



Chakra de la couronne

Chakra du cœur

LA MÉDITATION DES COEURS Jumeaux

Publié originellement en anglais par "The Center for Pranic Healing

LA MÉDITATION DES COEURS Jumeaux est une technique de méditation avancée ayant pour but d'atteindre l'illumination ou la conscience universelle. C'est aussi un moyen de servir le monde et la communauté qui, éventuellement harmonise la Terre en la bénissant avec de la bonté, de la paix, de la joie et de la bonne volonté. *La méditation des cœurs jumeaux* est un outil noble qui élève nos vibrations et élargit les niveaux de conscience.

Le Grand Maître Choa Kok Sui. Un auteur, enseignant et conférencier d'envergure internationale et fondateur du Pranic Healing et du Arhat Yoga, a fait connaître *la méditation des cœurs jumeaux* au public pour la première fois dans les années 80. Le Grand Maître Choa Kok Sui, un enseignant spirituel et une source d'inspiration spirituelle pour des millions de gens à travers le monde, a présenté cette méditation comme un outil puissant de développement spirituel. Pratiquée présentement par des dizaines de milliers de gens de religions et d'origines diverses, *la méditation des cœurs jumeaux* est extraordinaire de par sa simplicité et les résultats obtenus sont stupéfiants. Cette méditation exceptionnelle est fondée sur un secret anciennement révélé qu'aux aspirants spirituels avancés. Le Grand Maître Choa Kok Sui a utilisé différentes techniques de

méditations avancées et les a synthétisées en une méditation simple mais puissante.

La méditation des cœurs jumeaux est basée sur le principe que certains centres majeurs d'énergie du corps ou *chakras* sont des portes d'entrée ou portails à certains niveaux ou horizons de la conscience. Les cœurs jumeaux font référence aux centres d'énergie du cœur et de la couronne. Le *chakra du cœur* est un centre d'énergie au centre de la poitrine d'une personne. C'est la contrepartie énergétique du cœur physique. Le *chakra du cœur* est le centre de la compassion, de la joie, de l'affection, de la considération, de la miséricorde et d'autres émotions raffinées. Le centre énergétique de la couronne (aussi appelé le cœur spirituel), situé au sommet de la tête, est le point d'entrée de la conscience spirituelle supérieure. Pour atteindre l'illumination ou la conscience cosmique, il est nécessaire de suffisamment activer le chakra de la couronne. Ceci peut être fait seulement lorsque le chakra du cœur est suffisamment activé. C'est seulement en développant des émotions raffinées que l'on peut expérimenter l'amour divin. Lorsque le centre de la couronne est hautement développé, on peut expérimenter l'Amour Divin et l'Unité avec le Tout.

Le *chakra du cœur* est une réplique ou un jumeau du *chakra de la couronne*. Lorsque vous regardez le *chakra du cœur*, il a 12 pétales comme la partie centrale du *chakra de la couronne*. Le *chakra de la couronne*, d'autre part, est le centre de l'illumination, de l'amour divin ou de l'unité. Il est situé au sommet de la tête et fournit en énergie le cerveau et les glandes situées dans celui-ci. Lorsque le *chakra de la couronne* est suffisamment activé, sa partie centrale à 12 pétales se déploie, s'ouvre et se tourne vers le haut comme une coupe dorée, une couronne dorée, un lotus ou une fleur dorée afin de recevoir l'énergie spirituelle qui est ensuite distribuée aux autres parties du corps.

Bénir la Terre avec bonté, paix et bonne volonté par *la méditation des cœurs jumeaux* peut aussi être fait en groupe. Les effets bénéfiques des bénédictions sont multipliés plusieurs fois lorsque la méditation est faite en groupe plutôt qu'individuellement.

Lorsqu'une personne pratique *la méditation des cœurs jumeaux*, un flot d'énergie divine descend vers le praticien, le remplit de Lumière, d'Amour et de Puissance

Divine. Le praticien devient un canal d'énergie Divine.

