, des piliers sur lesquels un monde supérieur peut compter. Elle veut de réels porteurs d'Ange, des êtres sachant donner aux vertus un corps, une terre, une force de réalisation, un réel d'accomplissement.

La Mère te dit : « Éveille-toi ! Réveille-toi ! » Elle veut véritablement te faire sortir de la somnolence, de l'illusion et te faire prendre conscience de tout ton potentiel, de ton pouvoir créateur. Chaque jour est précieux, chaque jour peut être une offrande à Dieu, un espace de créativité sacrée pour la Lumière à travers des choses très simples : dire bonjour à un être, saluer et bénir une pierre, remercier le soleil, rire d'une difficulté, se libérer d'un souci, chanter dans l'épreuve... Chaque jour tu peux choisir ta façon d'aborder le monde et les êtres, tu peux être confiant ou bien tomber devant l'adversité, répondre à une parole ou demeurer dans le silence et le calme, danser et sourire ou te crispier devant telle ou telle situation... Tu ne peux pas changer les circonstances extérieures, les imperfections que tu vas inévitablement rencontrer, mais seulement ta façon de les regarder, de les ressentir, d'y réagir ou d'y répondre. Tu peux choisir les sentiments que tu émetts, les pensées

que tu envoies comme des ondes dans l'univers... Sont-elles douces, légères, bienveillantes, libératrices, apportent-elles la guérison ? Sont-elles plutôt dures, lourdes, enfermées ?...

Il a été dit que l'homme n'utilise qu'environ 10 % de son cerveau... Il doit prendre conscience qu'il est aussi très loin d'utiliser tout le potentiel de sa capacité créatrice par sa pensée, son cœur, de la merveille qu'est son corps, de la multitude de couleurs qu'il peut faire resplendir dans son jardin intérieur.

*« Rappelez-vous toujours que vous avez un corps, qu'il est précieux, qu'il est un don des intelligences et des hiérarchies cosmiques et qu'il faut en prendre soin, le cultiver, le faire grandir et l'utiliser comme un instrument sacré de haute précision. Ce corps est un don précieux, mais actuellement il est comme un enfant qui doit se développer pour acquérir sa pleine puissance et sa pleine capacité.*

*Ne pensez pas que votre corps est achevé et que vous le connaissez, car vous êtes vraiment très loin d'avoir découvert et goûté toutes ses possibilités. Placez-le dans toutes les meilleures conditions pour qu'il puisse s'épanouir en perfection, en beauté, en grandeur.*

*Le pouvoir que vous avez consiste à utiliser chaque jour votre intelligence pour comprendre la constitution subtile de votre être, votre mission, votre tâche sur la terre, mais également à orienter votre intelligence vers le mystère omniprésent en tout et qui ne peut pas forcément être appréhendé*

par votre intellect. Ainsi, l'autre intelligence, celle qui naît de l'adoration devant ce qui est caché, se développera en vous.

Unissez les 2 pouvoirs de l'intelligence et du corps, car l'homme sur la terre est la seule créature qui peut unir en toute conscience les 2 mondes de l'esprit et de la matière ; il est le seul être complet pouvant atteindre la plénitude et possédant le pouvoir de création.

Créez activement et délibérément la Lumière-Dieu en vous et vous la percevrez sur votre chemin, car votre avenir se dessinera en fonction de la manière dont vous aurez utilisé votre corps et votre esprit.

Soyez vous-mêmes. Ne vous forcez pas à devenir quelqu'un de différent. Soyez profondément ce que vous êtes. Acceptez vos qualités comme vos imperfections. Comprenez que rien n'est négatif en cela.

Ce qui est important, c'est avant tout d'être authentique, d'être vrai, mais surtout d'être fidèle à Dieu, toujours orienté vers le monde divin, et que le pouvoir créateur qui vous habite ne soit pas dirigé vers le monde des hommes.

Le monde des hommes n'a besoin que des fruits ou des résultats de votre propre vie intérieure illuminée, de votre propre créativité.

