

BONJOUR A TOUS

Pour ce mois de JANVIER

2024



Nous Vous proposons

**LE BONHEUR**

&&&&&&&

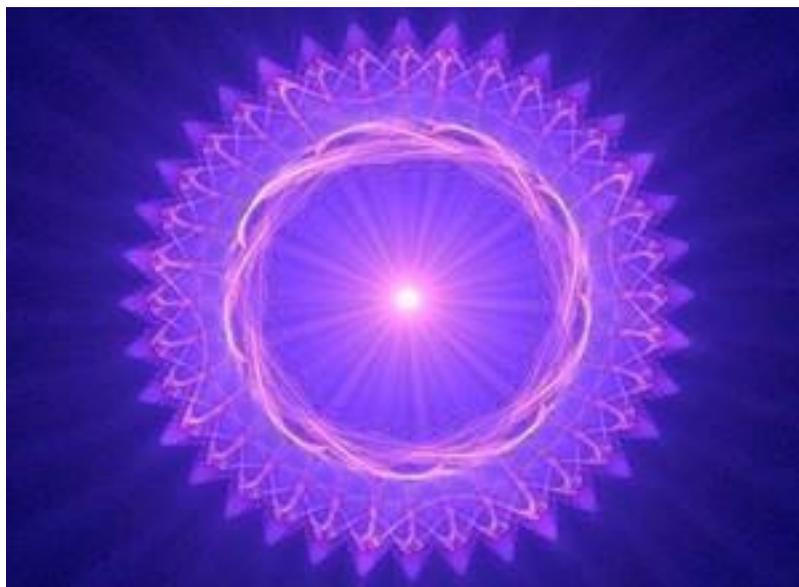
&&&&&&&

LE RIRE...

&&&&&&&

BONNE ANNEE

&&&&&&&



# LE BONHEUR

**Ce mot est tellement abstrait qu'il est difficile de l'exprimer, car pour chacun d'entre nous atteindre ce Nirvana, semble demander un effort insurmontable, comme si vous vouliez accéder au sommet d'une montagne sans équipements et sans préparation...**

**Mais cette MONTAGNE c'est vous qui l'avez créé...**

Le bonheur ne se trouve pas avec beaucoup d'effort et de volonté mais réside là, tout près, dans la détente et l'abandon.  
Ne t'inquiète pas, il n'y a rien à faire.  
Tout ce qui s'élève dans l'esprit n'a aucune importance parce qu'il n'a aucune réalité.  
Ne t'y attache pas. Ne te juge pas.  
Laisse le jeu se faire tout seul, s'élever et retomber, sans rien changer, et tout s'évanouit et recommence à nouveau, sans cesse.  
Seule cette recherche du bonheur nous empêche de le voir.  
C'est comme un arc-en-ciel qu'on poursuit, sans jamais le rattraper, parce qu'il n'existe pas, qu'il a toujours été là et t'accompagne à chaque instant.  
Ne crois pas à la réalité des expériences bonnes ou mauvaises, elles sont comme des arcs-en-ciel.  
A vouloir l'insaisissable, on s'épuise en vain.  
Dès lors qu'on relâche cette saisie, l'espace est là, ouvert, hospitalier et confortable.  
Alors profite-en. Tout est à toi, déjà.  
Ne cherche plus.  
Ne va pas chercher dans la jungle inextricable l'éléphant qui est tranquillement à la maison.

Rien à faire

Rien à forcer

Rien à vouloir

Et tout s'accomplit spontanément.

**Lama Guendune Rinpoché**



&&&&&&&

## LE RIRE

Très souvent nous vous invitons à redevenir ENFANT...  
C'est bien cet enfant qui nous apprend à rire naturellement, sans  
arrière-pensée. Prenez l'habitude de rire même de vos erreurs... et  
c'est ainsi que toutes les cellules de votre corps seront joyeuses et vous  
serez détendu simplement par ce rire NATUREL ...