Les aspirants spirituels ayant pratiqués cette méditation pendant un certains temps peuvent vivre l'expérience d'être enveloppé d'une lumière brillante, parfois aveuglante. De plus, les praticiens peuvent vivre un état d'extase divine et de béatitude ainsi que l'impression de ne faire qu'un avec toute la création. Ces expériences ont été communément vécues par les yogis expérimentés, les disciples spirituels et les saints de toutes les religions et ceci peut être vérifié grâce aux textes sacrés.

Cette lumière brillante est connu comme le *ki des cieux* dans le yoga Taoïste, ou le *pilier de lumière* dans la kabbale juive. Les yogis et les saints indiens appellent ce pilier de lumière *antakarana* ou *pont spirituel de lumière*. Les chrétiens y font référence comme la *descente de l'esprit saint* symbolisé par un pilier de lumière d'où descend une colombe. La colombe blanche représente la descente de l'énergie divine. La descente de l'énergie divine cause une expansion temporaire des chakras majeurs et de l'aura interne du praticien. Lorsque la méditation est pratiquée sur une base régulière, l'expansion devient permanente.

Lorsque les gens pratique *la méditation des cœurs jumeaux* quotidiennement ou régulièrement, leurs chakras principaux et leurs auras augmentent en dimension, rendant leurs corps d'énergie plus dynamiques et plus forts. Avec des chakras et une aura interne plus grosse, ils peuvent devenir de plus puissants guérisseurs et peuvent soigner la plupart des problèmes mineurs très rapidement et presque instantanément. Avoir un corps énergétique puissant et dynamique ne fait pas qu'améliorer les pouvoirs de guérison mais accroît aussi l'efficacité et la productivité au travail. Les gens ayant une personnalité magnétique ou charismatique ont habituellement des chakras et une aura interne plus grande que les gens ordinaires et ils ont habituellement une plus grande influence sur la plupart des gens. De plus, une personne qui médite régulièrement devient plus intuitive et intelligente. Face à un problème, elle a une capacité accrue à trouver la solution appropriée. Ceux ayant l'intention de pratiquer *la méditation des cœurs jumeaux* régulièrement devraient toutefois pratiquer l'auto-purification et le développement de leur caractère par la réflexion quotidienne afin de magnifier leurs caractéristiques positives.

La méditation des cœurs jumeaux est une forme de service pour le monde. En bénissant la Terre avec bonté, vous remplissez le monde d'énergies spirituelles positives. Les bénédictions peuvent être dirigées vers des organisations, des villages spécifiques, des villes, pays ou ensemble de nations. Lorsque pratiquée par une grande quantité de personnes, la méditation guérit miraculeusement la Terre la rendant plus harmonieuse et plus paisible. —GJM

« La méditation des cœurs jumeaux est un des outils de développement spirituel le plus puissant. C'est un réel cadeau provenant des Êtres Supérieurs. »

- Le Grand Maître Choa Kok Sui



LE GRAND MAÎTRE CHOA KOK SUI

Fondateur du Pranic Healing Moderne et de l'Arhat Yoga

L'expérience de béatitude, de puissance, d'amour et d'unité qui vient à ceux pratiquant *la méditation des cœurs jumeaux* éveille ultimement d'autres sensations comme une profonde gratitude et un sentiment de révérence envers l'enseignant spirituel qui a fait connaître cette puissante méditation au public. Cet enseignant est le Grand Maître Choa Kok Sui. Pas un guru du genre « homme Saint isolé au sommet d'une montagne » mais un conférencier accessible et moderne qui transmet de grands mystères directement à ses étudiants et qui offre le cadeau sans prix du contact avec un enseignant présent physiquement.

