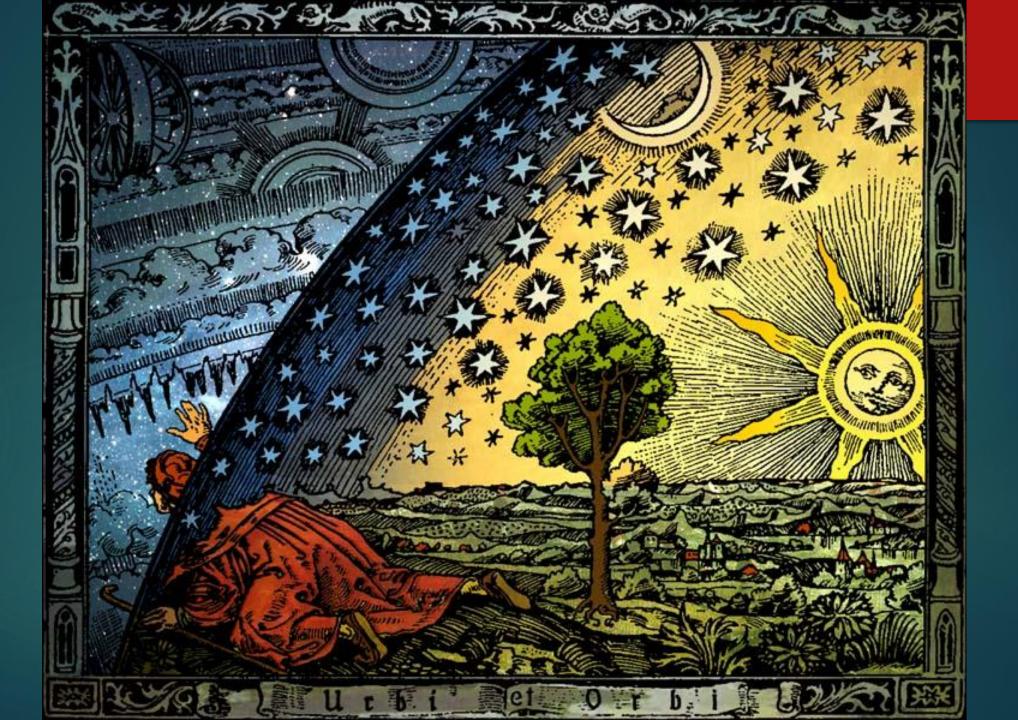
**Dr Xavier ETIENNE** xetienne@gmail.com www.lematriotisme.com

# LES ETATS SUPERIEURS DE CONSCIENCE

L'AGE D'OR

LES COMBATS POUR LA LIBERATION

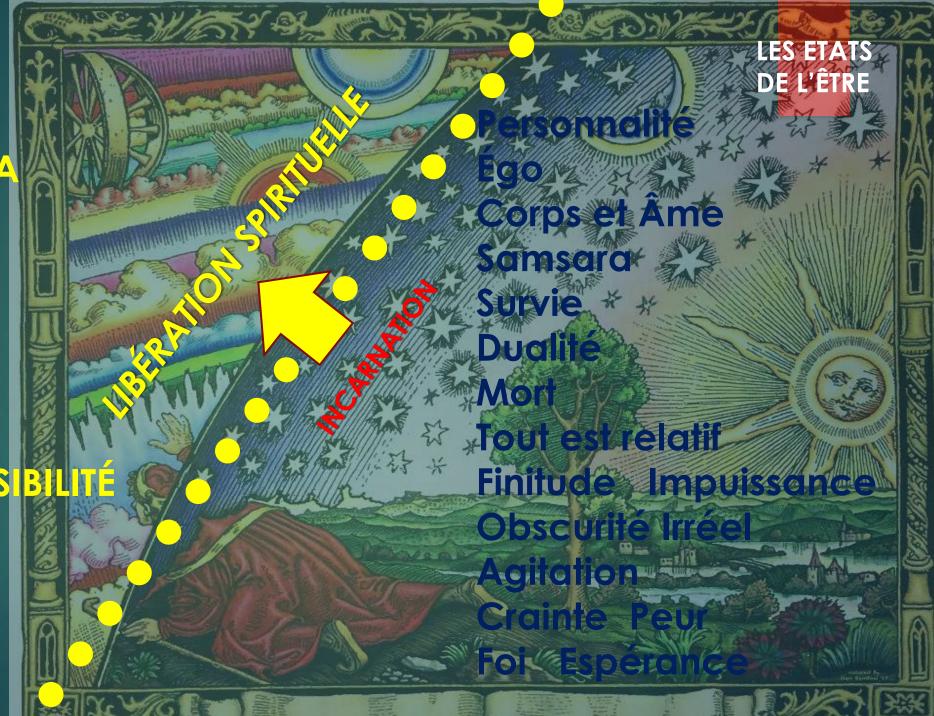




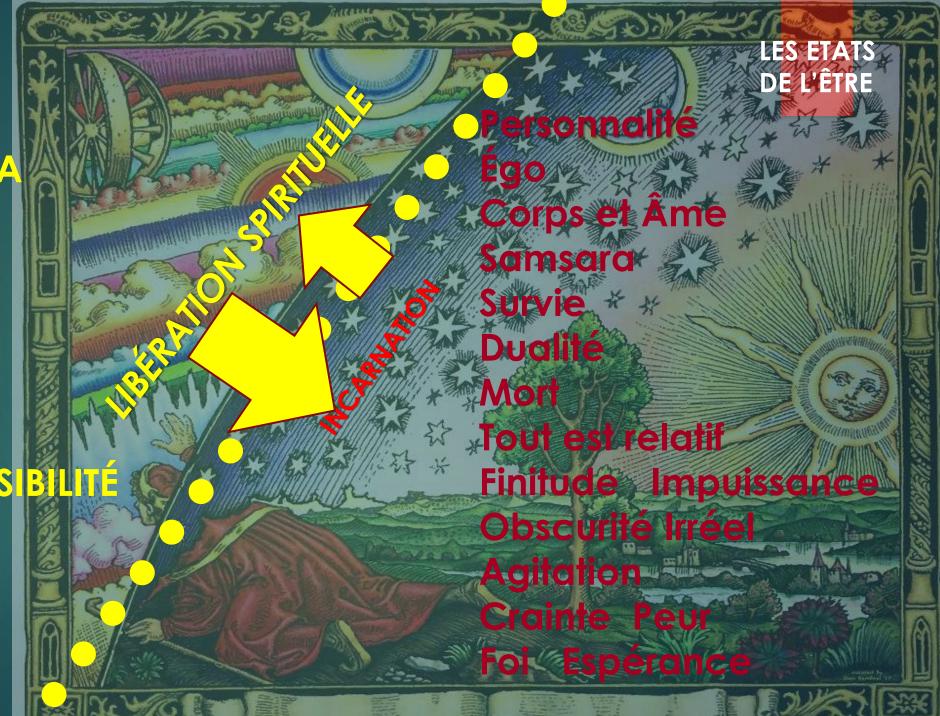




ÊTRE **ESSENCE DIVINE ESPRIT** SAT CHIT ANANDA **SUR-VIE** UNITÉ **IMMORTALITÉ** ÉTERNITÉ VÉRITÉ **ABSOLU** INFINI OMNIPOSSIBILITÉ LUMIÈRE RÉALITÉ **SILENCE** SÉRÉNITÉ **PRÉSENCE** 



ÊTRE **ESSENCE DIVINE ESPRIT** SAT CHIT ANANDA **SUR-VIE** UNITÉ **IMMORTALITÉ** ÉTERNITÉ VÉRITÉ **ABSOLU** INFINI OMNIPOSSIBILITÉ LUMIÈRE RÉALITÉ **SILENCE** SÉRÉNITÉ **PRÉSENCE** 



