

Vladimir Antonov

Écopsychologie:

Harmonie et Communication avec la Nature.

Autorégulation Psychique.

Cœur Spirituel.

Développement Spirituel.

L'Homme et Dieu. Destinée.

Signification de la Vie.

Éducation des Enfants.

Art. Chakras. Kundalinî

**Des Écopsychologues Étudient
et Font Connaitre avec Dieu**

**Traduction française par
Christian Lirette**

New Atlanteans

2008

ISBN 978-1-897510-45-2
New Atlanteans
657 Chemaushgon Road RR#2
Bancroft, Ontario
K0L 1C0, Canada

Imprimé par Lulu
<http://stores.lulu.com/spiritualheart>

Ce livre, écrit dans un langage simple et facile à comprendre, par le scientifique-biologiste Vladimir Antonov couvre les questions essentielles: qu'est-ce que Dieu, le rôle de l'être humain dans l'Évolution de la Conscience Universelle, principes de la formation et de la correction de la destinée, manières d'atteindre la santé et le bonheur, les méthodes les plus efficaces d'autorégulation psychique, au sujet du développement et de la connaissance spirituelle de Dieu.

Le livre inclut également des textes de plusieurs conférences de son auteur, qui peuvent répéter de différentes manières les idées les plus importantes. Espérant que cela aidera les lecteurs à comprendre la matière de manière plus complète.

Ce livre s'adresse à tous les lecteurs.

www.new-ecopsychology.org
www.swami-center.org
www.philosophy-of-religion.org.ua

© Vladimir Antonov, 2008.

Table des matières

ÉCOLOGIE DE L'ÊTRE HUMAIN DANS L'ESPACE MULTIDIMENSIONNEL	7
ÉCOLOGIE ET ÉCOPSYCHOLOGIE	7
QU'EST-CE QUE L'HOMME	8
MULTIDIMENSIONNALITÉ DE L'ESPACE	10
DIEU	13
DIEU — ET NOUS.....	17
LA SIGNIFICATION DE LA VIE HUMAINE	18
DESTINÉE ET SA CORRECTION	20
AMOUR, SAGESSE, ET PUISSANCE	27
QU'EST-CE QUE L'AMOUR	32
L'AMOUR POUR LES PERSONNES	33
AMOUR POUR LA NATURE.....	35
DIEU EST AMOUR	40
"CHAQUE MOMENT OÙ L'ON ABANDONNE L'ÉTAT D'AMOUR".....	43
ÉGOCENTRISME VERSUS DIEUCENTRISME.....	45
AMOUR POUR DIEU	47
ASPECT SEXUEL DE L'AMOUR.....	49
L'ÉDUCATION DES ENFANTS	55
RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES	56
HABILLEMENT	68
NUIT DE SOMMEIL.....	69
MÉDECINE, SANTÉ, ET DESTINÉE.....	70
TRAVAIL DANS LE MONDE MATÉRIEL	80
SERVICE SPIRITUEL	82

VRAIS ET FAUX ATTACHEMENTS	84
ENSEIGNEMENTS DE DIEU VERSUS SECTARISME	87
LA LOI ÉTERNELLE — SANATANA DHARMA	89
COMMENTAIRES SUR LE SYSTÈME DE PATANJALI	91
Yama et Niyama	92
Asana	96
Pranayama	97
Pratyahara	97
Dharana	98
Dhyana	100
Samadhi	101
CHAKRAS ET MÉRIDIDIENS	103
ENTRAÎNEMENTS MÉDITATIFS	107
LIEUX DE PUISSANCE	109
LA FORMULE DE BABAJI	110
Vérité	112
Simplicité	114
Amour.....	115
Karma Yoga (Service Désintéressé).....	122
Abandon de l'Individualité Inférieure Afin de Fusionner avec le Soi Supérieur ..	124
L'ACCOMPLISSEMENT DU CHEMIN	128
LA PRATIQUE DU DROIT CHEMIN	128
LES MÉTHODES PRÉLIMINAIRES	129
LES MÉTHODES INITIALES	132
Autocorrection Éthique	132
Impressions en Tant que "Nourriture" pour l'Âme	133
Contrôle Initial des Émotions	134
Au Sujet de la Compassion	134
Autodiscipline et Énergie.....	135
Hatha Yoga	135
Visualisation	137
MÉTHODES DE BASE	139
Croix de Buddha.....	141
Réchauffement	142
Asanas de Relaxation	143
Pranayamas	144
Exercices Psychophysiques	145
Shavasana	147
Latihan. Baptême dans l'Esprit Saint	148
Nettoyage des Chakras. Ouverture du Cœur Spirituel.....	149
Sorties du Corps.....	152
Développement des Chakras. Dantyan	153

Travail avec les Méridiens. Sushumna, Chitrini, Zhen-Mo, l'Orbite Microcosmique, et le Méridien Central	155
Le Cocon	159
Bulles de Perception	160
Développement de la Puissance dans la Subtilité (Cristallisation Correcte de la Conscience)	162
Natation Hivernale	163
Course Méditative	166
MÉTHODES PLUS AVANCÉES	179
Pranava. "Naissance" et "Développement" dans l'Esprit Saint	180
Au Sujet de l'Autoguérison	182
Réciprocité Totale (Nirodhi)	183
Baptême dans le Feu Divin	183
La Racine.....	184
"Élévation" de la Kundalinî.....	185
Entrer dans la Demeure du Créateur	187
LA SIGNIFICATION DE NOS VIES (CONFÉRENCE).....	188
AU SUJET DE "L'ARBRE DE LA CONNAISSANCE DU BIEN ET DU MAL" (CONFÉRENCE)	196
ÉTAPES DU CHEMIN SPIRITUEL (CONFÉRENCE).....	198
COMMENT POUVONS-NOUS TOMBER AMOUREUX DE DIEU? (CONFÉRENCE)	203
PRATIQUE DE L'HÉSYCHASME MODERNE (CONFÉRENCE)	207
Des Directions Spirituelles de Diadochus de Photiki	224
Des Directions Spirituelles d'Éphrem le Syrien	225
Des Directions Spirituelles d'Abba Dorotheus	225
Au Sujet de la Lutte Spirituelle — Jean Cassien.....	226
Des Directions Ascétiques de Nilus du Sinaï.....	226
Des Directions Spirituelles d'Isaac de Syrie.....	226
Des Directions Spirituelles de Théodore d'Édessa.....	227
LE SOLEIL DE DIEU OU COMMENT DEVENIR L'OCÉAN D'AMOUR PUR (CONFÉRENCE)	229
COMMENT DEVRAIT-ON COMPRENDRE LE MOT DIEU (CONFÉRENCE).....	231
RELIGION — MOUVEMENTS RELIGIEUX ET ÉCOLES (CONFÉRENCE).....	236
L'ÉTROIT CHEMIN VERS LE BUT LE PLUS ÉLEVÉ (CONFÉRENCE).....	240
ATMAN ET KUNDALINÎ (CONFÉRENCE)	244
SERVIR DIEU (CONFÉRENCE)	249
ART ET DÉVELOPPEMENT SPIRITUEL (CONFÉRENCE).....	255

PRINCIPES DE BASE D'ENSEIGNEMENT D'AUTORÉGULATION PSYCHIQUE AUX ENFANTS ET AUX ADOLESCENTS (CONFÉRENCE)	264
L'ART D'ÊTRE HEUREUX (CONFÉRENCE EN FORÊT POUR CAPTATION VIDÉO)..	266
SATTVA DE LA BRUME (CONFÉRENCE EN FORÊT POUR CAPTATION VIDÉO)..	273
SATTVA DU PRINTEMPS (INTRODUCTION AU FILM)	283
CLEFS AUX SECRETS DE LA VIE. ACCOMPLISSEMENT DE L'IMMORTALITÉ (CONFÉRENCE EN FORÊT POUR CAPTATION VIDÉO).....	285
CONCLUSION GÉNÉRALE	292
1. AU SUJET DE L'HISTOIRE DE LA RELIGION	292
2. COMMENT LE MOT <i>DIEU</i> DOIT ÊTRE COMPRIS	294
3. QU'EST-CE QUE L'HOMME	297
4. PRINCIPES MÉTHODOLOGIQUES DE L'AUTODÉVELOPPEMENT SPIRITUEL	299
5. STRUCTURE DE L'ORGANISME HUMAIN ET STRUCTURE DE L'ABSOLU	305
6. CE QUE DEVRAIENT FAIRE LES ASSOCIATIONS RELIGIEUSES	306
BIBLIOGRAPHIE	309

Écologie de l'Être Humain dans l'Espace Multidimensionnel

Écologie et Écopsychologie

L'écologie est la science qui étudie les rapports entre les organismes vivants et l'environnement dans lequel ils vivent.

Ses branches se concentrent sur l'étude d'espèces spécifiques de ces organismes et s'appellent en conséquence. En guise d'exemple: l'écologie du castor ou l'écologie de l'esturgeon, etc. L'objet peut être recherché en termes de son habitat, endroit et condition de reproduction, d'accouplement et autres genres d'interactions avec les représentants de la même espèce, concurrents et ennemis (prédateurs, parasites, etc.), ou justes les êtres environnants.

L'être humain peut également être l'objet d'une telle recherche. Il est étudié la plupart du temps dans son environnement de travail (mer, mines de charbon, vol spatial, etc.).

Une branche séparée de l'écologie de l'être humain est la protection de son environnement. Dans plusieurs pays il y a des services écologiques spéciaux comme 'Green Peace'. Les environmentalistes luttent contre la pollution des ressources d'eau, d'air, du sol, aussi bien que pour la conservation des forêts naturelles et de la faune. Ils protestent contre les essais d'armes nucléaires, luttent pour interdire les armes chimiques, biologiques, nucléaires et les mines antipersonnel qui estropient des civils et des animaux. Ils réclament également l'interdiction de l'utilisation des pièges dans le commerce de la fourrure, qui cause des douleurs incroyables aux animaux...

Le mouvement écologiste mérite les plus grands éloges et tout genre d'appui possible. Les études écologiques appliquées des activités professionnelles de l'homme sont également très importantes. Mais dans ce li-

vre, nous essaierons de démontrer que ce n'est pas tout ce que l'écologie de l'être humain peut étudier.

Après tout, l'homme est non seulement un corps, mais également, et principalement, une conscience ou une âme. Et l'homme vit non seulement en contact étroit avec l'air, l'eau, le sol, les animaux, les plantes, les virus, et les bactéries... Nous interagissons également avec différentes consciences non incarnées (esprits de personnes et d'animaux) et — ce qui est plus important — avec Dieu.

C'est ce qui intéresse la science de l'écopsychologie — en tant que branche la plus importante de l'écologie.

En réalité, nous vivons dans un environnement multidimensionnel. Et le monde matériel que nous pouvons percevoir avec nos sens est juste une petite partie de celui-ci. D'autres couches (plans ou lokas) de l'univers multidimensionnel demeurent habituellement complètement hors de notre perception, bien qu'elles soient remplies de vie qui peut nous voir et qui nous influence.

Pour la parfaite perception écologique, qui nous permet de vivre nos vies sur Terre de la meilleure manière, nous devons inclure dans notre vision du monde Celui Qui est Le plus important dans l'univers — Dieu.

À cette fin, nous devons avoir, tout d'abord, la connaissance au sujet de Dieu, au sujet de l'Évolution de la Conscience Universelle, et au sujet de notre rôle dans ce processus.

Et nous devons nous rendre compte que L'ÉTHIQUE est ce champ de la connaissance philosophique qui permet à l'homme de vivre en HARMONIE ÉCOLOGIQUE avec Dieu et avec tout son environnement.

Qu'Est-ce que l'Homme

Afin d'être vraiment compréhensible le système entier au sujet de la connaissance de l'être d'humain devrait être basé sur la prémisse que l'homme n'est pas un corps, mais une conscience, c.-à-d. une énergie vivante, ayant conscience de soi et possédant intelligence et mémoire. Le corps est simplement un habitat passager pour la conscience. Et durant l'évolution personnelle, chaque individu entre et sort de ces habitats, laissant tomber les vieux corps et entrant dans de nouveaux.

Les matérialistes et disciples des sectes religieuses primitives ne croient pas cela. D'autre part, Dieu nous a parlé à ce sujet par l'intermédiaire-

re de Thoth l'Atlante (Hermès Trismégiste), Lao Tseu, Krishna, Buddha, Jésus-Christ, Babaji d'Haidakhan, Sathya Sai Baba, et de nombreux autres Enseignants Divins et prophètes [1-4, 6-7, 9-11, 13-16, 18-19, 23, 25-26, 29, 35-37, 40-42, 45-56, 58].

On peut croire ou ne pas croire cela. Une petite et faible conscience, qui s'associe à un corps contaminé et malade, ne peut généralement pas passer de la foi aveugle (ou manque de celle-ci) à la connaissance. Mais on peut expérimenter cela, si l'on commence à se développer comme conscience. Ce processus est également connu en tant que marcher le Chemin spirituel.

C'est ce processus du développement de la conscience, qualitativement et quantitativement, qui constitue la signification de la vie de l'homme, ainsi que la vie de tous les êtres vivants.

Mais pourquoi tout cela, peut-on se demander? La réponse est — pour fusionner avec Dieu, et ainsi L'enrichir de soi.

Tout ce qui est matériel dans l'univers, y compris notre planète et tout ce qu'il y a dessus, existe seulement dans ce but: d'assurer la possibilité de développement de différentes consciences sur le plan matériel.

L'évolution de n'importe quelle âme individuelle commence comme cela. Sur les treillis des minerais croissants, le processus de la formation et croissance des premiers rudiments d'énergie, au commencement diffus (appelé *protopurusha* en Sanskrit), commence. Plus tard, la quantité minuscule d'énergie formée de cette façon s'incarne dans le corps de plantes, où elle continue à se développer, puis elle se déplace dans le corps d'animaux et finalement dans celui d'humains. L'âme s'accroît d'une incarnation à l'autre.

On peut observer quelques réactions émotives primitives et réflexes moteurs même dans les formes de vie végétale. Les animaux avancés évolutionnairement ont une large variété d'émotions et de sentiments et dans certains cas, possèdent même un intellect bien développé.

À l'étape humaine de l'évolution, entre autres, nous devons obtenir une compréhension des principes fondamentaux du développement de la conscience et prendre une partie active dans ce processus. Malheureusement, la majorité des personnes ne font pas cela, principalement en raison de l'ignorance philosophique et religieuse qui règne actuellement sur notre planète.

Multidimensionnalité de l'Espace

En réalité, l'espace universel est multidimensionnel. Juste comme la lumière du soleil et l'eau co-existent dans le même volume, la lumière du soleil se déplaçant librement à travers l'eau avec peu ou pas d'interaction avec elle, juste comme les ondes radio de différentes fréquences sont présentes dans l'espace à l'intérieur et à l'extérieur de nos corps — de la même façon de multiples mondes existent partout à l'intérieur de l'espace multidimensionnel, à l'intérieur et à l'extérieur de tout objet matériel, qu'il soit sous l'état solide, liquide ou gazeux. Ces mondes sont les demeures des esprits et de Dieu.

La graduation de la multidimensionnalité est une graduation spéciale des états d'énergie, qui représentent fondamentalement des gammes différentes. En étudiant cette graduation, le vecteur de notre attention devrait être dirigé non pas vers le haut ou vers le bas, ou dans n'importe quelle autre direction, mais à l'intérieur. Des couches d'espace multidimensionnel (éons en Grec ou lokas en Sanskrit) sont déterminées par leur *grossièreté-subtilité*.

Le plan des énergies les plus subtiles est celui de Dieu dans l'aspect du Créateur. Il est perçu en tant que *Lumière* infinie la plus pure, semblable à celle de la tendre et chaude lumière du Soleil à l'aube. Il est sans forme. Toutes les formes disparaissent sur ce plan.

Son Nom sonne différemment dans différents langages: Dieu le Père, Jéhovah, Allah, Ishvara, Conscience Primordiale, Tao, etc. Il est Le Dieu des prophètes juifs et de Jésus-Christ, de Mohammed et de tous les fidèles de Chine, de l'Inde et autres endroits, où les gens ont un concept correct de Lui.

Seulement ceux trompés par des personnes ignorantes ou intellectuellement primitives peuvent penser que les différents noms signifient l'existence de différents Dieux...

Ce premier plan primordial, appelé la Demeure du Créateur, est l'endroit où le "projet de construction" de créer chaque nouvel îlot dans la Création multidimensionnelle est réalisé. Protomatière (protoprakriti, bhutakasha en Sanskrit) est employé en tant que "matériel de construction" pour créer la matière solide.

Cette couche — si l'on y pénètre avec la conscience — est perçue de l'intérieur en tant qu'espace universel infini rempli de *Tendresse* et de

Paix, manquant cependant une radiance intensive. Cela pourrait être comparé à la chaleur et à la tendresse d'un ciel étoilé d'une nuit méridionale.

Une chose extrêmement importante à savoir est que le Créateur et les plans de l'akasha sont légèrement de l'autre côté d'un "miroir" par rapport à la Création — dans le royaume du "transmiroir", pour ainsi dire. Ce "miroir" universel est légèrement comme un miroir régulier — il a ses côtés obscurs et lumineux.

... Quand apparaissent sur une planète des conditions appropriées pour que la vie organique existe, de petits morceaux de protopurusha commencent à s'incarner dans leurs carrières matérielles. Ceci constitue le commencement de l'évolution simultanée des corps organiques et des âmes qui s'y sont incarnées. L'évolution des corps organiques a été étudiée de manière approfondie par les biologistes — le seul "lien manquant" ici et que l'on doit réaliser est la guidance de Dieu au-dessus de ce processus entier.

Notre tâche en tant qu'êtres humains ici sur Terre consiste à, ayant grandi en tant qu'âmes, comme conscience, parcourir tout le chemin de la Création de nouveau vers Le Créateur, se raffinant comme conscience — afin de fusionner en Lui, de L'enrichir.

C'est ce qui était l'intention de Dieu, quand il a créé notre planète. Et c'est le but de nos vies.

Il est important pour nous que l'on se rende compte que nous ne sommes pas capables d'exister par nous-mêmes. Par conséquent, nous n'avons ni droit ni raison de nous sentir égocentriques et de nous considérer comme étant plus importants que d'autres êtres vivants puisque le seul être dont l'existence n'a pas besoin d'être soutenue est le Créateur. Et, Il a lancé toute Sa Création non pas dans notre intérêt, mais dans celui de Son Évolution.

Ceci jette la lumière sur ce qui détermine notre destinée: si nous nous déplaçons dans la bonne direction, alors tout va bien dans nos vies quotidiennes, autrement — Il attire notre attention à cela au moyen de notre souffrance et de ce que nous appelons "malchance".

... Au cours d'une très longue période de temps (en mesures terrestres), des milliards de corps humains et même un plus grand nombre d'âmes de différents âges et niveaux de développement ont émergé sur notre planète. Ceux qui ont atteint la perfection et ont fusionné avec le Créateur n'ont plus à s'incarner (parfois ils le font — mais seulement en tant qu'Avatars). Le reste des âmes doivent retourner aux états incorporés à plusieurs reprises — jusqu'à ce que la période de temps assignée pour l'existence de cet "îlot" particulier de matière soit écoulée. Quand cela se produit, toute la

matière et les âmes qui n'ont pas atteint la perfection sont désintégrées à l'état d'akasha afin de servir de matériaux de construction afin de créer de nouveaux mondes de matière et diverses formes de vie en eux.

À l'opposé de Dieu sur l'échelle *grossièreté-subtilité* il y a un plan diabolique — un monde d'énergies colorées noir grossier, qui induit les états émotifs effrayants et est perçu en tant que quelque chose de "collant", comme le pétrole. La manière dont les âmes en arrivent à ce plan sera discuté plus tard.

Il y a également la demeure des vertueux — le paradis.

Après la mort du corps, l'âme aboutie dans le plan qu'elle a méritée tout en vivant dans l'état incorporé. Mais nous devons tenter d'atteindre les plans les plus élevés et les plus subtils.

Pour nous, élevé dans un environnement athée et entouré par l'ignorance religieuse, il peut être dur, bien qu'absolument nécessaire, de comprendre que Dieu le Père ne vit pas seulement en haut dans le ciel, sur une haute montagne, sur une autre planète et ainsi de suite. Il est partout dans l'univers: dans *la profondeur* de nos corps, sous le monde matériel entier, la Création entière.

Et "l'escalier" menant à Dieu ne conduit pas vers le haut, mais *en profondeur*. Les niveaux d'amélioration de la conscience sont ses marches. Et cet escalier commence... dans nos cœurs spirituels.

... Tout ce qui a été dit ci-dessus est le résultat d'une recherche minutieuse et de l'expérience personnelle de l'auteur de ce livre et n'est ni une compilation d'autres textes ni une reproduction des mots de quelqu'un d'autre. Et chacun doit faire des efforts et marcher ce Chemin jusqu'à la fin. Mais il est important de savoir qu'afin d'avancer on devrait monter une étape à la fois, d'une "marche" à l'autre, sans sauter "des marches".

... La Demeure du Créateur existe *partout*, sous chaque molécule matérielle. Jésus a dit que la distance menant à elle est "plus mince qu'une feuille du papier le plus fin" [25].

Dieu le Père n'est pas dans le ciel physique; Il est partout à l'intérieur et autour de nos corps, sous-jacent à chaque petite partie d'eux. Sa Demeure est extrêmement près de nous! Mais on ne peut pas y entrer juste comme cela!

Afin d'y entrer, on doit recevoir Sa bénédiction. Mais seulement, ceux qui se sont correctement développés dans l'Amour, en Sagesse, et en Puissance peuvent recevoir cette bénédiction.