Maître Choa Kok Sui a commencé à étudier les sciences ésotériques au début de son adolescence aux Philippines. Après avoir obtenu un diplôme d'ingénieur chimiste, avoir eu du succès dans les affaires et avoir élevé une famille, Maître Choa Kok Sui s'est consacré à temps plein à répandre le Grand Ouvrage. Après quatorze livres, une douzaine d'enregistrements audio de méditations et un nombre incalculable de séminaires et d'ateliers enseignés dans des douzaines de pays, Maître Choa représente maintenant l'incarnation et l'exemple de ce qui arrive lorsqu'une personne se met au service des autres. Avec le charisme qui provient d'un contact constant avec le divin, l'amour et la patience pour ses « chélas », et une énergie physique étonnante qui lui permet de voyager presque toute l'année, Maître Choa Kok Sui a enseigné à des dizaines de milliers d'étudiants autour du globe les principes du Pranic Healing et les techniques avancées de méditation du Arhatic Yoga. Le Pranic Healing, une ancienne forme de médecine énergétique redécouverte et poussée plus loin par Maître Choa, offre un moyen à la portée de tous de devenir proactif vis-à-vis sa propre santé physique et son bien-être. L'Arhatic Yoga, de qui *la méditation des cœurs jumeaux* est la pièce angulaire, est la synthèse de techniques obscures visant l'accélération du développement spirituel. Dans l'Arhatic Yoga, l'emphasis porte non seulement sur la méditation mais sur « l'édification du caractère » qui enseigne à l'étudiant comment façonner une vie bien vécue.

Une grande partie de la technologie spirituelle enseignée par Maître Choa est restée cachée et réservée qu'à peu de gens mais le Maître Choa croit que le monde est prêt pour ces enseignements et il s'est engagé à aider les Êtres Supérieurs à nous accompagner vers un nouvel âge. – Jennifer Sabih

QUE SONT LES EFFETS DE LA MÉDITATION DES CŒURS JUMEAUX AVEC AUTO-GUÉRISON?

Suivant *la méditation des cœurs jumeaux*, une immense quantité d'énergie divine descend vers le pratiquant et l'inonde de lumière divine. Cette énergie, qui apparaît comme une lumière blanche liquide, peut être utilisée pour la guérison en la dirigeant à travers les principaux organes physiques et les différents systèmes du corps afin de les remplir avec la force de l'âme donnant la vie. Les bienfaits pour la santé de *la méditation des cœurs jumeaux avec auto-guérison* sont reconnus et des guérisons impressionnantes ont découlées de la pratique de cette méditation.

QUI NE DEVRAIENT PAS PRATIQUER LA MÉDITATION DES CŒURS JUMEAUX?

- Les personnes de moins de 16 ans.
- Les patients ayant un problème cardiaque sévère, de l'hypertension ou du glaucome.
- Les femmes enceintes ne devraient pas la faire intensément ou fréquemment.
- Les gros fumeurs.
- Ceux qui mangent beaucoup de viande (particulièrement du porc).
- Les personnes ayant une consommation excessive d'alcool ou qui consomment des drogues hallucinogènes ou causant de la dépendance.

LES BIENFAITS DE LA MÉDITATION DES CŒURS JUMEAUX

BIENFAITS PHYSIOLOGIQUES

- *La méditation des cœurs jumeaux* a démontré des changements mesurables sur les modèles d'activité électrique parcourant le cerveau par l'électroencéphalogramme (EEG). En comparant les EEG pris avant et après la méditation, il y eu une transition impressionnante des ondes beta aux ondes alpha et delta-thêta chez 14 méditants et non-méditants.
- Il y a eu un accroissement observable de la synchronie (ondes alpha-delta-thêta) entre les deux hémisphères du cerveau après *la méditation des cœurs jumeaux*. Il y eu synchronisation des ondes du cerveau au début entre le même hémisphère et suivi par la synchronie entre les portions : frontale, médiane et arrière du cerveau.
- Il y eu une réduction du rythme cardiaque et respiratoire après *la méditation des cœurs jumeaux*.
- Une relation positive entre la conductivité cutanée et *la méditation des cœurs jumeaux* a été observée chez tous les sujets.
- *La méditation des cœurs jumeaux* a démontré un effet impressionnant sur la mesure du potentiel musculaire à travers l'électromyogramme (EMG) du muscle scalène et de l'extenseur des bras.
- Il y a eu un accroissement significatif du taux de mélatonine dans le plasma sanguin et de sérotonine à la suite de *la méditation des cœurs jumeaux* lors d'une étude-pilote sur 17 sujets et sur une étude subséquente de 35 sujets.

