



Exercice spirituel

Des bénédictions, des bénédictions à foison !

Je vous demande de faire un effort pour vous rappeler que tout ce qui vous arrive sert à vous rendre fort spirituellement, à fortifier votre amour.

Vous en sortez grandi : en sagesse, en compréhension et en compassion.

Voici un exercice spirituel très simple, qui vous aidera à vous élever au-dessus des émotions aveugles engendrées par les rigueurs du quotidien : voyez-vous comme un aigle majestueux. Appuyez-vous sur le vent qui glisse sous vos ailes. Envolez-vous doucement. Regardez la terre et les nuages de pluie qui la couvrent en ce moment et tombent au loin, bien en dessous de vous.

Sentez l'air frais. Voyez le ciel d'un bleu cristallin qui vous entoure.

Maintenant, levez votre regard. Le soleil est là ! Dans sa lumière étonnamment douce se tient le MAHANTA. Écoutez attentivement. Il vous prodiguera davantage de conseils.

– Harold Klemp, *La Parole de Vie*, Tome 4, p. 212