- États inférieurs de conscience
- Situation du monde et besoins de l'humanité
- Etats supérieurs de conscience

**Définitions** 

**Exemples** 

- Le pèlerin et le pèlerinage

Conditions

**Processus** 

Étapes et combats

- Le Couronnement de l'Oeuvre:

de la survie à la Sur-Vie: de l'Age de fer à l'Age d'Or

#### LES ETATS INFERIEURS DE CONSCIENCE

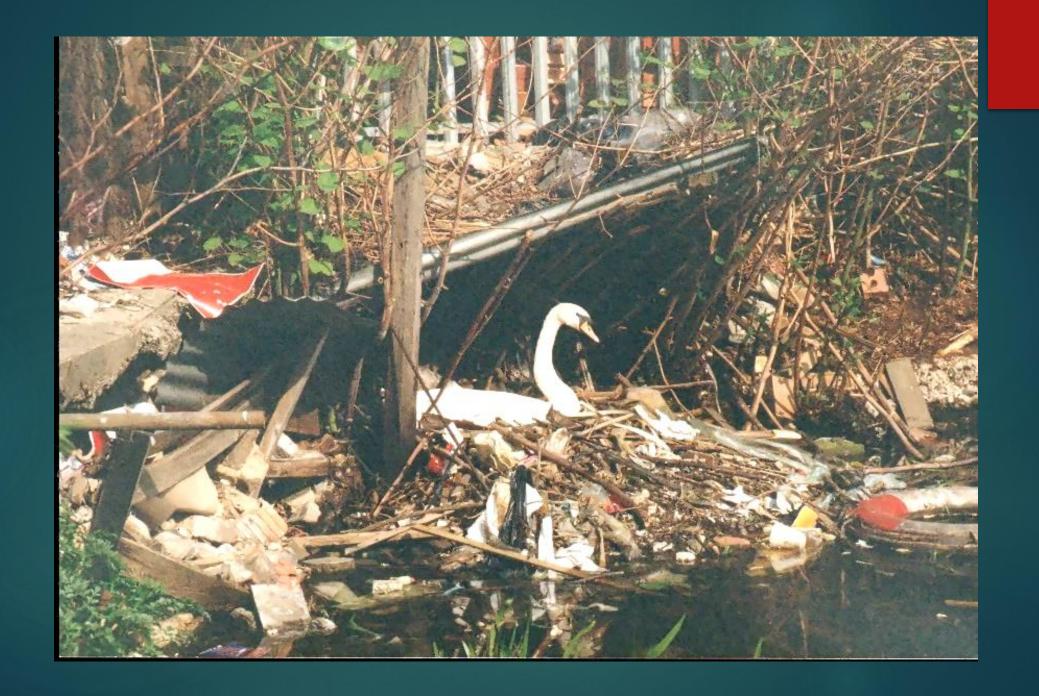
Pas de Lumière, pas de chaleur, pas de force

CONFUSION IMPUISSANCE HOSTILITÉ

DESORGANISATION +
IMPOSSIBILITE DE CHANGER =

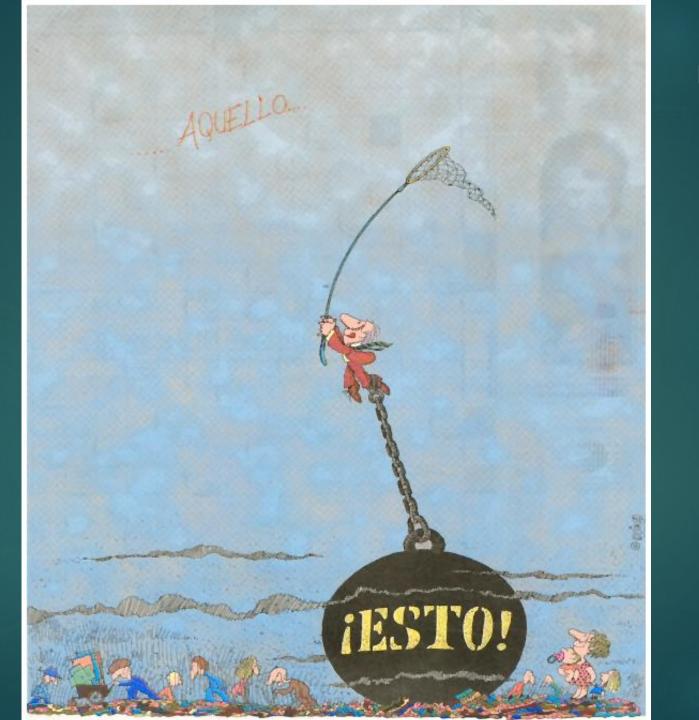
PÉNURIE D'ÉNERGIE

## SITUATION DU MONDE ET BESOINS DE L'HUMANITE









### LE KARMA LE CORPS DE DOULEUR

#### SITUATION DU MONDE ET BESOINS DE L'HUMANITE

Bombe démographique Bombe écologique:

- carence de ressources par épuisement
  - par pollution
- changement climatique (collapsus)
- choix énergétiques
- agriculture et élevage intensifs, stérilisation de la terre...

Bombe atomique

Bombe financière, spéculation...

Bombe sociale:

l'emploi, le logement, les transports...

les violences, les guerres, les déplacements de population Religions perverties, déséquilibrées, inefficaces, contre productives

• • •

Tous les voyants, sans exception, sont au rouge

#### SITUATION DU MONDE ET BESOINS DE L'HUMANITE

Spirale infernale.

Plus de problèmes que de solutions.

Chaque « solution » apportée est un autre problème

J. L. Lemoigne, écrivait : "Il faut apprendre à résoudre d'abord le problème qui consiste à poser le problème. »

Hémiplégie énergétique

#### Besoin d'énergie

Besoin de la force qui manque, la force yin féminine Besoin de changement, mais pas n'importe lequel: besoin absolu de transformation, de métamorphose (changement 2) Besoin de Magie puissante EN 1940: FANTASIA

