

Pour Mars 2024

Très chères et très chers,

Ci-joint, la proposition de travail et de Méditation pour Mars 2024.

Merci pour votre Précieux Travail de Lumière !

Recevez tout mon Amour, et vivez un merveilleux mois de mars 2024, une merveilleuse semaine, une merveilleuse journée et de merveilleux moments !

Om Prema Jyothi !

Costa

D3/3 : **Service Amour-Lumière pour la Paix et la Volonté de Bienveillance ...**

L4/3 : **Méditation Temple Amour-Lumière**

M5/3 : Pratique **Abondance + Med Fusion Mâ**

Me6/3 : **Méditation Fusion avec âme (Méditation libre)**

J7/3 : **Méditation du jeudi : Shamballa**

8/3 : Mahashivaratri

D10/3 : **Service Amour-Lumière pour la Paix et la Volonté de Bienveillance ...**

D10/3 : **Méditation Nouvelle lune des poissons**

L11/3 : **Méditation Contemplation Christ Amour-Lumière**

M12/3 : Pratique **Abondance + Med Fusion Mâ**

Me13/3 : **Méditation Fusion Prema Swami (Méditation libre)**

J14/3 : **Méditation du jeudi : Feu Violet Solaire**

15/32 : **Retraite du Temple du Lotus Bleu du Seigneur Himalaya**

D17/3 : **Service Amour-Lumière pour la Paix et la Volonté de Bienveillance ...**

L18/3 : **Méditation Contemplation Haut Conseil PL**

M19/3 : Pratique **Abondance + Med Fusion Mâ**

Me20/3 : **Méditation Bouddha Intérieur (Méditation libre)**

J21/3 : **Méditation du jeudi : Archanges /Archaï**

21/3 : **Méditation Équinoxe du Printemps (Méditation libre)**

D24/3 : **Service Amour-Lumière pour la Paix et la Volonté de Bienveillance ...**

L25/3 : **Méditation Contemplation Maître Intérieur + pleine lune bélier**

M26/3 : Pratique **Abondance + Med Fusion Mâ**

Me27/3 : **(Méditation libre)**

J28/3 : **Méditation du jeudi : Grands Soleils Centraux**

29/3 : **Méditation Vendredi Saint (Méditation libre)**

30/3 : **Samedi de Pâques (Méditation libre)**

31/3 : **Dimanche de Pâques (Méditation libre)**

D31/3 : **Service Amour-Lumière pour la Paix et la Volonté de Bienveillance ...**

C'est à vous à les pratiquer si cela vous parle ...
Om Prema Jyothi,
Costa

8/3 : Mahashivaratri

Méditation 1499



Méditation Mahashivaratri et Saï-Shiva.

18/2/2023

Om, je trace 'Initiation' et je me laisse m'élever, m'élever, m'élever...
Aujourd'hui, c'est la Mahashivaratri et je laisse Shiva-Saï me bénir...
Je trace aussi 'Lumière de Saï' et je la laisse m'illuminer...
Shiva-Saï dit : *« Cette nuit, la Grande Nuit de Shiva signifie « Ténèbres de bonne augure » et vous devriez chanter le Nom Sacré de Shiva toute la nuit... cela sanctifiera votre vie... Alors, contemplez le Divin et soyez en Sa Compagnie. Faites naître en vous de nouvelles pensées, des pensées d'Amour-Lumière, des pensées d'Amour-Divin, en préparation à l'année qui vient. Méditez et contemplez l'Être Réel que vous êtes et laissez-Le emplir votre monde de la pensée de Son Pur Amour. Et saisissez l'Occasion pour Lui offrir votre Amour-Lumière sincère et profond et laissez ces Rayons d'Amour-Lumière Le remplir de votre Dévotion. En ce Jour Sacré de la Shivaratri, développez l'Amour pour le Divin et rachetez toutes vos vies. Manifestez le Divin qui est en vous ! Chantez Son Nom ! Accomplissez chaque acte avec Amour. C'est la Discipline la plus élevée, le Chemin d'Amour-Lumière qui transformera le Monde ! L'Amour est Dieu et vous êtes l'Amour qui s'accomplit, vous êtes Dieu qui se manifeste. La Vérité est Dieu et votre Être Vrai est Dieu en vous. Comprenez cela et dédiez toutes vos actions à Dieu en vous. Pratiquez Ses Enseignements et servez votre prochain et vous rachèterez vos vies et deviendrez enfin le Soi Divin ! Vous deviendrez Saï-Shiva ! Om Namaha Shivaya ! »*