BIENFAITS PSYCHOLOGIQUES

- *La méditation des cœurs jumeaux* a été utilisée comme outil de méditation afin de soulager du stress lors de programmes en gestion du stress.
- Il y a un effet perceptible de relaxation sur le corps, de calme sur les émotions et de tranquillité sur l'esprit.
- La pratique régulière de *la méditation des cœurs jumeaux* apporte un accroissement de l'état de satisfaction, de bonheur, de la paix intérieure et de la joie de vivre.
- Il y a eu une amélioration des relations interpersonnelles entre des époux, les membres de la famille et les collègues de travail.
- Un arrêt total d'abus de drogue, suivant *la méditation des cœurs jumeaux*, a été relaté.

- Combinée avec le Pranic Healing, *la méditation des cœurs jumeaux* a aussi démontrée une augmentation des performances académiques, des aptitudes athlétiques, une amélioration des attitudes comportementales, de la mémoire et des performances scolaires et au travail en général.

BIENFAITS SOCIOLOGIQUES

- Voici quelques uns des bienfaits sociologiques : amélioration de la confiance en soi, réduction de l'anxiété, amélioration de la vie familiale, des relations interpersonnelles à la maison et au travail, augmentation de la tolérance, amélioration de la performance et accroissement de la satisfaction au travail.

BIENFAITS PSYCHOSPIRITUELS

- *La méditation des cœurs jumeaux* ouvre la conscience au réservoir infini d'énergie, à la créativité et à l'intelligence qui sommeille profondément en chacun de nous.
- La méditation détend le corps, calme les émotions et tranquillise l'esprit.
- Les praticiens réguliers de *la méditation des cœurs jumeaux* atteignent le bonheur intérieur, la paix intérieure et l'accomplissement.
- *La méditation des cœurs jumeaux* peut apporter l'illumination et une profonde expansion de la conscience.
- Les aspirants spirituels qui pratiquent la méditation régulièrement peuvent expérimenter être enveloppé de lumière brillante et parfois même aveuglante. Les praticiens peuvent aussi faire l'expérience de l'estase, de la béatitude divine et avoir la sensation de ne faire qu'un avec toute la création.
- Les pratiquants réguliers de *la méditation des cœurs jumeaux* ont des chakras et des auras plus larges ce qui fait que leur corps énergétique est plus fort et plus dynamique.
- Après *la méditation des cœurs jumeaux*, il a été observé que les praticiens en Pranic Healing soignent leurs patients plus rapidement qu'avant et avec des résultats étonnants.
- La pratique de *la méditation des cœurs jumeaux* développe aussi l'intelligence et les capacités intuitives.

LA MÉDITATION DES CŒURS Jumeaux À TRAVERS LE MONDE

La méditation des cœurs jumeaux a été traduite dans les langues suivantes :

- Anglais
- Espagnol
- Italien
- Allemand
- Français
- Arabe
- Mandarin
- Cantonnais
- Portugais
- Philippin
- Polonais
- Finlandais
- Hindi
- Gujarathi
- Marathi
- Kannada
- Tamil
- Telugu
- Bengali

LA MÉDITATION DES CŒURS Jumeaux ET LA PLEINE LUNE

Un alignement planétaire particulier pendant la pleine lune de chaque mois permet un immense déversement d'énergie divine. Lorsque *la méditation des cœurs jumeaux* est pratiquée deux jours avant ou deux jours après, mais encore plus à la date et à l'heure exacte de la pleine lune, les énergies spirituelles descendant pendant ces méditations peuvent être dirigées efficacement afin de bénir la Terre, nos vies, nos proches, nos projets et l'humanité entière.