de Disney

EN 1943: RAVAGES

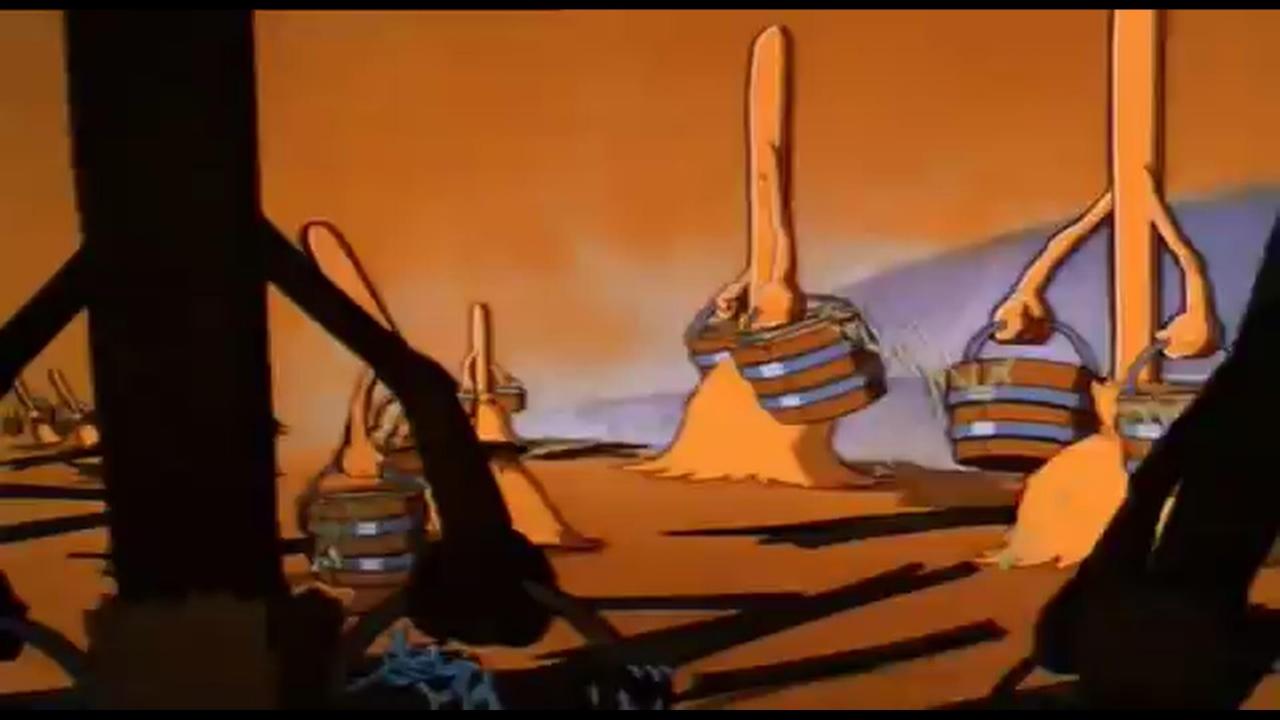
de Barjavel

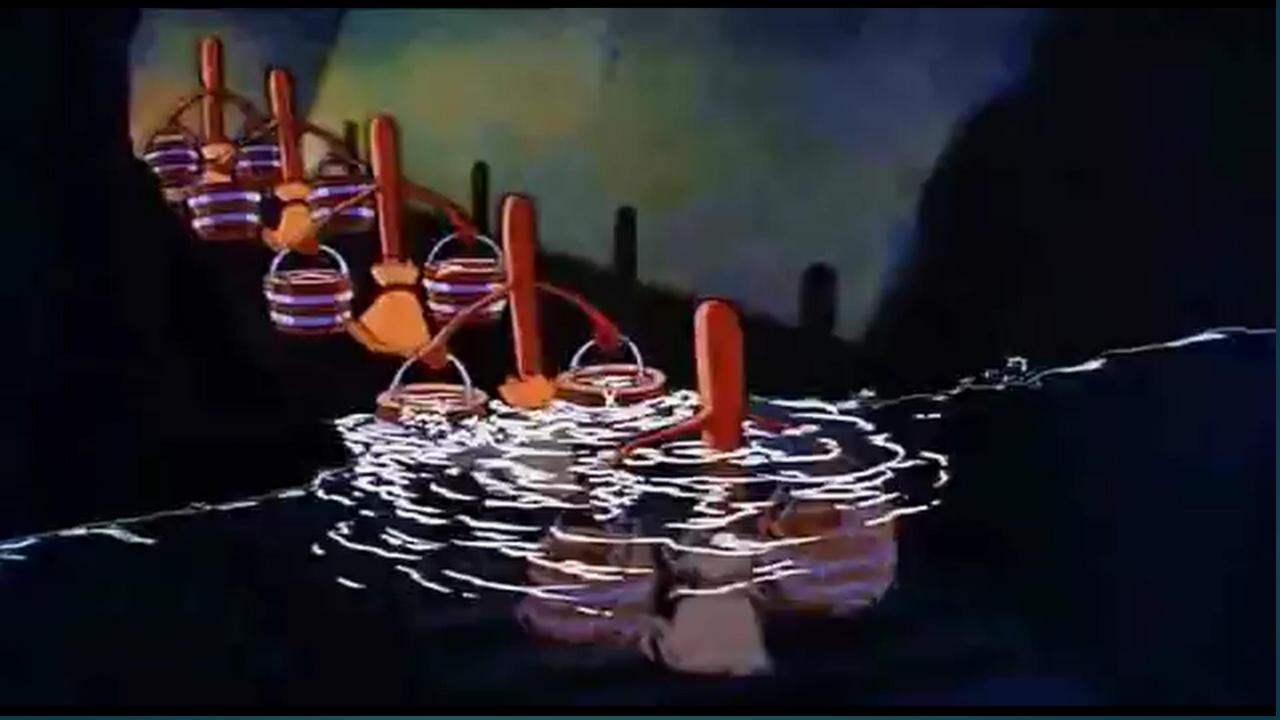




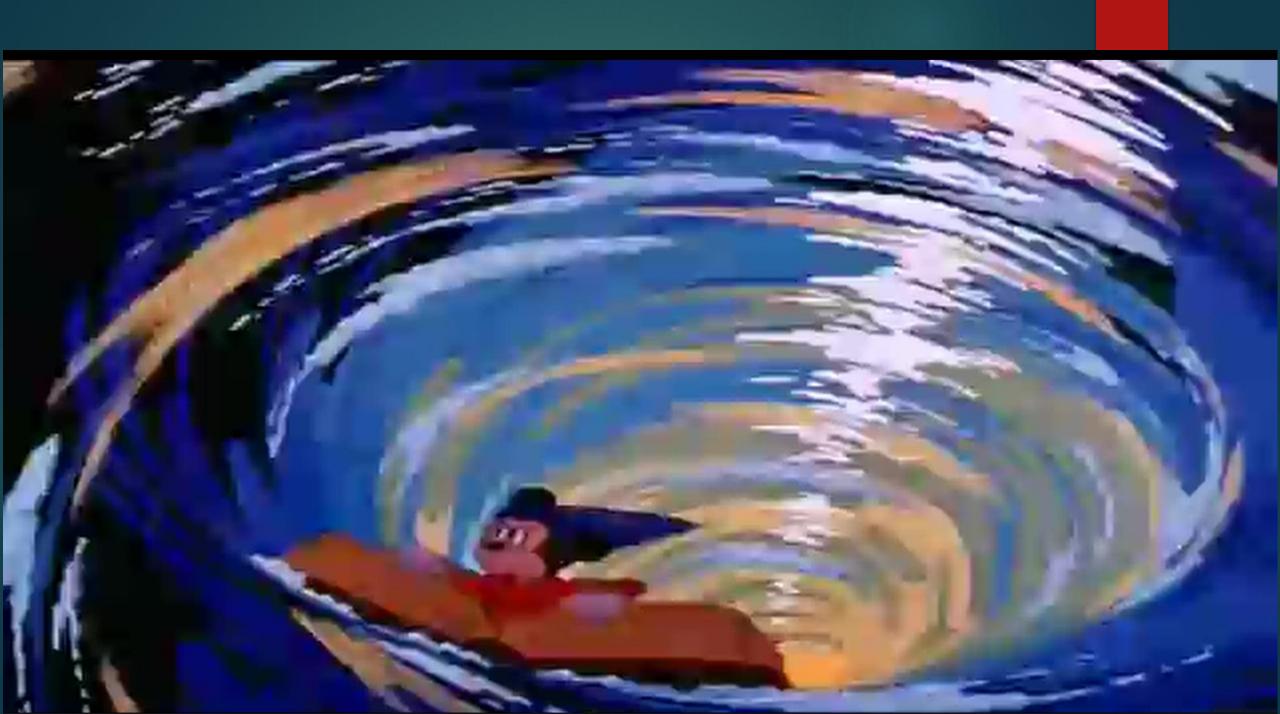


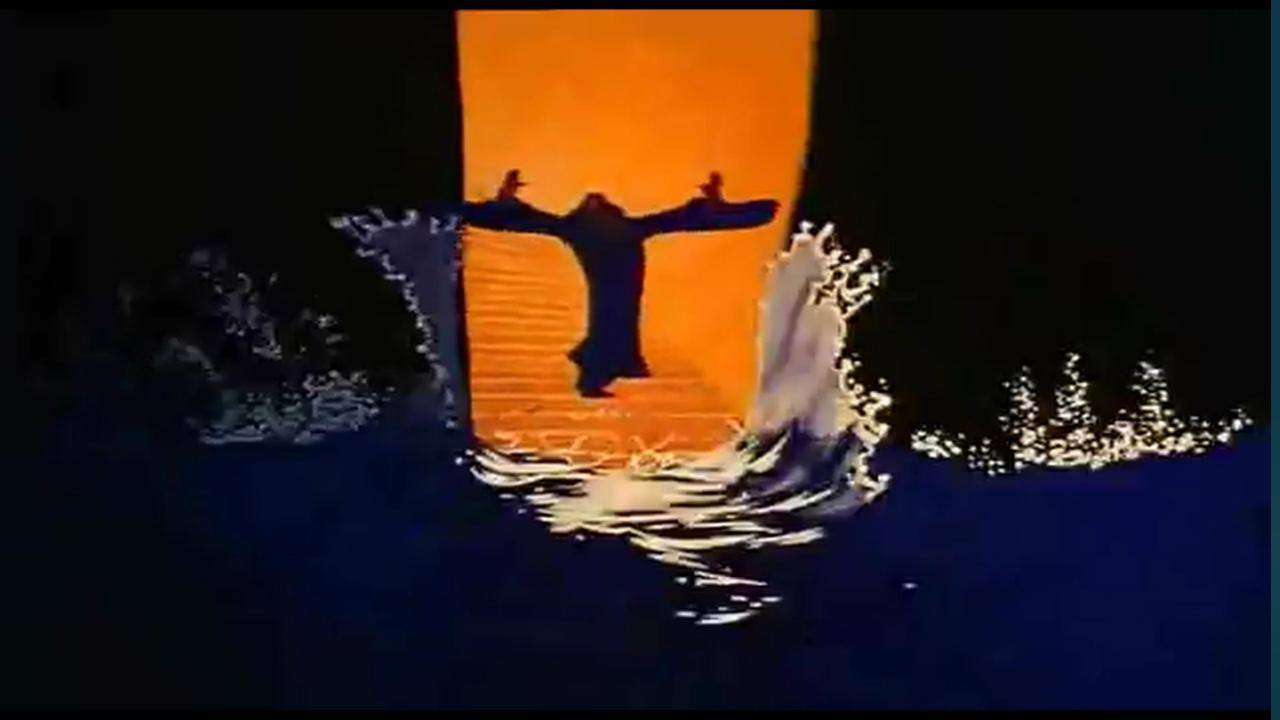














## LE DÉSÉQUILIBRE DE L'HUMANITÉ

Nous voyons les manifestations du déséquilibre de l'humanité. Dans le meilleur des cas, nous voyons le déséquilibre.

Mais nous ne voyons pas ce qu'il y a derrière, ce qui le génère

# L'ENERGIE DU VIVANT

## L'ENERGIE DU VIVANT

**PÉNURIE** 

**PLÉNITUDE** 

=

**DESORGANISATION** 

+

**IMPOSSIBILITE DE CHANGER** 

**CHANGEMENTS** 

+