Le bonheur et la force pour vous, c'est de parvenir à créer votre propre monde de Lumière en vous-mêmes, en union avec le monde divin. »

Bible essénienne, Raphaël 18:5-13

Chaque jour est un potentiel illimité, un jour unique et précieux à ne pas perdre, ne pas gaspiller, à offrir pour le sublime...

*« Chaque jour nouveau que la vie t'offre, tu l'utiliseras pour construire le monde de la Lumière et non pas pour t'associer à ceux qui ouvrent un chemin vers le néant »*, nous dit l'Archange Gabriel dans son 22<sup>e</sup> commandement.

Construire le monde de la Lumière n'est pas forcément une grande œuvre, un immense édifice à bâtir. C'est à la portée de chaque être : un sourire, une caresse, un pas de côté, un silence, une danse, un mot doux, une main tendue, un regard aimant, une pensée claire, une porte doucement mais bien refermée...

Un monde a volé l'homme, l'a éduqué à être vécu, fécondé par des influences indésirables. La Mère veut inverser ce processus et te permettre de redevenir le chef d'orchestre, le maître de ta maison, celui qui émet, féconde, qui est créateur par la pensée, la parole, le sentiment et l'acte purs et vrais.

Les Esséniens doivent sortir du monde de la spiritualité déconnectée du réel, mais ce n'est pas pour autant qu'ils ne peuvent être idéalistes, aspirer au plus haut, au plus beau, être tournés vers les mondes supérieurs, mais pour les rendre vivants dans leur monde.

Sois un idéaliste de la vie jusqu'à incarner ton idéal et va jusqu'au bout de ce que tu veux devenir.

Deviens ainsi toi-même la plus belle inspiration de ta vie, ce haut idéal, une fleur resplendissante, un parfum de sagesse, une délicatesse, un regard de sérénité.

Ne laisse pas le plus beau de ce que tu peux devenir être un rêve, un monde abstrait, imaginaire. Deviens ce que tu es, vis-le, rayonne-le, fais-le grandir sur la terre. À travers ta présence, tes pas, ton être, les vibrations de ton corps, fais grandir la Lumière de ton âme, deviens qui tu es. Comme une étoile scintillante, inspire, éclaire et guide les êtres sur leur chemin.

**VERS UN NOUVEL HOMME,  
UNE NOUVELLE FEMME,  
UNE NOUVELLE HUMANITÉ**

C'est vers la subtilité des mondes que le nouvel homme, la nouvelle femme voulus par Dieu devront se tourner. C'est vers cet homme spirituel, fin, dont plusieurs grands maîtres ont parlé, notamment Peter Deunov en prophétisant une 6<sup>e</sup> race<sup>1</sup>, que la Mère veut conduire les Esséniens.

---

1 - « La Nouvelle Ère est celle de la sixième race. Votre prédestination est de vous préparer à l'accueillir, à la vivre. La sixième race se construira autour de l'idée de Fraternité. Il n'y aura plus de conflits d'intérêts personnels ; la seule aspiration de chacun sera de se conformer à la Loi de l'Amour. La sixième race sera celle de l'Amour. Un nouveau continent sera formé pour elle. Il jaillira du Pacifique, pour que le Très-Haut puisse enfin établir Sa demeure sur cette planète. »

La Mère, unie aux mondes supérieurs du Père, prépare un nouveau peuple dans la Lumière, une nouvelle humanité. Ce nouvel être humain devra non plus se concentrer sur ce qui se passe à l'extérieur de lui, mais bien générer à l'intérieur de lui un nouveau corps, de nouveaux organes, et cela lui demandera essentiellement d'être réceptif à la subtilité des mondes. C'est en connaissant ces secrets que l'éducation et le système mis en place par le monde des hommes conduisent à l'opposé, à perdre toute subtilité, tout contact avec les mondes invisibles, avec les esprits de la nature, avec ce qui peut inspirer et guider l'âme. Ce monde enferme, éteint, robotise, durcit, alors que la Mère apporte la vie, la respiration des mondes, la croissance, Elle ouvre, expand, élargit, allège, conduit tout vers la subtilité, la finesse, la délicatesse. Sa nature en est le grand témoin.