Méditation 1499 le 18/02/2023 à travers Amritananda

10/3 : Méditation Nouvelle lune des poissons

Méditation 1501



Méditation Nouvelle lune en poissons

20/2/2023

Om, je pratique 'Union à Sanat Kumara' ... Je trace 'Initiation' et je m'ouvre aux Énergies des Poissons Et je vois Sanat Kumara et Shiva ainsi que Ganesh En fait c'est Shiva avec ses deux Fils Ganesh qui représente Buddhi et Murugan, Sanat Kumara qui représente l'Atma, le JE SUIS Je Les contemple et reçois leurs Bénédictiones Shiva dit : **« Om, CELA devient JE SUIS »**. CELA JE SUIS ! Je suis une gouttelette d'eau de l'océan mais je suis la même eau que celle de l'océan La gouttelette aussi est JE SUIS C'est ainsi que se constitue JE SUIS CELA QUE JE SUIS JE SUIS est né mais finira un jour par fusionner à nouveau à CELA mais avec son expérience accumulée JE SUIS est dans tous les corps, dans toutes les Dimensions Dans les dimensions humaines, physique, éthérique, astrale et mentale, tout est automatique.

Mais dans la partie Bouddhique, le Mental Supérieur, JE SUIS est Conscient de Soi et a une Volonté Discriminatoire Nous sommes tous de ce Voyage et la Vérité la Plus Élevée, l'Amour Pur et la Félicité sont ce que nous offrent les Poissons Les Poissons sont tout et contiennent tout Ils le sont par Essence Les Poissons offrent la Liberté de l'Illusion, Maya, comme la Plus Haute Vérité. Et c'est de la Plus Haute Vérité qu'est né l'Amour Pur ! Om, JE SUIS PURE LOVE, OM CELA JE SUIS Et Shiva dit : **« Oui, TU ES CELA QUE TU ES, TU ES MOI ! »** Om Namaha Shivaya ! Om Prema Jyothi !

Méditation 1501 le 20/02/2023 à travers Amritananda

15/3

Et la **Méditation de la Retraite du Temple du Lotus Bleu du Seigneur Himalaya** à pratiquer si vous le souhaitez du 15 mars au 14 avril.

Informations sur le Temple du Lotus Bleu du Seigneur Himalaya :

<http://www.lecoeurouvert.net/pages/meditations/pratiques-mars/temple-de-la-la-retraite-du-lotus-bleu.html>

Méditation de la Retraite du Temple du Lotus Bleu du Seigneur Himalaya :

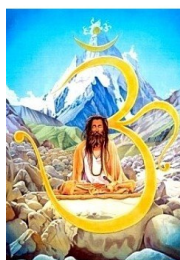
Lien Méditation : <https://youtu.be/s1a8JQYXRgQ>

Chaine Youtube : costa zaboukis Abonnez-vous !

Ou : site du cœur ouvert :

<http://www.lecoeurouvert.net/pages/meditations/pratiques-mars/meditation-retraite-du-lotus-bleu.html>

Méditation 1522



Himalaya et Fusion Masculin Divin

15/03/2023

Om, après la Méditation, je laisse la Parole au Seigneur Himalaya ...

« Disciples du Feu Amour-Lumière, vous êtes d'un certain côté mes Disciples également car j'ai tellement sollicité le Rayon de l'Amour Divin, qu'il fait pratiquement partie de mon Être ... Aujourd'hui J'aimerais vous placer au centre de l'axe de ma Retraite et de celle du Seigneur Méru dans les Andes. Et Nous allons rayonner Nos Rayons Masculin et Féminin et les faire converger au centre du Temple de votre Cœur.

Vous allez accueillir ces Rayons Féminins et Masculins avec une Grande Tendresse et un Grand Respect et les laisser réaliser leur Œuvre en vous.

Alors, fermez vos yeux, centrez-vous sur la chambre secrète de votre cœur, dans le Temple du Cœur et ouvrez-vous à les recevoir ... Om ... » ...

Et nous le faisons et deux Rayons Puissants entrent dans le Centre de notre centre, un par l'avant et l'autre par l'arrière ...

Ils viennent se rencontrer et fusionner l'un l'autre dans la chambre secrète de notre cœur ... Et une grande explosion se manifeste en notre centre et illumine l'entièreté de l'Être que nous sommes, dans toutes les dimensions, dans toutes les réalités, dans tous les mondes et dans tous les temps ... Elle illumine notre Être Total ...

