

Mélanie SUDAN

*Lettres de Lumière*



Éditions ASSA

# Dédicace

A mes Frères  
En hommage aux Maîtres  
Dans la Joie du cœur

## Préface

L'auteure est arrivée au Yoga du cœur lors d'un stage d'été, au mois de juillet, après une recherche intuitive qu'elle avait effectuée sur Internet. Le stage était en fait réservé aux personnes de la Formation Yoga du cœur, mais Mélanie s'est d'emblée bien intégrée et a trouvé sa place naturelle en établissant la communication avec son âme, son Moi profond.

Par la suite, elle a suivi les séminaires sur la recherche de l'énergie christique, au mois de septembre en bordure de l'océan. Là elle a accueilli des mantras d'une grande puissance sur l'énergie christique, ce qui fut le début de son héritage lumineux.

Au fil du temps, elle se vit accueillir une multitude de courts poèmes tournés vers l'Amour Père-Mère et sur la conscience christique, en résonance avec les ouvrages spirituels majeurs que sont « La vie des maîtres » et « Les lettres du christ ».

Ses innombrables poèmes, faits de phrases concises, offrent un recueil de mantras-prières très précieux pour les pratiques Yoga du cœur.

Au-delà de toute religiosité surannée, ses paroles décrivent une adoration naturelle qui chante depuis le cœur subtil, un dialogue constant avec l'Essence de notre être, une déclamation intense de notre espace divin retrouvé.

S'il s'avère que la première lecture reste un peu distante, les lectures suivantes approfondissent toujours notre relation avec l'Amour, la Vie, l'Harmonie, la Conscience créatrice.

L'affirmation du « JE SUIS » se fait naturellement et avec beaucoup de force, d'enseignement, de conviction évidente.

Une alchimie subtile se produit dans l'espace du cœur et nous buvons inlassablement cette Connaissance qui jaillit des mots employés avec tant de pertinence.

Une Connaissance audacieuse, parfaitement en phase avec le Yoga du cœur, qui ose affirmer sa relation directe avec « Dieu » au sens de la Conscience créatrice originelle, l'Esprit infini.

Par exemple :

Divin Alchimiste intérieur  
Tu dissous mes préjugés et le poids de mon passé  
Tu les réintègres dans la Perfection absolue  
« Il en est ainsi »  
Je suis né à nouveau  
Je suis tel que DIEU m'a toujours vu  
JE SUIS DIEU, je suis le JE SUIS

En peu de mots la Connaissance affirme son identité cosmique « *je suis tel que DIEU m'a toujours vu* ».

La notion de Christ est élargie à sa dimension universelle, au-delà de toute religion, comme un état déjà présent quelque part en nous, attendant qu'on l'éveille enfin.

Toutes ces affirmations sont précieuses pour les cheminant-e-s du Yoga du cœur désireux de modéliser leur véhicule-Conscience sur la voie de la transformation divine.

Il est fascinant d'observer la puissance que prennent les mots pourtant esseulés dans leur ligne. On retrouve ainsi l'art originel de la poésie inspirée, intuitive, lumineuse, vibrante.

Gratitude à Mélanie de nous offrir ce recueil qui nourrit l'Esprit en nous et développe notre chakra du cœur dans les connaissances les plus hautes.

JE SUIS PURE LUMIERE DU CHRIST VIVANT

*Dominique Ramassamy*

*Fondateur de la méthode YOGA DU COEUR*

*Mars 2021*

## Prologue

Les Lettres de Lumière dessinent un chemin vers la Source de notre Être. Au fil des poèmes, l'Amour nous invite à retrouver l'Unité, à sortir de l'illusion et de l'oubli, par la Connaissance du JE SUIS. Tout est UN, Tout est AMOUR.

Le bourgeon de lotus nous ouvre à la réalité de la Présence de l'AMOUR DIVIN en nous. Au-delà des ténèbres, des mémoires, des fausses croyances et des illusions, il nous révèle la voie de la pure Lumière avec Humilité et Gratitude.

Le Souffle du Tout-Puissant nous a donné vie. A chaque inspiration, nous sentons sa divine Omniprésence. Par l'intermédiaire du Souffle, nous pouvons diffuser des mantras-prières au plus profond de notre cœur subtil et dans tous nos corps. Le Silence nous offre alors le don de la nouvelle Naissance en nous apprenant à nous connaître tels que nous sommes en Réalité, dans la Perfection de la Pensée divine. Les illusions disparaissent, l'amour-propre se dissipe, nous cheminons vers la Connaissance. L'Esprit s'unit à l'Amour, révélant la fleur de lotus dans toute sa splendeur.

Dans notre cœur, nous recevons les plus hauts enseignements. Nous ne formons qu'UN seul corps et qu'UNE seule pensée avec DIEU. La Puissance de l'Alchimie divine transforme et purifie tout ce qui doit l'être. L'âme est illuminée par la parfaite Lumière de la Sagesse. En notre temple intérieur, cette Lumière sacrée qui ne faiblit jamais transforme le plomb en Or. Quand nous laissons DIEU s'exprimer à travers nous selon son propre Idéal, nous devenons cet Idéal et dépassons l'image de la fleur.