La Mère t'amène patiemment, mais sans relâche, vers cette nouvelle éducation. Elle te guide vers l'intériorité, le contact avec les esprits de la nature, le développement de tes sens, ta capacité à percevoir

---

« Les hommes ne se doutent pas de quels dangers ils sont menacés. Ils continuent à poursuivre des objectifs futiles et à rechercher le plaisir. Ceux de la sixième race seront au contraire conscients de la dignité de leur rôle et respectueux de la liberté de chacun. Ils se nourriront exclusivement des produits du monde végétal. Leurs idées auront le pouvoir de circuler aussi librement que l'air et la lumière de nos jours.

Les paroles "Si vous ne naissez de nouveau..." s'appliquent à la sixième race. Lisez le chapitre 60 d'Ésaïe. Il se rapporte à la venue de la sixième race, la Race de l'Amour. » (*La dernière prophétie de Peter Deunov*. Ce texte est disponible sur [www.Bibliotheque.Esseniens.org](http://www.Bibliotheque.Esseniens.org).)

l'invisible des mondes, à t'observer de l'intérieur. Elle te permet de devenir ainsi plus instinctif, plus animiste, capable de sentir ce qui est bon pour toi et ce qui ne l'est pas, capable de pressentir, de discerner les influences, de devenir transparent, invisible, insaisissable, libre...

Ce qui peut sembler aujourd'hui difficile, hors de portée pourra devenir demain une évidence, un art de vivre. Par l'éveil et le travail des Esséniens sur ce chemin ouvert par la Mère, ce sont des transformations qui s'opèrent, des changements profonds qui touchent des êtres dans leurs cellules, leur conscience, leur âme, et s'inscrivent dans tous les mondes. Plus les êtres seront nombreux à mettre en pratique cette science de l'éveil, à marcher ce chemin vers la maîtrise de leur terre intérieure, seront fécondateurs dans la beauté et les vertus des Anges, plus un champ de vie grandira, plus les consciences s'éveilleront, plus la libération de certains mondes qui peut sembler insurmontable deviendra chose possible, accessible, à la portée de tous.

La Mère nous livre toutes les clés afin que nous puissions retrouver notre liberté intérieure et nous accomplir dans le bonheur. C'est un privilège, c'est grandeur, c'est merveille. Jamais, depuis des milliers d'années, un tel enseignement qui amène un chemin concret de libération, dans une union sacrée et un

respect des lois du Père et de celles de la Mère, n'avait été offert à l'humanité.

Sois opportuniste ! Éveille-toi et réveille-toi ! Saisis cette chance unique et précieuse, inespérée de devenir l'être que tu es de toute éternité et de le rayonner sur la terre. Marche le cœur ouvert, avec confiance et légèreté, avec droiture et noblesse sur le réel chemin de la liberté !



## POUR APPROFONDIR

### RETROUVER SA DESTINÉE

#### Manuscrit essénien

- 2022-06-11 - Archange Ouriel - *Ta destinée ne dépend pas d'un monde supérieur, mais de toi*

### LA LÉGÈRETÉ

#### Psaumes de la Bible essénienne

- Psaume 91 de l'Archange Michaël, *Si tu veux conquérir le ciel, va vers la légèreté*
- Psaume 240 de l'Archange Gabriel, *Par l'Ange de la légèreté, libère-toi de l'inutile*
- Psaume 250 de l'Archange Gabriel, *Tu ne cheras pas à acquérir ce qui ne t'appartient pas*

## REDEVIENS LE MAÎTRE DE TA VIE INTÉRIEURE

- Psaume 251 de l'Archange Gabriel, *Tu ne regarderas pas ce que tu ne dois pas regarder*

### **Manuscrits esséniens**

- 2019-02-15 - Dieu la Mère - *La légèreté, 9<sup>e</sup> règle de Dieu la Mère*
- 2019-03-22 - Ange de la légèreté - *Protégez la légèreté*
- 2019-03-24 - Archange Raphaël - *Marcher sur le chemin de la légèreté*
- 2020-04-19 - Olivier Manitara - *Le secret des ailes aux pieds, l'art de vivre dans la légèreté*