Et celui-ci se manifeste à notre conscience en tant que Christ Total Vivant ...

Om Prema Jyothi ... Contemplons Le ... A...U...M...

Méditation 1522, le 15/3/2023 à travers Amritananda-Costa

21/3

Ci-joint, quelques informations pour l'Équinoxe du Printemps !

Méditation libre ce jour-là en vous unifiant au Groupe Pure Love...

<http://www.lecoeurouvert.net/pages/meditations/pratiques-mars/equinoxe-du-printemps.html>

Méditation 1268

Uriel : Printemps Amour-Lumière !

<http://www.lecoeurouvert.net/pages/meditations/pratiques-mars/printemps.html>

Méditation 1529



Méditation Équinoxe du Printemps 2023

21/03/2023

Je trace 'Flamme Amour-Lumière' et je m'ouvre à Amour-Lumière d'Amaralys, Déesse du Printemps et aux Énergies de l'Équinoxe du Printemps ... Je m'ouvre aux Grand Potentiels Énergétiques du Bélier et du Soleil ... Et je m'ouvre aussi à mon propre Soleil ... Et à tout ce que JE SUIS ... Et je vis l'Unité ... Je vis l'Unité avec mon âme et l'Unité avec Uriel dans mon âme ... Avec Lady Grâce dans mon âme ... Om, nous sommes UN ... Et c'est tellement splendide ! Je me sens UN ... UN avec la vie de mon âme ... Totalement unifié ! ... UN avec le Soleil en moi ...

Aujourd'hui un nouveau Cycle Solaire commence, un Cycle de Croissance Spirituelle pour moi ... J'inspire de tout mon Être le Courage, la Force de Volonté et la Protection en pratiquant 'Cho Ku Rei Pure Love' ... Et je me sens plein de Force, de Puissance et de Protection pour ce Nouveau Départ. ... Et je m'élève, m'élève, m'élève à partir des énergies de mon mental jusqu'aux Énergies du Mental de l'Âme ... Je m'élève au-dessus de ma conscience humaine ... Om, Je suis Ishvara ... Om, Je suis le Maître Intérieur ... JE suis le Christ Amour-Lumière dans le cœur ... Je suis la Flamme Amour-Lumière qui m'ouvre la Porte vers l'Être Suprême Intérieur en moi ... Om Prema Jyothi ...

Et je m'ouvre aux Energies Merveilleuses du Printemps ... à la Grande Impulsion de la Vie ... Et je deviens UN à cette Nouvelle Lumière ... Je vis l'Unité et ma Conscience s'expand, s'expand, s'expand ... Et Je suis dans le Grand, Grand Silence ... Om je suis UN avec le Tout ... Je suis UN avec toutes mes vies, toutes mes Réalités ... Om, je suis le Maître du Cœur ... Je suis l'Être Total ... Je suis l'Être d'Amour-Lumière ... UN avec Dieu en moi ... JE suis la Lumière de l'Amour Divin Complet, l'Amour Divin Total ... JE suis vibrant en Cinquième Dimension ... Om Prema Jyothi ...

Je m'unis à ma Présence JE SUIS ... Et je m'unis à la Présence JE SUIS Planétaire ... Et nous nous ouvrons aux Nouvelles Fréquences de l'Amour Divin de la Terre ... Cet Amour Divin Complet, Total est intégré dans la Coupe Collective de la Conscience de l'Humanité ... Om Je suis Un avec la Conscience de l'Humanité ... Et tous nous nous élevons à un Nouveau Niveau de Conscience ... A un Nouveau Cycle Solaire de Croissance Spirituelle ... Et nous nous encrons dans le Champ d'Unité de la Terre ... Dans le Royaume de Perfection de Cinquième Dimension ...

Om JE SUIS le Maître de l'Amour-Lumière ... JE suis le Seigneur de l'Amour-Lumière ...

Et j'aime, j'aime, j'aime à travers la Rose Amour-Lumière de mon Cœur l'Humanité entière et la Vie présente partout ... Je rayonne l'Amour-Lumière ... JE rayonne les Énergies Divines du Printemps ! Je suis la Résurrection et la Vie de Perfection ... Om Prema Jyothi ...
Paix sur la Terre et dans chaque cœur ... Om Shanti, Shanti, Shanti...

Méditation 1529, le 21/3/2023 à travers Amritananda-Costa

Service Amour-Lumière pour la Paix et la Volonté de Bienveillance ...

Chaque dimanche du 21/1/2024 au 16/6/2024 ...