**RÉORGANISATION** 

## L'ENERGIE DU VIVANT EST BIPOLAIRE, ELLE EST COMPOSEE DE DEUX FORCES

**UNE FORCE YANG (MASCULINE)** 

UNE FORCE YIN (FÉMININE)

Force YANG

**d'AFFRONTEMENT** 

qui vise et obtient

L'ÉLIMINATION

de l'adversaire ou de la situation de l'adversaire ou de la situation

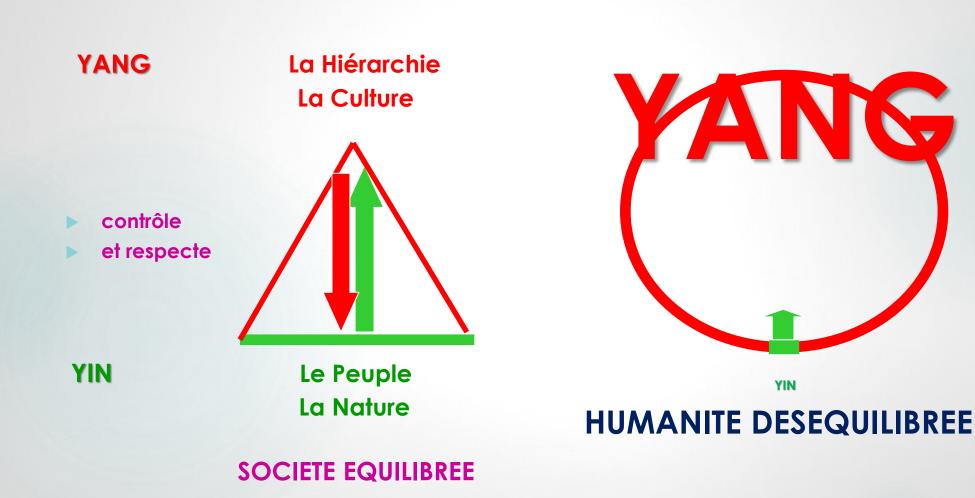
**Force YIN** 

d'INFLUENCE

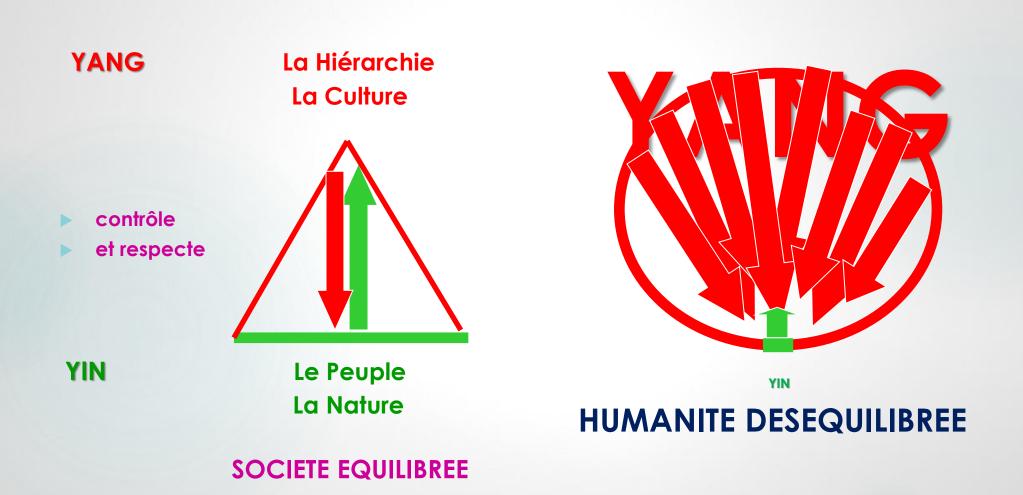
qui vise et obtient

LA TRANSFORMATION

# L'HUMANITE, SOCIETE DESEQUILIBREE



# L'HUMANITE, SOCIETE DESEQUILIBREE



Dieu supporte mes imperfections comme je supporte ses perfections. Je lui fais mal en tant que temple qu'il ne peut pas habiter, Il me fait mal en tant que Roi que je ne peux pas héberger

