

# Méditations collectives de Pleine Lune

---

**Conférence donnée le 25 novembre 2018 à Longpont-sur-Orge (91)**

**Par Bruno, Chantal, Pascaline et René**

---

Le lien qui nous unit est une recherche spirituelle commune au sein d'un groupe dont nous parlerons tout à l'heure.

## **Introduction**

### **La méditation collective : une œuvre de Service**

Comme vous le savez, il y a de multiples façons de méditer, seul ou en groupe, et différentes formes de méditation, méditation en pleine conscience, méditation Vipassana...

La méditation de Pleine Lune dont nous allons vous parler aujourd'hui est une méditation collective qui ne recherche aucun bénéfice personnel. C'est une méditation de service.

La nature humaine est portée naturellement au service et, naturellement c'est envers les plus proches (la famille, le clan, éventuellement ma patrie...) que le sens du service est d'abord entendu.

La notion de Service évolue en fonction de l'évolution spirituelle que ce soit au niveau individuel ou au niveau collectif, au niveau de l'humanité.

La capacité de servir marque un stade bien défini de progrès sur le Sentier spirituel.

Le service envers ses proches est donc naturel et louable, mais limité. Cette notion de service était propre à l'ère des Poissons que nous sommes en train de quitter.

L'Age des Poissons a préparé, lentement, très lentement, la voie pour la divine expression du service. Aujourd'hui, nous avons un monde qui peu à peu arrive à comprendre le fait que "nul homme ne vit pour lui-même" et, en entrant dans l'ère du Verseau, la notion de service s'élargit donc pour devenir inclusive et englober tous les hommes.

L'Humanité progresse et de stade évolutif en stade évolutif, elle capte une fréquence nouvelle due à l'arrivée des énergies de l'âge du Verseau. Cette fréquence de l'énergie de service est l'onde porteuse de l'ère du Verseau. Au fur et à mesure où cette énergie va devenir plus prégnante, plus abondante, l'Humanité y répondra de plus en plus. D'abord au travers d'éléments pionniers, plus réceptifs, des sortes d'antennes et ensuite pour l'ensemble de l'Humanité qui à son tour répondra à cette énergie de service, à cette note.

La loi de service consiste à imposer au rythme planétaire certaines énergies et impulsions qui émanent du signe du Zodiaque de l'ère dans laquelle nous entrons, le Verseau. On ne peut, par conséquent, s'y soustraire.

Le service peut être aussi difficile. Il implique un investissement en temps, de la constance et de la persévérance et la capacité de travailler sans attachement. Ces qualités ne sont pas faciles à acquérir, et pourtant aujourd'hui la tendance à servir est une attitude qui se développe à l'aube de l'ère du Verseau. Tel est le processus évolutif.

L'humanité a atteint un développement suffisant pour être réceptive aux énergies spirituelles. Ce phénomène, réel et croissant, est reconnu par les penseurs et ésotéristes du monde entier, les gens religieux éclairés quelle que soit la religion, les hommes d'état larges d'esprit, les industriels et hommes d'affaires à vision inclusive et à vues humanitaires, et par un nombre croissant d'individus.

# La méditation de Pleine Lune

## 1- Objectif de la méditation de Pleine Lune

La méditation de Pleine Lune est une méditation collective et une puissante méthode de service.

Le moment de la Pleine Lune, chaque mois, offre la meilleure des opportunités pour la méditation afin d'être utilisé comme un moyen de réception et de redistribution des énergies spirituelles pour notre monde.

On pourrait se demander : quel rapport y a-t-il avec la pleine lune ? Les énergies spirituelles sont toujours disponibles pour ceux qui peuvent les contacter en méditation. Mais dans tous les aspects de notre vie planétaire, il y a des cycles de flux et de reflux d'énergie spirituelle avec lesquels les groupes comme les individus peuvent consciemment coopérer. Un des cycles d'énergie majeur coïncide avec les phases de la lune, atteignant un sommet, sa marée haute, au moment de la pleine lune. C'est alors le moment où la canalisation de l'énergie au travers du groupe de méditation peut être réalisée de façon unique.

