



L'Observation est la porte du Silence

La réalisation n'est pas une manne mystérieuse tombant du ciel sur quelques privilégiés, mais une composante du processus évolutif humain. Un nombre sans cesse croissant le vivront au cours de ce millénaire.

Il y a trois étapes. **Premièrement, vous observez, vous vous observez.** En fait c'est l'esprit qui observe l'esprit. Puis cette **Observation, cette observation de soi, fera place à un état de non action de l'égo.** Les pensées disparaîtront et vous entrerez dans le **Silence.** Dans l'état de Silence, de nombreuses Energies sont activées. **L'Energie vitale sera perçue.**

C'est un processus progressif, comme le vieillissement, et la différence entre ces étapes n'est pas très prononcée. L'observation est le processus essentiel de la méditation, il a pour carburant la belle respiration qui entretient la claire conscience. ce processus vise à nettoyer le mental de ses impuretés, pour nous offrir en retour la vérité de la belle fleur-Vie.