Chaque pleine lune apporte un genre spécifique d'énergie associé aux qualités des signes du Zodiaque. Elles peuvent être utilisées afin de promouvoir ces aspects de nos vies nourries par ces énergies.

Les Centres de Pranic Healing et les groupes d'Arhatic Yoga aux États-Unis et dans le monde s'unissent à toute personne de bonne volonté et désirant faire le bien, partout dans le monde, en faisant *la méditation des cœurs jumeaux* pendant la pleine lune et en contribuant à la paix mondiale et à l'harmonie globale.

QUE SONT LES EFFETS DE LA MÉDITATION DES CŒURS Jumeaux AVEC GUÉRISON DES CHAKRAS POUR LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE ET LE BIEN-ÊTRE?

La méditation des cœurs jumeaux pour la santé psychologique et le bien-être est une technique de méditation exceptionnelle pour le développement spirituel et la guérison psychologique.

Après la méditation, une grande quantité d'énergie divine descend vers le méditant et l'emploi de lumière divine. Cette Lumière Violette Électrisante et ce Blanc Lumineux peuvent être utilisés pour la guérison psychologique en les dirigeant à l'intérieur de centres d'énergie spécifiques ou chakras du corps responsables de la santé psychologique afin de nettoyer et désintégré l'énergie du stress, des phobies, la dépression et autres vibrations négatives.

MÉDITATION ET CHAGRIN

« Seul les parents qui ont survécus à leur enfant peuvent comprendre le désespoir et la dépression. »

Quand notre fils, Ashish, s'est noyé accidentellement à l'âge de 26 ans, la noirceur est descendue sur moi. Ashish était une merveilleuse personne et aussi mon très bon ami et son absence a brisé mon cœur et ma volonté de vivre. Je me suis débattue, au prise avec un intense chagrin et un faible instinct de survie et ai fonctionné mécaniquement au travail en tant que médecin homéopathe et acupunctrice. Rien ne semblait aider. Mon docteur m'a offert des antidépresseurs, que j'ai refusé de prendre car j'ai réalisé qu'il ne pourrait pas recoller mon cœur. C'est lors d'une visite en Inde que je fus introduite au Pranic Healing et à *la méditation des cœurs jumeaux*. Les effets limitant du chagrin ont été éliminés et j'ai commencé à faire la méditation quotidiennement. En bénissant la Terre et en atteignant de hauts niveaux de conscience (en combinaison avec des soins d'auto-guérison de Pranic Healing), la volonté de vivre a repris ses droits et l'énergie que je mettais dans le chagrin a été transformée en une explosion d'énergie créative. J'ai été capable d'organiser les cours de Pranic Healing du Grand Maître Choa Kok Sui dans l'état de Victoria en Australie et d'implanter la méditation des cœurs jumeaux dans la vie de milliers de gens et de les voir se transformer d'eux même. *La méditation des cœurs jumeaux* est un des cadeaux de Dieu pour l'humanité donné à travers le Grand Maître Choa Kok Sui. Il nous a donné la technique ancienne et secrète pour déverrouiller les portes du pouvoir personnel et de la pratique spirituelle à travers le service à l'humanité inclus dans cette méditation. Nous lui sommes reconnaissants et éternellement redevables pour cela. – Dr. Hazel Wardha, Melbourne, Australie

PORTER ATTENTION À L'INTERVALLE

Kevin Day

Le concept du mouvement continu est une illusion à son meilleur. Le pendule qui se balance d'un côté à l'autre ne semble jamais s'arrêter mais il y a toujours un intervalle dans le bref instant où le poids a atteint son point culminant. Les gouttes d'eau à l'intérieur d'une vague s'écrasant sur les rochers vont éventuellement faire l'expérience d'un moment de repos à l'intérieur duquel est l'immobilité. Plusieurs disent même que la planète entière va éventuellement tourner dans le sens contraire, expérimentant inévitablement un instant d'immobilité.