La lune en elle-même n'a pas d'influence sur le travail, mais l'orbe de la lune indique un alignement libre et sans obstacle entre la terre, la planète associée au signe zodiacal et la constellation elle-même.

Aujourd'hui, d'innombrables groupes de service, grands et petits, se réunissent régulièrement, partout dans le monde au moment de la pleine lune, chaque mois, pour un travail de méditation mais il n'y a pas un modèle unique de technique de méditation de Pleine Lune et on ne peut méditer seul.

De telles réunions pour la méditation de groupe comme service à l'humanité ont lieu depuis des décennies. Au fil des ans, un canal de groupe se crée, utilisable pour la distribution de l'énergie, qui croît et se construit continuellement.

Chacun peut apporter sa contribution en méditation. Nous venons pour donner - non pour recevoir.

Tous les mois, les énergies répandues sont chargées des qualités propres à la constellation qui influence le mois en question.

Les énergies qui sont particulièrement disponibles à la pleine lune - quand elles sont correctement comprises, reçues et transmises en méditation - peuvent contribuer à aider l'humanité à s'élever vers son but spirituel en tant que centre de conscience. Tel est l'objectif essentiel des réunions de méditation mensuelles de pleine lune.

Pour préparer la méditation de groupe, la part de travail la plus significative est d'être aligné et de s'intégrer en tant que groupe, pour former un canal d'énergie de communication.

Par cette méditation, nous pouvons être d'un grand service sur le plan pratique, aidant ainsi à créer le ferment qui, dans la conscience humaine, amène le changement d'attitude de l'esprit et du cœur ainsi que des changements dans le monde des affaires.

Il s'agit de réunions de méditation à un moment où, par le biais de groupes de serviteurs répartis partout dans le monde, la méditation peut être utilisée efficacement dans le but de l'évolution de l'humanité.

### **La fête de Wesak**

Une technique de pleine lune présente une importance particulière, celle du Taureau appelée la Fête de Wésak qui correspond à la rencontre des énergies du Bouddha et du Christ. C'est un moment intense spirituellement parlant, le moment où l'Humanité peut recevoir ces incroyables énergies via toutes les méditations à travers le monde qui sont comme de puissantes invocations.

## **2 - Déroulement d'une méditation de Pleine Lune**

C'est une technique qui dure environ 50 minutes.

Elle a lieu dans les 24 heures qui précèdent l'heure exacte de la pleine lune.

## **Phase 1 : Réception des énergies**

Assis en cercle, nous commençons par visualiser notre Terre entourée d'un halo blanc et un endroit particulier, le désert de Gobi en Mongolie, au nord de la Chine. Le désert de Gobi est comme une immense cuvette qui, lors de ces techniques de Pleine Lune, reçoit les énergies en provenance des constellations.

Nous visualisons un alignement entre la constellation correspondant au signe zodiacal en cours (ex. Bélier), la planète associée à ce signe (ex. Mercure) et la Terre avec le désert de Gobi.

Constellation... planète associée... Terre (Gobi)

Puis, nous assistons au jaillissement de l'énergie venue de la constellation qui fuse en un faisceau vers notre système solaire, traverse la planète associée, atteint la Terre et commence à remplir la dépression gobiennne.

Cette phase de réception des énergies dure plusieurs minutes.

Une fois le réservoir planétaire rempli au maximum, le faisceau d'énergie s'éteint.

## **Phase 2 : Canalisation de l'énergie**

Nous visualisons au-dessus de nous une petite cuvette, réplique de la grande cuvette planétaire.

A la lecture d'une phrase-clé propre à chaque signe, un canal s'ouvre alors, reliant le réservoir planétaire à notre petite cuvette. L'énergie en provenance du réservoir planétaire arrive dans notre aura collective, via notre petite cuvette.

Cette énergie brute est canalisée dans notre corps afin qu'elle s'imprègne de nos qualités. Commence alors un « voyage » de cette énergie dans notre corps, différent selon chaque signe, pour finir toujours dans le centre Ajna, entre les deux yeux, où nous la concentrons de plus en plus jusqu'à la condenser en une toute petite bille de couleur. L'étape suivante va être d'éjecter l'énergie en un faisceau droit devant nous sans se soucier où elle va.

