

Règles d'or pour la vie quotidienne

TABLE DES MATIÈRES

Le bien le plus précieux : la vie	7
Concilier la vie matérielle et la vie spirituelle ..	8
Consacrer sa vie à un but sublime	9
La vie quotidienne : une matière que l'esprit doit transformer	10
La nutrition considérée comme un yoga	12
La respiration	15
Comment récupérer ses énergies	18
L'amour rend infatigable	19
Le progrès technique libère l'homme pour le travail spirituel	20
Aménagez votre demeure intérieure	21
Le monde extérieur est un reflet de votre monde intérieur	23
Préparez l'avenir en vivant bien le présent	24
Goûtez la plénitude du présent	25
L'importance du commencement	27
Prendre conscience de ses habitudes mentales	31
Attention et vigilance	32
S'en tenir à une direction spirituelle	34
Insister plus sur la pratique que sur la théorie ..	35

Préférer les qualités morales au talent	36
Être content de son sort et mécontent de soi	38
Le travail spirituel ne reste jamais sans résultats	39
La régénération de nos corps physique, astral et mental	40
Cherchez chaque jour votre nourriture spirituelle	41
Révissez périodiquement votre vie	42
Accordez le but et les moyens	43
Corrigez rapidement vos erreurs	45
Fermez la porte aux entités inférieures	45
Les idées déterminent les actes	46
Nos efforts comptent plus que les résultats	48
Accepter les échecs	49
L'imagination comme méthode de travail sur soi-même	50
La musique, support du travail spirituel	52
L'influence bénéfique d'une collectivité spirituelle	52
Ne comptez que sur votre travail	54
Vivez dans la poésie	55
Bien se connaître pour bien agir	56
« Partir du bon pied »	57
Éviter d'exprimer son mécontentement	58

Aller au-devant des autres avec des récipients pleins	59
La main, instrument de communication et d'échanges ...	60
Que votre regard rayonne la vie divine	61
Ne pas raconter ses soucis et ses chagrins	62
Éviter de critiquer – La parole positive	64
Soyez prudent dans vos paroles	66
Toute promesse est un lien	67
La parole magique	68
Le contact vivant avec la nature	69
Ne pas choisir la facilité mais ce qui sert à notre évolution	70
Nous faisons des progrès grâce à ce qui nous résiste	72
Ne pas fuir les efforts et les responsabilités	73
Les excuses ne suffisent pas, il faut réparer ses erreurs	74
L'intelligence se développe dans les difficultés	75
À chaque problème sa clé	77
Ne pas s'appesantir sur les désagréments de la vie	79
La souffrance est un avertissement	81
Remercier dans les épreuves	82
Les épreuves nous obligent à exploiter nos propres ressources	84

Penser que les souffrances sont passagères	86
Regarder vers le haut	86
La méthode du sourire	87
La méthode de l'amour	88
La leçon de l'huître perlière	89
Sachez partager votre bonheur	90
L'exercice de la maîtrise dans les relations	91
Régler les problèmes par l'amour et non par la force	92
Apprenez à dépasser la loi de justice	93
Soyez capable de gestes désintéressés	96
Utilisez vos sympathies pour reprendre courage et vos antipathies pour vous renforcer	97
L'utilité des ennemis	99
Transformer le mal	100
Les véritables ennemis sont en nous	100
Éveiller le bien chez les autres	102
Vivez avec amour	102
Devenez pareil à la source	104
Le Ciel nous a donné des richesses pour que nous sachions nous montrer généreux .	105
Oubliez vos ennemis en pensant à vos amis	106
Se fortifier contre les critiques	106
Savoir se mettre à la place des autres	107
Quelques conseils concernant les enfants	108

Puissance de la parole désintéressée	112
Approfondissez une vérité avant d'en parler ...	113
Commencer par s'assagir soi-même	114
Le soleil, modèle de la perfection	117
Le secret de la vraie psychologie	119
Au-delà de l'apparence des êtres, chercher leur âme et leur esprit	120
Aimer sans danger pour les autres	121
Aimer sans danger pour nous-mêmes	122
C'est en allant s'enrichir auprès de Dieu qu'on peut aider les créatures	124
La circulation de l'amour	125
L'amour porte en lui-même sa récompense	126
Celui qui sait s'ouvrir aux autres ne connaît pas la solitude	127
Seule la présence divine peut véritablement remplir l'âme humaine	128
La traversée du désert	129
La pureté permet le contact avec le monde divin	130
Le Ciel ne répond qu'aux signaux lumineux ...	132
La clé du bonheur : la gratitude	132
Savoir échapper au mal	135
Le refuge le plus sûr : la prière	136
Revivre les joies spirituelles	138

Rester inébranlable	140
Savoir reconnaître si une personne exerce une bonne influence sur vous	141
S'ouvrir aux influences bénéfiques	142
L'influence des créations artistiques	143
Utilisez les objets consciemment et avec amour	144
Consacrez les lieux et les objets	145
Nous laissons des empreintes partout où nous passons	145
Notre influence sur les humains et sur toute la création	146
Nous sommes libres d'accepter ou de refuser les influences	148
Se purifier de tout ce qui peut nourrir les indésirables	149
La consécration aux esprits lumineux	150
Se mettre au service du Ciel pour bénéficier de sa protection	152
Un vrai talisman	152
La meilleure protection : l'aura	153
Notre point d'équilibre : le Seigneur	154
Consacrez votre cœur à Dieu	155
INDEX	157