De manière semblable, alors que notre respiration semble un processus continu, elle est en fait remplie d'intervalles. Il existe un moment entre chaque respiration où une « pause » arrive. C'est un intervalle obligatoire pendant lequel le corps n'inspire plus mais tout simplement « est ». Essayez autant que vous voudrez mais vous ne pourrez pas enlever cet intervalle. (*L'auteur ne prend aucune responsabilité envers les individus qui tenteraient d'enlever l'intervalle de leur respiration.)

Les enseignants nous ont dit de porter attention à cette pause infinitésimale, qui arrive chez chacun de nous, tous le temps, sans exceptions. Depuis des années, j'ai bien sûr écouté, peut-être assimilé un peu, mais je ne pouvais pas comprendre réellement ou apprécier ce principe mineur de l'anatomie.

POURQUOI ET COMMENT FAIT-ON LA TECHNIQUE DE PRISE DE CONTACT ET D'ENRACINEMENT À LA TERRE?

La technique de prise de contact et d'enracinement à la terre va prévenir la sensation d'avoir la « tête légère » ou la sensation d'être « déraciné » après la méditation.

Projeter des racines de lumière de la plante des pieds et de la base de colonne vertébrale vers la terre à une profondeur de 10 pieds ou 3 mètres.

Il y a quelques temps, j'ai expérimenté un autre de ces 67 200 442 « pause respiratoire » dans ma vie. Toutefois, cette fois là, il y a eu un léger changement dans ma perception. Tout ceci est arrivé pendant une méditation du Pranic Healing.

Cette expérience, qui au départ semble une insignifiante fonction anatomique, a été une brusque montée d'énergie dans ma poitrine. Sans importance, je sais. Pendant l'immobilité d'un intervalle, c'était assez pour que l'esprit s'y intéresse. Sur l'inspiration suivante, j'ai maintenu l'intervalle un peu plus longtemps et, bien sûr, l'expérience a été amplifiée. À ce moment, j'ai observé que la sensation qui avait commencé dans la poitrine se répandait rapidement au reste du corps jusqu'à la tête.

Maintenant, le sujet de cette histoire n'a rien à voir avec comment on peut se sentir étourdi lorsque l'on retient son souffle mais plutôt les prises de conscience qui ont rapidement suivi cette expérience. J'ai soudainement réalisé que cet intervalle est en fait une version, dans le physique, de l'alchimie. Hein?, Le mercure en or? Ouais, je devine que vous êtes intéressé maintenant!

Lorsqu'il a respiré, le corps a recueilli un élément nécessaire, l'oxygène. Pendant l'intervalle, il a transformé cet air et l'a utilisé. Et pendant l'expiration, il a simplement distribué cette nouvelle substance. Ainsi, j'ai réalisé que l'intervalle, cette alchimie, est ce qui me garde en vie.

Ouais, c'est bon, alors maintenant je passe mon 3^e degré de biologie... Mais la prise de conscience a continué.

Vous voyez, cet intervalle était simplement une fonction de la respiration. Comme toutes les autres choses dans le monde, ça semble être la matérialisation d'un principe supérieur. Un de ceux-ci : « tout ce qui est en haut... » ce genre de chose. Repensant aux pratiques relatives à l'Arhatic (et en fait à la plupart des autres méthodes) je réalise que ce principe d'intervalle est essentiel à tout.

Dans le Kriyashakti, une technique du Pranic Healing de matérialisation des souhaits, les étudiants apprennent à inspirer, retenir et expirer. Naturellement! Nous inspirons l'énergie, utilisons l'intervalle pour transformer alchimiquement la pensée en matière et expirons afin de distribuer. Maintenant, d'une manière ou d'une autre, je doute que c'est l'acte physique de retenir mon souffle qui est ce qui est en train de me donner une promotion à mon travail. Toutefois, en exécutant ce rituel dans le monde physique, peut-être que j'exécute aussi cette action dans une variété de plans énergétiques en même temps. Alors, peut-être que cette manifestation physique d'intervalle est simplement un outil déclenchant l'alchimie dans les autres niveaux de conscience.