### **Livre**

- 2019 - Olivier Manitara - Livre d'étude *L'Évangile de la divine Mère*

## L'ÉQUILIBRE

### **Psaumes de la Bible essénienne**

- Psaume 27 de l'Archange Ouriel, *Comment triompher des forces sombres et rétablir l'équilibre dans sa vie*
- Psaume 110 de l'Archange Michaël, *L'équilibre des mondes*

## POUR APPROFONDIR

- Psaume 145 de l'Archange Michaël, *Comment marcher en équilibre sur le fil de la vie*
- Psaume 137 de l'Archange Ouriel, *Équilibrez les 3 centres d'intelligence*
- Psaume 198 de l'Archange Gabriel, *La voie du milieu et le chemin de l'équilibre parfait*
- Psaume 195 de l'Archange Raphaël, *Apportez la guérison et l'équilibre des mondes*
- Psaume 227 de l'Archange Michaël, *La clé de l'équilibre entre le corps terrestre et le corps céleste*
- Psaume 206 de l'Archange Raphaël, *L'art de nourrir Dieu en soi, clé de l'équilibre et de la connaissance de soi*
- Psaume 225 de l'Archange Raphaël, *La neutralité, clé de l'équilibre entre le bien et le mal*
- Psaume 289 de l'Archange Gabriel, *La source de l'équilibre est en vous*

## ÊTRE LE MAÎTRE DE SA VIE INTÉRIEURE

### **Psaumes de la Bible essénienne**

- Psaume 37 de l'Archange Gabriel, *Tu rencontreras à l'extérieur ce qui vit à l'intérieur de toi*
- Psaume 75 de l'Archange Gabriel, *Cherchez la source qui éveille votre source intérieure*

## REDEVIENS LE MAÎTRE DE TA VIE INTÉRIEURE

- Psaume 139 de l'Archange Gabriel, *Du temple intérieur à la maîtrise de ta destinée*
- Psaume 169 de l'Archange Michaël, *Donne ta vie intérieure comme nourriture aux Anges*
- Psaume 215 de l'Archange Ouriel, *Cultive ta vie intérieure et préserve-toi du monde de l'homme*
- Psaume 245 de l'Archange Gabriel, *Savoir ouvrir et fermer les portes, une clé fondamentale de la vie*
- Psaume 239 de l'Archange Ouriel, *Décide toi-même de ta vie et éveille-la de l'intérieur*
- Psaume 258 de l'Archange Ouriel, *Seule la vie intérieure est vie*
- Psaume 294 de l'Archange Michaël, *Les relations entre l'intérieur et l'extérieur*
- Psaume 265 de l'Archange Ouriel, *Le diapason doit être la vie intérieure*

## LE RESPECT

### **Psaumes de la Bible essénienne**

- Psaume 16 de l'Archange Michaël, *Respecte tous les êtres*
- Psaume 33 de l'Archange Michaël, *Fais de ta vie une œuvre divine par le respect et l'alliance des 3 mondes*

## POUR APPROFONDIR

- Psaume 25 de l'Archange Gabriel, *Approche-toi du divin par le respect de ses lois sacrées*
- Psaume 58 de l'Archange Raphaël, *Ne jouez pas avec les mondes invisibles, étudiez et respectez leurs lois*
- Psaume 65 de l'Archange Ouriel, *Deviens un maître authentique par la connaissance et le respect des lois divines*
- Psaume 69 de l'Archange Ouriel, *Respecte tes engagements envers la Lumière et elle t'aidera*
- Psaume 125 de l'Archange Ouriel, *Tous les êtres ont droit au respect et à la dignité*
- Psaume 186 de l'Archange Michaël, *Le respect commence par le respect des autres*
- Psaume 189 de l'Archange Gabriel, *Respectez et honorez les lois sacrées du sceau de l'Argent*
- Psaume 160 de l'Archange Raphaël, *Ne prenez pas d'engagements à la légère, respectez votre parole*
- Psaume 180 de l'Archange Ouriel, *Entrez dans la cité sainte par le respect et la connaissance de votre corps*
- Psaume 218 de l'Archange Ouriel, *Respectez et honorez vos engagements envers les mondes supérieurs*
- Psaume 253 de l'Archange Gabriel, *Tu devras respecter tes engagements devant les mondes divins*
- Psaume 286 de l'Archange Michaël, *Respecter les lois de Dieu*