* * *

Le Chemin menant à la Demeure du Créateur est le Chemin de l'amélioration progressive de soi comme conscience. Comme première étape il est nécessaire, comme l'a dit l'Apôtre Paul, "d'éviter ce qui est mauvais et de s'accrocher à ce qui est bon" [6, 7, 11], ce qui implique de quitter la compagnie d'ivrognes, de personnes cruelles, grossières, apprenant à voir la beauté de la nature et du vrai art, faisant des compagnons sur le Chemin spirituel ses amis.

Le premier pas dans la réalisation du potentiel du cœur spirituel devient la prochaine étape d'acquisition de l'immuabilité à vivre dans les états subtils. Alors nous pouvons procéder avec le nettoyage des chakras et des méridiens principaux du corps, y compris chitrini (Brahmanadi). L'accomplissement réussi de ce processus nous permettra de nous retrouver sur le plan de l'Esprit Saint lors de la sortie du corps par chitrini. Et la méditation *Pranava* permettra de fusionner avec l'Esprit Saint pour la première fois... De cette façon, nous déplaçant graduellement de plus en plus profondément à l'intérieur de l'univers multidimensionnel, nous arrêtant pendant un moment pour nous reposer et nous ajuster aux états nouvellement découverts, nous pouvons atteindre la Demeure du Créateur, qui avec le temps devient notre Maison.

Ci-dessus est décrit la vraie Voie menant à Dieu, par opposition à ce qui est parfois faussement pris pour elle, c.-à-d. des croisades contre des "infidèles" ou déclarer l'excommunication de certaines personnes ou sectes, ou même de nations entières! De telles voies sont les voies du développement des qualités diaboliques, la voie vers l'enfer.

Dieu

Ainsi, nous avons discuté de l'endroit où l'on devrait chercher Dieu: pas quelque part haut dans le ciel, mais dans *la profondeur* de l'univers multidimensionnel. Et nous devons commencer à Le rechercher pas loin dans le cosmos, mais dans sa propre poitrine — dans son propre cœur spirituel, qui commence sa croissance dans le chakra anahata, qui s'appelle également le dantyan central.

Nous avons également convenu que le mot *Dieu* (avec la capitale D) doit en premier lieu être interprété en tant que Conscience Primordiale qui demeure dans le plan fondamental le plus profond et le plus subtil de l'univers multidimensionnel. Cette Conscience Primordiale est Une pour

l'univers entier et donc pour tous les êtres vivants, y compris les personnes qui vivent sur notre planète. Et le fait que le mot *Dieu* se prononce différemment dans différentes langues ne signifie pas qu'il y a plusieurs Dieux ou que les diverses nations qui habitent sur Terre ont leur propre Dieu. Les mots *Soleil* et *Terre*, aussi, se prononcent différemment — une fois prononcés par des personnes de différentes nationalités dans leurs langues maternelles, mais cela ne signifie pas que les gens de chaque pays ont leur propre Soleil ou que chaque nation vit sur sa propre planète.

Mais nous n'avons pas discuté encore de tous les aspects de la définition du mot *Dieu*. On peut se demander: "Quelle est la signification de la thèse que Dieu est *Tout*, qui a été proposée par le Vedanta?" Ou d'autres questions peuvent surgir, comme; "Qu'est-ce que la Trinité Chrétienne?", "Qu'est-ce que Brahman?", "Y a-t-il des Dieux Démiurges planétaires?", "Comment devrais-je saisir l'affirmation que Jésus, le Père, Sathya Sai Baba — chacun d'Eux — est également Dieu?", "Comment puis-je réconcilier la thèse Vedantique que Brahman est Absolument Tout avec l'affirmation de Krishna qu'il y a pourtant un niveau plus élevé de Conscience Divine — Ishvara ou Dieu le Père?"... Mettons tout cela au clair.

Tout d'abord, nous ne devrions pas considérer les diverses déités païennes puisqu'elles n'ont rien à voir avec l'idéologie d'un chercheur de Dieu sérieux. Ces déités sont ce que les gens imaginaient avant qu'ils reçoivent la connaissance au sujet d'Un Dieu Universel. Il y avait abondance de ces contes de fées pseudo-religieux en Grèce antique, à Rome, en Inde, en contré arabes et en Russie. Laissons ces personnages à l'étude folklorique et continuons avec l'approche scientifique sérieuse basée sur l'étude expérimentale de la Vérité et les informations directement fournies par Dieu.

Ainsi, qu'est-ce que l'Absolu? Ce mot signifie *absolument Tout ce qui existe dans l'univers*. Et qu'existe-t-il dans l'univers multidimensionnel? En premier lieu — il y a le Créateur Lui-même. Les composants matériels de la Création et des consciences de tous les niveaux, autres que celui du Créateur, sont juste une petite Partie de l'Absolu. En outre, le Créateur remplit la Création entière de Lui. La Création consiste en diverses manifestations dans divers plans, c'est comme une tarte multidimensionnelle superposée, dans laquelle la couche primaire domine le reste. En même temps cette "tarte" est *Une tarte Entière*.

Il existe seulement le Tout, Un Tout Multidimensionnel — c'est non seulement l'un des thèmes les plus importants pour la méditation, mais également une vérité incontestable qui reflète l'Absolu.

Mais nous, les gens, sommes-nous des parties intégrales de l'Absolu?

La réponse est oui et non.

D'une part, nous sommes comme des cellules sanguines dans le Corps multidimensionnel de l'Absolu: nous sommes infiniment petits comparés à Lui, incapables de vivre séparément étant dépendant de Lui dans tout, mais ayant cependant une certaine liberté de mouvement dans Son Corps.

Mais d'autre part, du point de vue de ces "cellules" en opposition au Corps de l'Absolu comme Macro Organisme nous, en tant qu'âmes, sommes indubitablement séparés de Lui. D'ailleurs, nous possédons une quantité signifiante de libre volonté, que le Créateur nous a accordée.

Le fait est que, étant venus à l'existence en tant qu'âmes séparées, nous devons retourner à l'état de non-séparation, ou non-dualité, avec Dieu dans son plan fondamental.

La thèse que nous sommes à l'origine identique au Créateur et que nous n'avons pas de liberté du tout, proposé par certains, peut servir seulement de thème pour la méditation, bien que tout à fait efficace, qui nous invite à fusionner avec Lui.

En réalité, la libre volonté est le mécanisme de "classification" des personnes par les critères moraux: observons-nous les règles de vie suggérées par Dieu, aspirons-nous au fusionnement avec Lui dans l'Amour? La forme que prendra notre destinée dépend des décisions que nous faisons en ce sens.

Le niveau de notre connaissance philosophique et religieuse et l'intensité de nos efforts à nous transformer selon la Volonté de Dieu déterminent notre capacité, en particulier de nous déplacer d'un plan à l'autre. Comme il devrait être clair par tout ce qui a été dit ci-dessus, il ne dépend pas de nos actions, mais de notre statut émotif prédominant: si nous nous sommes accoutumés à vivre dans des états émotifs bruts ou subtils.

Si nous nous sommes accoutumés à la vie dans les états "lourds" et bruts dans la méchanceté et la haine, nous allons partager la demeure diabolique avec ceux qui se sentent de la même manière.

Mais si nous vivons dans les états subtils et tendres de l'amour, nous entrons naturellement dans l'harmonie et la pureté du paradis.

Si nous vivons une vie monotone sans tomber dans les états émotifs particulièrement grossiers, mais sans une subtilité prononcée de la conscience, après la mort du corps nous nous retrouverons dans les plans "gris" de la Création.

Mais ce n'est pas même le paradis qui devrait être notre but; ce devrait être la Demeure de Dieu le Père. Il nous parle à ce sujet tout le temps [6, 11].

Afin de s'établir dans cela, on doit posséder non seulement la subtilité de la conscience, mais également la Sagesse. On peut la gagner en augmentant son niveau d'érudition, par le travail intellectuel, le service à d'autres personnes avec de bonnes actions et l'aspiration constante à la connaissance de Dieu.

... L'Esprit Saint est un agrégat d'individualité Divine sortant de la Demeure du Créateur. La fonction cosmique de l'Esprit Saint est de superviser l'évolution de toutes les âmes des niveaux inférieurs de développement. C'est l'Esprit Saint Qui organise et dirige nos destins. Il le fait Lui-même, directement ou en appelant en aide de nombreux esprits qui possèdent diverses qualités, soit "paradisiques" ou "diaboliques".

Quand nous percevons des vagues de bonheur venant de quelque part en réponse à nos pensées ou à nos actions justes — c'est l'Esprit Saint qui Se manifeste. Dans de telles circonstances, les gens disent qu'Il nous accorde Sa Bénédiction. Des techniques méditatives spéciales nous permettent d'entrer en contacts heureux fréquemment avec l'Esprit Saint plutôt facilement.

... Afin de clarifier la signification du mot *Brahman*, nous devons dire quelques mots au sujet d'un ancien système de connaissance philosophique indien appelé Vedanta. Cela est important pour nous, car Sathya Sai Baba, Avatar de nos temps modernes, s'adressant à des hindous, instruit dans la tradition du Vedanta, emploie souvent la terminologie de cette école philosophique particulière.

La philosophie du Vedanta nous provient de l'Inde avant même le temps de Krishna et était basée sur les enseignements païens des quatre Védas. À ce moment-là les Indiens ne connaissaient pas l'existence d'Ishvara — Dieu le Père (c.-à-d. le Créateur Qui réside dans Sa Demeure). C'était la raison pour laquelle Brahman a été considéré par la philosophie Vedanta en tant que Divinité Suprême et même en tant qu'Absolu.

C'est Krishna Qui informa le peuple de l'Inde au sujet de Dieu le Père. Plus tard, Dieu déclara la même vérité par l'intermédiaire de Jésus-Christ et Mohammed aux personnes d'Israël et à tous les chrétiens modernes et au monde islamique. Mais les gens de l'Inde et du monde chrétien n'ont pas préservé cette connaissance au sujet de Dieu le Père, qui excédait leurs capacités de compréhension. Ils ont presque totalement oublié Son

existence, ayant changé leur attention à des personnages antiques de conte de fées (en Inde) ou à quelques personnages imaginaires déifiés dans les sectes chrétiennes de masse (pour plus de détails, voir [9]).

... Il y a la dernière question hors de ceux énumérés au commencement de ce chapitre à laquelle nous n'avons pas encore répondu, à savoir: qu'est-ce que *la Trinité*?

Il y a Dieu le Père — la Conscience Primordiale Suprême — Qui demeure dans le plan le plus subtil de l'univers multidimensionnel, de l'autre côté *du Miroir* relativement à l'agrégat multidimensionnel de la Création. Il est le But Ultime pour toutes les personnes.

Sa Manifestation première, Son Représentant, Directeur actif et Surveillant de toute vie sur n'importe quelle planète habitée est l'Esprit Saint.

Parfois Dieu le Père Se manifeste en S'incarnant dans un corps humain. Ces Parties incarnées sont des êtres qui ont atteint le Créateur dans le passé. Dans différentes langues ils s'appellent Messies, Avatars, Christs, etc.

En d'autres termes, la Trinité est le Créateur, l'Esprit Saint, et un Christ; en termes de la Bhagavad-Gîtâ, c'est Ishvara, Brahman, et un Avatar.

Mais, comme Jésus Lui-même l'explique [25], le terme *Fils* n'est pas du tout approprié dans ce contexte, puisque nous devrions tous apprendre à voir Dieu comme notre Père, Mère et nous considérer comme Son fils ou Sa fille.

Dieu — et Nous

Dieu n'est pas du tout une personne volante invisible, comme certaines sectes religieuses primitives Le dépeignent. Dieu est un Océan Universel de Conscience. De quelle taille est-Il? Pouvons-nous imaginer la distance d'une *année-lumière*? C'est une mesure astronomique de l'espace égale à la distance que la lumière couvre en un an dans la mesure du temps terrestre. Les astronomes ont découvert des objets cosmiques situés à une distance de millions d'années lumières. Mais Dieu est encore plus grand, parce que l'univers est infini. Il est INFINIMENT GRAND!

Bien que nous considérions notre planète grande, quand nous marchons, fatigués, traversant sa surface ou volant autour d'elle, la Terre est de grandeur insignifiante comparée à la grandeur de l'Océan de la Conscience du Créateur.

La Terre est juste un des innombrables îlots de matière créée par Lui dans l'Océan. Ici sur la Terre, comme sur beaucoup d'autres planètes dans l'univers, les conditions favorables à la vie et à l'évolution de corps organiques, se sont développées. C'est dans les corps de plantes, d'animaux, et d'humains que l'Évolution de la Conscience Universelle a lieu. Chacun d'entre nous humains sommes un morceau d'énergie de conscience qui est passée par les étapes de l'évolution qui a eu lieu dans le corps de plantes, d'animaux, jusqu'au stade humain actuel où l'on doit faire des efforts vigoureux d'autodéveloppement.

Nous devons faire beaucoup d'efforts afin de devenir dignes et capables de "plonger" dans la Demeure du Créateur et de fusionner avec Lui. Alors, nous atteindrons la Paix ultime dans le Bonheur Suprême de l'Unité Éternelle avec Lui, afin d'être Lui.

Il nous a rappelés au sujet de ce but encore et encore en incarnant des parties de Lui-même dans des corps humains. Mais la majorité des personnes ont toujours eu de la difficulté à comprendre cette Vérité et à la maintenir en mémoire. Ils ont toujours tendance à oublier, déformer, et pervertissent les Enseignements que Dieu nous accorde. C'est de cette manière que plusieurs sectes religieuses ont émergé. [9]

... La vie de chaque planète — de cet "îlot" de matière dans l'Océan infini de Dieu — est limitée à une certaine période de temps. Quand cette période est finie, "l'îlot" vient à sa *fin du monde*. Les consciences (âmes) qui n'ont pas atteint la Fusion avec Dieu sont détruites, désintégrées. Mais ceux qui ont atteint l'état de Fusion L'enrichissent avec eux-mêmes; et ainsi, ils réalisent complètement la signification de leurs vies et de leur amour pour Dieu dans la Fusion avec Lui.

La Signification de la Vie Humaine

La question de la signification de la vie est inévitablement soulevée par toute personne qui mûrit dans son développement, se déplaçant du stade instinctif réflexe à celui vraiment humain, où l'intellect commence à dominer dans le choix de sa vie et de son mode de conduite.

Beaucoup de philosophes ont torturé leurs cerveaux sur cette question. Mais la plupart d'entre eux ne pouvaient pas comprendre la véritable philosophie de Dieu, pendant que des conceptions perverses créées par de nombreuses sectes ne pouvaient pas les satisfaire. En conséquence la question au sujet de la signification de la vie humaine "a été déclarée" par

beaucoup de philosophes, être une “pseudo-question”, c.-à-d. celle qui ne peut pas être répondue par sa propre nature. Ce concept athée présumait, en fait, que l’homme n’est pas dramatiquement différent des animaux et que l’existence objective de l’homme sur Terre est juste... la reproduction, assurer la survie de la race humaine et la création de richesses matérielles pour les descendants. Par conséquent, aucun effort spirituel n’est nécessaire, et l’éthique en rapport avec les autres êtres vivants peut être négligée...

“Qu’est-ce que notre vie? — Un jeu... bien, mal — seulement un rêve... travail, honnêteté — justes des histoires de femmes...”¹ Et le suicide “quand le moment vient” est le seul bon geste à poser pour ceux dignes de respect...

Mais la vérité est qu’il y a un sens à la vie humaine.

Il consiste au développement de la conscience: aussi bien qualitativement que quantitativement.

Le développement qualitatif consiste dans l’autoperfectionnement intellectuel et moral, aussi bien que dans le raffinement de la conscience. L’aspect quantitatif implique une augmentation directe de la quantité d’énergie raffinée de la conscience.

Ce dernier reflète, entre autres, le niveau de la soi-disant *puissance personnelle* — la force psychoénergétique de la conscience d’un individu qui dépend de la quantité de son énergie, ou en d’autres termes sur la taille de l’âme.

Selon ce critère quantitatif, Dieu classifie les âmes en “petites” et “grandes” [7]. Mais indépendamment de cette classification, chacune d’elles peut posséder de la même façon des propriétés positives et négatives. Dieu appelle “petites” les âmes qui ont développé des propriétés négatives démoniaques; si en plus de cela elles ont accumulé une quantité significative de *puissance personnelle*, elles sont considérées diaboliques, ou des diables. Elles peuvent être rencontrées sous la forme incarnée ou non incarnée. Leur demeure est l’enfer quand elles sont dans l’état non incarné. Quand elles obtiennent une incarnation, cela a lieu dans des conditions horribles, où elles expérimenteront les résultats de leur mauvais karma (le destin qu’elles ont créé pour elles-mêmes). De cette façon Dieu suggère qu’elles éprouvent ce qu’est la douleur, qu’elles ont elles-même causé à d’autres êtres vivants. Il fait cela afin de les aider à devenir meilleurs, les invitant à penser à leurs manières, au sujet de la signification de la vie humaine, au sujet de Dieu et le Chemin menant à Lui...

¹ Citer de l’opéra de P.Chaikovsky basé sur la Reine de Piques d’A.Pushkin’s.

Mais ceux qui se développent dans la bonne direction se précipitent dans l'étreinte de leur Bien-aimé Créateur; leurs vies deviennent remplies de plus en plus de bonheur Divin et d'exultation d'Amour Divin.

Ainsi, qu'est-ce que Dieu veut que l'on devienne, spécifiquement?

Destinée et Sa Correction

Vivant dans nos corps physiques nous avons l'habitude de penser que nous pouvons être "seul", que nous pouvons avoir des secrets que "personne ne va jamais connaître". Mais en réalité, c'est une illusion naïve. C'est parce qu'avec nos yeux physiques nous pouvons voir seulement les corps d'autres personnes incarnées, desquels nous pouvons vraiment dissimuler ou cacher quelque chose.

En réalité, nous sommes littéralement nus devant l'œil de Dieu et devant ceux de plusieurs esprits. Ils observent non seulement nos activités, nous entendent parler, perçoivent nos émotions, mais savent également toutes nos pensées.

Il n'y a aucune manière pour nous de rester absolument invisible à tous. Quand nous faisons l'amour dans n'importe quelle variation que ce soit — nous sommes observés, là aussi. Dans le désert, dans les bois ou sur une île minuscule dans l'océan, jour et nuit — nous pouvons être vus par Dieu et par plusieurs êtres non incarnés. Même si nous nous enfermons à clef nous asseyant dans une salle de bains, nous sommes encore visibles pour eux — de partout autour et même de l'intérieur. Ni vêtements, ni n'importe quel autre genre de couverture peut être un obstacle qui pourrait les empêcher de nous voir.

À la lumière de ce qui a été dit ci-dessus, le thème méditatif suivant peut être très efficacement employé: "je suis sur la Paume de Dieu." Si nous nous voyons toujours devant Ses Yeux, il deviendra plus facile pour nous de nous nettoyer de nos impuretés, de nous débarrasser de tout ce qui n'est pas nécessaire.

... Mais ils (Dieu et les esprits), tout en étant invisible pour nous, peuvent nous influencer de diverses manières.

En particulier, ils peuvent facilement influencer nos émotions, particulièrement si nous n'avons pas le contrôle suffisant de la sphère émotionnelle.

Par exemple, nous pouvons facilement être influencés à tomber amoureux, de la même manière que de devenir soudainement ennuyé de quelqu'un.

Ou marchant dans la rue nous pouvons soudainement "nous sentir" comme d'avoir à nous arrêter, tourner à droite ou à gauche, ou accroître notre cadence... et là...

Ou une pensée peut "se produire" en nous. Et nous prenons facilement cette pensée pour la nôtre.

Ou en stimulant notre cerveau, ils peuvent nous inciter à perdre l'équilibre, glisser, tomber ou nous blesser. Ou manquer en tirant.

Et si un criminel m'attaque et me blesse d'une manière quelconque — ce n'est pas seulement parce qu'il est un féroce et malveillant primitif sorti de l'enfer, mais également parce que Dieu l'a mené à moi dans cette situation.

Il devrait être noté ici que plus les personnes sont primitives intellectuellement, plus il est facile de les manipuler: elles n'ont pas leur propre code éthique auquel elles tiennent fermement, ainsi elles ne montrent aucune résistance à la manipulation.

Les animaux peuvent être manipulés encore plus facilement. Ainsi, si un chien mord quelqu'un — ce n'était pas simplement l'intention du chien.

Dieu et les esprits peuvent contrôler des personnes et des animaux. Mais ils peuvent aussi exercer une influence sur les objets inanimés. Une balle peut être déviée de sa trajectoire si nécessaire, et une bombe, une mine, ou une grenade peut être empêchée d'exploser, un feu peut être éteint. Et vice versa — le feu, l'eau, ou toute autre chose peuvent apparaître hors de nulle part dans des endroits inattendus et en temps inattendu. L'évidence de cela est les divers phénomènes d'entités aussi bien que par les miracles que les Messies exécutent non seulement autour des endroits où Leurs corps Se trouvent, mais également à n'importe quelle distance. Actuellement cela est démontré par Sathya Sai Baba [6, 11, 36-37, 45-54] et David Copperfield [7].

Réalisant que Dieu est présent partout et qu'Il est omnipotent, nous devons apprendre à voir qu'aucune puissance extérieure ne peut nous faire aucun mal, à moins que cela ne soit conforme à la Volonté de Dieu. (Tous les esprits sont également dirigés par Lui). Et si quelque chose de désagréable nous arrive, nous devrions en rechercher la cause en nous — nos actions et erreurs: récentes ou celles d'un passé lointain.

