

**Une suite au Message 442**

**Seize Instructions** émanant de la **Vérité-compassion** dans la **Béatitude de la Compréhension**, au lieu des Dix Commandements du « Dieu » de la Bible (ou Balivernes).

1. **Découvrez le virus psychologique** générant de la violence à tous les niveaux - personnel, familial, social, communal régional, national, international.
2. Voyez l'instinct animal hérité du passé - celui de tuer pour se nourrir et pour le plaisir. Appréciez une nourriture pure constituée de fruits, de légumes et de céréales.
3. Faites attention aux idéologies prônant la violence. Tenez-vous à l'écart de ce genre de folie.
4. Voyez la brutalité autocentrée dans le 'mental-Je' qui bloque la **Sainte Emancipation Spirituelle** dans la Dimension de la **Vie**.
5. Voyez que l'Autorité des Gouvernements s'appuie sur une **coercition** soutenue par la **police** et l'**armée**. **Comprenez que la Non-violence exclut toute haine ou hostilité** sous quelque forme que ce soit.
6. Voyez que l'intention même de heurter les sentiments d'autrui est déjà **violence**. Une **remarque sarcastique** peut s'avérer plus violente qu'un **assaut physique**. Un **regard inamical** peut-être **vraiment violent** !
7. Voyez la violence religieuse dans laquelle se complaisent les évangélistes qui brandissent la Bible pour vous prévenir qu'il n'est pas de salut sans acceptation des Evangiles et qu'autrement, seuls vous attendent le feu de l'enfer et la damnation éternelle. Voilà **toute l'obscénité du chantage religieux, une forme de violence particulièrement insidieuse**.
8. Pour comprendre Dieu ou la Vérité, il ne doit y avoir ni croyance ni incroyance.
9. Voyez que cette préoccupation obsessionnelle de l'homme, appelée confusément le Divin, est presque devenue pathologique !
10. Comprenez que **les caractéristiques que l'on attribue à Dieu sont intimement liées à nos propres perversions psychologiques**.
11. **Voyez que les demandes du 'Je' détruisent la béatitude et la bénédiction de « l'Être ».**
12. Semez la graine de l'**Attention-sans-choix** pour que fleurisse dans notre vie de tous les jours **la Plus Haute Intelligence** dans l'énergie d'équanimité.
13. **Ne cherchez pas à interpréter vos rêves**. Voyez s'il est même nécessaire de rêver ! Ne passer pas vos journées à rêver éveillés et à générer ainsi toutes sortes d'extravagances et de fantasmes ! N'allez pas faire **analyser vos rêves** pour voir se **compliquer davantage les machinations mentales**. Soyez conscient du fait que **l'Analyste est lui aussi conditionné par ses appréciations, ses aversions et ses théories**. Freud, Jung ou qui que ce soit dans ce domaine pourraient n'être que **la plus grande fraude du vingtième siècle** !
14. **Contentez-vous** d'observer les supercheries auxquelles nous nous soumettons, déformant ainsi 'ce qui est' - **les faits**, et nous rendant perméables à 'ce qui devrait être' - des caprices de l'imagination ! Que s'éveille en nos vies la dimension de l'attention passive holistique.
15. Sortez du Réseau des mots et voyez la formidable tranquillité qui en résulte. Ne nommez pas une expérience psychologique. Autorisez-la ainsi à se dissoudre dans la bénédiction de la Vie. La musique composée par le mental est faite pour se distraire et s'exalter. La **Mélodie de la Vie** est la **Béatitude de l'Illumination**.
16. Ne cherchez pas à contrôler la vérité, le 'ce qui est'. Laissez la vérité et la bonté prendre soin d'elles-mêmes. **Être seul, c'est être sans pensée**. Alors, **la vérité est** ! N'interprétez pas la vérité ! Contentez-vous d'enquêter et d'être ainsi dans l'état d'«Être».