L'éjection de l'énergie est rendue possible par la lecture d'un texte qui s'appelle la Grande Invocation.

### **Phase 3 : Redistribution de l'énergie**

Dans un voyage planétaire d'ouest en est, nous survolons successivement sept métropoles particulièrement réceptives aux énergies du signe de la Pleine Lune. Pour chaque ville, nous visualisons un grand lotus blanc bien plus vaste que la ville physique et nous voyons le flot d'énergie coloré se déverser sur le lotus, le teintant progressivement du noyau vers la périphérie. Ce temps d'imprégnation est de quelques minutes pour chaque ville.

### **Phase 4 : Vision finale**

Nous visualisons la Terre tournant sur elle-même comme au début de la technique. L'énergie absorbée par les sept lotus planétaires s'est répandue dans toute l'aura de la Terre qui est maintenant noyée non plus dans un halo blanc comme au début mais dans un rayonnement de la couleur du signe de la Pleine Lune.

Nous restons quelques instants sur cette vision finale au cours de laquelle nous pouvons entendre la phrase-semence différente pour chaque Pleine Lune. Cette phrase-semence permet d'ancrer en chacun de nous un message essentiel comme une graine vibratoire que l'on plante, non pas pour alimenter une réflexion mentale mais pour la laisser mûrir en nous.

## **Le cadre de nos méditations de Pleine Lune**

### **1 - Le Mouvement Spirituel de Castalie**

Nous avons vu qu'il existe des méditations de Pleine Lune dans le monde entier.

En ce qui nous concerne, elles ont lieu dans le cadre du Mouvement Spirituel de Castalie, association loi 1901, créé il y a environ 40 ans par Jacques SOURMAIL, professeur agrégé de mathématiques dans son activité professionnelle, avec comme objet l'enseignement, l'édition, l'étude et la recherche dans le domaine de la spiritualité.

Cette association est localisée depuis une vingtaine d'années à Paris, au FORUM 104 (104 rue de Vaugirard, PARIS 6ème). C'est un espace de rencontre culturel et spirituel ouvert à tous librement.

Ainsi, plusieurs activités sont proposées dans le cadre du Mouvement Spirituel de Castalie :

- **Un enseignement** oral dont l'objectif est de tisser le lien ténu qui connecte l'Homme à sa source intérieure, laquelle est à l'origine de tout renouvellement, de permettre l'alimentation et la croissance de cette part en nous qui cherche le contact avec le Soi supérieur. A force de persévérance, les techniques de méditation individuelles et collectives, peuvent agir sur nos états de conscience. Elles permettent à chacun de mieux se comprendre et d'agir avec justesse dans le milieu qui l'entoure.

Le programme des cours est en constante évolution et les sujets sont traités d'une façon volontairement non académique.

Au fil des années, l'enseignement a évolué pour actuellement avoir moins de connaissances à assimiler avec le mental et plus de méditations pour développer un travail intérieur. Ceci afin d'élever la note vibratoire individuelle et collective, toujours dans le cadre de la vie de service.

L'enseignement se conclut généralement par une méditation guidée.

- Des exercices de **méditations individuelles** pour créer les conditions favorables à ce contact intérieur et à son développement.
- Des **méditations collectives**, en relation avec d'autres groupes dans le monde. Ainsi, les méditations individuelles se trouvent élargies au service de l'Humanité Une, comme l'expression d'une fraternité active en conscience.
- Des **méditations de Pleine Lune**, dont celle du Wesak.  
Les méditations de Pleine Lune se font soit au Forum 104, soit en Unité que nous allons vous présenter par la suite.

Au fur et à mesure des années, Castalie s'est développé pour compter aujourd'hui un noyau stable d'une centaine de personnes. On y vient librement et on en part librement.

Des mouvements spirituels comme celui de Castalie, il y en a de nombreux dans le monde et de plus en plus. Ils permettent aux énergies spirituelles de descendre plus facilement et plus fréquemment vers l'Humanité en particulier grâce aux méditations de groupe.