## LES ETATS SUPERIEURS DE CONSCIENCE



L'ÉVEILLÉ

LE LIBÉRÉ VIVANT

LE DARPANA BOUDDHA

LE DEUX-FOIS NÉ

LE JIVAN-MUKTA

LE SIDDHA

LE MAÎTRE

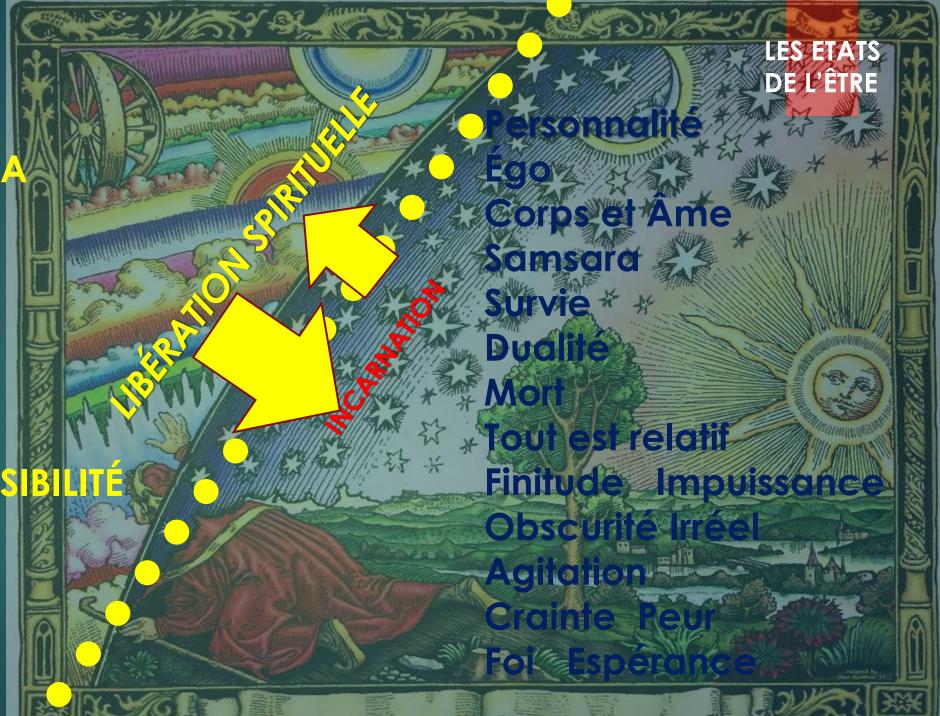
**LE SAINT** 

Les hommes éveillés n'ont qu'un monde, mais les hommes endormis ont chacun leur monde.

Héraclite d'Ephèse

L'homme n'est que l'ombre de l'Homme Et l'Homme n'est que l'ombre de Dieu

ÊTRE **ESSENCE DIVINE ESPRIT** SAT CHIT ANAND **SUR-VIE** UNITÉ **IMMORTALITÉ** ÉTERNITÉ VÉRITÉ **ABSOLU** INFINI OMNIPOSSIBILITÉ LUMIÈRE RÉALITÉ **SILENCE** SÉRÉNITÉ **PRÉSENCE** 



# LA BÉATITUDE ANANDA

#### LA BEATITUDE

#### <u>Larousse</u>:

- 1. Relig. Félicité céleste des élus.
- 2. Bonheur parfait, euphorie

#### <u>Petit Robert</u>:

- 1° Théol. Félicité parfaite dont jouissent les élus.
- 2° Par ext. Bonheur parfait

#### LA FELICITE

#### <u>Larousse</u>

Grand bonheur, contentement intérieur, béatitude

#### Petit Robert

- 1° Bonheur sans mélange, généralement calme et durable
- 2°Bonheur causé par une circonstance particulière

# SAT CHIT ANANDA

SAT: L'Existence, Le Réel

CHIT: La Connaissance, La Sagesse

ANANDA: La Béatitude, La Félicité

# **AIM KLIM HAMSAH**

AIM: La Lumière, la Connaissance, la Sagesse

KLIM: L'Amour Divin, la Compassion

HAMSAH: L'Absolu

### **CINQ TYPES DE JIVAN-MUKTA**

selon Shri Ramakrishna

- le libéré par inspiration reçue en rêve (svapna-siddha),
- le libéré arrivé par la voie d'un mantra (mantra-siddha),
- le libéré arrivé soudainement, comme s'enrichit un homme qui découvre un trésor (hathât- siddha),
- le libéré arrivé par la seule grâce de Dieu (krîpa-siddha)
- et enfin ceux qui ont toujours été parfaits (nitya-siddha).

#### Vingt minutes de réalité

« D'une manière entièrement inattendue (car je n'avais jamais rêvé d'une telle chose), mes yeux s'ouvrirent et, pour la première fois de ma vie, j'eus un aperçu fugitif de la beauté extatique du réel...

Je ne vis aucune chose nouvelle mais je vis toutes les choses habituelles dans une lumière nouvelle et miraculeuse, dans ce qui, je crois, est leur véritable lumière. Je perçus l'extravagante splendeur, la joie, défiant toute tentative de description de ma part, de la vie en sa totalité. Chacun des êtres humains qui traversaient la véranda, chaque moineau dans son vol, chaque rameau oscillant dans le vent était partie intégrante du tout, comme pris dans cette folle extase de joie, de signification, de vie enivrée. Je vis cette beauté partout présente. Mon cœur fondit et m'abandonna, pour ainsi dire, dans un ravissement d'amour et de délices... Une fois au moins, au milieu de la grisaille des jours de ma vie, j'aurais regardé dans le cœur de la réalité, j'aurai été témoin de la vérité. »

Miss Margaret Prescott Montague, Twenty Minutes of Reality, cite par W.T. Stace, Mysticism and Philosophy, Londres, Macmillan, 1960, p. 83-84.

« La rue est silencieuse, un rayon de soleil tombe de ma chambre, un recueillement profond se fait en moi ; j'entends battre mon cœur et passer ma vie... l'immensité tranquille, le calme infini du repos, m'envahit, me pénètre, me subjugue. Il me semble que je suis devenu une statue sur les bords du fleuve du temps... Dans ces moments, il semble que ma conscience se retire dans son éternité. Elle regarde circuler en dedans d'elle ses astres et sa nature, avec ses saisons et ses myriades de choses individuelles, elle s'aperçoit de sa substance même, supérieure à toute forme, contenant son passé, son présent et son avenir, vide qui renferme tout, milieu invisible et fécond, virtualité d'un monde qui se dégage de sa propre existence pour se ressaisir dans son intimité pure.

En ces instants sublimes, le corps a disparu, l'esprit s'est simplifié, unifié ; passions, souffrances, volontés, idées se sont résorbées dans l'être, comme les gouttes de pluie dans l'océan qui les engendre. Cet état est contemplation et non stupeur. Il n'est ni douloureux, ni joyeux, ni triste ; il est en dehors de tout sentiment spécial, comme de toute pensée finie. Il est la conscience de l'être et la conscience de l'omnipossibilité latente au fond de cet être. C'est la sensation de l'infini spirituel. C'est le fond de la liberté. »

Quelque chose partout, on ne sait où, rétrocède. Une impression aérienne remplace l'impression du compact. La matière a cessé d'être indiscutable.

Simultanément, il s'insinue une insituable, immense, indicible, injustifiable importance... incroyablement naturelle.

Criblé le physique, le métaphysique apparaît, est seul ressenti. Une onde métaphysique, une certitude métaphysique, un univers métaphysique.

Le profane alors se retire. Rien ne le retient plus. C'est le tour du sacré maintenant, de l'immatériel.

Au lieu que les pratique religieuses élèvent graduellement, grâce à des intermédiaires spiritualisants, ici le Spirituel d'emblée déborde ;

De Lui, à partir de « lui », les croyances, sans distinction de religion, reçoivent, avec un éclairage de vérité, l'animation, la vie, l'accomplissement.