## Qu'est-ce que le rire ?

C'est une réaction spontanée de la conscience à une situation où deux événements, incident ou personnes, sont naturellement incompatibles, étrangères l'une à l'autre, en désaccord ou à opposition.

C'est une **réaction en chaîne** que vive tous les êtres des espèces supérieures, capables de jugement ou de perception. **Il élimine les tensions.** La « réaction en chaîne » se ressent au niveau du diaphragme qui protège le cœur et le système nerveux.

Vous l'avez vu un examina la nature de la création : tout fut fait au mieux, dans la conception et la croissance des corps vivants, pour créer des corps parfaitement adaptés à l'environnement, afin que leurs occupants se sentent à l'aise, heureux et vivent détendu. Les tensions sont les ennemis de la santé.

Elles sont contraires à la **Volonté de la Conscience Divine.**

Un éclat de rire spontané et cordial et d'abord vécu comme un jaillissement de conscience qui se propage dans la tête, provoquant l'allègement de toute la conscience. Il est immédiatement suivi de la « réaction en chaîne » physique du rire, vécue comme une légère pression cadencée de la respiration sur le diaphragme qui élimine toute tension et fait disparaître tout résidu d'amertume.

Parfois, le rire provoqué par une situation très amusante se prolonge tellement que la personne finit par n'en plus pouvoir, mais en même temps elle se sent heureuse et regrette que le rire se soit arrêté.

La plupart des gens témoigneront que le rire suscite un vrai bien-être, même si juste avant ils étaient en plein conflit. Si quelqu'un peut rire sincèrement en voyant l'absurdité d'une situation là où il y avait auparavant colère ou offense, toute tension disparaît et les relations redeviennent spontanément cordiales.

Le rire est un véritable cadeau d'amour à envoyer à celui que son ego domine et qui a besoin de s'en libérer.

Lorsque la pulsion de l'ego aura relâché suffisamment son emprise sur votre esprit et vos émotions, le rire vous viendra spontanément et vous apportera une merveilleuse sensation de libération. La « réaction en chaîne » du rire élève vos fréquences vibratoires de conscience : c'est en effet de l'énergie libérée là où vous en avez le plus besoin, au-dessus du cœur, dans le diaphragme, le siège de vos émotions - mais aussi et surtout, **RIRE** est une manifestation de la pure **Conscience Divine.**

**Ainsi, le rire est Divin**

## Le RIRE et votre enfant intérieur.

En lisant ces **Lettres** et en méditant, au fur et à mesure que vos niveaux de fréquences vibratoires de conscience s'élèvent, votre esprit jugera indésirables ses vieux schémas mentaux. Vous chercherez par des moyens divers à les éliminer de votre conscience. Plus vous vous élèverez spirituellement, plus vous voudrez vous débarrasser de ces indésirables pulsions de l'ego. Vous les supporterez de plus en plus difficilement, vous

priez et vous aurez hâte d'être soulagé. Vous constaterez, en vous tournant vers la **Conscience Divine et en lui demandant ardemment Son aide, combien vous serez soutenu.** Vous vous libérerez des pensées et réactions indésirables et le rire vous viendra de plus en plus spontanément. Vos tensions disparaîtront, vos pensées s'allègeront, vos relations seront plus faciles, affectueuses, bienveillantes. Vous deviendrez plus conscient de la vie elle-même, de tout ce qu'elle peut vous offrir, vous montrer, vous faire vivre. Vous tirerez davantage de joie, de plaisirs simples, vous serez moins blasés dans vos appétits, consommerez moins de nourriture, de divertissements. Vous vous sentirez plus heureux seul avec vous-même et finirez par vous réjouir en **votre seule compagnie car La Conscience Divine infusera votre conscience humaine de Son propre État sublime de BIEN-ÊTRE.**

Petit à petit vous retournerez à votre état « d'enfant » qui contemple le monde d'un œil heureux et curieux.