Les participants à ces mouvements sont engagés spirituellement. C'est un besoin intérieur qui pousse l'individu à s'engager dans cette voie du Service à l'Humanité. Cet engagement spirituel, cette volonté de service s'accompagne d'une grande humilité.

Si on imagine qu'un mouvement spirituel est un point lumineux dans le monde, il y a donc de nombreux points lumineux sur notre planète, organisés en réseau. Le point lumineux de Castalie s'inscrit dans un vaste réseau de points lumineux, sorte d'internet spirituel, que Teilhard de Chardin a présenté sous le nom de Noosphère dans un livre intitulé « Le Phénomène Humain » en 1955. Il présente la noosphère comme une couche qui entoure la terre, matérialisant toutes les consciences de l'Humanité, une couche pensante humaine de la terre constituant un règne nouveau.

La Noosphère est l'interface entre le monde d'en-bas (le monde minéral, végétal, animal et humain) ou biosphère et les énergies supérieures (ou Christosphère). Ce réseau-internet spirituel sert l'Humanité en réceptionnant l'énergie en provenance de la Christosphère et en les retransmettant vers l'Humanité lors de méditations de groupe. La Noosphère joue un rôle de relais et de transmetteur des énergies spirituelles vers notre biosphère.

## **2 - Les Unités**

Dans le cadre de Castalie, la plupart des méditations de Pleine Lune, ont lieu actuellement au sein de petits groupes que nous appelons unités. Il existe neuf unités comme la nôtre, à Paris et en région parisienne + quelques unes en province et à l'étranger.

A l'image du Mouvement Spirituel de Castalie intégré dans un réseau mondial, les unités sont elles aussi organisées en réseau. Ce réseau est lui-même organisé sous forme de triangles constitués chacun de trois unités. Avant chaque technique de Pleine Lune, les unités d'un triangle se connectent entre elles grâce à un petit protocole de visualisation d'une dizaine de minutes.



Ces unités ont un effectif compris entre trois et quinze personnes et fonctionnent de manière indépendante, dans le cadre de Castalie. En plus des techniques de Pleine Lune, elles se réunissent une à deux fois par mois, le soir, généralement, durant environ une heure, au domicile d'un des membres de chaque unité.

La raison d'être de ces unités est :

- de **pratiquer ensemble des méditations** déjà pratiquées pendant les cours.

La méditation permet d'affiner nos véhicules (physique, émotionnel, mental), de mieux ressentir les énergies ET aussi de participer au **renforcement du réseau** dont nous venons de parler.

La méditation n'est pas liée à une religion en particulier. C'est une expérience intérieure. La méditation nous permet de nous connecter à plus grand que nous, de nous aligner sur une dimension supérieure. C'est une façon de déployer notre antenne, de l'orienter vers le monde d'en haut, de faire taire le mental, de lâcher l'identification à l'ego. Dès que l'on attend un bénéfice pour soi, on sort du champ d'expérience de la méditation.

- **d'échanger et de partager librement vécus et expériences liés à notre cheminement spirituel**

En effet, méditer peut être difficile, surtout au début. C'est un long apprentissage ... Même si on a l'impression que rien ne change, que rien n'évolue, à notre insu, au plus profond de nous, les choses bougent subtilement.

C'est pour cette raison que nous consacrons une partie de notre temps d'échange dans les unités à parler des difficultés que nous rencontrons, les uns et les autres. Comme toujours, le fait de pouvoir partager ses difficultés nous aide et nous encourage à persévérer dans cette voie exigeante.

## **Conclusion**

Auparavant, les méditations de pleine lune étaient réservées aux membres de Castalie. Depuis la rentrée scolaire 2019, nous convions toutes les personnes qui le souhaitent à nous rejoindre pour participer à nos méditations de Pleine Lune et ainsi contribuer à cette œuvre de service à l'humanité.

Donc, toutes les personnes spirituellement orientées, à quelque courant qu'elles appartiennent, sont invitées à s'unir ponctuellement dans cette œuvre de Service.