... Nous avons mentionné précédemment que Dieu a créé Sa Création entière pas pour nous, les humains, mais pour Lui! Nous, humains, ne sommes pas du tout capables d'exister seul. Et nous ne sommes pas objectivement séparés de Dieu. Au contraire — nous sommes en Lui, et notre séparation n'est rien d'autre qu'une illusion idiote, qui est la cause de toutes nos difficultés et de nos misères.

Nous dépendons totalement de Lui. Il est notre berger et nous Son troupeau, nous envoyant au "pâturage" de la Terre afin de nous permettre de nous développer et, de mûrir. Ici, en étroite interaction avec nos semblables et objets du monde matériel, nous acquérons et renforçons nos qualités personnelles, bonnes ou mauvaises.

Nous devons apprendre à voir, à entendre et à obéir à notre Pasteur, aussi bien que L'aimer. Certains prennent plaisir à apprendre ceci, alors que d'autres continuent à essayer de se cacher de Lui, prétendant que ce n'est pas Lui Qui existe, mais eux — se pensant fort et généralement gentil.

L'humble, l'aimable, l'aimant, et l'intelligent — de ceux-là Il prend soin avec tendresse, attire vers Lui, et les laisse entrer en Lui rapidement.

Les autres doivent revenir en acceptant des naissances dans de nouveaux corps. Entre les incarnations ils vivent parmi des âmes semblables à eux pendant une longue période — dans les états de conscience dans lesquels ils se sont accoutumés à vivre sur Terre.

Dieu ne cesse jamais de se soucier de nous — jusqu'à *la toute fin du monde* — constamment nous rappelant à Son sujet par Ses Messies et prophètes, aussi bien que par de Saintes Écritures. Il nous montre également comment c'est — d'être malveillant, de mentir, d'être méchant, envieux de la propriété de quelqu'un d'autre — en nous soumettant aux attaques de criminels ou d'animaux féroces... Par cela Il veut nous expliquer ce que sont la douleur, la crainte et d'être volé... — afin de nous enseigner à ne jamais faire ces choses aux autres.

Les gens appellent cela *la loi du karma* — la loi de cause et effet dans la formation de nos destinées. Il continuera de nous "frapper" jusqu'à ce que nous nous débarrassions de nos vices, jusqu'à ce que nous devenions ce qu'Il veut que l'on devienne: gentil, compatissant, altruiste, absolument honnête, exempt de suffisance et d'arrogance, incapable d'être en colère, d'employer la violence — excepté quand nous protégeons de bonnes gens contre la violence cruelle de quelqu'un d'autre.

Il est Amour. Afin de fusionner en Lui ou même de L'approcher, nous devons devenir Amour aussi.

Mais qu'est-ce que l'amour? Tellement peu de gens comprennent ce que ce mot signifie!

L'amour est principalement des états émotifs. Ce qui est le principal et le plus précieux au sujet de ces états — est une subtile tendresse accompagnée de la PAIX intérieure. Aussi — une attention compatissante, de la bienveillance, de l'estime, du respect, de la gratitude, et ainsi de suite.

Les émotions ne sont pas identiques aux pensées, mimiques, des réactions comportementales ou des processus électriques dans le cerveau. Les émotions ne sont pas du tout produites par le cerveau, comme les physiologistes matérialistes le disent. Elles sont produites dans la poitrine, dans le cou ou dans le ventre. Elles sont produites dans des structures émotio-géniques spéciales — chakras et méridiens.

Les variations d'amour, ci-dessus énumérées, sont produites par le chakra anahata, situé dans la poitrine. En fait, elles sont connues seulement à ceux dont l'anahata est développé et fonctionne correctement. Pour le reste des personnes — la tendresse, la bienveillance, etc. sont juste des mots exempts de tout contenu émotif. Et si nous vivons sans jamais éprouver d'amour sincère — cela signifie que nous vivons "distants" de Dieu et avons peu de chance de succès spirituel, afin de connaître Dieu et Son Amour ou même d'obtenir le paradis pour le moment.

L'AMOUR et la PAIX sont deux états dans lesquels nous avons la chance d'avancer rapidement spirituellement, d'être plus près de Dieu.

Divers genres de colère (de haine, de fureur, d'irritation, de condamnation, de jalousie, de mécontentement, etc.) et de crainte — tels sont les états qui nous mènent dans la direction opposée à Dieu — à l'enfer.

Ces deux paires d'états émotifs sont opposées et mutuellement exclusives.

Apprendre à sentir la colère et la peur est simple. Presque tous peuvent les sentir. Mais voulons-nous vraiment aller là? Comment pouvons-nous confronter le mal qui nous destine à l'enfer? En détestant ceux qui "ont mis en scène tout cela"? Ce serait la plus simple — et la plus idiote — décision! C'est cette décision qui nous assurera non seulement du mauvais karma pour cette incarnation et les suivantes, mais également nous fera demeurer en enfer entre elles.

Les conditions dans lesquelles chacun de nous somme présentement sont les conséquences karmiques de nos vies passées, qui étaient dépourvues d'aspiration spirituelle. Voulons-nous que notre futur soit encore pire?

Seulement l'AMOUR et la PAIX — si nous les sentons peut importe les circonstances — peuvent nous mener à un destin favorable, au paradis, et à Dieu.

Mais comment pouvons-nous apprendre à sentir toujours l'AMOUR et la PAIX?

La première manière que Dieu a suggérée depuis les temps anciens est l'amour sexuel harmonieux — l'amour qui est exempt de passion, d'avidité (de désir égoïste) et de jalousie, l'amour basé sur le respect mutuel, sur la capacité de se donner entièrement à l'autre, agissant pour l'harmonie globale et non seulement pour son propre bonheur.

La deuxième méthode est d'élever des enfants — dans une atmosphère heureuse et harmonieuse.

La troisième est le contact harmonieux avec la nature.

La quatrième est l'art spirituel. En particulier, l'art qui contribue en premier lieu au développement de l'AMOUR et de la PAIX en nous.

La cinquième est d'assister à des réunions spirituelles de visiter des églises et des temples où d'harmonieuses méditations collectives sont pratiquées ce qui provoque le développement de l'Amour.

En plus de cela il y a des méthodes ésotériques spéciales d'autoperfectionnement, où le développement du cœur spirituel — l'organe principal de l'amour émotionnel — doit être d'importance primordiale. La prochaine étape inclut des méthodes de raffinement de la conscience, afin de connaître d'abord l'Esprit Saint et ensuite Dieu le Père.

Au cours de notre évolution, en tant qu'âmes ou consciences, nous avons développé des qualités individuelles, également appelées *traits de caractère (ou personnalité)*. Ces traits peuvent être bons et mauvais.

Parmi nos vices il peut y avoir les tendances à être agressif, colérique, violent, sarcastique, arrogant, avide, ingrat, inintéressant, menteur, grossier, impoli, etc. On peut avoir d'autres traits moins nocifs, mais tout de même désagréables pour les autres comme la mauvaise habitude de se ronger les ongles, trembler des genoux tout en étant à la table, renifler, utiliser un langage obscène ou juste parler beaucoup ou d'une voix forte.

L'absence de certains traits positifs peut également être considéré comme un vice, par exemple, l'absence de paix intérieure, l'absence de la capacité d'aimer sincèrement et tendrement, le manque de fidélité et de fiabilité dans les relations avec les autres, le manque de foi dans l'existence

de Dieu, l'absence d'aspiration pour la Perfection spirituelle et de sincères bonnes volontés afin d'aider les autres dans toutes bonnes choses.

Comment pouvons-nous combattre nos vices? Les recommandations diffèrent selon la situation. Parfois la seule réalisation du vice de certaines de nos actions est assez pour casser ce modèle particulier de comportement. Par exemple, l'auteur de ce livre a arrêté de fumer, de boire de l'alcool et de manger les corps des animaux tués dès qu'il a réalisé que Dieu et la signification de la vie existent, que manger des cadavres d'animaux n'est pas une nécessité pour nous, mais seulement un moyen de satisfaire notre caprice cruel de glotonnerie.

En d'autres termes, il y a des vices de l'ignorance — et ils disparaissent facilement à la lumière de la connaissance.

Mais il y a des traits vicieux comme l'habitude de mentir; ou d'être constamment irrité, fâché, ou désintéressé; aussi bien que l'arrogance, l'avarice, l'égoïsme, la poltronnerie, etc. cela ne peut pas être éliminé rapidement. Cela prend un certain effort intellectuel afin de les surmonter — efforts afin de comprendre leur nature vicieuse, sur le développement de nouveaux modèles corrects de pensée, de réaction émotive et de conduite. La lecture de livres religieux sérieux, certaines méthodes psychoénergétiques comme l'harmonisation du système des chakras et des efforts pénitents sérieux peuvent être d'un grand secours ici.

maintenant, laissez-nous discuter de la nature du repentir: quelle en est sa signification et quelles en sont ses mécanismes.

Les religions dégénérées, elles aussi, peuvent avoir la pratique du repentir, mais ont perdu son efficacité. La raison est que ces religions ont perdu la compréhension des vrais rapports entre l'homme et Dieu. Ils décrivent Dieu comme un genre de juge terrifiant qui — pour une certaine raison — examine les personnes pour des péchés, desquels elles n'ont pas encore repentis, et les envoie alors sur cette base au paradis ou en enfer pour demeurer là éternellement. Selon elles, le salut "repentir" consiste à informer dûment le "pasteur" local de la secte proprement dite des péchés que l'on a commis. Alors, le pasteur "pardonnerait les péchés" et nous sauverait ainsi de l'enfer. En d'autres termes, il est parfaitement correct de pécher, puisque tous le font. Si on ne pêche pas, disent-ils — on peut devenir fier de sa droiture et ce serait le péché le plus mortel. Par conséquent, on peut pécher aussi longtemps que l'on continue d'aller à la confession.

Les personnes intelligentes voient clairement que cette "méthode de repentir" n'est qu'un moyen d'intimider l'assistance, une manière de forcer

les personnes à visiter les églises et les temples et à payer les “contributions volontaires” afin de supporter les “pasteurs”.

Dans le contexte de ce livre, il peut être intéressant que nous découvririons théoriquement ce qui a laissé établir cet absurde système de repentance. Le point est que les concepts de ces sectes “Chrétiennes” ont perdu la connaissance à propos de Dieu le Père, Qui nous attend pour fusionner de nouveau en Lui — après que nous soyons devenus tout ce que nous pouvons être: parfait, Divin.

Cela implique que la signification du repentir ne consistent pas simplement à “rapporter” nos péchés à quelqu’un et échapper de ce fait à l’enfer, mais en l’élimination complète des vices comme qualités de l’âme afin de devenir Amour Pur comme Dieu, en gagnant de la Sagesse et de la Puissance afin de fusionner en Lui pour toujours, de devenir une Partie de Lui.

En d’autres termes, nous devons nous préparer comme offrande digne pour Dieu, comme don de notre amour pour Lui, en tant qu’Offre Sainte. Et cette offre doit être Divinement pure!

Il doit nous être parfaitement clair maintenant que, peu importe combien de fois nous avons, “rapporté” et nous sommes “excusés” de nos péchés, cette pratique ne peut ni nous empêcher d’aller en enfer, ni nous amener plus près du paradis et du Créateur aussi longtemps que nous continuons à vivre dans des états émotifs grossiers!

... Le premier mécanisme de repentance consiste en un profond remords au sujet des transgressions que nous avons commises. Tout mal que nous faisons à tout être vivant que ce soit par intérêt personnel ou par négligence, ou dû à notre mauvais caractère — cela est le type de péché principal que nous commettons. Nous nuisons aux autres non seulement par nos mauvaises actions ou paroles, mais également par nos émotions négatives. D’ailleurs, chaque fois que nous sortons de l’état d’amour nous nous aliénonnons non seulement de Dieu, mais souillons également l’espace de l’Absolu avec les énergies de nos mauvais états émotifs. Et Dieu nous précise que même ces états sont des péchés et qu’ils mènent à l’accumulation de mauvais karma.

Nos péchés peuvent être décrits comme des perles attachées sur les fils de nos mauvais traits, ou vices. Afin de nous débarrasser des vices nous devons nous rappeler toutes les situations où chacun d’eux a été manifesté, afin d’essayer de sentir toute la douleur que nous avons causée aux autres et nous ayant repenti du mal que nous avons fait, reconstruire mentale-

ment cette situation de manière correcte. C'est en employant cette méthode que nous pouvons détruire nos mauvais comportements et mauvaises pensées et préparer des modèles, des décisions moralement correctes.

... La vérité (c.-à-d. la compréhension correcte de ce que sont Dieu, l'homme et l'Évolution) — Amour — Simplicité — Karma Yoga (servir Dieu en servant les autres gens dans tout ce qui est bon) — L'abandon de l'individualité inférieure pour la fusion avec le Soi Supérieur de Dieu — cela est le plan de travail spirituel qui a été offert aux gens par l'Avatar Babaji. Nous transformant de la manière préférable à Dieu nous changeons nos vies pour l'avenir, les remplissant de plus d'occasions pour la croissance spirituelle et l'avancement, les rendant plus heureuses, devenant plus près du But Ultime de notre évolution personnelle — le Bonheur du Fusionnement avec Dieu le Père.

Amour, Sagesse, et Puissance

À un certain moment, Dieu m'a expliqué que Ses qualités principales sont l'Amour, la Sagesse et la Puissance. C'est pourquoi ceux qui aspirent à fusionner avec Lui devraient se développer selon ces trois paramètres fondamentaux [9]. Plusieurs années plus tard les mêmes mots nous sont parvenus de Dieu par *Le Livre de Jésus* [25].

La maîtrise de chacune des qualités de Dieu mentionnées est possible au cours de la vie "ordinaire", à condition qu'elle soit inspirée par la bonne aspiration, ainsi qu'au moyen de méthodes psychoénergétiques spéciales.

Jésus a enseigné et continue à enseigner la même chose [6, 11].

Notre grand Contemporain — Le Messie Sathya Sai Baba — donne des explications détaillées des mêmes principes pour les personnes modernes [6, 11, 45-54 et autres].

De judicieux conseils d'une valeur inestimable sur la manière de s'élever aux plus hauts niveaux moraux peuvent également être trouvés dans les enseignements d'autres Enseignants, Qui ont atteint Dieu, tels que Juan Matus, Rajneesh, et autres [6, 11, 16].

... Ainsi, nous devrions commencer à développer l'aspect moral en étudiant ce que Dieu veut que nous soyons à cet égard, en traçant nos vices et en les éliminant, par la repentance, en particulier, et en cultivant des qualités positives. Et pour ceux qui avancent hardiment sur ce Che-

min, qui aspirent vers la connaissance pratique de Dieu et qui sont pleins d'amour sincère pour Lui, l'étape cruciale de leur autocorrection morale (en termes de contrôle de ses émotions) sera des entraînements sur l'auto-régulation psychique. Ces entraînements commencent par l'acquisition de la capacité à déplacer la centration de la conscience d'un chakra à l'autre. Puisque les chakras sont les organes responsables de la génération des émotions et autres états psychiques.

Par exemple, le chakra anahata (le cœur spirituel) est l'organe qui produit l'émotion de l'amour sincère. Par conséquent, si nous avons purifié et avons développé cette structure énergétique par des exercices spéciaux, le fait de seulement y entrer avec la concentration de la conscience sera suffisant pour nous sortir des états de fatigue, d'irritation et d'inquiétude et nous mettre ainsi dans des états légers d'amour pur et de tranquillité.

Ceux qui pratiquent de telles méthodes notent que l'attitude des personnes envers eux commence à changer graduellement. Nous commençons à créer des champs d'énergie favorables pour ceux autour de nous, ce qui fait que les personnes se sentent mieux. Elles trouvent la communication avec nous plus facile et plus plaisante; alors, le changement d'attitude s'en suit.

Si nous avons besoin d'un surplus d'énergie pour une certaine activité, alors nous trouverons que le bon fonctionnement du chakra manipura ou même de l'ensemble entier des trois chakras inférieurs (la structure également connue sous le nom de *hara*) très utiles.

L'activité mentale ne peut pas être efficace si les chakras situés dans la tête sont impurs et peu développés...

La condition des chakras impacte directement le fonctionnement des organes situés dans les parties du corps correspondant. Le seul nettoyage des chakras correspondants peut facilement traiter plusieurs maladies chroniques.

... Le développement de l'aspect de la Sagesse inclut deux étapes principales.

La première est l'accumulation de connaissance et le développement des capacités de pensée. La capacité de discerner les faux concepts et enseignements des vrais et des capacités créatrices de l'intellect (c.-à-d. la capacité de trouver des idées fraîches, d'avoir de l'ingéniosité dans de petits comme dans de grands sujets) indique un niveau élevé de son développement. Étudier dans diverses institutions d'éducation, lire des livres, les jeux intellectuels, l'effort intellectuel dans des activités scientifiques,

professionnelles ainsi que diverses activités d'apprentissages — tout cela contribue à l'évolution positive des âmes humaines.

S'engager dans une pratique religieuse sérieuse sans un intellect développé est extrêmement dangereux. Dans ces cas il est très facile de tomber sous l'influence de faux concepts destructifs comme ceux, par exemple, qui affirment que boire son urine en grandes quantités aide pour le progrès spirituel d'une personne ou que la *Libération* ne peut être réalisé qu'en rejetant toutes les normes morales et par la "spontanéité" des réactions comportementales... Ces personnes ne peuvent pas faire la distinction entre l'amour — et la luxure, entre tendresse — et manipulation, subtilité — et grossièreté, Dieu — et diable. Ils prennent les voix des démons et des diables pour la voix de Dieu et se soumettent à eux dans leurs actions. Ils prennent grand plaisir en possédant et en employant ce qu'ils appellent leur *puissance personnelle*, tout en étant harmonisé en fait à la grossièreté diabolique.

Le travail Psychoénergétique n'est pas fait pour le faible d'esprit! La tâche de telles personnes est pour l'instant l'amélioration de soi par le service, le renforcement de leur foi, l'accumulation de connaissances, et à travers l'autocorrection éthique.

La deuxième étape du développement de l'aspect de la Sagesse se rapporte à la vraie exploration de l'espace multidimensionnel par la conscience du chercheur et à connaître la conscience qui y demeure, incluant la Conscience du Créateur.

Ce processus mène à un déplacement progressif de l'égoïsme humain premier vers un Dieucentrisme.

La Sagesse la plus profonde peut possiblement être réalisé par un homme incarné avec la capacité de voir les phénomènes du monde matériel avec les yeux de Dieu, littéralement *de Dieu*, au lieu de les voir du petit moi attaché au corps, comme c'est le cas avec presque tout le monde.

"Fixer votre esprit sur Moi," nous enseigne Dieu dans la Bhagavad-Gîtâ [11]. En d'autres termes, nous devons d'abord essayer d'avoir une compréhension de ce qu'est Dieu et du rôle que nous jouons dans la Création à la lumière du fait qu'Il existe. Si nous réussissons cela, alors par des pratiques spirituelles spéciales nous pouvons gagner la capacité de nous submerger en tant que conscience en Lui, d'être plus près de la pleine et finale Fusion avec Lui.

La capacité de contrôler l'orientation de l'esprit et de la conscience — par opposition à la réaction réflexe seul réagissant aux stimuli venant

de l'extérieur ou de l'intérieur du corps — aussi, ne peut pas être acquise sans une formation psychoénergétique spéciale. Je parle du travail avec les indriyas.

Indriyas est un terme Sanskrit. Il dénote les "tentacules" de la conscience.

Un homme ordinaire n'est pas le maître du corps dans lequel il vit. Il en est plutôt, son esclave. Il est attaché à lui comme un conducteur qui a été menotté au volant et enchaîné au siège de sa voiture depuis longtemps. Les "voitures" diffèrent d'une personne à l'autre — quelqu'un est neuf et fonctionne bien, tandis qu'un autre peut être décrépité et tomber en morceaux. L'homme, comme conscience, "est habituellement coincé" dans un chakra, qui est souvent souillé et ne fonctionnant pas correctement, et se déplace à un autre (le cas échéant) pas volontairement, mais seulement quand il est forcé par les besoins du corps: quand il y a douleur quelque part ou quand il y a une sorte de sensation d'effondrement ou une plaisante sensation quelque part ailleurs... L'homme regarde hors de ce "véhicule" seulement par ses sens: vision, audition, odorat, etc. Par cela, il étire les "tentacules" de la conscience par les organes des sens, pour ainsi dire.

Nous pouvons nous observer, par exemple. Me voici, écoutant la radio. Mes indriyas s'étendent de mes oreilles au poste radio. Mais soudainement le téléphone sonne. J'étends immédiatement mes indriyas à lui, après les avoir enlevées du poste radio. Maintenant ils sont dirigés vers le téléphone et il n'y a plus désormais aucune radio pour moi.

Nous étendons également nos indriyas par l'esprit aux objets ou aux gens, quand nous pensons à eux. Les personnes sensibles peuvent percevoir ou même voir les indriyas d'autres personnes dirigées vers eux ou vers quelqu'un d'autre avec la clairvoyance. Selon l'état émotif de l'expéditeur, ses indriyas peuvent avoir un impact favorable, neutre, désagréable, ou même pathogène sur l'objet. Le dernier phénomène s'appelle le *mauvais œil*: si une méchante et en même temps psychoénergétiquement forte personne touche quelqu'un avec les indriyas, lui ou elle, infuse l'énergie de ses mauvaises émotions dans cette personne et celle-là commence à se sentir mal ou peut même tomber malade en conséquence.

Faisons la conclusion suivante de cela: notre état émotif, particulièrement si nous possédons déjà une certaine quantité *de puissance personnelle* — ne sont désormais pas seulement de nos affaires personnelles. Nous devons nous rappeler que nous pouvons faire un mal considérable à d'autres avec nos mauvaises émotions, même involontairement. D'autre part, nous

pouvons aider les autres, les guérir, en particulier, si nous leur envoyons notre amour.