Il ne s'agit pas là de sénilité : il s'agit d'un état plus conscient et vibrant, quel que soit votre âge.

**C'est « l'état d'être » dont je vous parlais quand je disais : « A moins que vous ne redeveniez comme de petits enfants, vous n'entrerez pas dans le Royaume des Cieux ». En fait, j'ai dit que lorsque vous entrez dans le Royaume des Cieux, vous devenez comme un petit enfant - un enfant émerveillé et joyeux.**

**Je donne ces Lettres au monde afin que ceux qui les lisent et les absorbent puissent finalement entrer dans le Royaume des Cieux et atteindre cet état de joie qui provient de la pureté de l'esprit et de l'innocence.**

## **Les exercices spirituels**

Si vous participez à des ateliers « d'exercices spirituels » où que l'on vous demande « d'imaginer » certaines conditions, soyez sûr qu'en suivant de telles instructions, vous resterez enraciné dans la dimension matérielle de l'ego.

L'imagination n'a rien en commun avec « l'esprit ». L'imagination est l'exercice de votre propre conscience humaine que vous devez transcender pour accéder à des niveaux supérieurs de conscience spirituelle. Ces niveaux ne sont pas imaginaires : ce sont des niveaux de Réalité, des niveaux spirituels réguliers de fréquences vibratoires de la conscience spirituelle. Les fréquences spirituelles sont celles de la Conscience Spirituelle Divine, et non celles de l'imagination mentale terrestre.

Soyez donc vigilant quant au choix de vos enseignants.

Seuls l'Immobilité et le Silence absolus de votre conscience ouvriront les portes qui permettront à la **Conscience Divine** d'entrer dans votre esprit et c'est là ce que tout le monde devrait rechercher. Si vous avez soif et avez besoin de boire, pourquoi imaginer que vous êtes à côté d'un lac ? Allez au lac lui-même et buvez l'eau pure et rafraîchissante.

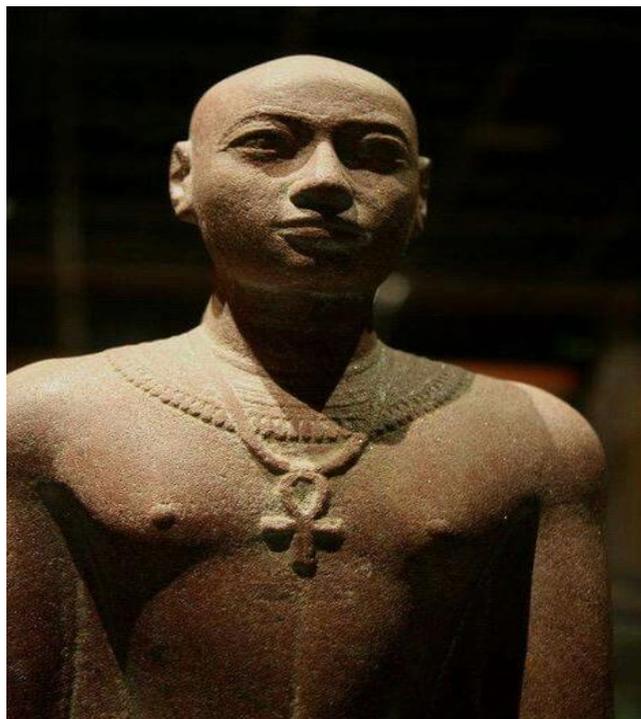
Je répète, l'imagination n'est pas spirituelle : c'est l'exercice de votre volonté au sein de votre volonté dans votre niveau actuel de conscience

## Extrait des LETTRES DU CHRIST



&&&&&&&

# BONNE ANNEE



C'est avec ces mots, issus d'un « authentique chef d'œuvre (égyptien) dont plus d'une subtilité nous échappe encore » ( B.Mathieu), que je voudrais vous souhaiter une année 2024 marquée par l'accomplissement de vos projets, une joie authentique et une aspiration commune à la paix dans notre monde bouleversé.