## REDEVIENS LE MAÎTRE DE TA VIE INTÉRIEURE

- Psaume 271 de l'Archange Raphaël, *La vertu du respect*

### **Manuscrits esséniens**

- 2013-05-19 - Ange de la paix - *La paix pour Dieu, le respect pour les hommes*
- 2015-03-26 - Moïse - *La fidélité à Dieu et le respect de notre engagement*
- 2019-06-07 S - L'Éléphant - *Je suis en alliance d'amour et de respect avec les Esséniens*
- 2019-07-26 - Dieu la Mère - *Le respect*
- 2019-10-11 - Archange Michaël - *Vous devez respecter la Mère et accepter sa volonté*
- 2019-12-22 - Archange Gabriel - *Faites vivre l'amour et le respect de Dieu dans la communauté essénienne*
- 2020-02-15 - La Mère - *Trouvez le chemin du vrai respect et de la véritable honnêteté*

### **Livres**

- 2014 - Olivier Manitarra - Livre d'étude *Manuel essénien de la paix*
- 2016 - Olivier Manitarra - *Les sept clés pour le respect*

## POUR APPROFONDIR

- 2020 - Olivier Manitaro & les scribes esséniens  
- Livre des Anges *L'Ange du respect*

### ÊTRE UN OPPORTUNISTE DE LA VIE

#### **Psaumes de la Bible essénienne**

- Psaume 18 de l'Archange Gabriel, *L'homme de hasard et l'homme d'opportunité*
- Psaume 25 de l'Archange Michaël, *Saisis l'opportunité de la Lumière*
- Psaume 96 de l'Archange Ouriel, *C'est aujourd'hui que tout se passe*
- Psaume 139 de l'Archange Raphaël, *Maîtriser le temps pour accomplir sa destinée*
- Psaume 243 de l'Archange Ouriel, *Le jour, c'est Dieu Lui-même*

### LE CORPS ET LES MAINS

#### **Psaumes de la Bible essénienne**

- Psaume 17 de l'Archange Raphaël, *Ton corps est un don précieux*
- Psaume 134 de l'Archange Ouriel, *Le corps est ton meilleur ami*

- Psaume 180 de l'Archange Ouriel, *Entrez dans la cité sainte par le respect et la connaissance de votre corps*
- Psaume 184 de l'Archange Ouriel, *Modèle ton corps à l'image de ton âme*

### **Manuscrits esséniens**

- 2018-08-01 - Dieu la Mère - *Connaître et utiliser le corps dans le réel*
- 2019-03-04 - Dieu la Mère - *Prendre soin du corps et le guérir, 18<sup>e</sup> règle de Dieu la Mère*
- 2022-02-19 - La Mère - *Les pieds sont la porte de la vitalité et de la guérison*

### **Livres**

- 2011 - Olivier Manitara - Livre d'étude *Le sens du toucher*
- 2011 - Olivier Manitara - Cahier de loge *Le sens du toucher*
- 2016 - Olivier Manitara - Cahier de cérémonie *Les mains de Gabriel*
- 2018 - Olivier Manitara - Livre pratique *L'art du geste magique*

Contient notamment 3 exercices pour les mains :  
« L'ouverture des mains », « Douceur et conscience dans les mains », « Les mains sont les yeux du cœur ».

LA CONNAISSANCE DE LA VIE  
ET DE SON INTELLIGENCE

**Psaumes de la Bible essénienne**

- Psaume 8 de l'Archange Michaël, *De l'illusion à la réalité*
- Psaume 186 de l'Archange Gabriel, *Que le désir d'apprendre soit plus grand que vos certitudes*
- Psaume 292 de l'Archange Michaël, *Éveiller les organes et les sens internes*
- Psaume 262 de l'Archange Ouriel, *Être véritablement concret*
- Psaume 267 de l'Archange Ouriel, *La façon dont tu regardes le monde*