La participation au divin aussitôt est offerte à toute foi.

D'un coup, en cette minute, est reçue la Révélation magique de l'insignifiance de la vie courante. Densité inattendue, trouvée grâce à une perte de densité.

Avec une évidence souveraine il apparaît que l'état habituel (qui dès lors ne semble plus que fortuit et subsidiaire) est, en fait, la perte prolongée de l'Infini, de l'Immense, de l'Absolu. C'en est, on le voit à présent, l'abandon, incessamment renouvelé au cours de la vie.

On a l'impression d'un retour merveilleux, (qui pourtant va de soi, qui était plus ou moins fatal) retour à ce qui EST, virtuellement là depuis toujours.

C'en est fini de la finitude. On en est délivré. Le fini de l'habituelle vie était donc – dirait-on – quelque chose comme un de ces caractères héréditaires récessifs qui s'effacent s'ils se trouvent en présence d'un caractère dominant.

Ainsi le matériel, le personnel, le divers, en présence de l'infini, cèdent, abandonnent.

Impersonnellement on est. On assiste et on n'assiste pas. Cependant plénièrement on vit dans l'extrême surabondance.

Nullement dans l'irréel, et plus du tout dans le réel ; dans un autre, dans un plus grand Réel.

...

On est à présent, là où l'on ne vise plus, dans un univers in-préhensible, pourtant sans contestation, injustifié sans avoir à se justifier.

Vide béatifique.

Vide qui est délivrance.

Sans fin, convertissant à ce qui est Sans Fin.

### ANDRÉ COMTE-SPONVILLE

Et soudain...Quoi ? Rien : Tout ! Pas de discours. Pas de sens. Pas d'interrogations. Juste une surprise. Juste une évidence. Juste un bonheur qui semblait infini. Juste une paix qui semblait éternelle. Le ciel étoilé au-dessus de moi, immense, insondable, lumineux, et rien d'autre en moi que ce ciel, dont je faisais partie, rien d'autre en moi que ce silence, que cette lumière, comme une vibration heureuse, comme une joie sans sujet, sans objet (sans autre objet que tout, sans autre sujet qu'elle-même), rien d'autre en moi, dans la nuit noire, que la présence éblouissante de tout ! Paix. Immense paix. Simplicité. Sérénité. Allégresse. Ces deux derniers mots semblent contradictoires, mais ce n'était pas des mots, c'était une expérience, c'était un silence, c'était une harmonie. Cela faisait comme un point d'orgue, mais éternel, sur un accord parfaitement juste, qui serait le monde. J'étais bien. J'étais étonnamment bien! Tellement bien que je n'éprouvais plus le besoin de me le dire, ni même le désir que cela continue. Plus de mots, plus de manque, plus d'attente : pur présent de la présence. C'est à peine si je peux dire que je me promenais : il n'y avait plus que la promenade, que la forêt, que les étoiles, que notre groupe d'amis... Plus d'égo, plus de séparation, plus de représentation : rien que la présentation silencieuse de tout. Plus de jugement de valeur : rien que le réel. Plus de temps : rien que le présent. Plus de néant : rien que l'être. Plus d'insatisfaction, plus de haine, plus de peur, plus de colère, plus d'angoisse : rien que la joie et la paix. Plus de comédie, plus d'illusions, plus de mensonges : rien que la vérité qui me contient, que je ne contiens pas.

# ANDRÉ COMTE-SPONVILLE

Cela dura peut-être quelques secondes ? J'étais à la fois bouleversé et réconcilié, bouleversé et plus calme que jamais. Détachement. Liberté. Nécessité. L'univers enfin rendu à lui-même. Fini ? Infini ? La question ne se posait pas. Il n'y avait plus de questions. Comment y aurait-il eu des réponses ? Il n'y avait que l'évidence. Il n'y avait que la vérité mais sans phrases. Que le monde, mais sans signification ni but. Que l'immanence, mais sans contraire. Que le réel, mais sans autre. Pas de foi. Pas d'espérance. Pas de promesse. Il n'y avait que tout, et la beauté de tout, et la vérité de tout, et la présence de tout. Cela suffisait. Cela faisait beaucoup plus que suffire! Acceptation, mais joyeuse. Quiétude, mais tonique (oui : cela faisait comme un inépuisable courage). Repos, mais sans fatigue. La mort ? Ce n'était rien. La vie ? Ce n'était que cette palpitation en moi de l'être. Le salut, Ce n'était qu'un mot, ou bien c'était cela -même. Perfection. Plénitude. Béatitude. Quelle joie! Quel bonheur! Quelle intensité!

Chapitre: Les phases du processus de transmutation. p 62.

4. Les souffrances causées par les périodes de dépression, par le flux et le reflux des énergies psychologiques, sont largement compensées par les périodes où l'apport d'énergies supraconscientes donne un avant-goût de la libération et de la valorisation de la personnalité entière qui seront le couronnement de la réalisation spirituelle. Cette vision apporte un profond réconfort, une puissante inspiration, elle est une source intarissable de force et de courage...

On peut ainsi se réjouir à l'avance en pressentant l'état de conscience de l'être qui a atteint la réalisation spirituelle ; cet état de conscience est caractérisé par la sérénité, la joie, un sens de sécurité profonde, de puissance intérieure, de compréhension éclairée et de rayonnement d'amour. Dans ses plus hauts aspects, c'est la réalisation de l'Etre essentiel, c'est la communion et l'identification avec la Vie Universelle.

. . .

L'ostention de tous les mystères s'est effectuée à tes yeux. Ta puissance est vraiment illimitée.

Parvenu à ce sommet de la perfection, tu as entièrement assujetti tes énergies physiques aux forces de ton âme

Tu possèdes la paraclèse de tous les maux, le panchreste universel!

Ta vie se sustentera d'elle-même, car tu sauras puiser à la source de la vitalité.

La distance et les obstacles n'existeront plus pour toi; tu commanderas à la nature et aux éléments; tu verras dans l'avenir et tu liras dans les consciences.

Et tu auras reconstitué ainsi l'état édénique primordial; et cette vie surélevée sera semblable, pour toi, à l'immortalité, dans laquelle tu entreras sans solution de continuité ni stase transitoire.

.../...