Mais ça n'arrête pas ici non plus!

Dans la méditation des cœurs jumeaux, les méditants focalisent sur l'intervalle entre les Oms lorsque le son est transformé alchimiquement. Pour augmenter la puissance de l'Om, est-ce que l'on augmente la longueur du mantra? Non! Nous augmentons la longueur de l'intervalle. Plus l'intervalle est long, plus nous obtenons de cette énergie divine à assimiler, plus puissante est l'expérience.

Alors pourquoi suis-je en train d'écrire sur ces intervalles? Eh bien cette simple prise de conscience m'a apporté appréciation ce qui, en retour, transforme ce qui était une action mécanique en quelque chose de réellement précieux. Cela a servi à rehausser mes méditations, les Kriyashaktis, les invocations et les autres pratiques spirituelles beaucoup plus que je ne l'aurais pensé. De bonnes choses viennent réellement de petites prises de conscience.

Ainsi, en supposant que je ne suis pas la dernière personne dans le monde à finalement comprendre et qu'il y a quelqu'un quelque part qui doit vivre sa propre prise de conscience de l'intervalle, ceci devrait aider à éveiller votre appréciation lorsque vous expérimenterez vos 67 200 443 e intervalles.

TÉMOIGNAGES

La méditation des cœurs jumeaux

... m'apporte un état de paix et de chaleur après une journée de travail. Un effet immédiat est un état de calme accompagné de la sensation d'être centré. Je suis

POURQUOI DOIT-ON LIBÉRER L'EXCÈS D'ÉNERGIE EN BÉNIS- SANT APRÈS LA MÉDITATION?

Une grande quantité d'énergie divine est produite par la méditation des cœurs jumeaux. La plupart des méditants considèrent que leur corps ne peut soutenir qu'une certaine quantité d'énergie. Relâcher et utiliser l'excès d'énergie pour bénir évite les congestions énergétiques.

capable de voir les choses avec une perspective plus large et de découvrir des choses que j'avais manquées avant, à cause de mon habituel état réactif et centré sur moi.

Gabriel Morner

Forest Hill, NY

... réduit mon stress après une semaine de 60-70 heures de travail. Elle m'a fait reprendre contact avec ma vie spirituelle après 30 ans. Mon lien avec Dieu est plus fort que jamais. En dépit de mon éducation catholique, j'ai perdu mon lien spirituel jusqu'à ce que l'on m'introduise à la méditation des cœurs jumeaux. Maintenant que je la fais régulièrement, je trouve que tous les aspects de ma vie, spécialement ma santé, se sont améliorés énormément.

Charles Kazer

Clifton, NJ

... harmonise les aspects physiques, émotionnels, mentaux et spirituels de mon être et pénètre mon centre intérieur afin d'extérioriser mon art. Elle m'aide à puiser dans l'inspiration Divine – la seule façon de réellement « jouer à partir de l'âme et toucher le cœur des auditeurs ». Elle a même ouvert de nouvelles portes pour moi dans la composition de musique et de poésie.

Cynthia G. de Leon

Paramus, NJ

... m'assiste dans la libération d'énergies négatives et de stress et, en même temps, me permet de me concentrer sur mes objectifs. Mes capacités de clairvoyance ce sont aussi améliorées énormément.

Ameesha Sampath

West Orange, NJ

... me permet d'entrer en contact avec Dieu très intensément. Je me sens très paisible. Tellement d'énergie descend pendant la méditation que je me sens très nettoyée.

Catherine McGuire

Passaic, NJ

**Pour les horaires des méditations et pour plus
d'information, veuillez joindre :**

www.globalpranichealing.com

Veuillez prendre note que Maître Choa Kok Sui est décédé en 2007 après la publication originale. Document traduit par une humble étudiante francophone, je vous remercie de votre indulgence. Merci. *L. Lamirande*