**Manuscrits esséniens**

- 2017-11 - Olivier Manitarra - *Les 3 sortes de savoirs*
- 2018-02-23 - Dieu la Mère - *Je suis le réel et J'éveille au réel*
- 2018-03-08 - Dieu la Mère - *Le savoir doit être goûté, puis il doit embellir la vie*
- 2019-02-08 et 09 - Dieu la Mère - *La 4<sup>e</sup> règle de Dieu la Mère, Apprendre à s'éveiller dans le monde réel*
- 2022-07-26 - La Mère - *Sois un opportuniste de la vie*

## **Livres**

- 2018 - Olivier Manitarà - Livre d'étude *L'humilité et la renaissance de l'âme*

Voir les chapitres « L'humilité conduit à la connaissance de soi-même », « L'humilité est le commencement du vrai savoir », « L'humilité ouvre les portes du savoir authentique », « Savoir et être sont un ».

- 2019 - Olivier Manitarà - Livre d'étude *L'Évangile de la divine Mère*

- 2021 - Olivier Manitarà & les scribes esséniens - Livre des Anges *L'Ange du savoir*



## LES ESSÉNIENS AUJOURD'HUI

**L**es connaissances présentées dans ce livre sont étudiées et approfondies par l'école essénienne. En effet, celle-ci propose des enseignements vivifiés et adaptés à notre époque.

L'homme peut s'éduquer et prétendre avoir un contact avec un monde divin s'il fait en sorte que sa vie soit un réceptacle et un véhicule pour ce monde. Il peut le faire individuellement par l'étude et le travail sur soi, mais aussi collectivement en participant à l'œuvre d'ensemble et en la soutenant.

C'est dans ce cadre que des méthodes de guérison globale sont enseignées et pratiquées. En guérissant la source, l'origine de tout trouble, on agit sur l'être tout entier. C'est toujours ainsi que les Esséniens ont envisagé la guérison. Mais, en fait, c'est tout un art de vivre, en harmonie avec notre époque, qui est proposé pour répondre aux besoins de l'humanité, pour lui

ouvrir une porte vers l'éducation véritable. Ainsi, les hommes peuvent renouer avec les chemins de l'éveil et de la libération leur permettant de passer les portes de la prison du monde de l'homme et de s'approcher d'une façon juste des mondes supérieurs.

**Pour participer**  
**à la Ronde des Archanges universelle**  
[contact@esseniens.org](mailto:contact@esseniens.org)



## POUR PARTICIPER À L'ŒUVRE DES ESSÉNIENS...

**C**e livre est issu de l'œuvre humanitaire *Mémoire de la sagesse essénienne*, qui propose à ses donateurs, tous les mois, des livres, cahiers, autres textes et vidéos de l'enseignement essénien.

Adhérer à la *Mémoire de la sagesse essénienne*, c'est contribuer à sauvegarder la sagesse qui apparaît actuellement dans la Nation Essénienne et permettre aux générations futures d'avoir accès à un savoir supérieur et à une vision du monde qui ennoblissent l'être humain, c'est faire une offrande pour soutenir la manifestation du monde divin sur la terre et la restauration de la tradition de la Lumière.

Voici les coordonnées pour participer à cette grande œuvre :

**Pour le Canada**

[contact.quebec@esseniens.org](mailto:contact.quebec@esseniens.org)

**Pour l'Europe**

[contact.europe@esseniens.org](mailto:contact.europe@esseniens.org)

**Pour Haïti**

[contact.haïti@esseniens.org](mailto:contact.haïti@esseniens.org)

**Pour le monde**

[contact@esseniens.org](mailto:contact@esseniens.org)

[www.Esseniens.org](http://www.Esseniens.org)

**SUR LA BOUTIQUE ESSÉNIENNE**

Les conférences et les livres d'Olivier Manitarà, les Évangiles esséniens, la Bible essénienne, les mandalas et les dessins méditatifs, les objets magiques et de culte, la musique et l'artisanat esséniens, les tapis de prière, vêtements, bijoux, cristaux et d'autres produits sont offerts sur la Boutique Essénienne en ligne :

[www.Boutique-Essenienne.com](http://www.Boutique-Essenienne.com)