... Comme nous nous développons en tant que conscience dans la bonne direction, nous nous libérons graduellement des chaînes qui nous enchaînent au corps. D'abord, nous devenons capables de bouger librement avec la concentration de la conscience dans le corps d'un chakra ou d'un méridien principal à un autre et acquérons la capacité de se débarrasser de diverses impuretés du corps. Tout cela améliore spectaculairement notre santé. Après cela il devient possible pour nous de nous déplacer en dehors du corps, afin de se développer en taille et en tant que conscience, afin de développer *la puissance personnelle*, qui nous permet de nous déplacer d'un plan à l'autre et de ce fait explorer la nature multidimensionnelle de l'univers.

Une conscience développée, qui s'est déplacée hors du corps, peut être comparée à une amibe, qui étire ses indriyas librement sans l'aide des organes sensoriels du corps aux objets et se déplace vers eux. Pendant que nous progressons en raffinant la conscience, nous devenons capables d'entrer dans des plans plus subtils de cette manière — jusqu'à la Demeure de la Conscience Primordiale, la Conscience de Dieu le Père.

... *La puissance personnelle* de l'homme n'est pas la puissance du corps, mais celle de la conscience. Elle peut devenir diabolique ou Divine — selon la direction que nous suivons dans notre développement personnel. Et cela est déterminé par les états émotifs dans lesquels nous nous sommes habitués.

Le développement correct *de la puissance personnelle* ne peut pas être réalisé à moins que nous maintenions le corps sain et actif. Par conséquent, le travail physique, l'entraînement sportif, la culture physique et la nutrition appropriée sont très importants, particulièrement s'ils sont cultivés dès l'enfance. Le corps doit devenir fort et sain afin d'être vraiment capable des accomplissements spirituels élevés.

La structure d'énergie nécessaire pour la croissance intensive de la conscience individuelle est l'ensemble des trois chakras inférieurs — qui s'appelle *le hara* (ou dantyan inférieur). Mais ce serait une grosse erreur de commencer le travail spirituel avec le développement de cette structure, car acquérir *la puissance personnelle* avant d'avoir la fonction de l'amour développée et être profondément adéquat du point de vue moral peut nous tenter dans la culture des vices moraux. Dans ce cas-ci, la formation psychoénergétique, au lieu d'apporter un grand bénéfice, sera extrêmement nocive.

C'est pourquoi le développement du cœur spirituel doit avoir la priorité dans le travail psychoénergétique, spécialement au commencement du Chemin. La capacité à voir le monde de l'anahata et de garder cet état même dans les situations extrêmes devrait être utilisée comme critères à savoir si l'on peut enseigner à un disciple des méthodes d'augmentation de la puissance de la conscience.

Qu'Est-ce que l'Amour

L'amour a de multiples aspects. Il se manifeste en tant que sollicitude, tendresse, dévotion, dévouement, service actif à Dieu, qui est réalisé par le service aux autres appelé le karma yoga (ne pas travailler pour la récompense, mais afin de satisfaire Dieu), et de beaucoup d'autres manières.

La "base" de la vie en état d'amour est de rester constamment avec la conscience dans l'anahata, de se transformer (comme conscience) — par cela — en émotion constante d'amour qui est rayonné à toutes les personnes, à tous les êtres vivants.

Une des principales manifestations de l'amour est la tendresse, incluant l'aspect sexuel de celle-ci. Il devrait être noté ici que la vie sexuelle moralement correcte contribue directement au développement de la capacité à aimer.

Dieu est Amour. Si nous voulons Fusionner avec Lui, nous devons nous transformer en Amour nous aussi — en conscience, vivant constamment en état d'Amour semblable à Dieu. C'est, à ce moment que nous devenons des disciples de Dieu à qui Il accorde tous les autres aspects de la sagesse et puis nous accepte en Lui. C'est le pré requis principal permettant de marcher le Droit Chemin jusqu'à Lui.

Mais ceux qui s'opposent à l'amour — s'opposent à Dieu.

Lors du développement du cœur spirituel, un disciple du Droit Chemin apprend comment augmenter ce dernier au-delà des limites du corps — d'abord, de plusieurs mètres, ensuite en remplissant la Terre entière avec lui et puis — plus large encore. C'est la manière optimale de briser l'identification avec le corps, la manière correcte d'accroître la conscience, et d'acquérir l'expérience d'être et d'agir sans le corps pendant qu'il est encore en vie.

Celui qui s'est développé jusqu'à un tel niveau se débarrasse de tout attachement à son corps et ne craint plus la mort. Il découvre ainsi que maintenant il ne lui importe pas, qu'il ait un corps ou pas.

Il est sûr que la mort du corps l'épargnera d'ennuis terrestres inutiles. Pour un tel héros, le moment approche où le Créateur Se révélera Lui-même à lui et le laissera entrer en Sa Demeure.

L'Amour pour les Personnes

L'amour peut et devrait être exprimé par les émotions ainsi que par les actions.

Nous avons parlé de l'amour émotif déjà et continuerons à en parler ci-dessous. Ici nous réitérerons juste, insistant particulièrement, que le développement de l'amour en soi est une méthode importante d'autoperfectionnement spirituel. C'est la méthode par laquelle nous pouvons nous transformer (comme conscience) en Amour semblable à Dieu d'abord et puis en Amour Divin ensuite, nous unissant et fusionnant avec Dieu.

Cet amour ne doit pas être confondu avec la luxure — passion sexuelle égoïste.

L'amour véritable n'est pas identique à la manipulation émotive — un travesti de l'amour, quelque chose qui a lieu quand on essaie de démontrer de l'amour quand le cœur spirituel est vide de cette émotion.

Une caractéristique de l'amour vrai est une absence de violence et de compulsion en lui. Autrement ce n'est plus de l'amour, mais une contrainte, un viol.

L'amour est subtil, tendre, exempt d'égotisme et d'égoïsme. Il repose sur la préoccupation de l'autre, non pas de nous-mêmes.

La maturation de l'amour doit être basée sur la vraie connaissance de Dieu et de la signification de la vie humaine.

Pendant que cet amour accumule la connaissance et de l'expérience, il devient sage.

Pendant qu'il se développe en aidant les autres, incluant combattre pour leur bien, et au moyen de pratique de techniques méditatives particulières — il devient fort.

Amour, Sagesse et Puissance — ce sont là les trois qualités de Dieu. Ceux qui les ont maîtrisés jusqu'au niveau du Divin fusionnent facilement dans la Conscience Primordiale, accomplissant de ce fait leur évolution dans la forme humaine. Ensuite, ils continuent à exister en tant qu'une Partie active de Dieu le Père.

Mais on ne peut pas marcher ce Chemin menant à la Divinité jusqu'au bout juste en y pensant. C'est un travail de transformation de soi long et difficile. Ce travail peut être comparé au travail d'un athlète qui passe plusieurs années d'entraînement persistant et épuisant afin d'amener le corps à la perfection. Mais le travail avec la conscience est beaucoup plus difficile. Dans ce travail, comme en athlétisme, la personne, en règle générale, ne peut pas réaliser de sérieux résultats sans l'aide d'un instructeur. Sur le Chemin spirituel cela peut être un gourou incorporé — une personne qui a déjà marché l'entièreté du Chemin (ou la majeure partie de celui-ci) et sait personnellement le But du Chemin. Ou Dieu Lui-même peut devenir notre gourou, comme cela fût le cas dans ma vie [7].

Le karma yoga est une méthode universelle d'autodéveloppement sur le Chemin menant à la Perfection, que Dieu nous suggère constamment. C'est une manière de se perfectionner en servant Dieu, cela s'effectue en aidant des personnes dans leur évolution. Cela peut être fait par le partage de connaissance spirituelle ou en leur enseignant à lire et à écrire, dans les domaines scientifiques, pédagogiques, ou de la médecine, dans la pratique de l'art ou de la construction de maisons, dans la fabrication de vêtements ou la production de nourriture, faire le commerce ou protéger des personnes contre des criminelles — les déchets de l'Évolution. Ce qui est important à ce sujet est que chaque activité doit être performé non pas pour la récompense, pas égoïstement — mais au bénéfice des personnes les aidant à avancer vers la Perfection, incluant le soutien de leur existence sur Terre, dans cette École de Dieu.

Ce principe de karma yoga ne veut pas nécessairement dire que le travail devrait être gratuit — ce serait absurde. Mais ceux qui ont reçu de l'aide comme un don doivent penser à donner quelque chose en retour. Les gens qui ne répondent pas aux dons par des dons sont considérés par Dieu comme des voleurs (voir dans la Bhagavad-Gîtâ [11]).

Il devrait être noté ici que les activités qui causent du mal aux gens ne sont pas du karma yoga et ne peuvent pas être considéré juste. Elles sont, par exemple, la production et la distribution de boissons alcooliques, les produits du tabac et autres substances psychédéliques, participer dans des guerres agressives, prêcher tout type d'agressivité ou de haine, favoriser la peur, tuer des animaux pour utiliser leurs corps comme nourriture ou pour utiliser la peau déchirée de leur corps, de détruire inutilement des plantes, etc.... En d'autres termes, le karma yoga implique d'aider les personnes seulement dans ce qui est bon.

Amour pour la Nature

Les contacts avec la nature sont essentiels pour la croissance spirituelle. Les retraites en forêt ou autres lieux en nature sont l'une des manières importantes de "s'exposer" à Dieu de sorte qu'Il puisse nous enseigner plus efficacement. "Dans la forêt, cherchez Mes instructions!" [40: *Les Feuilles du Jardin de Morya. Appel*]. C'est là où l'on peut s'étendre comme conscience dans l'harmonie de l'environnement — en contraste avec "se retrouver" dans le chakra de la tête en environnement urbain, "s'alimentant" avec de l'information au sujet des désirs matériels des gens et être pollué par les énergies négatives de leurs émotions.

Bien que les villes, étant de grands centres culturels, soient également nécessaires: il y a des bibliothèques, aussi bien que d'autres excellentes occasions pour le développement intellectuel. Il est également plus facile de trouver des personnes ayant des dispositions semblables à nous et des partenaires sur le Chemin spirituel là.

Il est également salutaire d'exposer le corps à la lumière du Soleil, particulièrement le matin où la lumière du Soleil est particulièrement tendre. Cette lumière existe non seulement sur le plan matériel, mais pénètre également d'autres dimensions — plus subtiles — à l'intérieur de notre organisme multidimensionnel, les énergisant et les remplissant de sa pure puissance.

Il est bon pour les personnes qui vivent aux latitudes élevées d'avoir "un soleil artificiel" — une lampe de quartz — et de prendre des bains de soleil à la maison. C'est également un remède merveilleux pour différentes maladies. Par exemple, l'exposition au rayonnement ultraviolet peut facilement traiter des infections catarrhales si exécutées aussitôt après l'apparition de leurs premiers symptômes. L'exposition à la lumière sur la poitrine et le dos fait avec une lampe de quartz — là où des plâtres de moutarde sont habituellement appliqués — font disparaître la toux rapidement.

L'été et l'automne sont le moment pour ramasser et stocker des champignons et des baies sauvages, qui sont des composants très importants de la nutrition pure.

À n'importe quel moment de l'année des méditations peuvent être performées à *des lieux de puissance* spéciaux — zones qui ont un impact énergétique significatif sur l'être humain. Ils sont très différents et peuvent être employés de cette manière afin de se guérir, parler à Dieu, pour le raffinement de la conscience, afin d'augmenter la puissance psychoénergétique personnelle ou afin de se dissoudre en Dieu et Fusionner avec Lui.

... Tôt le matin le printemps est le moment où la nature nous donne la plus grande harmonie et bonheur — quand les oiseaux commencent à chanter même avant l'aube et que l'espace entier autour de nous se sature avec l'énergie de leur amour. L'harmonisation avec leur état nous permet d'être plus près de Dieu et constitue l'accomplissement d'un certain niveau de raffinement de la conscience.

Ceux qui aiment dormir tard ont beaucoup moins d'occasions pour l'avancement spirituel.

... Le coucher du soleil au printemps fournit également une large variété d'impressions des plus subtiles. À ce moment le chant des oiseaux se superpose au fond sublime du SILENCE, HARMONIE. L'énergie de la conscience "se répand" en dehors du corps par elle-même et s'étend au-dessus de la forêt saturée de béatitude, la remplissant et fusionnant avec elle. De cette façon, la conscience devient plus mobile, plus fluide et s'établit dans l'harmonie et la pureté intérieure.

... Mais à n'importe quel autre moment de l'année, une matinée ou une soirée passée dans la forêt ou près d'une étendue d'eau nous rappelle l'aube ou le crépuscule du printemps. Ils sont très importants pour ceux qui ont appris à sentir profondément la beauté du printemps!

... La nature se compose également d'une multitude d'êtres vivants: animaux, plantes, qui, en règle générale, sont plus raffinées comme conscience et apprécient une paix intérieure incomparablement plus grande que la plupart des gens. Une personne moderne moyenne a un long chemin à parcourir avant d'atteindre leur niveau d'AMOUR et de PAIX et avoir le droit de dire que lui ou elle ont commencé à se développer spirituellement.

D'ailleurs, c'est seulement dans des paysages naturels ouverts — contrairement aux "boîtes" des appartements en ville et des "corridors" des rues — qu'il est possible d'étendre, d'ouvrir au loin la conscience raffinée afin d'accroître littéralement sa taille.

... Laissez-moi répéter que les émotions sont des états de conscience. Et la conscience est ce que nous sommes. En fonction de quels états de conscience nous éprouvons — nous pouvons être plus près ou plus loin du Créateur.

Dieu dans l'aspect du Créateur est le niveau le plus élevé d'amélioration de l'énergie de la conscience. Est-ce clair pour nous maintenant, à savoir quelle est la direction que nous devrions prendre concernant le développement de notre sphère émotive?

... Très peu de personnes ont été témoin de ce qui se produit sur le terrain des grouses noir au printemps, quand la brume au début de l'aube se remplit des chants forts et enthousiastes de ces beaux, grands et passionnés oiseaux. Mais la majorité de ceux qui ont été là, coupaient cours ces belles chansons d'amour avec des coups de feu, la souffrance, le sang, et la mort... Et avaient du ravissement et jouissaient de plaisirs sadiques et meurtriers.

Élevés dans la tradition disant avoir le "droit" de tuer les animaux, n'ayant pas de tabous intérieurs au fait de faire du mal à tout autre être vivant, les athées, comme les membres des sectes de masse dans notre pays, se tournent facilement au massacre des personnes...

... Dans les soirées au printemps, après le coucher du soleil, quand le crépuscule enveloppe la forêt, les bécasses des bois mâles volent doucement au-dessus des clairières, des ouvertures en forêt et des rivages des lacs envahis par les arbustes. Leurs chants consistent en de beaux, tendres "grognements" touchant l'âme, nous envoyant des vagues d'émotions d'amour venant de ces beaux oiseaux. Dans les arbustes, au-dessus desquels les mâles volent, reposent les bécasses femelles — choisissant celui qui chante le mieux... Ici — celui-ci! Elle s'exhibe pour se montrer à lui... Il se précipite auprès d'elle, saisi par la passion d'amour des oiseaux... Et alors, ils passent la nuit ensemble. Le matin ils s'envolent chacun de leur côté, étant devenu fatigué l'un de l'autre... — pour rechercher de nouvelles aventures et de nouveaux amis pour le prochain coucher de soleil...

La beauté mystérieuse du chant des grands courlis, portés à nos oreilles de par le marais le plus proche, "plainte céleste" d'une bécassine exécutant la cour rituelle haut dans le ciel avec ses plumes de queue vibrantes, les chansons des merles et des grives, toute la nuit le coassement des grenouilles dans les flaques d'eau, miroitement du frai des poissons dans les roseaux, l'odeur d'un feu, nager dans un lac en forêt avec les premiers rayons de soleil et puis — des bouffées de vapeur sortant des corps nus humides et heureux, l'exultation des âmes, "explosant" de débordement de joie d'amour pour Dieu et pour chaque créature vivante — c'est la base émotive que Dieu veut que nous ayons de sorte que nous nous développons plus rapidement et plus efficacement dans Sa direction!

* * *

... Les plantes sont aussi des êtres vivants. Des âmes vivent dans leurs corps, comme nous le faisons dans le nôtre. Habituellement — ce sont

des âmes au stade *végétatif*, c.-à-d. “rudimentaire” du développement. Bien que je connaisse plusieurs humains-arbres, qui sont des âmes humaines bien développées, grandes, et fortes. Mais ces gens n’ont pas atteint le degré requis de Paix pendant leur incarnation passée — et Dieu, afin de les aider à devenir meilleurs, les a incorporés dans des arbres: de sorte qu’ils puissent se calmer, devenir silencieux après plusieurs centaines d’années à vivre comme une plante.

Il est facile de communiquer avec de tels arbres-humains sur le plan émotif et même au niveau mental. Ils sont fortement “attachés” aux gens qui sont capables de les comprendre; ils se sentent tristes si personne ne les visite pendant longtemps. Quand quelqu’un vient pour les voir — ces plantes les rencontrent avec joie, qui est mélangée parfois avec de la douleur...

... Qu’est-ce que la paix alors? Ne rien faire? Vivre une vie paresseuse? Une somnolente inertie? Non! La paix est l’absence d’agitation émotive et d’agitation de la pensée. C’est possible d’effectuer du travail physique, mental ou méditatif, jeûner pendant une longue période tout en éprouvant la paix intérieure. Elle va main dans la main avec le mode de vie énergétique. Le maintien de la paix intérieure permet de ne pas gaspiller l’énergie en vain. Toute forme d’activité faite avec la paix intérieure en fond de toile est faite plus efficacement. Mais ce qui est le plus important est que cela nous permet de maintenir le contact avec Dieu, d’être guidé par Lui et ainsi éviter de faire plusieurs erreurs. En d’autres termes, cela favorise l’évolution positive de l’homme. Mais l’agitation mène à l’augmentation de notre isolement de Dieu et à la croissance du moi inférieur. C’est une résistance aux progrès.

... Toutes les plantes ordinaires sont capables de percevoir les émotions humaines. Cela a été prouvé par plusieurs scientifiques de divers pays, qui ont découvert des changements de paramètres électriques des plantes en réponse aux émotions des personnes (voir [7] pour plus d’information).

Un jour, longtemps après que j’eus opté pour un régime sans cruauté, je travaillais en sylviculture sur l’éclaircissement sanitaire des bois. Au commencement de mon travail, je pensais que cela était quelque chose d’utile en général, et aimais même couper les arbres “superflus” — de sorte que le reste ait plus d’espace pour vivre. Mais à un certain point, quand j’ai atteint une plus grande sensibilité, sentir la douleur de ces créatures, coupées par ma hache, m’est devenu insupportable, et j’ai stoppé ce travail promptement.

Bien sûr, nous ne pouvons pas vivre sans manger des plantes. Nous employons inévitablement leurs corps dans la construction et comme bois de chauffage. Et il ne fait pas de sens d'attendre jusqu'à ce qu'un arbre vieillisse, tombe, et commence à se délabrer; c'est pourquoi ce sont les arbres "mûrs" qui sont coupés.

Mais on ne doit pas tuer des plantes inutilement, ou planter un coupeau ou une hache dans un arbre juste pour le plaisir, ou couper les branches vertes sans nécessité absolue, ou "mécaniquement" plumer et jeter des feuilles d'arbres, des brins d'herbe, ou des fleurs. Une attitude irrespectueuse envers la nourriture est également inadmissible: puisque la nourriture est faite des corps d'êtres vivants qui sont morts dans notre intérêt. Jetez de la nourriture — même lorsqu'on mange seulement des plantes — est également un péché, c'est un péché d'avoir tué inutilement.

Et c'est absolument absurde du point de vue moral que ces massacres "rituels" de millions de sapins et de pins avant Noël et le Nouvel An, aussi bien que de cueillir des fleurs afin de les mettre dans un vase et puis admirer leur mort...

Il est important que le lecteur ne commence pas à essayer de se rappeler maintenant: ceci est permis et — cela ne l'est pas... Ce qui est important n'est pas "d'apprendre par cœur" certaines "règles", mais de réaliser d'accepter les principes moraux de compassion envers la souffrance des autres et respecter leurs vies.

Et ceux qui ne comprennent pas ou n'acceptent pas cela — ne devraient pas avoir de ressentiment face à leur propre souffrance: par notre souffrance Dieu nous enseigne à comprendre l'essence du phénomène de la souffrance: à quel point cette sensation est vraiment désagréable. De cette façon, il nous enseigne à épargner les autres et à ne pas les blesser inutilement.

Et même à un niveau encore plus grand qu'aux plantes ce principe de compassion doit être appliqué aux animaux, puisqu'ils peuvent sentir la douleur incomparablement plus intensément que les plantes.

Dieu a enseigné la nécessité d'adhérer totalement au principe de la compassion, en particulier dans la nutrition [6, 11, 13]. Dieu est Amour. Si nous voulons devenir plus près de Dieu — nous devons accepter totalement le principe de l'AMOUR. Mais qu'est-ce que l'AMOUR sans COMPASSION? Seulement une parodie de cela?

Rendons-nous compte que bien que des "pasteurs" de diverses sectes nous enseignent avec persistance l'opposé nous ne pourrions pas accomplir

aucun progrès dans notre développement spirituel sans l'acceptation totale du principe de la COMPASSION et nous résoudre à adopter une alimentation *sans-tuer* (c.-à-d. qui exclut les corps des animaux: mammifères, oiseaux, poissons et ainsi de suite) — fondé sur des motifs moraux plutôt qu'égotistes (afin d'améliorer notre santé personnelle, par exemple)!

