

# LA GAZETTE DES ATELIERS D'ESSENIA



Newsletter éditée par l'Association Les Ateliers d'Essénia  
pour la pratique des mouvements esséniens  
favorisant une nouvelle écologie intérieure.

[www.lesateliersdessenia.fr](http://www.lesateliersdessenia.fr)



## **Retrouver le but de son âme grâce à un mouvement.**

La 3ème règle de l'été nous dit : « Vis selon ta destinée. N'essaie pas de faire des oeuvres si tu conduits les autres dans la bêtise. ». Elle nous révèle comment percevoir ce qui se cache derrière nos actions.

Qui pense quand je pense ?  
Qui parle quand je parle ?  
Qui achète quand j'achète ?



Qui construit un projet en moi quand je commence à y penser ?  
 Qui me permet de ressentir les motivations réelles de la personne qui me parle ?

L'art de vivre essénien nous enseigne que le solstice d'été nous permet de communier avec les énergies de la récolte.

Ainsi nos méditations peuvent nous faire découvrir le sens profond de toute récolte et de comprendre comment va germer tout ce que nous avons semé consciemment ou inconsciemment dans notre vie.

La sagesse de cet enseignement nous permet de découvrir comment transformer nos défauts et nos faiblesses comme la plante transforme l'humus pour faire apparaître les fleurs puis les fruits.

Vivre sa destinée c'est réaliser pourquoi nous nous sommes incarnés sur terre. Pour le ressentir, il est nécessaire de s'intérioriser pour appréhender qui nous sommes vraiment.

La Tradition nous apprend que les solutions à nos problèmes sont toujours à l'intérieur de nous. Il est indispensable d'ouvrir notre oeil intérieur pour choisir notre chemin en conscience.

Si nous ne cherchons pas à changer le monde et que nous nous occupons plutôt de changer

notre vie intérieure, nous savons que nous sommes en phase avec notre âme et le chemin de notre ennoblement.

Pratiquer un mouvement essénien nous apprend progressivement à entrer dans la conscience de notre monde intérieur. Il nous révèle l'état de nos pensées, de nos sentiments et de nos désirs. Grâce à lui, le corps physique devient l'intermédiaire entre un monde intérieur consacré et le monde extérieur profane.

Par la pratique des mouvements esséniens, on participe à la vie qui anime le Tout.

Nous devenons plus vivants dans tous les mondes que nous côtoyons : nos pensées nos sentiments et nos désirs sont éveillés, conscients et agissants. Aucune illusion ne subsiste.

Les ateliers hebdomadaires de mouvements esséniens reprendront en septembre. N'hésitez pas à consulter notre site pour nous rejoindre.

Pour guider votre pratique estivale, je vous invite à pratiquer les 8 règles d'Ouriel en regardant notre vidéo :

<https://www.youtube.com/watch?v=fjRrfoAuA&t=3s>

