

RÉMI ZOÏA

Recueil

RENCONTRES

MÉDITATIVES

INITIATIQUES

Livret 2

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

© Éditions Maïa

Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en encre, ils sont conçus et imprimés en France.

Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation interdits pour tous pays.

ISBN 9791042528997

Dépôt légal : mai 2026

Préface

Eh bien, bonjour chers amis !!!*

Pour certains d'entre vous, il s'agit de Retrouvailles, et pour d'autres, d'une première Rencontre.

C'est une nouvelle expérience qui est proposée et qui conduit vers une aventure de Vie. C'est une expérimentation d'un chemin d'éveil unique et novateur.

Un chemin unique et novateur, non pas qu'il se différencie par des frontières nettes avec les autres processus d'éveil, mais parce qu'il tend à créer une Union sereine avec tout ce qui Est, avec tous les chemins qui mènent à une Rencontre avec Soi et ce qui Est.

C'est en faisant appel, individuellement, à ce qui habite au plus profond de votre Être que peut s'accomplir l'œuvre que propose ce recueil. C'est par votre implication, votre application, votre volonté sincère et profonde, que la substance véritable de cet ouvrage pourra se réaliser en vous, par vous.

Vous serez invité à vous positionner d'une certaine manière, à la fois par votre corps mais également par votre disponibilité d'Esprit. Vous serez accompagné pour cela et vous serez toujours le premier acteur de votre démarche. Ici, rien ne peut s'accomplir sans vous, rien ne peut être réalisé à votre place. Cet ouvrage sollicite singulièrement le lecteur méditant et le conduit à vivre, par sa volonté sincère et profonde, une expérience qui l'emmènera sur un chemin d'éveil à lui-même et à ce qui Est.

Ce deuxième recueil réunit le contenu de 9 Rencontres Méditatives Initiatives qui ont eu lieu entre les mois d'août et décembre 2023. Leurs durées varient entre 20 et 30 minutes. Comme cela était expliqué dans le premier recueil, les Rencontres ont fait l'objet d'enregistrements audio puis de retranscriptions écrites. Vous trouverez en Annexes 1 et 2 l'introduction et la préface du livret 1. Vous êtes invité à vous y référer pour bien comprendre le processus et la démarche proposés.

Il est utile d'insister sur le fait que la retranscription à l'écrit a été animée d'un fort désir d'être le plus fidèle possible à la version originale. Cet exercice a parfois imposé une reformulation de phrases, afin de rendre le plus fluide possible la lecture en État Méditatif. En effet, ce qui paraît clair à l'oral doit parfois s'exprimer différemment à l'écrit afin de ne pas perdre cette clarté. Durant cette expérience, vous serez appelé à ressentir la profondeur du propos, le sens véritable qu'il véhicule, le chemin qu'il parcourt en votre Être, en vos pensées. Ainsi, ne créez pas de barrière quant à la forme, qui pourrait parfois ne pas être celle qui vous est la plus familière. En complément des indications apportées dans le premier livret, il est préconisé d'opter pour une lecture orale. Vous vivrez ainsi un moment plus proche de la Rencontre initiale. Vous percevrez, de cette manière, que votre État d'Être, votre disponibilité d'Être seront quelque peu différents. Le chemin d'accession à votre Être profond vous semblera « mystérieusement » plus fluide, plus harmonieux.

Chers Amis,
que vous ayez ou non une appétence particulière pour l'exercice de la lecture,
que vous ayez ou non vécu en état méditatif de lecteur le précédent recueil,
que vous ayez ou non diverses expériences de méditations ou de pratiques spirituelles,
que vous ayez ou non foi en l'Indicible,

vous êtes invité à vivre cette expérience nouvelle en toute simplicité. Comme un enfant qui fait le choix de se laisser porter puis de ressentir, voir, et éprouver ce que cela procure, ce qui se produit ; curieux et intéressé, non pas de comprendre mais simplement de Vivre et d'Être.