# LE PÈLERIN ET LE PÈLERINAGE

Conditions
Processus
Étapes et combats

L'EVEIL

LA BÊTE YANG

Force masculine

YANG

YIN

Force féminine

YIN

LA BELLE ENDORMIE



# LA BÊTE YANG

YANG

Force masculine

# PRINCESSE

Force féminine

YIN

LA BELLE ENDORMIE

# LA BÊTE YANG

YANG PRINCE

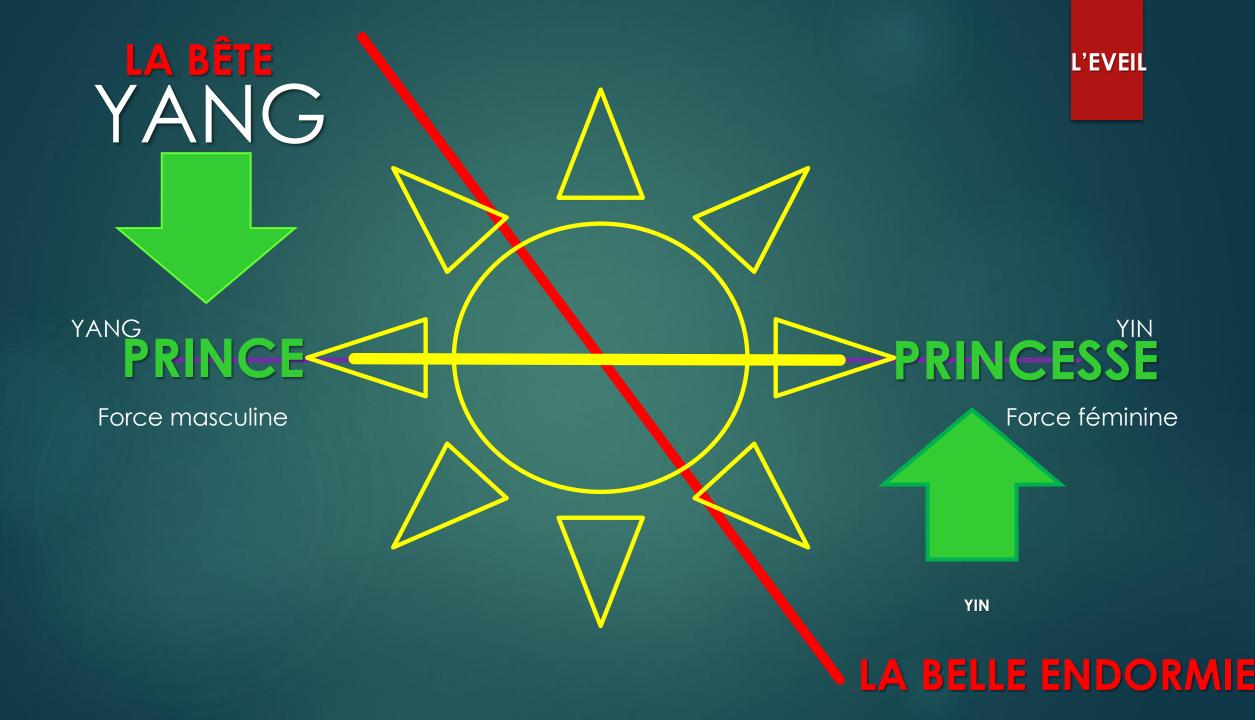
Force masculine

# PRINCESSE YIN

Force féminine

YIN

LA BELLE ENDORMIE



PRINCESSE

Force féminine

YIN

LA BELLE ENDORMIE



YANG PRINCE

Force masculine

FUSION ALCHIMIQUE ATOMIQUE MYSTIQUE

# LA NOTION DE SEUIL

Un être humain qui, dans cette vie ne se libère pas, est né en vain

# L'ESPACE ET LE TEMPS

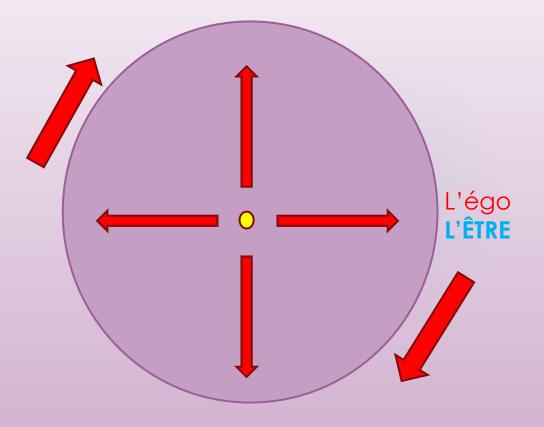
ICI ET MAINTENANT



# **ACTION**

YANG MASCULIN EXTERIEUR

# FAIRE AVOIR VOULOIR FAIRE VOULOIR AVOIR





# **ACTION**

YANG MASCULIN EXTERIEUR

# FAIRE AVOIR

VOULOIR FAIRE VOULOIR AVOIR

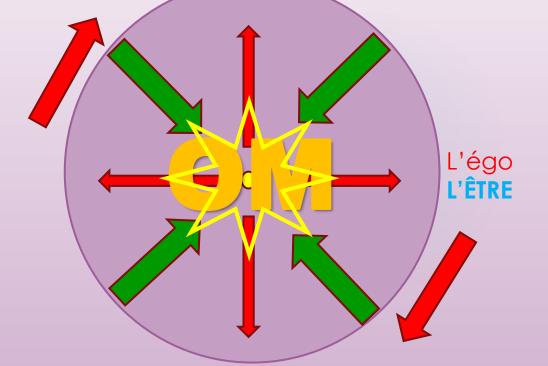
# **ATTITUDE**

YIN FEMININ INTERIEUR

# **ETRE**

- ici (le centre)
- maintenant (le moment présent)

ETRE qui je suis: HAMSAH om HAMSAH SOHAM SVAHA



« Il ne se passe rien » — « Surtout ne rien faire » — « Tout faire en ne faisant rien »



# **ACTION**

YANG MASCULIN EXTERIEUR

QUIETUDE CONFIANCE ATTENTION à l'

# **ATTITUDE**

YIN FEMININ INTERIEUR

# FAIRE AVOIR

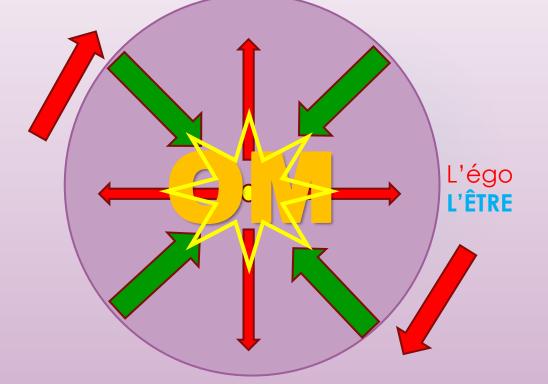
VOULOIR FAIRE VOULOIR AVOIR

calme sérénité joie

# **ETRE**

- ici (le centre)
- maintenant (le moment présent)

ETRE qui je suis: HAMSAH om HAMSAH SOHAM SVAHA



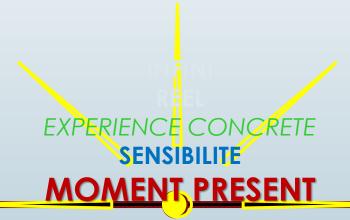
« Il ne se passe rien » — « Surtout ne rien faire » — « Tout faire en ne faisant rien »