<http://www.lecoeurouvert.net/pages/activites-de-service/pour-la-paix.html>

25/3

Méditation 1542



Pleine Lune du Bélier 2023

06/04/2023

Om, j'inspire les Énergies du Bélier et je laisse les Énergies Puissantes du Rayon de Volonté et de Puissance m'atteindre ... Et le Rayon Bleu me pénètre et m'illumine de l'intérieur ... J'inspire les Énergies du Bélier et laisse un Nouveau Cycle de Manifestation démarrer en moi ... Une Nouvelle Idée, une Nouvelle Impulsion Spirituelle prendre forme ... C'est une Nouvelle vie qui émerge en moi ... Une vie d'Amour-Lumière, de réalisation Amour-Lumière ... Une Nouvelle année spirituelle commence en même temps que le printemps et c'est merveilleux ... Le Bélier éveille en moi la Volonté d'atteindre la Maîtrise Totale de l'Amour-Lumière ... C'est le Plan Divin de Perfection qui descend en moi ... Om Prema Jyothi !

Et je m'élève, je m'élève, je m'élève ... Et j'apprends à connaître l'Amour-Lumière jusqu'à l'extrême limite ... Avec l'Énergie du Bélier, j'exprime la Volonté d'être l'Amour-Lumière ... Avec l'Énergie du Bélier, je développe le Pouvoir de manifester l'Amour-Lumière sur Terre ... Avec le Bélier, j'entre dans la bataille pour mettre un terme à la violence sur Terre ... J'entre dans la bataille pour la Victoire de l'Amour-Lumière dans chaque cœur Humain. Avec le Bélier, par nos efforts, nous arrivons à créer l'Unité parfaite dans le Groupe Pure Love et dans le Groupe Humanité ...

Avec les Énergies du Bélier, du Christ Amour-Lumière et les Maîtres du Haut Conseil Pure Love, je crée l'Amour-Lumière ... Je suis l'Amour-Lumière ... J'active l'Amour-Lumière dans tous les cœurs et dans toutes les consciences ... Je lutte pour sa Victoire Totale et par sa

Synthèse, je Lui permets d'influencer la planète entière ... L'Amour-Lumière se manifeste dans la matière ... dans les âmes ... et dans les esprits ... Il imprègne tout et tous ...
Om Prema Jyothi ...

Je m'élève en inspirant les Énergies du Bélier et de la Hiérarchie, je m'élève et m'aligne à mon Nouveau Plan de Travail ... A ma Nouvelle Mission ...

Om, je suis dans l'Énergie de mon âme et je m'ouvre à l'Esprit Divin en moi pour qu'Il me guide à créer les Processus Amour-Lumière qui conduiront à la Manifestation de l'Âme de chacun et plus tard, à la Manifestation de l'Esprit à travers l'Âme ... Om Prema Jyothi ...

Je m'ouvre aux Énergies du Bélier et j'inspire son Feu, son Feu Électrique ... qui brule tous les empêchements qui m'empêchent de me libérer totalement, de me réaliser en l'Amour-Lumière dans toutes les Dimensions de mon Être, dans toutes les Réalités, dans tous les Temps ... Que Shamballa s'ouvre pour moi ... Que la Régénération Spirituelle se fasse ... Que la Maîtrise Totale se réalise ... Om Prema Jyothi ...

Méditation 1542, le 6/4/2023 à travers Amritananda-Costa

Pour Pâques

<http://www.lecoeurouvert.net/pages/meditations/pratiques-avril/paques.html>

29/3

Méditation 1543



Vendredi Saint et Pâques - Jeshua

07/04/2023

Om, je trace 'Pure Love - Amour du Christ Solaire' et je me sens illuminée ...

Jeshua apparaît devant moi et me dit : « *Frère de Lumière, Fils de Lumière, en cette période, l'Ascension est propice ! L'Ascension de l'âme vers Christ Amour-Lumière en vous ! L'Opportunité existe pour certains ! L'Ascension se fait avec Douceur, Elle n'a pas besoin de se faire une fois pour toutes ! Celle qui se fait ainsi, c'est la dernière Ascension, celle où vous disparaîsez de cette dimension ...*

Mais s'élever de l'âme vers Christ Amour-Lumière peut se faire en Douceur et en Lumière ! Bien-aimés, venez saisissez cette Opportunité et renaîsez avec Moi, renaîsez en Christ Amour-Lumière en ma Compagnie ... JE suis disponible dans mon Corps de Lumière ...