L'Homme ne connaît plus de limitations quand il est dans la Conscience du Christ. Il a en lui le Pouvoir, la Substance et l'Intelligence. Avec Sincérité et dans un juste usage de la Loi, il développe la plénitude de ses Pouvoirs. Il relie ses pensées à la Pensée divine et élève ses vibrations à l'unisson de DIEU. Toute forme peut alors prendre naissance dans la matière. L'Homme devient DIEU. Les portes de l'Union, de la Guérison et de l'Harmonie s'ouvrent à lui. En Union de Conscience avec le JE SUIS, le temps et l'espace n'existent plus. Seul subsiste le Présent et la Puissance illimitée de l'Esprit, l'Essence suprême de notre Être.

L'Amour est le fruit parfait de l'Esprit. Dès que nous exprimons notre volonté de le servir, il nous ouvre les réserves illimitées de DIEU et épanouit notre âme. Ce retour à la maison du Père est source d'Accomplissement et de Réalisation christique.

Guidés par l'Amour, nous avançons sur la voie de la pure Lumière. La porte d'accès à l'Alchimie omnipotente et transformatrice de l'Esprit s'ouvre à tous, en tout temps.

*Ces poèmes m'ont été soufflés par une petite voix paisible entre octobre 2018 et décembre 2020. Puissent-ils agir comme des graines de Lumière diffusant Paix et Douceur, Force et Persévérance. Que lettres et mots offrent un retour à la Source, dans la Joie et la Grâce divines.*

Mélanie Sudan

# *Lettres*

JE SUIS Joie du Printemps

Fleur de Lumière

Éclosion du Renouveau

JE SUIS Joie de l'Éveil

Douceur du Souffle christique

JE SUIS Grâce de l'Amour

Gratitude



Encre de Lumière  
Tu révèles les mots de mon Père  
Prières

DIEU Père-Mère  
J'écoute le grand Silence  
La mélodie de Ta Présence

Vibrations  
Inspirations  
Souffle christique

Amour  
Je Te bénis, Te rends Grâce  
En honorant Ton invitation de Lumière

Je chemine avec Toi sur la voie de la pure Lumière  
De la Puissance éternelle du JE SUIS  
Humilité, Gratitude

JE SUIS Enseignement de mon Père  
Par la Force de Douceur des mantras-prières  
Il ouvre la porte des Cieux en moi  
JE SUIS pure Énergie d'Amour  
Par la Grâce de l'Inspiration divine  
JE SUIS Parole de DIEU  
Dans la Joie, je réponds à Son appel  
Je suis goutte de Lumière dans le creux de Sa main  
JE SUIS Sa main

Bourgeon de lotus  
Force de mon Être  
Source de Lumière

A l'intérieur de mon cœur  
Tu as germé

Bourgeon de lotus  
Puissance du JE SUIS qui s'éveille  
Conscience christique en devenir

Dans mon cœur  
Je sens Ta Présence  
Ta Douceur et Ta Volonté

Bourgeon de lotus  
Tu transcendes mon obscurité  
Pour gagner la Lumière

Tu traverses mes profondeurs  
Guéris mes blessures  
Pour révéler Tes pétales de Lumière

Goutte d'Or au creux de mon cœur  
Tu détiens tous les possibles  
Tu es UN avec le Principe Père-Mère

Bourgeon de lotus  
Puissance de la Présence divine  
Enracinement à la Terre-Mère  
Connexion au Ciel-Père

Pulsations d'Énergie  
Cœur qui s'éveille  
Discrétion, Humilité

Paix intérieure  
Force d'Être  
Murmures, appel d'âme

Bourgeon de lotus  
Force de l'Union  
Don cosmique  
Puissance de l'Esprit

Sagesse  
Au creux de mon cœur  
Tu as déposé une graine de lotus  
Puissance du JE SUIS en devenir  
Lumière dans mon obscurité  
Beauté, Perfection, Plénitude

AUM

Énergie de Vie  
Puissance de Douceur du cœur  
Par la force des mantras  
Tu dissipes les voiles du passé  
Apaise le tumulte de mes eaux intérieures

AUM

Chant de l'Univers, danse de Lumière  
Tu guides chacun de mes pas  
Verbe du Principe Suprême  
Pouvoir, Substance, Intelligence  
Amour, Sagesse, Vérité

Bourgeon de lotus  
Pour te faire croître  
Je concentre l'Énergie en mon cœur

Appel de la Lumière  
Élévation de la conscience

Bourgeon de lotus  
Je sens Ta Puissance et Ta Beauté  
Je devine Tes pétales de Lumière

Désir d'Union  
Force du Souffle christique

---

Achat en ligne, [commande du livre](#)



---

Editions ASSA  
La Frêtaz 2  
Es à la Ligne  
CH-1453 Bullet – Suisse  
Téléphone : +41 24 454 47 07  
Télécopie : +41 24 454 47 77  
Courriel : [info@editions-assa.ch](mailto:info@editions-assa.ch)  
Web : [www.editions-assa.ch](http://www.editions-assa.ch)

---