Pour la sagesse égyptienne, les mots ont un sens, et respecter la *maât*, socle de l'éthique antique, c'est aussi respecter leur valeur intrinsèque, être à l'écoute de l'autre, et j'ajouterais, du « Tout-Autre », quelle qu'en soit notre propre définition, et notre aspiration à une vie plus ample.

Sincèrement,

Florence

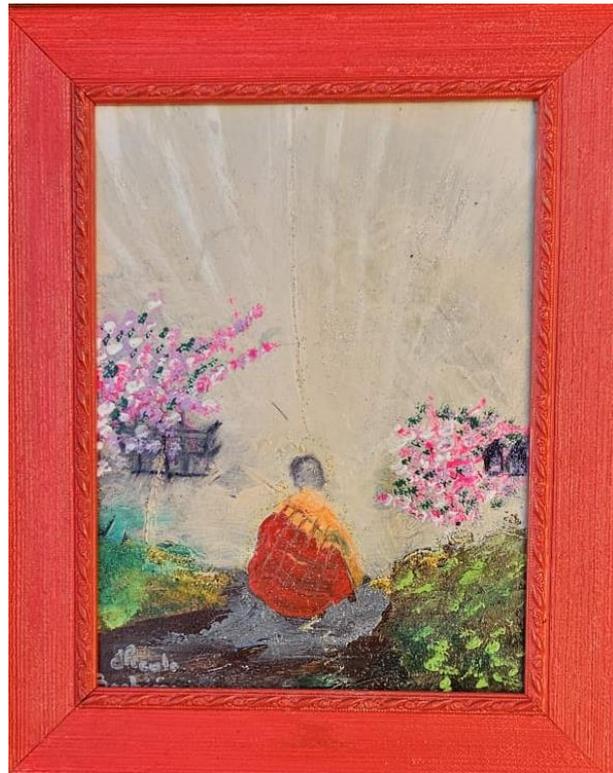
*Ne dis pas de mensonge,  
Ne te montre pas léger  
Ne t'égare pas : tu dois être le modèle !*

*Tu dois être l'aviron de gouverne selon la voile,  
Fends le courant pour pratiquer la maât  
(Justice, Équité, Vérité, Solidarité)  
Prends garde à ne pas t'échouer avec la corde de barre  
L'amarre du pays ( d'une vie), c'est pratiquer la maât.*

*C'est le peson, ta langue,  
C'est le poids, ta conscience.*

*Les plaintes du paysan éloquent, ( extraits) , vers 1800 av.J.-C.*

**Maât** est, dans la mythologie égyptienne, la déesse de l'harmonie cosmique, de la rectitude, de l'ordre et de l'équilibre du monde, de l'équité, de la paix, de la vérité et de la justice. [Wikipédia](#)



& & & & & &

Un GRAND MERCI À : Chantal, Florence, Sylvie, Nicole  
& Robert qui ont participé à cette lettre

# Puissance 3

## ENQUÊTES TROIS VOLETS

V1 L'Habitation et les Maladies    V2 Les Ondes Électromagnétiques sur  
la Santé    V3 Lieux Accidentogènes

**PRENEZ QUELQUES MINUTES POUR CONSULTER LE SITE  
CI-DESSOUS**

**QUI EST LE RÉSULTAT DE 2 ENQUÊTES**

RÉALISÉES PAR des GEOBIOLOGUES

Pensez à transmettre à toutes vos connaissances  
l'adresse de ce site qui concerne  
Toutes les personnes vivant SUR notre MÈRE-  
TERRE

Puissance  3.com

<http://www.puissancev3.com/>

Que LA PAIX DESCENDE

Sur

NOTRE TERRE

NOTRE PAYS

sur CHACUN D'ENTRE VOUS ...

*AMITIÉS*

La Paix soit toujours avec vous Ici et Maintenant

TRÈS BELLE JOURNÉE

CH CRANSAC

Géobiologue

TEL 0 679 819 527