Sollicitez-Moi chaque jour avec le symbole 'Pure Love- Amour du Christ Solaire' ou avec 'Lumière du Christ' ou avec la Flamme de la Résurrection ou avec 'Christ Amour-Lumière' ! Sollicitez-Moi et accomplissez en petites étapes le Miracle des Miracles ! La Résurrection en tant que Christ-Amour, Christ-Douceur, Christ-Tendresse ... Venez à Moi pour que Je vous aide à cette Ascension en Douceur ... Préparez la Véritable et Finale Victoire pour vous ! Om Prema Jyothi ! Je suis votre Ami Éternel. »

Méditation 1543, le 7/4/2023 à travers Amritananda-Costa

30/3

Méditation 1544



Fusion à Jeshua, Pâques 2023

08/04/2023

*Je pratique la Pratique-méditative Fusion à Jeshua et je laisse sa Shakti prendre la parole ...
« Fils Bien-aimé, Je suis là pour toi et pour les Disciples Pure Love qui s'ouvrent à Moi !
Je suis là toujours pour vous ! Et si vous le voulez, Nous sommes UN ...
Notre Conscience est UNE et Elle est au Service de la Grande Mère Divine Universelle et au Service de la VIE !*

*Aujourd'hui, Je suis ici pour vous dire que les Portes de l'Ascension et de la Résurrection sont ouvertes pour vous ... Pensez- y faites les Pratiques nécessaires ...
La Flamme de la Résurrection que le Seigneur Krishna a révélée sur Terre est amplifiée et si vous vous y connectez, Elle purifie le noyau de chacune de vos cellules pour qu'elles puissent retrouver leur Potentiel Divin ...
Pour que vos vibrations puissent s'ajuster aux Vibrations de la 5^{ème} Dimension ...
L'ajustement est alignement et s'aligner est se stabiliser et s'établir dans les Fréquences Vibratoires de Cinquième Dimension ...*

Invokez la Flamme de la Résurrection, pratiquez 'Croix de Gabriel' et décrétez la Perfection ! La Perfection de votre Vie, de votre Santé, de vos finances, de vos relations, de vos sensations, de votre Amour, de votre Lumière etc. Ce n'est qu'ainsi, que vous pouvez profiter de Pâques ! Soyez bénis et sentez-vous aimés ! Om Prema Jyothi ! »

Méditation 1544, le 8/4/2023 à travers Amritananda-Costa

31/3

Méditation 1545



Méditation pour Pâques

09/04/2023

Je fais la Pratique-méditative Fusion à Jeshua ... Et Jésus et moi devenons UN ... Nous sommes UN ... Je suis totalement illuminé ... ainsi que mon âme ... Om, Je suis l'Illumination et l'Énergie d'Ascension de Jésus ... Je trace 'Christ Amour-Lumière' et Je suis l'Amour-Lumière du Christ en moi ! Je suis la Lumière du Christ qui ressuscite en moi comme Christ Amour-Lumière ... Om, Je suis Christ Amour-Lumière ... Je suis Sat-Chit-Ananda, Vérité du Christ Amour-Lumière, Conscience du Christ Amour-Lumière et Félicité du Christ Amour-Lumière ... Om, CELA JE SUIS ...

J'inspire la Lumière de CELA.

Elle entre dans le Champ Intérieur de mon Cœur ...

Elle éveille Christ Amour-Lumière en moi ...

Et je rayonne l'Amour-Lumière du Christ en moi ...

JE rayonne l'Amour-Lumière du Christ en moi ...

JE rayonne l'Amour-Lumière du Christ en moi ...

Je suis Christ Amour-Lumière !

Je suis sa Rose Amour-Lumière dans mon Cœur !

Je suis son Feu Amour-Lumière dans mon cœur ...

JE suis Soleil Amour-Lumière ...

Et je rayonne, je rayonne, je rayonne et je resplendis l'Amour-Lumière dans tous les cœurs et consciences de l' Humanité ... Je rayonne, rayonne, rayonne le Feu de l'Ascension, la Flamme de la Résurrection pour tous ...

Je rayonne, rayonne, rayonne la Perfection de la Résurrection sur tous ...

Que tous s'élèvent que tous soient heureux, que tous ascensionnent ...

Om Prema Jyothi.

Méditation 1545, le 9/4/2023 à travers Amritananda-Costa

Je vous souhaite un merveilleux mois de mars, de Joyeuses pâques, une belle Pratique et vous envoie tout mon Amour et ma Gratitude ! Que Dieu vous bénisse tous !

Om Prema Jyothi,

Amritananda-Costa