POUR PARTICIPER À L'ŒUVRE DES ESSÉNIENS

## SUR LA BIBLIOTHÈQUE EN LIGNE

Retrouvez également les trésors de la sagesse essénienne, tous les livres d'Olivier Manitarà et d'autres grands maîtres de la tradition essénienne, les conférences audio et vidéo, les manuscrits esséniens, les cours de l'Académie Essénienne sur la Bibliothèque en ligne :

[www.Membre.Esseniens.org](http://www.Membre.Esseniens.org)



**E** *Boutique*  
**ESSENIENNE**

**La Boutique Essénienne offre  
tous les produits qui accompagnent  
la vie d'un Essénien.**

**Pour l'étude, la pratique des rites sacrés  
et l'embellissement de la vie...**

**TOUS LES LIVRES DE L'ENSEIGNEMENT ESSÉNIEN  
POUR TE NOURRIR DE LA SAGESSE ESSÉNIENNE,  
les vidéos, mandalas, objets magiques, méditations audio,  
la musique, l'artisanat essénien, les vêtements, encens, bougies,  
dessins méditatifs, bijoux, huiles essentielles...**

**[www.Boutique-Essenienne.com](http://www.Boutique-Essenienne.com)**

ESSENIA 

**La chaîne des Esséniens d'aujourd'hui**

**Visionnez des centaines de conférences  
sur l'enseignement essénien.**

**Mouvements sacrés, danses,  
interviews, reportages...**

**+ DE 1000 CONFÉRENCES PASSIONNANTES DISPONIBLES**

**Des dizaines mises en ligne chaque mois.**

**Un enseignement riche sur de nombreux sujets :  
la naissance et la mort, la réincarnation, la méditation,  
la kabbale, la magie, la famille, la santé...**

**[www.Essenia.tv](http://www.Essenia.tv)**



# BIBLIOTHÈQUE ESSÉNIENNE

**Le coffre aux trésors  
de la tradition essénienne,  
une richesse inestimable !**

**Toute la mémoire de la sagesse essénienne  
sur une seule plateforme**

## **LA VOIX DES GRANDS MAÎTRES**

**Zoroastre, Bouddha, Jésus, Mani, Peter Deunov...**

## **LES GRANDS TEXTES SACRÉS**

**La Baghavad Gita, le Tao Te King, la Pistis Sofia, les Ghatas...**

## **L'ACADÉMIE ESSÉNIENNE**

**Des cours accessibles pour une nouvelle éducation.**

## **TOUS LES ENSEIGNEMENTS D'OLIVIER MANITARA**

**Livres d'étude, livres pratiques, lettres mensuelles,  
dialogues théurgiques avec les mondes supérieurs, conférences,  
cérémonies, chants, musique, méditations, mouvements sacrés...**

### **DES THÈMES POUR TOUS**

**Ésotérisme, religion, chemins initiatiques,  
enseignements de la Mère, art de vivre, santé, famille,  
relations, grands sujets d'actualité...**

**Un trésor qui s'enrichit continuellement...**

**Plus de 350 livres  
Plus de 250 dialogues théurgiques  
Plus de 1000 conférences depuis 2008**

**[www.Membre.Esseniens.org](http://www.Membre.Esseniens.org)**



## LA BIBLE DU NOUVEAU COMMENCEMENT

Les 4 Archanges révèlent à l'humanité  
un savoir jusque là inaccessible

**L**a Bible essénienne est un recueil inédit de 1158 psaumes des 4 grands Archanges Michaël, Gabriel, Raphaël et Ouriel qui manifestent la science des 4 grands éléments fondamentaux : le feu, l'eau, l'air et la terre.

La Bible essénienne des 4 Archanges révèle les grandes lois de l'univers et répond précisément à toutes les grandes interrogations que les êtres humains peuvent se poser. Elle ouvre des voies de compréhension totalement nouvelles et invite l'homme à retrouver sa juste place dans la grande toile universelle de la vie. D'une beauté et d'une profondeur déconcertantes, ce trésor de sagesse s'adresse à tous les êtres, de toutes croyances et de toutes religions. Elle se veut un outil de guérison pour retrouver le sens noble de la vie et nous guider vers l'avènement d'une nouvelle humanité.

[www.Bible-Essénienne.com](http://www.Bible-Essénienne.com)