... On peut apprendre des leçons morales concernant les plantes non seulement dans le domaine de la nutrition. Des chevilles de tente peuvent être fabriquées non seulement avec des branches vertes, mais également à partir de branches sèches qui sont encore fortes. Et un feu peut être fait à l'endroit d'un vieux feu ou sur un chemin, etc. — et pas sur des plantes vertes.

Une autre chose — un feu ne doit pas être fait sur de la tourbe sèche: des énormes secteurs de forêt peuvent être brûlés, des milliers de plantes et beaucoup d'animaux mourront dans le feu. En outre, pendant les périodes sèches un feu ne devrait pas être fait sous de grands sapins: la couche durable épaisse d'aiguilles tombées prendra en feu lentement — les racines des arbres et des plantes environnantes seront brûlées conséquemment. On doit faire extrêmement attention au printemps, quand l'herbe de l'année précédente prend feu très facilement. Quand cela se produit, plusieurs plantes vertes, insectes, nids d'oiseaux avec des oeufs ou des oisillons, ainsi que des graines sont brûlées et meurent. Et une grande quantité de vieille herbe qui aurait pu servir comme engrais naturel et enrichir le sol est également perdue dans le feu.

Aussi, il semble absurde et immoral quand quelqu'un met intentionnellement, par amusement, le feu à cette vieille herbe, qui devient très souvent la cause de la destruction des bottes de foin, des maisons, et autres bâtiments...

Dans certains temples les personnes chantent, essayant de convaincre Dieu qu'Il est "patient et compatissant"... Mais ne serait-il pas mieux qu'ils renoncent à cette occupation inutile et commencent à vivre selon le Principe d'Amour de Dieu eux-mêmes? Mais c'est impossible sans Compassion pour toutes les personnes et chaque créature vivante, y compris les fourmis, les vers, les plantes, et plusieurs autres...

Dieu Est Amour

Jésus-Christ nous a donné cette formule la plus élevée, la clef menant à la connaissance de Dieu.

Mais pourquoi y a-t-il si peu de gens, qui se considèrent eux-mêmes Chrétiens, qui se servent de cette vérité pour leur avancement spirituel? Pourquoi cette formule n'a-t-elle pas inspiré les masses des matérialistes à accepter la foi?

Une des raisons de cela est que la déformation des Enseignements de Jésus-Christ a commencé dès que le Nouveau Testament a été compilé, ce qui a eu lieu juste quelques siècles après que l'incarnation de Jésus ait été complétée sur Terre [9].

Ses Enseignements ont été privés de la partie où Jésus parle de l'homme en tant que conscience en évolution dont le but est le développement afin d'atteindre un état Divin et puis Fusionner avec Dieu le Père. Les descriptions de Dieu le Père ont été également enlevées de Ses sermons. Mais ils ont inclus les demandes agaçantes de Paul concernant ce que l'on devrait et ne devrait pas porter, aussi bien que le style de coiffure appropriée. Aussi l'Apocalypse, exempt d'amour et de bon sens, débordant avec des menaces de mers de sang et de cuvettes de pus. (C'est non seulement l'opinion de l'auteur de ce livre; le sentiment de Jésus est identique [25].)

Le résultat de cette déformation des Enseignements de Jésus-Christ est que le mouvement de masse appelé le "Christianisme" presque du tout début a cessé d'être une religion d'amour — l'amour que Dieu voulait établir en envoyant Jésus-Christ. Nous pouvons nous rappeler l'inquisition, les guerres entre les Orthodoxes et les Catholiques et *les croisades*. En Russie nous avons vu la persécution de masse *des Vieux croyants*, génocide des Juifs...

Des Russes exceptionnels — Alexandre Pushkin, Léon Tolstoï, Fédor Dostoïevski, Vladimir Vyssotski, et plusieurs autres — bien qu'ils reconnaissent l'existence de Dieu, n'ont pas accepté le Christianisme sous cette forme.

Des questions ont également été soulevées par de "simples" citoyens, auxquelles l'Église ne pouvait pas donner clairement de réponses perspicaces: comment peut-on affirmer que Dieu est Amour, s'Il promettait ces choses dans l'Apocalypse, si ce que nous voyons autour de nous sont les guerres, la violence, la cruauté, la maladie et la souffrance! Non? S'Il est omnipotent, mais ces choses se produisent, si tout ce qui nous entoure est mauvais, si je ne vois aucun amour nulle part, même si je Le supplie pour cela — alors, il y a quelque chose qui ne fonctionne pas au sujet de ce genre de foi et je n'ai pas besoin d'un Dieu comme cela!

Il est important que nous nous rendions compte de l'insondable abîme qui est apparu entre les masses "Chrétiennes" et Dieu et qui les ont isolé de Lui et qui les ont opposé à Lui, les faisant mendier pour diverses grâces de Lui — au lieu de les inspirer afin de se changer selon Sa Volonté et à fusionner avec Lui dans l'Amour — cet abîme n'a pas été créé par Lui, mais par les personnes qui ont déformé Ses Enseignements.

En réalité, Dieu n'est pas au loin ni haut dans le ciel, mais comme Jésus l'a dit, la distance entre la Demeure du Créateur et chacun d'entre nous n'est pas plus grande que l'épaisseur du papier le plus fin... [25]

Mais afin de voyager une si petite distance jusqu'à Son Étreinte d'amour nous devons devenir Amour pur — comme Lui, plutôt que de développer la colère, la crainte, ou des désirs égoïstes...

Les émotions sont des états de conscience. C'est une chose fondamentalement importante à réaliser.

Nous sommes des consciences, l'énergie des consciences, pas des corps et pas des intellects.

Dieu est également une Conscience, bien qu'infiniment plus grande que la nôtre.

Et afin d'accomplir ce qu'Il veut de nous, nous devons juste apprendre à vivre toujours dans l'état d'amour subtil et pur et à ne jamais sortir de lui.

Dieu est Amour. Il est compatissant envers nous. Il est prêt à nous aider, nous guidant tout le temps sur le Chemin menant à Lui, à Sa Demeure, à notre ultime bonheur...

Mais nous n'allons pas à Lui! Au lieu de cela nous nous querellons pour des biens matériels de ce monde, nous nous épuisons en détestant les autres parce qu'ils sont habillés, ont des coupes de cheveux, etc. de manière différente, ou parce qu'ils ont des mouvements corporels "différents" du nôtre lors de la prière, ou parce que leur peau est de couleur différente ou leur nationalité diffère de la nôtre...

... Mais Dieu veut que nous nous établissions dans l'état émotif d'amour. Alors — nous pourrions entrer!

“Chaque Moment où l’on Abandonne l’État d’Amour”

“Chaque moment où l’on se sépare de l’état d’amour entraîne l’accumulation de mauvais karma...” Dieu m’a dit cela par le passé il y a de cela plusieurs années. Cet énoncé peut être mis en deuxième point juste après *Dieu est Amour*.

Qu’est-ce que cela signifie? Est-ce seulement une autre menace? Me punira-t-Il? Enverra-t-Il une dangereuse maladie sur moi? Ou me fera-t-Il souffrir pendant ma prochaine incarnation?

Non, cette manière de pensée est incorrecte.

Dieu ne punit jamais personne. Il nous enseigne. Nous établissons nos destins nous-mêmes. Par exemple, nous remettons à plus tard le bonheur de la réunion avec Lui et nous-mêmes. Et nous continuerons à souffrir de notre séparation de Lui aussi longtemps que nous n’aurons pas d’amour en nous-mêmes. Nous attirons nous-mêmes divers malheurs vers nous; ce n’est pas Dieu qui nous punit.

Je vais donner quelques exemples saisissants de ma propre vie.

À un certain moment j’ai vu une publication illégale de mon livre concernant David Copperfield, qui a été faite non seulement sans mon consentement et compensation financière, mais cette fois son contenu avait été déformé — il contenait un certain système absurde inséré au milieu venant prétendument de moi...²

Cela a épuisé ma patience: je suis sorti de l’état d’amour et me suis disposé à une dure conversation avec l’éditeur contrevenant...

Et en soirée le même jour j’ai obtenu une inflammation de la gorge — oesophage: les spasmes étaient si pénibles, que je pouvais à peine avaler...

Au matin je pouvais voir un grand esprit noir, saisissant ma gorge, se collant à elle et ne voulant pas lâcher prise, essayant de m’étrangler. Je me suis précipité dans la Demeure du Créateur, retournant à l’état d’amour — me rappelant immédiatement: “Chaque moment où l’on abandonne l’état d’amour...” Et l’esprit a disparu — le processus inflammatoire s’en est allé presque immédiatement.

² J’ai connu plusieurs de ces publications: parmi elles il y en avait une avec un portrait déformé de David sur la couverture, dans une autre plusieurs chapitres importants au sujet de David ont été omis (seulement l’introduction et l’avant-propos sont demeurés, et il semblait que je faisais de l’autopromotion avec l’utilisation de Son nom...).

Le mécanisme ici est le suivant. Quand nous sommes dans les états subtils de conscience — nous sommes hors de portée des mauvais esprits: ils ne sont pas capables d'entrer dans les plans subtils. Si nous nous abrutissons émotionnellement — alors, nous devenons immédiatement plus près de leur état et devenons des cibles faciles pour leurs attaques agressives.

Il y a environ trente ans, j'ai eu une expérience beaucoup plus dramatique. J'ai découvert que mes collègues à Moscou avaient soudainement commencé à se détourner dans leur activité dans différentes directions derrière mon dos [7]. Je voyais cela comme une trahison du travail de Dieu de leur part. Dieu Lui-même a alors ordonné de fermer immédiatement le centre spirituel qui avait été créé à Moscou.

Et c'était réellement tout ce que j'aurais dû faire dans cette situation. Mais je suis tombé dans un état de colère prolongé envers eux. Et j'ai immédiatement attiré des puissances diaboliques: sans raison évidente j'ai été attaqué par un gang. Par la suite j'ai été sur le bord de la mort pendant longtemps, souffrant de graves douleurs. J'ai été mort cliniquement deux fois et ai fini handicapé physiquement pendant plusieurs années.

Seulement un "brûlement à travers" les os détruits de la colonne avec l'énergie de la kundalinî, que j'ai appris plus tard, a assuré une guérison presque complète...

... De la même manière, nous attirons le bonheur ou la souffrance: si nous entrons dans l'état d'Amour Divin — nous devenons plus près de Dieu, si nous prenons des états bruts — alors les diables et les démons "collent" sur nos corps et nous devenons malades et souffrons.

C'est de cette manière que nous nous punissons nous-mêmes de ne pas être en accord avec la Volonté de Dieu.

Jésus-Christ a exprimé cette Volonté très clairement: aimer Dieu et aimer vous les uns les autres — sans condition! [6, 11]

L'idée que Dieu doit prétendument nous donner le bien-être matériel de différentes manières est tout à fait erronée. Il n'a jamais promis de faire cela pour toutes les personnes... Il n'est pas du tout notre esclave! Il est — le Seigneur, le Maître!

Il nous aime et essaie de nous aider. Mais pas nous aider en nous donnant le confort matériel, pas en satisfaisant nos désirs égoïstes.

Son Amour se manifeste dans le fait qu'Il nous guide vers notre bonheur ultime dans l'Unité avec Lui.

Il est le Maître, le Seigneur Absolu. Nous devons apprendre, accepter, et réaliser Sa Volonté et Sa Loi. De cette manière, nous vivrons en harmonie avec Lui. Cette Loi est: la Voie menant à la Fusion avec Dieu est l'Amour immuable, et celui qui l'abandonne perd la protection de Dieu et tombe en proie aux êtres de l'enfer.

Obéissons à Sa Volonté: c'est dans notre intérêt — d'aller à Dieu, ayant accepté Sa Loi!

Il a créé la Création entière et chacun d'entre nous — pas dans notre intérêt. Cela constitue Son Évolution et Sa Vie. Et Il va mettre en application fermement Sa Volonté: si nous voulons aller à Lui — nous devons vivre dans l'amour et être heureux, sinon — nous allons souffrir de notre séparation de Lui!

Égocentrisme versus Dieucentrisme

Il est clair que la vision du monde centrée sur Dieu ne peut pas devenir l'idéologie de nous tous tout de suite, par exemple juste en raison de la lecture de ce livre. Ce qui sera nécessaire n'est pas simplement de penser à ce concept, mais de sentir également vraiment Dieu. Alors seulement, pourrions-nous apprendre à regarder les situations terrestres avec Ses Yeux, de Son point de vue. Mais ce que nous pouvons faire en ce moment est de placer l'accomplissement du Dieucentrisme en tant que but. Et nous devons nous préparer à cela en combattant notre égocentrisme.

La renonciation volontaire des plaisirs personnels pour le bien des autres et l'élimination de l'arrogance — cela est le commencement de la lutte contre l'égocentrisme.

Une alternative à l'égocentrisme est la vraie préoccupation — qui est sensible et exempt de violence et de grossièreté.

Pour cela, l'intérêt des autres doit avoir une priorité plus élevée que nos intérêts personnels.

Prendre la responsabilité du bien-être d'autres personnes — dans la famille ou dans tout autre groupe — est une occasion afin de développer les qualités nécessaires. Le sentiment de chef du "je" doit disparaître et donner place au sentiment de "nous", où il n'y a plus aucun intérêt personnel, quel qu'il soit.

Les relations sexuelles sont une sphère où l'égocentrisme aussi bien que l'absence de celui-ci peut se manifester de manière très prononcée.

“Est-ce que j’agis dans mes rapports sexuels pour mon intérêt personnel ou pour ceux de mon partenaire?” — c’est la question fondamentale que chacun devrait se poser en tant qu’autoanalyse et contrôle de soi.

N’importe quel type de violence et de contrainte dans des relations sexuelles est une manifestation de ces qualités répugnantes. Une situation semblable est quand l’homme ne prend pas soin de la prévention de grossesse non désirée de sa partenaire féminine.

Un autre exemple est quand après une défloration, l’homme procède aux rapports sexuels pour sa satisfaction personnelle, ignorant la douleur que son “aimée” éprouve.

Plusieurs autres exemples peuvent être donnés ici.

Le comportement de plusieurs femmes n’est pas moins répugnant que celui de plusieurs hommes.

Ou bien regardons les habitudes alimentaires. La très grande majorité des personnes mangent des choses faites de cadavres d’animaux sans prendre la peine de penser qu’ils ont éprouvé de la douleur et ont souffert, qu’ils sont morts juste pour la satisfaction de nos cruelles habitudes gustatives, pour notre plaisir!

Les gens n’ont pas à manger nécessairement des aliments “tués” (qui sont fait à partir de la viande ou des poissons): nous pouvons obtenir tous les éléments nutritifs essentiels à partir de plantes, des produits laitiers et des œufs. Manger une nourriture “tuée” mène juste à la contamination de nos organismes avec des sels d’acide urique (ce qui cause divers genres de goutte) et avec des énergies grossières qui demeurent dans les cadavres d’animaux en conséquence comme la peur et la douleur que les animaux ont éprouvée lors de leur mort.

Manger des cadavres d’animaux est incompatible avec n’importe quel progrès spirituel — pour des raisons morales, en tout premier lieu. Dieu a parlé à ce sujet constamment [6, 11, 14]. Cependant, maintenant nous voyons que manger les corps morts d’animaux est la chose que de multiples pseudo-pasteurs religieux exigent de leurs disciples — autrement, disent-ils, vous pouvez devenir fiers!

Ils devraient s’arrêter et se rendre compte qu’en faisant cela ils agissent contre Dieu et contre l’Évolution, qu’ils estropient les âmes de personnes qui leur font confiance!

Car ce que Dieu veut que nous possédions est l’Amour.

* * *

L'utilisation de techniques méditatives spéciales peut être d'importance capitale dans nos tentatives de nous libérer de notre individualité égocentrique inférieure. Ceci concerne la maîtrise étape par étape de la méditation *de réciprocité totale*. Son essence consiste à décaler activement la conscience dans l'état de *non-moi*, la déplaçant au-delà du corps, en dehors de lui, avec les vecteurs d'attention orientés sur le corps.

C'est la manière par laquelle une autre coupure de l'égocentrisme s'effectue et un pas fondamental est fait vers la Fusion avec Dieu et vers la capacité de voir les situations terrestres de Son point de vue — avec Ses yeux, comme cela est.

C'est la technique méditative qui permet d'atteindre la Fusion complète avec Lui dans Sa Demeure.

Amour pour Dieu

Pour ceux qui vont hardiment dans la bonne direction, le Chemin spirituel est le Chemin de l'accroissement de la béatitude, de la joie et du bonheur!

Mais pourquoi si peu de personnes marchent-elles sur ce Chemin? Et pourquoi sont-elles un si grand nombre satisfaites avec l'exécution d'actes pseudo-religieux comme la coloration d'œufs de Pâques, buvant fortement pendant les fêtes et faisant du massacre des animaux et des plantes un rituel?

Est-ce seulement un manque d'intelligence qui les fait faire ces actions substitutives, qui ne sont souvent rien de moins que des crimes face à Dieu? Ou peut-être, la raison est qu'ils manquent d'amour pour Dieu?

L'amour pour Dieu n'implique pas d'exécuter des rites "justes au cas où": qu'arrivera-t-il s'Il existe vraiment et qu'Il nous punit! L'amour pour Dieu implique d'être affectueusement attiré vers Lui: afin de Le connaître et de fusionner avec Lui! C'est comme la passion sexuelle: ceux qui sont amoureux de Lui s'ennuient de Lui et deviennent saturés de bonheur au moment de la rencontre: lors de méditation effectuée avec succès.

Afin d'aimer Dieu de cette façon, on doit d'abord savoir ce que c'est que de devenir amoureux. Pour ceux qui ne peuvent pas aimer, Dieu est inaccessible. Jésus a dit à ce propos: apprenez à vous aimer d'abord — ensuite vous pourrez diriger votre amour déjà développé vers Dieu le Père.

Mais nous n'avons pas à passer toute notre incarnation à apprendre difficilement et longtemps l'art de l'amour terrestre. On peut accélérer l'apprentissage de manière significative en employant des méthodes spéciales de développement de l'organe de l'amour — le cœur spirituel. Il est également important de comprendre ce qu'est vraiment Dieu: les personnages de conte de fée que les "pasteurs" de diverses écoles religieuses dégénérées ont proposé d'adorer ne peuvent pas inspirer les personnes sérieuses à l'amour, peuvent-ils?!

... Dieu le Père peut être connu seulement si l'on vit une vie monastique. Mais vivre une vie monastique ne veut pas simplement dire porter des vêtements spéciaux de certaines couleurs — noir, blanc ou orange... Aussi bien que d'assumer fièrement un nouveau nom — le plus souvent étranger. Tout cela n'est qu'un jeu enfantin de personnes adultes jouant à la "religion".

La vraie vie monastique ne réclame pas nécessairement la vie dans un monastère, aussi bien qu'arrêter de se soucier de la famille ou du service social, ou d'un célibat strict ou de la "mortification de la chair" par le rejet des routines hygiéniques élémentaires avec le port de chaînes et de supporter les maladies.

La vraie vie monastique est un état, d'être relié avec les indriyas, à Dieu plutôt qu'aux objets du plan matériel. C'est le résultat de l'âme étant amoureux de Dieu, amour qui s'est développé par des entraînements méditatifs.

Un moine — dans la vraie signification de ce mot, que Dieu lui assigne — est une personne qui vit dans une vigilance permanente, en état "de guerre totale" contre ses vices et imperfections. Ce guerrier spirituel combat également pour le bien-être de ses partenaires sur le Chemin spirituel.

Un attribut important d'un guerrier spirituel est une cellule: une pièce ou une maison où l'on peut dormir et passer la majeure partie de son temps seul avec Dieu, également la possibilité de s'isoler près de la nature pour le travail méditatif.

Il est également très important d'avoir la possibilité de laver le corps avec du savon chaque jour. Le maintien d'une propreté externe du corps favorise la bonne santé, la fraîcheur des sentiments, et la subtilité des émotions.

Il est également bon d'avoir une lampe de quartz, particulièrement si l'on vit dans les latitudes nordiques — de sorte que l'on puisse avoir des bains de soleil toute l'année. Les rayons de soleil — non seulement

naturel, mais également artificiel — confèrent une bonne santé; ils sont très favorables pour le bien-être de nos corps et âme.

De plus dans la vie d'un moine il devrait y avoir des livres spirituels, des amis compagnons sur le Chemin spirituel, et — ce qui est le plus important — Dieu en tant qu'Enseignant et Conseiller constamment présent, tendre et aidant, mais inexorable face à nos déviations du Chemin menant à Lui, Père et Mère Universelle.

Le critère de succès du guerrier spirituel est la disparition de l'égoïsme (qui est manifesté dans la susceptibilité face à l'offense et dans le désir d'obtenir quelque chose "pour soi") et l'augmentation progressive d'un Dieucentrisme

Le dernier n'implique pas la seule reconnaissance intellectuelle qu'il y a Dieu, mais un vrai sentiment qu'Il est partout, dans tout, qu'Il est *tout*. Le sentiment du "je" disparaît: l'individualité inférieure — en raison de "l'agglomération" avec Dieu avec les indriyas — se dissout graduellement en Lui. Cela change fondamentalement le statut écologique d'une personne, n'est-ce pas?

Le Créateur permet aux guerriers spirituels, qui sont ardemment amoureux de Lui et qui ne voient pas la signification de leurs vies autre que de Fusionner avec Lui dans l'Amour et d'aider les autres en cela, d'entrer dans Sa demeure, en Lui. Après nous être placés là comme cœur spirituel, nous pouvons pour la première fois vraiment embrasser avec les bras de la conscience notre Bien-aimé.

