

Blue Time ou la Thérapeutique du Repos.

Chers étudiants de SamaelGnosis.us:

Afin de mieux connaître la didactique de la compréhension et la mort de nos défauts psychologiques que nous vous suggérons de prendre le [Cours de Gnose](#) (40 leçons) et les livres: [Psychologie Révolutionnaire](#) et [La Grande Rébellion](#).

Blue Time ou la Thérapeutique du Repos.

Sur le seuil du mystérieux Temple de Delphes, était gravée dans la pierre vive, une maxime grecque qui disait « Nosce te Ipsum, Homme, connais-toi toi-même et tu connaîtras l'Univers et les Dieux».

L'étude de soi-même et la réflexion sereine se concluent évidemment en dernière instance dans la quiétude et le silence du mental.

Quand le mental est calme et silencieux, non seulement au niveau superficiel, intellectuel, mais dans tous et chacun des 49 départements subconscients, alors apparaît quelque chose de neuf, la conscience ou l'Essence se désembouteillent et l'éveil de l'âme, l'extase et le Samadhi surviennent.

La pratique quotidienne de la méditation nous transforme radicalement. Les gens qui ne travaillent pas à l'annihilation du Moi vivent en flirtant d'école en école, ils ne trouvent pas leur centre permanent de gravité et meurent en ayant échoué, sans avoir obtenu l'Autoréalisation intime de l'Etre.

L'éveil de la conscience n'est possible qu'au moyen de la libération et de l'émancipation du dualisme mental, de la bataille des antithèses, de la tumeur intellectuelle. N'importe quelle lutte subconsciente, infraconsciente ou inconsciente se convertit en un obstacle à la libération de l'Essence.

Toute bataille antithétique, aussi insignifiante et inconsciente soit-elle, accuse, dans les enfers atomiques de l'homme, des points obscurs et méconnus. Observer et connaître ces aspects infrahumains de soi-même est indispensable pour obtenir l'absolue quiétude et le silence du mental. Ce n'est qu'en l'absence du Moi qu'il est possible d'expérimenter et de vivre la Révolution Intégrale et la Révolution de la Dialectique.

Le Blue Time, ou Thérapeutique du repos, a des règles de base sans lesquelles il serait impossible de nous émanciper des fers mortifiants du mental. Ces règles sont :

1 Relaxation : il est indispensable d'apprendre à relaxer le corps pour la méditation, aucun muscle ne doit rester sous tension.



Il est urgent de provoquer et de graduer le sommeil à volonté. Il est évident que de la sage combinaison du sommeil et de la méditation résulte ce qui s'appelle l'Illumination.

2 Rétrospection : que cherche-t-on par la rétrospection ? L'animal intellectuel, en raison de la vie mécanique qu'il vit quotidiennement, s'oublie lui-même et tombe dans la fascination ; il marche la conscience endormie, sans se rappeler ce qu'il a fait à l'instant de se lever, en méconnaissant ses premières pensées du jour, sa conduite et les lieux où il a été.

La rétrospection a pour finalité la prise de conscience de tous les comportements et actions du passé. En réalisant la rétrospection dans la méditation, nous ne mettons pas d'objection dans le mental ; nous apportons le souvenir des situations du passé, depuis l'instant où commence la rétrospection jusqu'au moment de la vie que nous désirons. Nous devons étudier chaque souvenir sans nous identifier à lui.

3 Réflexion sereine : premièrement, il faut nous rendre pleinement conscients de l'état d'âme dans lequel nous nous trouvons avant que surgisse n'importe quelle pensée. Observer sereinement notre mental, porter une attention pleine sur toute forme mentale qui ferait son apparition sur l'écran de l'intellect.

Il est péremptoire de nous convertir en vigiles de notre propre mental durant toute activité agitée, et de nous arrêter un instant pour l'observer.

4 Psychanalyse : enquêter, s'enquérir, rechercher la racine et l'origine de chaque pensée, souvenir, affection, émotion, sentiment, ressentiment, etc., au fur et à mesure qu'ils surgissent dans le mental.

Durant la psychanalyse, on devra examiner, évaluer et enquêter sur l'origine, la cause, la raison ou le motif fondamental de chaque pensée, souvenir, image et association au fur et à mesure qu'ils surgissent du fond du subconscient.

5 Mantralisation ou koans : les objectifs de cette étape sont :

- a) mélanger dans notre univers intérieur les forces magiques des mantras ou koans,
- b) éveiller la conscience,
- c) accumuler de façon intime des atomes christiques de très haut voltage.

Dans ce travail psychologique, l'intellect doit assumer un état réceptif, intégré, unitotal, plein, tranquille et profond. Avec les koans ou phrases qui déstabilisent le mental, on obtient l'état réceptif unitotal.

6 Analyse superlative : elle consiste en une connaissance introspective de soi-même. Nous introvertir est indispensable durant la méditation de fond.

Dans cet état, on travaillera au processus de la compréhension du Moi, ou défaut, que l'on veut désintégrer. L'étudiant gnostique se concentrera sur l'agrégat psychologique et le maintiendra sur l'écran du mental. Avant tout, il est indispensable d'être sincère avec soi-même.

L'analyse superlative comporte deux phases qui sont :

a) L'autoexploration : rechercher au fond de la conscience et dans les 49 niveaux du subconscient quand le défaut s'est manifesté pour la première fois dans la vie, quand ce fut la dernière fois, et à quel moment il a le plus de force pour se manifester.

b) L'Autodécouverte : rechercher quels sont les aliments du Moi. Fractionner et diviser le défaut en plusieurs parties et étudier chacune de ces parties pour arriver à connaître de quel type de Moi il provient et quels types de Moi dérivent de lui.

7 Autojugement : faire asseoir le défaut étudié sur le banc des accusés. Porter un jugement sur les dommages qu'il a occasionnés à la conscience et les bénéfiques qu'apporterait à notre vie l'annihilation du défaut qui est jugé.

8 Prière : à la Divine Mère Kundalini, la Mère intérieure et individuelle, on la priera avec beaucoup de ferveur. On lui parlera avec franchise et en introvertissant tous les défauts et fautes que nous avons, pour qu'elle, qui est la seule capable de désintégrer les Moi, les désintègre jusqu'à leur racine même.

Il est agréable et intéressant d'être présent, chaque fois qu'on le peut, dans les salles de méditation des Lumitiaux gnostiques.

Il est indispensable de toujours pratiquer la méditation avec les yeux fermés afin d'éviter les perceptions sensorielles externes.

Glossaire:

Kundalini Mère: L'aspect féminin de notre être ou Esprit.

Mantra: Une sage combinaison des sons dans le but de l'avantage mental, physique ou spirituel.

Koan: Phrase énigmatique que l'esprit est incapable de résoudre, en l'utilisant, les esprits se fatiguent et se encore. Exemple: «Ce n'est pas l'esprit, ce n'est pas le Bouddha, ce n'est rien".

«Moi »: défauts psychologiques que nous portons en, la colère, l'orgueil, la paresse, la gourmandise, l'envie, la peur, la cupidité, etc.

Instituto Cultural Quetzalcóatl de Antropología Psicoanalítica, A.C.
www.samaelgnosis.net et www.samaelgnosis.net/fr/