ABSTRACTION
MENTAL
PASSE

N'EXISTE PAS

DUALITE

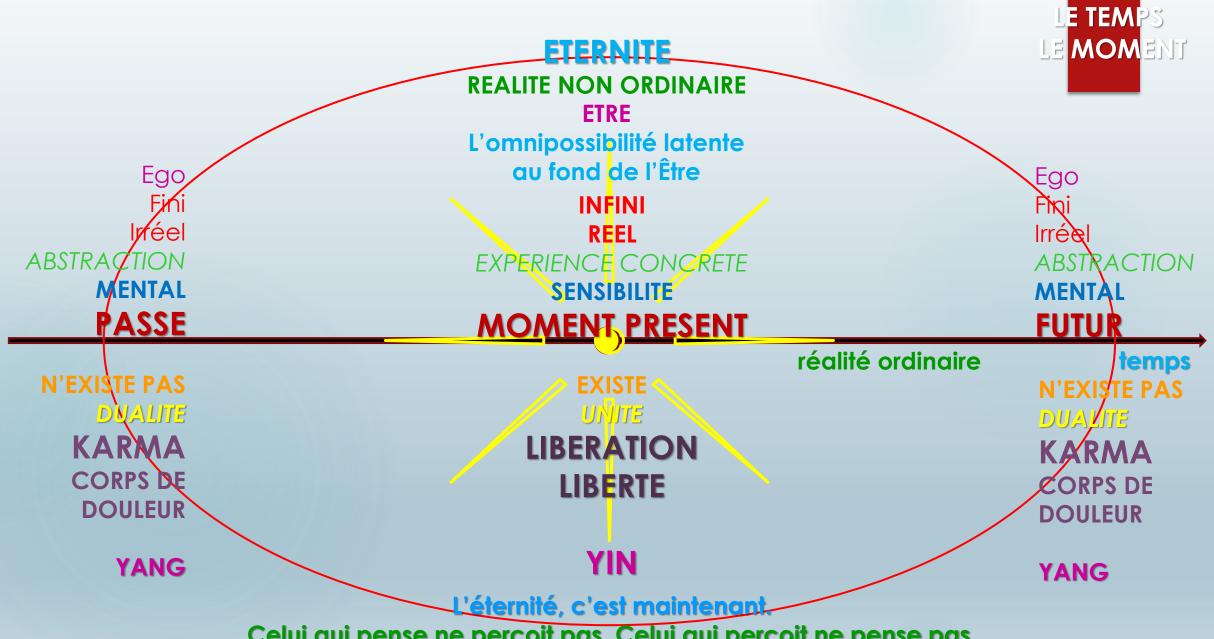




Irréel
ABSTRACTION
MENTAL

**FUTUR** 

temps
N'EXISTE PAS
DUALITE



Celui qui pense ne perçoit pas. Celui qui perçoit ne pense pas. Celui qui regarde au dehors, rêve. Celui qui regarde en dedans, se réveille.

# LE TRAVAIL SPIRITUEL

Une pratique quotidienne de contact avec son Maître Intérieur

Le Japa-Yoga du OM

Le Mantra de dissolution du karma: OM AH HUM ALALA OH

#### LES MANTRAS

Un mantra est comme un soleil, un concentré de Lumière, de Chaleur et de Force. Il agit comme le soleil: par influence.

L'attitude durant la répétition du Mantra est une attitude de réception et d'attente. Il n'y a rien à faire. C'est l'attitude du fruit au soleil, qui reçoit cette influence qui le transforme.

« Il ne s'agit pas d'aller. Il suffit de se laisser arriver »

L'attention est mise sur « habiter » sa sensibilité (et non le mental) et sur « être ici et maintenant ». Le mantra a autorité sur les pensées, les émotions et les sensations et permet de s'en libérer en les transformant.

## LE MANTRA UNIVERSEL

Le Japa Yoga du Mantra Universel OM est une pratique

Simple
Accessible à tous
Efficace
Très sûre
Une pratique qui nous unit tous vers un seul but:
la Percée de L'Âge d'Or

OM OM OM

#### LE TRAVAIL SPIRITUEL

Détermination
Constance
Patience
Discernement
L'attention est source de Plénitude

Travail personnel et travail en groupe, particulièrement en ce moment Unir les forces pour réaliser la percée

Maintenir le but en permanence devant les yeux Ne céder à aucune distraction Détecter et dissoudre tous les facteurs de distraction Toutes les pensées qui nous passent par la tête ne sont forcément de nous Vigilance extrême, gestion et maîtrise par les mantras de tous les états intérieurs (pensées, émotions, sensations)

#### LE TRAVAIL SPIRITUEL

Un disciple ne peut pas se libérer sans la Grâce du Maître, pas. Mais un Maître ne peut pas libérer un disciple qui ne se libère

Imaginer l'inimaginable La métamorphose Le Miracle, les miracles Voir très grand Anticiper l'Age d'Or

Le OM est le fil d'Ariane « Ce que la chenille appelle la fin du monde, le Maître l'appelle un papillon »

R. Bach

### NE NOUS TROMPONS PLUS DE CASQUETTE

# Casquette de JUGE

= Mettre une étiquette et réagir au premier degré

Tous idiots, incapables

Tous cons, tous pourris

Tous bêtes et méchants

Ils ne veulent pas

Ils sont sourds

FAUX

BLOQUE ET AGGRAVE LA SITUATION

# Casquette de MEDECIN

= Observer et répondre au deuxième degré

Tous confus et impuissants

par manque d'énergie,

donc de lucidité pour le diagnostic

et de force pour le traitement

Ils ne peuvent pas

Ma voix ne porte pas, par manque de puissance

**EXACT** 

**IDENTIFIE ET RESOUD LES SITUATIONS** 

# INDIFFÉRENCE ACTIVE

L'acte fondamental d'une vie est de décider ce qui est important et ce qui ne l'est pas, et l'indifférence, l'indifférence active pour ce qui ne l'est pas est un devoir aussi strict que l'attention pour ce qui l'est.

Céder sans cesse sur le secondaire pour rester fort sur l'essentiel.

Henry de Montherlant

# LE COURONNEMENT DE L'OEUVRE

# OM

La Percée de l'Être

De la survie à la Sur-Vie

De l'Age de fer à <mark>l'Age d'Or</mark>

Tout Juste qui se libère facilite la Libération de mille Justes

# LES RÈGLES DU COMBAT

# Yi King 43 Kouai / LA PERCÉE

Même si , dans une ville, il n'y a qu'un homme vulgaire à la place d'autorité, il peut accabler les hommes nobles.

Même si dans le cœur une seule passion reste nichée, elle peut obscurcir la raison.

La passion et la raison ne peuvent coexister, c'est pourquoi un combat sans merci est indispensable si l'on veut établir le règne du bien.

Toutefois il existe dans le combat résolu du bien pour écarter le mal des règles déterminées qui ne doivent pas être perdues de vue si l'on veut obtenir le succès.

# LES RÈGLES DU COMBAT

# Yi King 43 Kouai / LA PERCÉE

- 1/ LA RESOLUTION DOIT REPOSER SUR L'UNION DE LA FORCE ET DE LA BIENVEILLANCE
- 2/ PAS DE COMPROMIS AVEC LE MAL, LE DISCREDITER EN TOUTES CIRCONSTANCES
- 3/ LE COMBAT NE DOIT PAS ÊTRE MENÉ PAR LA VIOLENCE
- 4/ LA MEILLEURE MANIÈRE DE COMBATTRE LE MAL, C'EST LE PROGRÈS ENERGIQUE DANS LE BIEN

# Yi King 64 Wei tsi / Avant l'accomplissement

Les conditions sont difficiles. La tâche est grande et lourde de responsabilités. Il ne s'agit de rien de moins que de ramener le monde de la confusion à l'ordre. C'est pourtant une tâche qui promet le succès, car il existe un but permettant d'unir les forces divergentes.

C'est maintenant l'heure du combat. Il faut que le passage soit réalisé. Il faut s'affermir entièrement dans sa résolution; une telle attitude procure la fortune. Tous les doutes qui peuvent s'élever dans ces graves moments de combat doivent se taire. Il s'agit d'une lutte ardente pour ébranler le pays du diable, les forces de décadence. Mais la lutte a aussi sa récompense. C'est maintenant le moment de poser les fondements de la puissance et de la souveraineté pour l'avenir.

## LE COURONNEMENT DE L'OEUVRE

Si tu reçois le baiser de feu de notre Mère Divine,
Si tu sors des flots plein d'amour pour tous et pour toujours,
Si ta vision du monde est transformée,
Si tu vois Dieu en tout ce qui t'environne
Si tu ne sais plus nuire et peux toujours bénir,
Tu es alors un Deux-fois Né.
Ce fruit est l'apanage de l'être ardent qui veille.
Il tombe de l'arbre à l'improviste.
Les mois et les années ne comptent pas,
Arme toi de courage
Répète OM à chaque instant.

S. HAMSAH MANARAH



# OM OM OM OM OM OM OM



#### **Dr XAVIER ETIENNE**

xetienne@gmail.com

www.lematriotisme.com