La consolidation suivante à la Fusion avec Lui nous permet de commencer à agir de Sa Demeure, nous percevant en tant que partie de Lui.

C'est l'autoréalisation spirituelle complète, l'ultime Libération, le Nirvana le plus élevé, l'accomplissement de l'évolution personnelle en tant qu'être humain, la connaissance entière de Dieu et de soi et la Fusion avec Lui en *Un*.

Aspect Sexuel de l'Amour

Chacun d'entre nous, aussi bien que toute personne incarnée, est apparu dans le monde matériel dû au sexe. N'est-il pas absurde de nier le sexe alors?

Pourtant, le sexe est non seulement un moyen de reproduction, mais également une manière de développer la sphère émotive dans la bonne di-

rection, une façon d'atteindre la subtilité de la conscience, la tendresse, avoir une attention bienveillante — qui sont les qualités les plus importantes sur le Chemin menant au Créateur.³

Divers tabous envers le sexe et sa profanation dans certaines sectes religieuses sont en réalité des indications de la perversité de ces sectes et qu'elles sont absorbées dans le *tamas guna*.⁴

D'autre part, Dieu n'approuve pas d'être obsédé par le sexe, quand trouver de nouvelles aventures sexuelles devient le but principal de sa vie. Dieu ramène à l'ordre ces gens en leur montrant leurs erreurs, par exemple, en leur envoyant diverses maladies.

Le sexe joue un rôle socialisant dans l'ontogenèse (développement dans l'incarnation courante) de n'importe quelles personnes en bonne santé à partir de la puberté (cela a été démontré aussi dans les expériences sur des animaux; voir) [7]. Les hormones sexuelles produites dans le corps font que des personnes s'attirent entre elles, commencent à étudier les caractéristiques des autres et les manières de communiquer avec eux.

Les rapports sexuels accentuent parfois des qualités personnelles complètement opposées chez des personnes. Certaines personnes se donnent elles-mêmes ainsi que leur amour à leurs partenaires; ils s'occupent d'eux. Des personnes à l'autre opposé EXIGENT des plaisirs pour elles-mêmes, expriment de l'égoïsme accompagné de violence, de mépris, et même de la haine pour leurs partenaires sexuels.

C'est la façon dont les gens expriment et développent les qualités d'un des *gunas* et progresse dans la direction soit de Dieu ou de l'enfer.

Dieu nous contrôle tous à un degré significatif. Entre autres — Il nous associe avec nos partenaires sexuels. Il le fait afin de fournir à des personnes des situations d'apprentissage, dans lesquelles elles devraient prendre leurs propres décisions — bonnes ou mauvaises. De cette façon, en particulier, les gens améliorent ou empirent leurs destins.

³ Puisque le sexe est non seulement un moyen de reproduction, le problème de la contraception survient (prévention des grossesses non désirées). C'est les deux partenaires qui devraient prendre soin de cela.

Une des méthodes commodes de contraception est l'interruption du coït juste avant l'éjaculation; dans ce cas-ci, l'éjaculation a lieu en dehors des parties génitales de la femme.

⁴ Les *gunas* sont des qualités des âmes. Elles sont subdivisées en trois groupes: *satva* (pureté, harmonie), *tamas* (grossièreté, ignorance, impureté de l'âme), et *rajas* (étape intermédiaire caractérisée par la passion, la vigueur).

Et si quelqu'un a des problèmes sexuels dans la vie — ils doivent rechercher leurs erreurs prenant ici en considération que dans toute situation Dieu les guide. Ils doivent trouver leurs erreurs et en tirer des conclusions pour l'avenir.

Parfois nous nous trouvons coincés dans un coin en raison d'erreurs que nous avons faites dans nos incarnations passées. Cela signifie qu'autrefois dans le passé j'ai fait à quelqu'un ce que je dois éprouver maintenant. C'est *la loi du karma* qui se manifeste — Dieu m'a montré ce que les victimes de mes transgressions passées ont ressenti. Tirons-en les bonnes conclusions!

Comment devrions-nous nous comporter dans nos relations sexuelles afin d'avancer à Dieu par elles, au lieu d'aller dans la direction opposée?

La règle principale ici est qu'aucune contrainte ne devrait être employée — petite ou grande, pas même en pensées. Chacun devrait être absolument libre de donner leur amour, voulant remplir et saturer leur partenaire avec lui.

On ne peut pas ignorer les différences psychologiques entre les personnes de sexe opposé. Et ces différences sont significatives. Par exemple, un homme à envie de contact sexuel avec une femme en particulier en raison de perception principalement visuelle, quant à la femme se sont les sensations tactiles, répondant aux tendres caresses qui jouent le rôle premier ici.

Nous devrions tous toujours essayer d'être tendres et attentionnés l'un pour l'autre! Mots tendres, un sourire sincère d'amour, un contact avec la main ou avec les lèvres — ce sont les manières que nous pouvons exprimer nos caresses. (Les lèvres doivent être détendues et non mouillées en embrassant quelqu'un. On devrait également les garder fermés. Les baisers "mouillés" éveillent seulement l'aversion pour celui qui les donne).

Pendant les rapports sexuels, un échange intensif d'énergie entre les partenaires a lieu. En particulier une émission puissante d'énergie se produit pendant l'orgasme; le sentiment de bonheur qui accompagne une telle émission est ce qu'est en fait l'orgasme.

Ces genres d'énergie sont très importants pour le bon fonctionnement de l'organisme humain, aussi bien que pour le travail spirituel. C'est pourquoi chacun devrait essayer de donner leur énergie à leur partenaire; c'est un don très valable, naturellement à condition que l'énergie soit pure et subtile.

... Le problème d'économiser de l'énergie pour le travail méditatif existe. Nous devrions certainement essayer de nous débarrasser de tout ce qui est inutile, de tout ce qui interfère avec notre croissance spirituelle (les actes de service selon les principes du karma yoga sont nécessaires). Le sexe avec des partenaires inadéquats est un exemple typique de gaspillage d'énergie. On gaspille vraiment de l'énergie en ayant des relations sexuelles de la sorte.

Qui sont les partenaires inadéquats? Et qui sont les partenaires appropriés? Les partenaires appropriés sont les personnes dont le niveau de pureté énergétique est semblable entre eux et qui sont à peu près au niveau identique d'avancement spirituel, y compris au niveau de la subtilité de la conscience. Si un des partenaires est à un stade fondamentalement inférieur d'évolution personnelle pour le moment, est énergétiquement plus grossier et mène une vie non spirituelle, possédant des vices grossiers — alors, de tels partenaires sont inadéquats.

Les rapports sexuels de partenaires appropriés ne mènent pas au gaspillage d'énergie, mais à l'échange de la pureté énergétique et à l'activation de l'énergie psychique des deux partenaires, aussi bien qu'à sa croissance. Ils créent également une plus grande stabilité énergétique des deux conjoints.

Le sexe nous a été donné, pas seulement pour que nous l'employions pour la reproduction. Le sexe est censé contribuer également au progrès spirituel de ceux qui sont capables d'un tel progrès. Par le sexe nous apprenons à aimer une autre personne émotivement, à développer les structures de notre sphère émotive, à prendre soin de l'autre, et finir par connaître l'état de paix et de bonheur. Nous développons également ces états en nous-mêmes, de ce fait nous préparant à la Grande Paix et au Bonheur Suprême dans la Demeure du Créateur.

Les conjoints peuvent employer le sexe comme entraînement méditatif. Par exemple: les deux partenaires peuvent se regarder l'un l'autre de leurs anahatas, fusionner par leurs cœurs spirituels en un — et avec Dieu.

Je veux mentionner qu'en littérature de basse qualité sur "le sexe spirituel" on peut retrouver des recommandations d'éviter d'avoir des orgasmes. Cela, disent-ils, permet d'accumuler de l'énergie dans le corps et contribue énormément à la croissance spirituelle... Mais en réalité, toute tentative d'améliorer son bien-être aux dépens et au détriment des autres n'a rien en commun avec la spiritualité. C'est une propagande d'une variation de vampirisme d'énergie. C'est une manifestation répugnante d'égotisme.

Dieu ne peut nullement appeler cela de l'amour, et cela n'a rien à voir avec le Chemin menant à Dieu.

Et une dernière chose: qui peut devenir la conjointe d'un guerrier spirituel? Qu'est-ce que le mariage pour ce genre de personnes? Et qu'est-ce que l'adultère et la fornication pour eux?

Les règles générales ici sont les suivantes:

Le mariage est une union stable entre deux personnes qui marchent ensemble sur le Chemin spirituel, les relations sexuelles étant l'une des composantes de leur communication.

Et à l'opposé, "tout rapport (sexuel) de personnes inadéquates est adultère," [6, 11] — c'est ce que Jésus-Christ a enseigné à Ses disciples les plus proches et c'est ce que l'Apôtre Philippe a écrit dans Son Évangile.

Ne sont pas semblables *ceux* qui diffèrent de manière significative l'un de l'autre en matière de leur avancement spirituel. Parmi les dissimilarités il y a leurs caractéristiques psychoénergétiques: plus pure et subtile est l'énergie — plus près est cette personne du But, au Créateur.

Pendant des rapports sexuels, un échange intensif d'énergies entre les partenaires intervient. Par conséquent, le mariage avec des partenaires spirituellement inadéquats gêne le progrès du plus avancé et un tel mariage n'est pas plaisant à Dieu.

Dieu considère également comme fornication si quelqu'un est trop hanté par le sexe, qui se manifeste par la recherche de nouveaux contacts sexuels. Les tendances comme celles-ci distraient l'attention à Dieu et éloignent du Chemin.

Nous voyons que l'adultère et la fornication ne peuvent avoir lieu seulement en parlant des personnes religieuses. Ces termes ne peuvent pas s'appliquer aux personnes communes qui vivent juste pour satisfaire leurs besoins corporels, ainsi les règles pour eux sont différentes.

Dieu met les personnes ensemble dans des relations matrimoniales Lui-même. Il n'a délégué cette fonction à aucun "pasteur" terrestre. L'enregistrement d'état civil du mariage fait sens seulement en vue de résoudre tous les problèmes en regard des biens et des dispositions reliées aux enfants.

Il est également nécessaire de mentionner que les demandes des diverses sectes religieuses (et parfois celles de la moralité mondaine) que des personnes soient "aveuglément" mariées, sans avoir eu la chance de se connaître en matière sexuelle, sont invalides.

Quand vient le moment des désordres sexuels ou l'échec de la fonction sexuelle — les hommes viennent habituellement à l'esprit: impuissance, éjaculation précoce, etc. Les failles sexuelles des femmes ne sont pas aussi claires et ne sont pas largement discutées. Les femmes demandent également moins souvent de l'aide médicale pour ce genre de problème.

Mais certaines femmes ne peuvent pas atteindre l'orgasme dans aucune circonstance, et pour cette raison elles souffrent après chaque contact sexuel de douleur au sacrum, ont mal à la tête et ont le sentiment d'être épuisées. Le sexe devient un cauchemar pour elles. Les parties génitales de certaines femmes au lieu d'être érogène — possèdent seulement une sensibilité accrue à la douleur, même en l'absence de processus inflammatoires. Les contacts sexuels causent une sensation insupportable de chatouillement chez certaines femmes. Il y a également des femmes dont l'énergie sexuelle (udana) est si grossière qu'aucun partenaire ne peut avoir de rapport sexuel avec elles pour plus de quelques secondes. La partie érogène des parties génitales de certaines femmes n'est pas le clitoris, l'entrée du vagin ou sa partie antérieure, mais seulement la partie la plus profonde du vagin, qui n'est pas atteignable par tous les hommes.

Dans tous ces cas, les conjoints ne peuvent pas apprécier une profonde harmonie dans leurs rapports, et ces mariages ne pourront pas être stables, peu importe les rites splendides qui ont été employés pour les "sanctifier".

Seulement les mariages qui sont basés sur l'harmonie spirituelle aussi bien que sexuelle peuvent être harmonieux et favorables à l'égard spirituel.

Ainsi, les rapports matrimoniaux sont des leçons importantes dans l'École de Dieu. Soyons sensibles à Sa volonté et conformons-nous à elle!

* * *

Laissez-moi attirer votre attention sur le fait que Krishna a non seulement eu des épouses et des enfants, mais a également parlé des rapports d'Ishvara (Dieu le Père) et Brahman en termes sexuels, ainsi que mettre l'emphase sur la nature Divine de la *puissance sexuelle* dans tous les êtres [6, 11].

Sathya Sai Baba bénit également les relations matrimoniales.

Babaji a enseigné et enseigne maintenant la même chose.

David Copperfield démontre la beauté Divine de la tendresse dans l'érotisme de Sa danse "magique".

Jésus, quand Il vécut pour la dernière fois sur Terre, démontra à Ses disciples le rôle important de la tendresse sexuellement colorée dans le développement correct de la conscience [6, 11]. Actuellement Il suggère que les gens considèrent l'échange des énergies sexuelles entre les aspirants spirituels comme une communion véritablement sacré [25].

Mais je veux souligner particulièrement que ces mots en aucune circonstance devraient être interprétés comme une recommandation à avoir des rapports sexuels occasionnels ou une "totale sexualisation". La conclusion que le sexe par lui-même peut assurer sa croissance spirituelle est également incorrecte. Non. Seulement les relations sexuelles moralement impeccables entre des aspirants spirituels les aideront de manière inestimable.

Seulement les interactions sexuelles faites avec une subtilité émotive et qui sont remplies de tendresse et de gratitude envers le partenaire — peuvent nous mener à Dieu. Elles sont à un antipode de la satisfaction égotiste et de la luxure, dont Dieu désapprouve.

Je voudrais préciser une caractéristique de plus sur les rapports sexuels spirituels: chaque partenaire agit dans l'intérêt de l'autre, s'adapte à lui ou à elle, ressent le partenaire, essayant de rendre son plaisir plus intense. C'est ce qui assure l'accomplissement de la pleine harmonie. Chaque associé apprend comment pénétrer (comme conscience) dans le corps de l'aimé; en raison de cela le corps se purifie et guérit et les consciences fusionnent en un.

De cette façon, nous pouvons pratiquer la fusion des consciences dans l'embrassement de l'amour le plus subtil. Et cela nous prépare à la future Fusion avec le Bien-aimé — avec Dieu.

En conclusion, je citerai l'Évangile de Philippe: "Connaissez le mariage pur — car il possède une extraordinaire puissance!" [6, 11].

L'Éducation des Enfants

Dieu nous incarne sur Terre de sorte que nous puissions apprendre ici la Divinité — à cette École appelée *Terre*, où Dieu est l'Enseignant. Cette étude est triple: nous étudions l'Amour, la Sagesse et la Puissance. Nous

études ici sous Sa guidance — invisible au commencement, qui plus tard devient évidente.

Il y a des leçons théoriques et pratiques à cette École. Les théoriques consistent en l'étude de la Volonté de Dieu par la lecture de livres et par d'autres moyens. L'éducation des enfants est l'un des sujets pratiques.

Au commencement, les enfants doivent apprendre les choses élémentaires: parler, marcher, se réjouir, etc. Mais comme les enfants grandissent — les parents devraient essayer de leur enseigner autant d'habiletés et de les faire aussi ouverts d'esprit que possible. Ils devraient leur enseigner à monter à bicyclette, à courir, à nager, à monter une tente, à faire un feu, à chanter, à dessiner, à jouer à divers jeux et ainsi de suite. Laissez-les regarder la télévision de sorte qu'ils apprennent à connaître les gens des différentes parties de la planète et la diversité de leur recherche spirituelle... Tout cela s'avérera utile pour eux dans l'avenir et leur permettra de résoudre des problèmes dans la vie adulte.

On peut travailler pour l'Évolution de la Conscience Universelle en élevant des enfants venant non seulement de sa propre chair et de son sang, mais également plusieurs autres enfants. Nous sommes tous des enfants de Dieu! Nous sommes tous une famille. On doit apprendre à traiter les enfants des autres comme les siens!

En vivant de la sorte, nous apprendrons à augmenter notre amour et à traiter les gens de la même manière que Dieu le fait, nous apprendrons l'Amour Divin.

Recommandations Nutritionnelles

Dieu a par le passé donné des principes de nutrition par un prophète: "... Voyez, je vous ai donné chaque plante produisant des graines qui sont sur la surface de toute la terre, et chaque arbre avec le noyau en son fruit; vous les aurez comme nourriture..." Ce commandement était écrit dans la Bible Juive (Genèse, 1:29). Après un certain temps Il a ajouté par un autre prophète: vous pouvez manger tout, "... seulement, vous ne mangerez pas la chair avec sa vie, c.-à-d., son sang" (Genèse, 9:1-4). Que voulait-Il dire dans cette expression? Il parlait du régime *sans-tuer*: vous pouvez manger toutes les plantes comestibles, utiliser le lait, les œufs, mais ne tuez pas pour la nourriture ces créatures dans lesquelles vous voyez le sang dans leur corps.

Mais qu'est-ce que les Juifs rusés et gloutons, qui ont reçu ce commandement, ont conçu? Ils ont commencé à laisser le sang des animaux qu'ils tuaient s'écouler sur le sol pour manger ensuite leur viande... — oui, sans sang. Ils prétendaient avoir compris que l'âme de l'animal est son sang... Plus tard, des "Chrétiens" gloutons ont commencé à employer la même tactique afin de duper Dieu. Et... ils n'ont simplement pas inclus les protestations de Jésus-Christ contre cela dans le Nouveau Testament [6, 11]...

Mais le vrai Christianisme est l'Enseignement de l'Amour. Est-ce possible d'appeler ces personnes Chrétiennes, eux qui sont capables de faire souffrir d'autres créatures juste pour satisfaire leurs propres plaisirs gustatifs?

Les vrais Chrétiens ne sont pas ceux qui ont été formellement baptisés, mais ne suivent pas les Enseignements de Jésus-Christ. Et particulièrement pas ceux qui sont baptisés à un très jeune âge. Ou ceux qui portent le crucifix autour de leurs cous. C'était les croisés qui portaient des crucifix, n'est-ce pas?

Les vrais Chrétiens sont les gens qui suivent les Enseignements de Dieu qu'Il nous a donnés par Jésus-Christ et par d'autres Messies. L'essence de ces Enseignements peut être exprimée brièvement en trois phrases:

1. Dieu est Amour.
2. Nous devons pénétrer à l'intérieur de Lui afin de L'enrichir de nous-mêmes.
3. Afin de faire cela, nous devons devenir Amour, comme Lui.

Ceux qui ne suivent pas ces Enseignements n'ont pas le droit de s'appeler Chrétiens. Ils sont simplement des "Chrétiens" entre guillemets pervers.

... Dans cette incarnation, je suis né et ai grandi dans une famille communiste et athée. Personne ne pensait au péché et à la compassion là, comme dans presque chaque famille "soviétique". Et moi, aussi, j'ai mangé de la viande et du poisson depuis mon enfance: c'était largement accepté. Je suis même devenu un chasseur et un pêcheur — et j'ai torturé et tué des animaux sans même penser que quelqu'un d'autre que moi pouvait sentir de la douleur.

Seulement quand je suis devenu un aide senior de recherches, je commençai à remettre en cause mon droit à tuer des animaux. Mais je me trouvais immédiatement une justification: nous ne pouvons pas vivre sans man-

ger de la viande et du poisson, alors j'ai un droit objectif de me procurer ce genre de "nourriture" pour moi-même sans l'assistance de personne — puisque je peux et sais comment le faire.

Mais alors, il y eut cet incident. Une fois, je suis arrivé au bord d'un lac et j'ai surpris une famille de canard: une mère canard et environ dix canetons, qui ne pouvaient pas encore voler. Ils ont nagé loin du rivage vers une île à cinquante mètres plus loin — ils ont nagé en groupe serré les uns contre les autres. Mais un chasseur inconnu se cachait sur cette île. Et quand la famille de canards a nagé jusqu'à l'île, il les a tous abattus avec deux coups de feu...

C'était la première fois où j'ai senti la mort des victimes de ce divertissement cruel — la chasse — comme un drame. Ma confusion s'est aggravée par le fait que je suis devenu la cause de leur mort. Et juste après cela j'ai vu une contradiction: je ne serais pas renversé si j'étais le chasseur qui les a tués! Au contraire — je me réjouirais d'une telle chance d'obtenir un si beau trophée de chasse!...

Plus tard je me suis adonné à être dans un autobus dans la région du Karelia avec des ouvriers forestiers. Ils ont bu de la vodka après le travail et allaient à la pêche de nuit — pour transpercer des poissons avec l'aide d'un harpon dans un faisceau de lumière. Mais l'un d'entre eux est devenu "profondément ému" et a commencé à penser à voix haute: "comment est-ce possible: de transpercer les poissons avec un harpon?! Il est vivant, ne voyez-vous pas! Avec un harpon!..." Il a répété ces phrases plusieurs fois d'une manière sincère, adressant ces questions à lui-même ainsi qu'à ses amis. Il était évident qu'il était sur le bord de l'illumination, de l'éveil...

Mais ses amis lui ont juste souri légèrement sans dire quoi que ce soit: cela se produit si on a bu un peu trop...

Puis ne voyant aucun appui de ses amis il s'est soudainement senti honteux de sa "faiblesse" et s'est exclamé: "Oui! Nous allons transpercer les poissons avec un harpon!"

Et le problème a été enlevé de l'ordre du jour...

