

# Une aide pour mieux vivre la retraite

Bien à tous et à toute!

Selon comme vous préférez l'entendre, le parcours qui mènent à l'Esprit peut être vu comme la remontée d'une échelle, ou bien comme l'excavation d'une galerie à l'intérieur de nous-même. Que ce soit dans une vision comme dans l'autre, un effort de la part du chercheur est requis. Pour que ces énergies ne soient pas perdues, il est important de comprendre ce que j'ai résumé en ces deux pages.

Comme déjà bien nous le savons, le normal parcours que doivent emprunter tous ceux à qui est donnée la grâce de pouvoir se rapprocher intimement au Père Céleste se déroule en ces étapes :

- Prière orale: la répétition à mémoire des prières
- Prière mentale: le dialogue avec Lui
- Recherche de la vérité en d'autre foi
- Annulation: destruction des conditionnements qui obligent à adhérer à une orthodoxe et erronée vision du Père Eternel
- Prière contemplative: appelé aussi prière simple, elle consiste à être tout simplement présent avec Lui

Plusieurs années sont requises pour passer d'une phase à l'autre, selon la prédisposition de la personne. Parfois, même quand elle arrive à atteindre la dernière phase, celle de la prière contemplative, il est nécessaire de temps en temps pour elle de retourner en arrière, dans la phase d'annulation, pour améliorer son aptitude d'accueillir en elle l'Esprit.

Cher participant, si tu te trouves ici, c'est parce-que tu es en train de parcourir les deux dernières étapes à peine décrites. Les écritures sacrées sont importantes, parce-que c'est aussi grâce à elles que tu as compris qu'il y a quelque chose d'autres, outre à la réalité matériel. Mais tu les as dépassés, car tu as compris que le dialogue avec le transcendant possède une valeur encore majeure que les études et l'interprétation de l'Esprit qui t'ont été fournis par quelqu'un d'autre. Puis, quand tu t'es aperçus que l'idée que tu t'étais faite du Père était erronée, ou incomplète, le dialogue que tu menais avec Lui est devenu de plus en plus hésitant, et tu as donc commencé à préférer par vouloir tout d'abord comprendre avec qui tu étais réellement en train de converser. A partir de ce moment tu as débuté un parcours d'approfondissement des diverses religions qui se trouvent autour de toi, outre à celle qui t'a accompagné depuis ton enfance. Après peu, tu as senti l'exigence de vouloir te débarrasser de tous les préconcepts acquis, car tu as compris qu'ils n'étaient que des freins et des illusions, et que la religion est avant tout un moyen qui te conduit à ton objectif, mais qui ne correspond pas seulement à cet objectif. Tu sais que ce monde est instable, et

tu ne d'intéresse plus à son sort, comme de la même manière tu ne te préoccupe plus des personnages qui l'habitent, ou des plans de dominations que sont en train d'exécuter les archontes sur l'humanité. Tu laisses que le destin du monde suive son cours, car tu sais que tu ne te dois point t'occuper de ce qui est destiné à s'effacer, et tu préfères plutôt t'intéressé de ce qui peut retourner à vivre, et ceci pour toujours: toi-même.

Maintenant que tu te trouves en cette retraite, il est important que tu te concentre sur la dernière étape. Voici-ci quelques indications qui vont t'aider à rendre profitable dans la meilleur des manières ces journées:

- **Repos:** Pour réussir à méditer avec une bonne concentration, il est nécessaire être bien reposé. Il est donc important d'offrir à ton corps un juste repos, en l'aidant avec une régulière et habitudinaire distribution des heures de sommeil. Ne jamais donc aller au lit trop tard, pour permettre une bonne méditation matinière.
- **Silence:** Abandonne le monde et les ses préoccupations derrière toi. Et ceci soit pendant les exercices qui te seront assignés, soit pendant tout le reste de tes journées de retraite. Ne pense pas à ce qui se passent dans le monde, et n'en parles pas. Evite de créer des débats.
- **Prière:** A chaque début de méditation, prit le Père en Lui disant que tu vas Lui dédier totalement ton temps en manière complètement gratuite. En effet, il est fondamentale d'avoir toujours bien en tête que le temps que tu dédis à la méditation est pour Lui, e non pas pour toi. Tu cherches la Source, et non pas ses fruits.

Que la paix et la Connaissance du Christ puissent nous indiquer le chemin du retour vers le Père.

Simon Pozzi

