

## **Cinq préceptes et un exercice en cinq étapes Offerts par DK aux Membres de la DKF**

*En guise d'introduction, peut-être devrais-je expliquer que depuis le début de cette année, lorsque DK apparaît, c'est toujours dans un état méditatif, entouré de violet, utilisant toutes ses ressources pour essayer de dégager un espace dans le nuage de négativité où s'engloutit la planète.*

*Tandis qu'il médite, il désire nous rappeler que :*

- *Le violet est la couleur qui absorbe le regret et la tristesse ; c'est par conséquent la couleur de l'acceptation. DK fait remarquer qu'il est inutile d'avoir une opinion au sujet de 2012 – il faut simplement l'accepter.*
- *L'ambre est la couleur de l'acceptation de soi.*

C'est pour compléter ses propres efforts qu'il demande aux membres de la Fondation DK les choses suivantes :

1. Que le 'voyage' (Par ceci DK signifie le déplacement en Laponie) soit transformé consciemment en voyage spirituel ; Sinon il deviendra simplement une source d'anxiété et d'agitation.
2. Que la Fondation DK soit tel un phare de lumière et un modèle de bonne conduite. L'importance de ceci grandira tandis que concepts et enseignements formels diminuent en importance.

Pour nous aider, il nous a donné 5 préceptes et un exercice en cinq étapes. Mais avant de vous les transmettre, j'aimerais reproduire ce que DK disait en répondant à ma demande de bien vouloir indiquer les avantages et les risques du sentier du service.

Nous commencerons par les **avantages**.

**Le sentier du service :**

- i) constitue un défi pour une personne dans tous les domaines de sa vie.**
- ii) évite le dogmatisme de la doctrine.**
- iii) rend la spiritualité plus largement disponible (plus accessible aux gens ordinaires.)**

**Les risques :**

- i) La routine peut résulter en une activité machinale.**
- ii) Les tâches requises, à force de répétition et de familiarité, peuvent apparaître comme des corvées.**
- iii) Le travail risque de devenir motivé selon des valeurs et standards terre à terre.**



## Les préceptes :

1. Que le calme et la clarté soient votre discipline et une responsabilité.
2. Agissez intentionnellement – avec vos buts et vos objectifs devant vous.
3. Ne craignez pas la douleur et la négativité rencontrées chez autrui et en vous-même. Au lieu de cela, transformez-la (voir plus bas).
4. Souvenez-vous, le cœur est l'instrument le plus puissant que vous possédiez. C'est l'endroit de la transformation pour toute émotion négative – qu'elle provienne de vous-même ou d'autrui.
5. Rappelez-vous que vous êtes un agent sur la terre pour des plans plus élevés.



## L'exercice en cinq étapes

1. Visualisez une flamme dans un verre violet et portez-la dans votre cœur. Au cours de la journée, imaginez la bougie dans votre cœur.
2. Toute douleur, crainte et négativité qui résident en vous, attirez-les dans la zone du cœur et consommez-les.
3. Après avoir nettoyé cet espace, rappelez-vous votre but et vos objectifs immédiats. Rappelez-vous également votre engagement à servir.
4. Utilisez votre centre du cœur pour dissiper et transformer toute émotion négative au nom d'autrui comme un acte de service.
5. 'Du point de Lumière...

'Je suis une lumière...'

Ces deux énoncés constituent le début de deux importantes invocations appartenant à la tradition Bailey. Répétez ces deux énoncés en même temps que vous voyez la flamme brûler dans votre cœur et une claire lumière briller sur votre front. Joignez vos mains devant votre cœur et au creux de celles-ci tenez la flamme. (Lorsque vos mains sont jointes ainsi, il est plus facile à un maître de les envelopper dans les siennes.)

Allez dans le monde, confiant et clair.

**Veillez faire ceci tous les matins sans faute.** L'endroit où vous le faites est moins important que le fait de le pratiquer. Plutôt de le rater, faites-le dans la salle de bains, dans le bus ou le train, à votre bureau. Mais si vous le faites dans un pièce au calme, vous aurez davantage de chances de sentir les mains enveloppant les vôtres.