Une fois, je chassais des canards. J'en ai blessé un. Je tirais à plusieurs reprises essayant de la tuer, mais le canard me voyait et parvenait à plonger chaque fois avant que le projectile l'atteigne. Alors, j'ai recouru à l'adresse et, orientant mon bateau, j'ai conduit le canard à un endroit peu profond, où elle ne pourrait pas plonger. Et elle a réalisé cela — et a abandonné. Je tirais vers elle encore et encore et chaque fois son petit corps était percé avec la pluie de plomb. Sévèrement blessée, avec ses ailes

cassées, elle a pleuré de terreur et de douleur, incapable de s'échapper. Ses cris perçants, comme peut-être, les cris perçants de toutes ces créatures innocentes, qui sont tuées cruellement, ressemblaient à ceci: "pourquoi?! Je ne vous ai pas fait de mal à vous ou à quiconque! Ayez pitié! Pourquoi me causez-vous une si terrible souffrance?!" Mais je ramais de plus en plus près et continuais à viser et à tirer..., mais elle ne voulait simplement pas mourir. Et seulement après cela j'ai été à côté d'elle et lui ai fait sauter la tête.

Nous avons mangé son corps, troué de projectile, après, mais d'une drôle de façon je n'ai pu l'apprécier à ce moment...

Ma dernière chasse a été celle d'un élan. Les batteurs ont conduit un élan femelle dans la ligne des tireurs. Les chasseurs ont commencé à tirer et l'ont blessé. Elle a bondi de nouveau dans la ligne des batteurs, mais ils ont ouvert le feu, eux aussi. Deux de mes balles lui ont cassé la colonne vertébrale. D'autres chasseurs continuaient à tirer. Je me rappelle que les chasseurs entraient en extase en entendant le bruit de plusieurs coups de feu et criaient avec ravissement: "voici ce que j'appelle de la musique!!!" Elle est tombée, éventuellement.

Avant que je me rende, elle avait déjà arrêté de respirer. Mais les chasseurs m'ont dit qu'après qu'elle soit tombée, elle avait rampé environ cinquante mètres, laissant une large traînée sanglante derrière elle. Ils riaient et se sentaient heureux quand ils disaient cela. Il n'y avait aucune compassion dans une seule âme...

Je tirais aussi, pensant à la viande et pas à propos de la souffrance, que ce bel animal avait subie...

Depuis cet incident j'ai arrêté la chasse et j'ai même vendu mon fusil.

... Quand plus tard j'ai rencontré une personne que je respectais et qui pour la première fois m'a sérieusement dit au sujet de l'existence de Dieu et qu'Il ne voulait pas que nous mangions des corps d'animaux, — à ce moment-là j'étais tout à fait prêt à renoncer complètement à ce terrible vice...

Plus tard, j'ai étudié la littérature scientifique sur la physiologie de la nutrition et j'ai appris que dans les corps des animaux il n'y a aucun composant alimentaire essentiel pour l'organisme humain, qui ne pouvait être trouvé également dans les produits végétaux, le lait, ou autres produits laitiers et les œufs. D'ailleurs, le lait et les œufs contiennent tous les acides aminés indispensables — les composants protéiniques les plus

importants. J'en suis venu à la conclusion que manger de la viande et du poisson n'est pas du tout une nécessité, mais une remarquable manifestation du vice humain de glotonnerie, du désir de satisfaire ses caprices gustatifs indépendamment du fait que d'autres doivent souffrir et mourir pour cela!

Et ne laissez personne rechercher des excuses comme ceux-ci: "je ne tue personne — 'ils' le font, je mange juste la viande." Non, nous sommes ceux pour qui "ils" tuent. Nous participons à ce massacre de créatures innocentes, qui ne se sont pas incarnées pour que nous les tuions, mais afin de passer par les prochaines étapes de leur évolution dans les corps qui leur ont été donnés par Dieu. Les âmes qui vivent dans ces corps sont comme nous seulement plus jeunes — elles sont comme des enfants...

... J'ai tué un bon nombre d'animaux.

Depuis mon enfance, on m'a enseigné à mettre les vers sur un hameçon. Il ne m'est jamais venu à l'esprit alors à savoir comment c'était pour chacun d'eux, comment ils se sentaient... Et après les poissons souffraient sur ces crochets.

Les poissons "ne tombent pas endormi", comme le disent les parents cruels essayant de conforter leurs enfants qui montrent de la compassion pour les poissons qui meurent. Chaque poisson éprouve la terreur, la douleur des blessures et la souffrance de l'asphyxie...

Ensuite, j'ai commencé à tirer sur des cibles vivantes: oiseaux et animaux.

Plus tard, je suis devenu un écologiste-zoologiste — et des milliers d'animaux sont morts de mes mains. Cette fois, je ne les ai pas tués pour de la nourriture, mais à des fins de "recherche scientifique"...

Plus tard, travaillant dans le champ de la médecine, j'avais l'habitude de couper et de tuer des rats et des lapins — ces animaux, doux et gentils...

Quand l'éveil est finalement venu à moi, j'ai soudainement réalisé toute leur souffrance... Je me suis repenti et ai demandé leur pardon... Mais apparemment, je n'ai pas souffert toute leur souffrance à travers mon repentir...

Et quand, plusieurs années plus tard, un primitif de deux mètres de hauteur m'a attaqué dans une embuscade — sans aucune raison extérieure ne pouvant pas lui résister et a mortellement blessé mon corps — alors,

mourant dans de graves douleurs, je pouvais également être déconcerté: “Pourquoi? — Je n’ai rien fait de mal à personne, nais-je pas?...”

Et un jour, peut-être, dans leur future incarnation, lui et tous les membres de ce gang seront mourants de douleur, gémissant: “Pourquoi?!...”

Souvent, les gens qui ne se sont jamais inquiétés auparavant de ce qu’ils mangeaient, en entendant un sermon au sujet de la compassion et ayant été en accord avec lui deviennent soudainement perplexes: qu’y a-t-il à manger sinon de la viande et du poisson?! Ainsi, nous parlerons ici très brièvement au sujet des principes généraux de la nutrition.

D’abord, en règle générale, il est recommandé pour notre régime d’inclure chacun des cinq groupes d’aliments: protéines, gras, hydrates de carbone, vitamines et minéraux. Des régimes délibérément limités comprenant les mono-diètes (ceux, qui impliquent seulement un produit — par exemple, seulement du riz, des pousses de blé, de l’avoine ou des pommes, etc.) peuvent être utilisés avec beaucoup de succès pour des usages thérapeutiques, mais ne devraient pas être maintenus pendant un temps excessivement long. Ainsi, après avoir consulté un spécialiste on peut adhérer à un régime de ce type pendant 1, 3, 7, 30 ou 45 jours — selon la sévérité de la maladie et de la tactique de traitement.

Le jeûne complet (avec la consommation d’eau obligatoirement!) qui n’excède pas trois jours est également utile à des fins thérapeutiques et est un moyen efficace de purification du corps. Si on est disposé à jeûner pendant une plus longue période, on devrait le faire seulement sous la surveillance d’un spécialiste dans le jeûne thérapeutique. L’arrêt du jeûne doit être progressif. Les meilleures choses à manger d’abord, quand vous cassez un jeûne complet, sont des jus et des fruits. Aucun sel n’est permis pour la période entière du rétablissement, qui peut durer pendant plusieurs jours — autrement il y a un gros risque d’œdème des tissus du corps.

Presque tout type d’aliment naturel: lait, grains, légumes, etc. — contiens des protéines, des gras, et des hydrates de carbone, cependant en différentes proportions. Selon ces proportions, ils sont habituellement classés en *protéines*, *hydrates de carbone* et *gras*.

Le lait et les produits laitiers, les laits caillés, le fromage, les œufs, les noix, les champignons, les fèves de soya, les pois et les haricots appartiennent au groupe des *protéines*. Les protéines peuvent être différentes, selon le type d’acides aminés dont elles sont composées. Les acides aminés à leur tour peuvent être divisées en deux groupes: les dispensables (c.-à-d. nécessaire, mais qui peuvent être produites par le corps humain) et les

indispensables (qui sont également nécessaires, mais qui ne sont pas habituellement produites par le corps, par conséquent leur approvisionnement extérieur à l'aide de la nourriture est essentiel pour l'organisme humain).

Ainsi, les plus valables en vue de donner à l'organisme des protéines sont ces produits alimentaires qui contiennent un ensemble complet d'acides aminés indispensables. Ce sont le lait et les oeufs. Le lait et les œufs, s'ils sont inclus dans l'alimentation, la rendent équilibrée en ce qui a trait aux protéines. S'il n'y a ni les produits laitiers ni les œufs disponibles — on devrait alors compenser pour cela en diversifiant d'autres ingrédients à son régime, particulièrement ceux du groupe *des protéines*.

Cependant, il devrait être pris en considération que les haricots une fois consommés en grande quantité, a comme conséquence la création de gaz dans les intestins. Ceci peut également être provoqué par l'orge et le seigle et chez l'adulte — par le lait (mais pas les laits caillés et le fromage). Dans ces cas, il vaut mieux boire du lait en soirée et en petite quantité sans le combiner avec tout autre aliment. D'ailleurs, dans ces cas il serait mieux de substituer le lait avec le lait (tourné) cela serait encore mieux.

Les gaz se forment également en raison de la combinaison de grandes quantités de protéines ou d'aliments gras et de sucre.

On ne devrait pas manger d'œufs et de nourriture grasse avant de se coucher: ces produits restent dans l'estomac longtemps, mais pendant la nuit le processus de digestion dans l'estomac ralentit (contrairement à celui des intestins). La nourriture peut rester dans l'estomac toute la nuit non digéré, ce qui engendre la multiplication de microbes dans celui-ci et l'inflammation d'abord des parois de l'estomac et des parois des intestins ensuite.

Discutons également de deux problèmes en regard de la consommation des œufs.

D'abord, il y a un postulat selon lequel nous ne devrions pas manger des œufs pour des raisons morales, puisque des poulets pourraient éclore hors de ceux-ci. Mais les poulets ne peuvent pas éclore des œufs, qui ont été pondus par des poules de ferme d'élevage. Le fait est que la poule domestique est une espèce biologique unique (multipliée par un procédé de sélection), qui pond des oeufs sans être fécondée par un coq. Le poulet ne peut pas éclore hors de ces œufs. (À la ferme d'élevage, les coqs et les poules sont rassemblés seulement pour faire ces œufs qui vont aux incubateurs pour l'incubation subséquente du poulet).

Mais il ne ferait même pas de sens de ne pas manger les œufs féconder: puisqu'il n'y a aucun embryon dans un œuf non incubé, donc il n'a

aucune âme incorporée; de tels œufs ne sentent ni la crainte ni la douleur quand on les frit ou les faits bouillirent.

Les œufs que nous mangeons sont simplement des ovules. Mais si nous devons épargner tous les ovules — combien plus devrions-nous nous affliger de la mort de celle humaine! Puisque chaque menstruation est un signe de l'occasion perdue de la création d'un être humain! Ne découle-t-il pas de cette ligne de raisonnement que toutes les femmes devraient être constamment enceintes pour sauver tous les ovules afin qu'elles ne meurent pas inutilement? (Je plaisante!)

La deuxième objection contre le fait de manger des œufs vient des physiologistes: manger des œufs, disent-ils, inévitablement cause l'athérosclérose, puisque les œufs contiennent une grande quantité de cholestérol.

Jadis, j'ai participé en tant qu'aide de laboratoire dans des expériences sur des rats conduits sous la supervision de l'académicien N.N.Anichkov — les expérimentations de qui plus tard ont permis de "prononcer un anathème" contre les œufs. Je produisais alors moi-même, de mes propres mains, l'athérosclérose chez ces rats. Cependant, ils n'étaient pas alimentés avec des œufs, mais avec de la poudre pure de cholestérol mélangée à de l'huile. Les doses de ce cholestérol chimiquement pur étaient tout à fait impressionnantes comparées au poids du corps des rats: elles se mesuraient en grammes à la fois, plusieurs fois par jour. Et cela, pour de petits rats! Naturellement, les rats ont développé l'athérosclérose. Mais les doses de cholestérol ont été excédées par des millions de fois — par rapport à celui contenu dans plusieurs œufs par jour pour un humain!

En réalité, le cholestérol est une substance plutôt importante pour l'organisme humain, puisqu'il sert de matériel duquel toutes les hormones sexuelles — mâle et femelle — sont formées.

Le cholestérol est aussi produit par le corps humain. Et ses concentrations élevées peuvent être trouvées non seulement dans les œufs, mais également dans le corps d'animaux, en particulier dans le foie, cerveau, et le gras.

Mais afin d'identifier la cause de l'athérosclérose, on devrait d'abord commencer par découvrir si les gens qui adhèrent à un régime *sans-tuer* en souffrent.

... Les gras peuvent être d'origine végétale et animale. Les derniers incluent le beurre et des graisses obtenues à partir de cadavres d'animaux tués.

Les scientifiques disent que la consommation de gras augmente de manière significative le risque de cancer, mais nous devons savoir que pour le beurre ce n'est pas vrai.

Les huiles végétales et le beurre sont bons pour les gens. Les premières contiennent de la vitamine E entre autres et peuvent dissoudre les dépôts de cholestérol éventuels. Le beurre est riche en vitamines A et D.

Il vaut mieux employer le beurre pour faire frire et chauffer la nourriture, puisque toutes les huiles deviennent oxydées au moment de la cuisson en présence de l'oxygène, formant des substances nocives. Plus une huile est liquide plus vite elle devient oxydé.

Il y a également la margarine, qui représente un mélange de diverses huiles. Si une personne veut les employer, il vaudrait mieux lire la liste d'ingrédients sur le contenant d'abord.

Tous les légumes, fruits, baies, céréales, légumes, confiture, miel appartiennent au groupe des *hydrates de carbone*... tous les corps de plantes et les grains sont riches en fibre, ce qui est important pour le bon fonctionnement des intestins, et en vitamines, particulièrement du groupe C et B. Les sucres eux fournissent entre autres de l'énergie facilement assimilable pour le corps.

On sait actuellement que le pain est une source de vitamines nécessaires du groupe B. Mais c'est important de savoir que le pain fait de farine raffinée ne contient presque qu'aucune vitamine de ce groupe, aussi bien que presque aucune protéine. Le pain fait de grains entiers ou avec le son est un aliment beaucoup plus sain.

Le même peut être dit au sujet du riz. Le riz non raffiné est riche en vitamines du groupe B et en protéine.

Quant aux vitamines, nous en avons déjà assez discuté. J'ajouterai seulement, que si nous buvons du lait et mangeons des œufs, de l'huile végétale, du beurre, des carottes, des légumes verts, des fruits frais et des baies — alors, nous fournissons à notre corps toutes les vitamines nécessaires. Au cas où l'on en douterait, ou s'il y a des indications médicales spéciales — on peut acheter des polyvitamines ou des combinaisons spécifiques de celles-ci dans une pharmacie selon les recommandations de son médecin.

La vitamine C vaut la peine que l'on s'y attarde particulièrement. Elle est importante pour le pouvoir de résistance de l'organisme; en particulier, elle aide dans le traitement des maladies catarrhales. Mais elle n'est pas résistante à la chaleur. C'est pourquoi les herbes, l'aiguille de sapin,

ou des tisanes de cynorhodon (fruit du rosier et de l'églantier) devraient être faites sans apporter l'eau à ébullition. L'ail et l'ortie contiennent des quantités élevées de vitamine C.

Nous fournissons les microéléments nécessaires à nos corps quand notre menu est diversifié et inclut le lait, les champignons, et beaucoup d'autres genres de produit alimentaire. Mais la meilleure source de microéléments, qui contient un ensemble complet de ceux-ci, est l'algue laminaire (*laminaria*). Elle est vendue dans beaucoup d'épicerie en boîte ou sèche (la dernière est également vendue en pharmacie). On peut ajouter simplement à la nourriture l'eau de mer ou le sel de mer.

... Ceux qui vivent de cela, qui aiment et connaissent la nature, sont non seulement pleins de beauté, plus sains et plus efficaces en termes de croissance spirituelle, mais cela exige également moins d'argent. Un vrai amoureux de la nature stockera toujours de la confiture et du miel fait de fleurs et séchera des herbes délicieuses pour usage au lieu du thé pour l'hiver. Mais la chose la plus utile à stocker est, naturellement, les champignons.

Les champignons frits ou bouillis sont très délicieux, mais ils sont difficiles à digérer, puisque les membranes de leurs cellules ne sont pas faciles à détruire pour nos enzymes peptiques. Sécher les champignons n'améliore pas également cette situation. Mais l'exposition prolongée à l'acide acétique ou lactique — quand des champignons sont marinés ou acidifiés (salé) — détruit les membranes et les rend plus faciles à assimiler.

On peut stocker les champignons salés dans sa propre maison; la seule chose qui doit être faite régulièrement est d'enlever les moisissures de la surface au-dessus de la saumure (approximativement une fois par semaine). Mais n'essayez pas de mariner l'armillaire seulement avec du sel séparément: le processus de sa fermentation ne produira pas d'acide lactique — ainsi, le résultat ne sera pas bon. On peut ajouter ce genre de champignons au contenant avec d'autres champignons salés ou le mariner en employant du vinaigre et du sel.

* * *

La chose la plus importante au sujet de la nutrition correcte est l'adhésion au principe moral fondamental de *ne pas nuire*. Seulement ceux qui ont développé de la compassion pour la souffrance des autres êtres vivants peuvent progresser sur le Chemin spirituel, parce que Dieu lais-

sera approcher près de Sa Demeure seulement ceux, qui deviennent la personnification du principe de l'AMOUR.

L'Enseignant Divin Huang Di a enseigné cette façon de vivre en Chine antique. Pythagore, Gautama Buddha et ensuite Jésus-Christ ont enseigné la même chose [6-7, 11]. (Jésus a fait plusieurs exceptions seulement quand Il a parlé aux pêcheurs et aux foules de gens ordinaires, quand Il les alimentait avec des corps de poissons). De nos jours, Dieu enseigne la même chose par l'intermédiaire de Babaji et de Sathya Sai Baba [6, 11, 19, 45-55].

Cette opinion de Dieu contredit apparemment Ses mots dans le Coran. Mais nous devrions maintenir à l'esprit que pendant les premières années de l'établissement de l'Islam, qui ont été marquées par des guerres perpétuelles, la situation n'était pas appropriée pour l'introduction de nouvelles habitudes alimentaires pour des éleveurs de bétails et des habitants du désert. Dieu, Qui a guidé le prophète Mohammed à ce moment-là, avait un autre but — l'établissement d'une foi monothéiste dans cette région de la Terre. Et seulement après que l'Islam ait été établi et accepté par les gens, les Musulmans ont été introduits à l'idée de penser à l'aspect moral de leur nutrition.

Si on ignore l'aspect éthique de la nutrition, alors on devient sujet aux mécanismes spéciaux, créés par Dieu, conduisant au développement de maladies.

Des dépôts de sels d'acide urique, dont les plats de viande et de poisson sont les sources principales, commencent à se former graduellement dans les vaisseaux sanguins, dans la peau et dans les cartilages. Cette maladie s'appelle la goutte. Parmi ses symptômes, il y a la perte de mémoire, les maux de tête, les troubles du sommeil, les dysfonctionnements sexuels, les douleurs musculaires et articulaires. Et un urgent besoin d'éliminer ces états de malaise du cerveau provoque la dépendance au tabac et à l'alcool.

L'aspect énergétique d'une telle nutrition devrait être aussi considéré: les chakras et les méridiens sont contaminés avec les énergies des corps morts, et cela mène aux désordres de l'approvisionnement bioénergétique de plusieurs organes et contribue au développement de cancer. Les mêmes énergies compromettent la digestion contribuant au développement de processus inflammatoires aigus et chroniques et d'ulcération des organes. Ceci mène également au développement de l'agressivité chez les individus. L'énergie de leur conscience devient plus grossière, et ils deviennent incapables d'atteindre des états subtils de conscience.

Le postulat bien connu que la viande et les poissons sont les seules sources de protéines essentielles, comme nous en avons discuté ci-dessus, est absolument invalide, et ceux qui le défendent démontrent seulement leur ignorance en ce qui a trait aux sciences médicales. L'ensemble complet d'acides aminés (les éléments des protéines) nécessaires à l'organisme humain se trouve dans le lait et les œufs.

Le meilleur témoignage de l'exactitude et du bien-fondé de la nutrition *sans-tuer* est l'amélioration dramatique de la santé et la disparition des maladies pour ceux qui ont adopté ce type de régime. En plus de cela, leur capacité à exécuter divers genres d'activités s'accroît.

Je veux également faire remarquer que les personnes, qui mangent les corps des animaux morts pour satisfaire leurs habitudes gloutonnes, devraient prendre conscience que le temps peut venir ou elles éprouveront leurs propres douleurs. C'est la façon que Dieu nous enseigne ce qu'est l'Amour. C'est *la loi du karma* en action: ceux qui négligent la douleur des autres doivent apprendre la compassion par leur propre douleur, l'éprouvant eux-mêmes.

Le comportement à adopter et éthiquement correct, en ce qui concerne les produits alimentaires "purs" — plantes, lait et produits laitiers et œufs — est de les employer avec modération et respect. Ils ne devraient pas mourir en vain.

On devrait éviter d'employer trop de sel ainsi que de prendre de l'alcool, qui ne contribue d'aucune façon à atteindre la Perfection, s'abstenir également de la consommation excessive de boissons contenant de la caféine (café, cacao, thé, etc.) et de faire frire la nourriture en employant des huiles végétales. Et naturellement, en aucune circonstance, l'on ne devrait boire de l'urine, ce qui est devenu un "produit alimentaire" populaire en Russie récemment. Boire de l'urine régulièrement intoxique le cerveau et mène à des désordres mentaux.