Vivez simplement. Éprouvez simplement. Soyez dans cette expérience comme cet enfant, libéré de barrières et d'attentes. Soyez présent à Vous-mêmes et à ce qui Est.

Pendant la lecture, ne « réfléchissez pas ». Permettez-vous de vivre l'instant sans l'analyser. Puis, lorsqu'elle sera terminée, vous aurez tout le loisir de vous poser les questions que vous souhaitez.

Respirez,

Et nous vous souhaitons bonne lecture 😊 !*

*L'utilisation de ce ton familier et espiègle est *volontaire*. Vous percevrez à la lecture du recueil, et de l'Annexe 2 particulièrement, le sens de cet usage.

Rencontre d'Introduction : **Accueil**

Accueillons l'instant.

Si nous sommes plus à l'aise en nous mettant pieds nus, cela peut être intéressant d'être à l'écoute de ce ressenti.

Posons nos pieds au sol.

Faisons en sorte d'être bien posés, d'être bien dans notre Axe. Soyons posés dans notre Axe tout en restant en mesure d'accueillir le mouvement de notre corps, de notre bassin, de notre colonne, de nos épaules, de notre tête.

Soyez attentif à être bien positionné en votre corps. Soyez en votre Axe, de façon à ressentir que, quels que soient les mouvements qui sont opérés, il y a un équilibre : un Équilibre En Votre Axe. Un Axe qui n'est pas rigide, qui est dans l'Accueil de l'instant, de ce qui Est, de ce que chacun Est, de ce que nous Sommes, de ce que vous Êtes.

En étant attentif à votre Axe, c'est à Vous-même que vous êtes attentif. Apportez de l'affection, de la tendresse, de l'attention à cet Axe. Et c'est ainsi à Vous-même¹, en profondeur, que vous apportez cela, que vous vous témoignez de l'Amour. Respirez

¹ Lors de la retranscription écrite, le choix du pluriel ou du singulier a été souvent complexe. Le propos est à la fois individualisé et universel, le Vous s'adresse à la fois à Tous et à Chacun.

Ayez une Respiration Libre.

Respirez

Votre respiration, vivez-la tel un témoignage de votre Axe, telle une mise en mouvement de votre corps par le Souffle.

Appelez l'Énergie de la Détente. Vous êtes à la fois tonique, fort, nourri et réaffirmé par votre Axe, et à la fois détendu et relâché. C'est de cette manière que nous vous invitons à vous positionner dans l'Accueil.

C'est ce Mot qui était bel et bien présent avant toute chose pour cette Rencontre Méditative Initiatique, le mot Accueil. Mais pour que vous puissiez l'entendre, le recevoir, l'éprouver, le vibrer, il fallait en passer par des étapes particulières. D'abord, une réaffirmation de Vous-même dans votre Axe, puis l'affection et l'Amour donnés à cet Axe et à ce que Vous Êtes, puis enfin une détente et un relâchement dans l'Accueil de ce qui Est.

Lorsque nous vous espérons, lorsque nous vous souhaitons en situation d'Accueil, c'est avant tout de votre Présence que nous avons besoin. Le fait d'être dans l'Accueil ne s'effectue pas en disparaissant, mais en étant bel et bien Présent et Amoureux en Soi. Soyez Amoureux en Vous, ressentez cet Amour pour Vous qui vous habite, et ressentez cet Amour au sens large.

Respirez, relâchez, détendez le Souffle, Vivez-Le Librement. Accueillez-Le tel qu'Il Est, tel qu'Il Doit Être.

L'Accueil Cueille ce qui Est, ce que Vous Êtes, ce que Nous Sommes, pour permettre à votre Être, à votre corps, à vos cellules et à vos pensées d'accéder à un État de présence en vous-même, particulier et nécessaire, et cela dans toutes les circonstances de la vie.