Que devrions-nous manger alors? Quel est le meilleur régime pour soi et pour sa famille? Naturellement, chaque personne a son propre goût et habitude alimentaire. L'ensemble des quatre produits de base: le riz, les champignons, les œufs et les tomates (fraîches ou en diverses sauces, ketchups, ou pulpe) — sont devenus la base de ma nutrition. En plus de ces derniers, j'emploie la mayonnaise, des légumes verts, des pommes de terre, des carottes, pain de blé, confiture, des baies, du beurre, de l'huile végétale, du fromage, et autres. Ce type de régime est rassasiant et fournit une quantité d'énergie suffisante pour n'importe quel genre de travail, y compris la méditation. Seulement à la dernière étape de mon ascension

spirituelle, j'ai dû renoncer aux œufs: l'énergie dérivée d'eux n'était pas favorable pour l'établissement dans la Demeure du Créateur.

Et un dernier petit conseil: nous ne devrions pas trop penser à la nourriture! Lors de l'élimination des mauvaises habitudes alimentaires, vous devriez établir un nouveau "schéma" de pensée — et penser à Dieu et à votre Chemin menant à Lui, incluant votre service à Lui. Prenez garde de répéter l'erreur, que tant de personnes ont faite, de trop concentrer leur attention sur "les règles alimentaires" et d'oublier les choses plus importantes.

Habillement

On devrait marcher beaucoup, en communiquant avec Dieu dans des environnements naturels. Ainsi, laissez-moi vous dire quelques mots au sujet de l'habillement. La première règle importante pour ceux qui marchent sur le Chemin spirituel est d'essayer de ne pas porter d'habillement fait en tissu synthétique, particulièrement s'il y a un contact direct avec la peau. Les tissus synthétiques accumulent de l'électricité statique, qui a un impact défavorable sur les systèmes d'énergie de l'organisme humain, et empêche l'échange approprié d'énergie entre l'organisme et son environnement.

L'habillement synthétique est particulièrement inadéquat pour le travail psychoénergétique — aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur.

Cela ne veut pas dire que l'on ne devrait pas porter d'imperméables en polyéthylène quand il pleut ou des bottes en caoutchouc par un temps pluvieux.

En hiver froid, les bottes en caoutchouc devraient être 2 ou 3 points de taille plus grande que sa taille régulière, de sorte que l'on puisse mettre 2 semelles de feutre à l'intérieur et mettre 2 ou 3 chaussettes de laine et une chaussette régulière au-dessus d'elles de sorte que celles de laines ne s'usent pas trop rapidement.

Il vaut mieux mettre les chaussettes de laine sur les pieds nus, puisque la laine humide ne fait pas refroidir le corps.

C'est pareil pour le survêtement: si vous vous trempez, tordez simplement vos vêtements et mettez un chandail de laine d'abord et toutes autres choses au-dessus de lui ensuite.

Une autre chose dont nous avons besoin est de s'assurer que le haut de la surface de la plante du pied de nos chaussures soit lisse. S'il y a des

proéminences sous le talon, alors les longues promenades causeront une périostite (inflammation) de l'os du talon.

Ou, dans certains genres de chaussures, la plante du pied devient déformée dans le bout des orteils: ceci se produit parce que la couche de carton qui a été insérée dans la semelle devient tordue. Comme conséquence les joints des orteils ne peuvent pas fonctionner correctement, ce qui peut quelquefois mener à une inflammation grave accompagnée par l'œdème du pied en entier. Afin de ramener ces chaussures de nouveau en état, on doit détacher la semelle, enlever la couche de carton et ensuite recoller la semelle.

Nuit de Sommeil

On ne devrait pas travailler pendant la nuit. La meilleure heure pour aller au lit est 10 heures en soirée, et la meilleure heure à se réveiller est de 4 à 6 heures du matin. Ce régime fournit la meilleure nuit de repos au corps et assure la vivacité et l'agilité de la conscience. C'est préférable de commencer chaque journée avec des exercices spirituels.

Avoir une bonne nuit de sommeil est important: son but premier est d'assurer le nettoyage biochimique du cerveau. Si on ne dort pas assez, le cerveau devient enflammé. Cela peut être vu avec la clairvoyance en tant qu'obscurcissement du cerveau.

À cet égard, je veux mentionner que dormir avec une autre personne dans un lit, qui n'est pas très grand, est une erreur: les mouvements du corps d'un des partenaires dérangent le processus du sommeil de l'autre. Il en résulte que tous les deux n'obtiennent pas une bonne nuit de sommeil, et leurs activités sont effectuées avec un niveau énergétique inférieur le jour suivant pour les deux.

On devrait dormir dans un endroit bioénergétique favorable. Des endroits favorables et défavorables pour dormir peuvent être situés dans un appartement ou même dans une pièce. L'origine des endroits défavorables est principalement les impressions d'états grossiers ou malades imprégnés énergétiquement dans les objets matériels. Il est possible de corriger de tels défauts en influençant ces endroits méditativement.

Si l'on ignore ce facteur en choisissant un endroit pour dormir et que l'on couche n'importe où, on peut facilement attraper les états d'énergie défavorables, qui ont été laissés par quelqu'un qui était là avant. De cette façon, on peut faire de l'insomnie ou des cauchemars, la conscience aupa-

ravant raffinée peut même développer des symptômes de maladie que l'habitant précédent de cet endroit avait.

Si vous devez examiner votre maison pour la présence de tels endroits, ne recherchez pas les services de "clairvoyants" qui utilisent des tiges de sourcier ou autres dispositifs semblables: aucun d'entre eux ne peut interpréter les indications obtenues d'une telle manière. Seulement ceux qui ont réussi à raffiner leur conscience peuvent faire un examen approprié. Et ils n'emploieront pas aucun "outil": ils sentent parfaitement tout avec leur être — en tant que conscience pure. Puissiez-vous devenir comme cela vous aussi!

Concernant les rêves: parfois nous avons des rêves, dans lesquels nous péchons. C'est une indication que nous n'avons pas complètement éliminé encore nos vices. Dans ces cas, nous devons travailler nos "points faibles" en employant le mécanisme du repentir.

Médecine, Santé, et Destinée

On peut observer parfois deux approches diamétralement opposées en regard à la médecine.

Certaines personnes comptent complètement sur la médecine. Elles "vivent sur les pilules", appellent le médecin et essaient d'obtenir un congé de maladie chaque fois qu'elles se sentent indisposées. Elles ne veulent pas faire aucun effort afin de mener une vie saine ou se guérir. Mais la plupart des maladies sont facilement traitées juste en changeant les habitudes alimentaires, en arrêtant le tabagisme et la consommation abusive d'alcool, et en commençant à régler la sphère émotive.

Un autre extrême typique des débutants est la tentative à renoncer complètement à tous services médicaux et compter sur diverses "panacées", comme jeûner, marcher pieds nus, ou s'en tenir à un certain type de monodiète. Ces "novations" ne sont pas mauvaises pour commencer, bien qu'elles ne soient pas suffisantes pour atteindre des résultats spirituels.

Mais certaines passions de "néophyte" peuvent s'avérer avoir des conséquences désastreuses. Par exemple, boire de grandes quantités d'urine mène à l'intoxication du cerveau, à la dégradation mentale, et à divers désordres psychiques [7].

Se faire des lavements chaque jour était très populaire il y a quelque temps. Cela déränge le fonctionnement approprié de l'organisme: puisque

le gros intestin est l'endroit où plusieurs vitamines ainsi que d'autres éléments utiles des aliments sont absorbés.

Déclarer en premier le sel, ensuite le sucre, le pain ou même l'oxygène "ennemi principal de l'homme" s'apparente au même genre d'erreurs...

... Les maladies peuvent être classées en trois groupes.

Au premier groupe appartient celles qui se produisent naturellement dû à l'usure du corps (par exemple, l'usure dentaire lors de la vieillesse) ou lorsque l'on manque normalement d'expérience quand nous apprenons quelque chose de nouveau, ou dû à un surmenage, etc.

Les maladies du deuxième groupe se développent en raison de notre laisser-aller dans diverses habitudes malsaines, par exemple, un penchant pour les substances toxiques (alcool, tabac, etc.), l'habitude gloutonne de manger de la nourriture "tuée" ou l'habitude de vivre dans des états colériques: de condamnation, d'irritation, et de haine — au lieu d'états d'amour et de paix.

Les maladies du troisième groupe sont causées par l'ignorance de règles hygiéniques ou religieuses. Ce peut être, par exemple, une mauvaise orientation dans l'aspiration religieuse, quand l'attention des "croyants" est concentrée non pas sur Dieu, mais sur des démons, des magiciens noirs, et des "vampires". En pensant à eux, les gens les attirent et s'adaptent à eux au lieu de s'harmoniser à Dieu. Et cela mène à la schizophrénie de masse parmi les membres de telles sectes.

Dieu emploie les maladies des deuxièmes et troisièmes groupes afin de nous montrer que nous avons tort, pour nous inciter à chercher les bonnes décisions.

L'oubli de la mort inévitable du corps physique peut devenir l'une de nos plus grandes erreurs. Mais la mort peut venir très bientôt, personne ne sait pour sûr — quand exactement. Et elle met un terme à tous nos rêves que nous avons pour l'avenir, quand nous prendrons notre retraite...

Mais après la mort du corps, on ne pourra plus réaliser aucun changement fondamental de soi et de son statut dans l'espace multidimensionnel. On devra attendre la prochaine incarnation, qui se produira dans des conditions selon sa destinée. Aux gens comme cela — qui doivent faire des efforts spirituels, mais ne les font pas — Dieu leur envoie, par exemple, le cancer, qui rend l'inévitabilité de la mort, pour eux, plus évidente.

Les mécanismes matériels des maladies changent. Elles peuvent venir de facteurs génétiques, de dommages au fœtus, de traumatismes, d'empoi-

sonnement, du fait de manger de la nourriture *“tuée”*, d’une alimentation non équilibrée, de l’impact de microbes, de virus ou de parasites, de surcharge d’information, de fatigue excessive, de mauvais buts dans la vie, de la contamination énergétique des chakras et des méridiens, aussi bien que de l’entrer d’esprits de différents niveaux de développent dans son corps (esprits de personnes méchantes, d’animaux, ou même de plantes). Tout cela mène à un éventail de diverses maladies: mentales, oncologiques, et ainsi de suite, y compris des inflammations communes et des *“maux”* d’origine inconnue.

Toutes ces maladies se produisent dans nos corps et âmes en raison de la combinaison de deux types de volonté: la volonté propre de la personne et la Volonté de Dieu. Toutes sont la réalisation de notre destinée.

La destinée de chacun d’entre nous se compose de deux lignes de destinée qui s’entrelacent — *“l’innée”* et celle que l’on a acquise dans cette vie.

Par exemple, si des enfants sont nés avec un handicap physique ou l’acquièrent à un âge très jeune — c’est leur destin *“inné”*, ou une complication de leur vie en raison de leurs erreurs grossières dans leur incarnation précédente.

Pendant que les enfants grandissent, ils acquièrent la capacité de prendre des décisions moralement importantes. En raison de ces décisions, la ligne de destinée dans l’incarnation courante se forme. Elle commence graduellement à régner puis à dominer même celle qui est *“innée”*.

Ainsi, une destinée défavorable peut être complètement changée si nous nous développons dans la bonne direction.

Et vice versa, un bon destin peut être dégradé par nos propres erreurs morales dans l’incarnation courante.

Le destin n’est pas une sorte de loi mécanique prédéfinie par les *“étoiles”* ou les *“planètes”*, comme le disent les astrologues. Le destin est les conseils directs que nous recevons de Dieu — la Conscience Suprême, qui possède l’Omniprésence, l’Omniscience, l’Amour absolu, la Sagesse, et la Puissance. Il mène chacun d’entre nous à Lui, en Lui. Si nous allons dans la bonne direction — Il nous encourage en nous donnant un sentiment de bonheur, mais si nous nous détournons du Droit Chemin menant à Lui, — Il attire notre attention à cela en nous causant un certain genre de douleur. Tout est aussi simple que cela.

Et il n’y a aucune raison de se plaindre au sujet des *“mauvaises conditions de vie”*, parce que le Chemin menant à Lui n’est pas du tout quelque

chose comme prendre les transports en commun. Il consiste en la transformation de soi en tant que conscience, en tant qu'âme. Cela implique un travail intérieur sur l'amélioration de soi.

Dieu a décrit le Chemin vers Lui par l'intermédiaire de l'Avatar Babaji dans la formule suivante: Simplicité — Vérité — Amour — Karma Yoga — Abandon de l'individualité inférieure afin de fusionner avec le Soi Supérieur. C'est les Enseignements complets de Dieu, en résumé. Toutes autres connaissances et instructions sont simplement des explications de cette formule.

Une des choses que Dieu désire que nous possédions, est la Sagesse: sans Sagesse, marcher ce Chemin est difficile. Une des leçons concernant la santé est de connaître la structure et le fonctionnement de son propre corps et en prendre soin. Lorsqu'on apprend cela, nous pouvons prendre soin des autres et les enrichir de notre expérience.

... J'ai entendu une opinion que la syphilis, par exemple, devrait être traité avec un ensemble spécifique d'asanas d'hatha yoga ou que la prière est la seule médecine qui devrait être employée pour le traitement de n'importe quelle maladie, ou même qu'aucun traitement du tout n'est nécessaire — que toute maladie partira d'elle-même, que l'on devrait juste laisser l'organisme renforcer ses résistances, alors que toute médication peut seulement faire du mal.

Mais la syphilis ne part pas par la pratique d'asanas; elle se transforme à la prochaine étape de son développement pendant que la personne malade exécute les asanas. Et à aucune personne raisonnable ne viendrait l'idée d'enlever une écharde à l'aide d'une prière: elle devrait être sortie à l'aide des ongles, d'une aiguille, ou de pince à épiler. La vie nous a été accordée dans un corps physique, pas pour que nous éprouvions des souffrances dues à des maladies, gaspillant du temps et une précieuse énergie pour cela. La vie nous a été accordée dans un corps de sorte que nous développions activement les qualités Divines — Amour, Sagesse, et Puissance.

Mon approche consiste dans le traitement de toute maladie promptement sans la laisser se développer en employant tous les moyens disponibles.

Même si j'ai une écharde dans mon doigt, il sera approprié de penser aux causes: est-ce que j'avais fait la bonne chose ou avais-je perdu l'état d'amour et de paix? Mais il ne fait pas de sens à penser à cela trop longtemps avec un éclat toujours dans mon doigt. L'éclat doit être extrait

promptement et de l'iode devrait être appliqué probablement sur la blessure.

La même chose s'applique à la grippe, aux amygdalites, et même au simple coup de froid. Ils peuvent être des indications de nos erreurs, de notre manque de paix par exemple, ou de notre association avec de mauvaises personnes. Mais après avoir tiré les bonnes conclusions après l'analyse des causes, il serait sage de commencer à prendre des mesures appropriées: appliquer de l'onguent antivirus ou de la teinture de calendula sur les muqueuses, avoir des sessions d'exposition avec une lampe de quartz, boire des tisanes de cynorhodon, d'ortie ou d'aiguilles de sapin, etc. Le nettoyage des chakras correspondants et méridiens ainsi que *du cocon* peut également aider.

Le même procédé devrait être suivi en cas de maladies plus sérieuses qui exigent l'intervention de spécialistes médicaux. Même en cas de cancer, il ne fait pas de sens de refuser une chirurgie si un médecin le suggère. Mais trouver la cause karmique du cancer et la correction de ses erreurs doit être la direction principale de ses efforts.

D'ailleurs, le Divin Messie contemporain Sathya Sai Baba, Qui possède des capacités illimitées en vue de faire des miracles et Qui a personnellement guéri un grand nombre de personnes — y compris ceux éloignées, en utilisant des moyens des plus incroyables du point de vue matérialiste — prend néanmoins soin de construire des hôpitaux conventionnels, certains d'entre eux sont même sur le territoire de Son ashram.

Après tout, les médecins et les patients doivent se développer eux-mêmes, se perfectionner sur le Chemin menant à Dieu — en échangeant l'un avec l'autre. Quant aux guérisons miraculeuses, nous devons les mériter par nos propres efforts; autrement, cela ne nous fera aucun bien.

... Chaque bon chef de famille devrait avoir — non seulement pour les membres de sa famille, mais également pour les invités — un ensemble de médicaments élémentaires: bandages, coton, iode, souci, ftalazol, analgin, onguent d'oxoline, menovasin, indovasin, sauge, etc.

Une partie d'eux devraient être pris lors de randonnée à l'extérieur, particulièrement en groupe.

Par exemple, le ftalazol est bon pour les inflammations intestinales, la sauge — pour la gastrite ou l'oesophage. La menovasin peut être employée non seulement pour frotter les muscles, mais également (si dilués 1 à 50) comme gouttes pour les yeux en cas de conjonctivite ou dans le nez en cas de coup de froid. Si dilué de 1 à 10 le menovasin peut être employé

pour rincer la gorge en cas de maux de gorge. L'application d'indovasin à un bandage serré sur l'articulation d'un pied enflé permettra de continuer de marcher si les articulations ont été blessés ou blessés dû au frottement. La propolis possède des propriétés curatives remarquables.

Chacun aura avantage à devenir spécialiste dans cette médecine "maison": cela facilitera non seulement notre vie, mais cela nous rendra également aptes à aider d'autres en difficulté. Ce sont également des leçons de Sagesse.

... Il a été confirmé par la recherche statistique, que manger de la nourriture "tuée" aussi bien que le tabagisme ou la consommation d'alcool augmente considérablement le risque de cancer. Les gens qui adhèrent au régime *sans-tuer* n'ont pas de cancer.

D'ailleurs, habituellement juste arrêter de manger de la nourriture "tuée" est assez pour avoir une amélioration dramatique de la santé: les maladies gastro-intestinales, l'hypertension, différent type de goutte et autre genre de désordres de santé disparaissent.

En Russie jusqu'en 1917 une expérience réussie dans l'emploi du régime *sans-tuer* pour traiter diverses maladies et libérer les personnes dépendantes du tabac et de l'alcool a été amassée. Il y avait également un mouvement éthique dans la société russe qui préconisait la nutrition éthique [5, 21, 24, 30, 34, 39, 44, 61]. Un des initiateurs de ce mouvement était l'auteur russe Léon N. Tolstoï, maudit par l'Église Orthodoxe pour sa libre pensée.

* * *

Les gens qui commencent à marcher le véritable Chemin religieux sont guéri de plusieurs maladies, même du cancer, en très peu de temps. Oui, au cours des années d'enseignement, j'ai eu des dizaines de personnes avec le cancer dans mes groupes. Plusieurs d'entre eux en étaient à l'étape inopérable de la maladie et la médecine officielle avait laissé tomber les considérants incurables. Tous ont récupéré après qu'elles aient accepté une orientation spirituelle correcte et aient commencé à faire de vrais efforts (chacun — selon ses propres capacités) d'autodéveloppement.

Je dois mentionner que ce n'est pas n'importe quel genre de religiosité qui est un salut face aux maladies. Cela peut être illustré par le fait que le pourcentage des personnes malades parmi les membres des sectes de masse modernes n'est pas inférieur à celui parmi les athées.

D'ailleurs, ces sectes, où la crainte mystique est cultivée au lieu de l'amour, deviennent des terraux fertiles au développement de troubles mentaux.

Il y a également des sectes dans lesquelles les gens prennent massivement des psychédéliques ou de l'alcool, qui sont incompatibles avec le Chemin spirituel, va sans dire pour la santé.

Une autre occupation populaire chez certains sectaires modernes est de boire de l'urine — en grandes quantités et pendant de longues périodes — ce qui résulte dans l'intoxication du cerveau et... dans le déclin des facultés intellectuelles de ceux qui pratiquent cela.

Nous devons nous rendre entièrement compte que toutes nos maladies sont les conséquences de nos erreurs morales ou de notre ignorance. Derrière toutes nos douleurs, nous devons essayer de voir la Main directrice de Dieu, Qui veut — au moyen de cette douleur — nous préciser quelque chose que nous devons changer en nous-mêmes.

Les maladies peuvent résulter, par exemple du fait de fumer, de l'alcoolisme, ou de manger le corps d'animaux mort. Mais Dieu ne nous a-t-il pas avertis à ce sujet? Et si les chefs de vos sectes bénissent de telles choses — n'est-ce pas l'heure de leur tourner le dos et de chercher des conseils de Dieu?

Certaines maladies sont le résultat de la paresse humaine: par exemple, quand une personne se trouve couchée ou assise la majeure partie du temps. Certaines proviennent de la méconnaissance de la nécessité de tempérer le corps. Ou encore, certaines d'entre elles se produisent parce que nous oublions que chaque jour nous amène plus près de la mort du corps et que nous devons faire des efforts spirituels — afin d'avoir le temps d'avancer autant que possible. Le cancer est un exemple dont nous avons déjà discuté ci-haut. On l'obtient comme rappel que la mort est inévitable. Il est quelque chose qui nous aide à ressentir que la mort s'approche, quelque chose qui la rend plus évidente pour nous. Et si une personne obtient cet avertissement et se réveille, le cancer part.

Quelques guérisseurs peuvent développer les maladies qu'ils "prennent sur eux" de leurs patients: s'ils essaient de guérir le corps du patient au lieu de se concentrer sur la guérison de l'âme d'abord — en éliminant les causes éthiques ayant provoqué la maladie. Toutes ces causes peuvent être classifiées en trois groupes: a) manque d'aspiration pour Dieu (ou aspiration dans une mauvaise direction); b) manque d'amour, et c) ignorance.

Je donnerai seulement un exemple parmi plusieurs de cette sorte. Un jour, j'étais assis dans une cuisine avec deux femmes — une mère et sa fille adulte — qui m'avaient invité chez elles. Nous buvions du thé. Près de nous sur un fourneau il y avait le corps mort d'un animal bouillant dans une casserole. Elles me parlaient au sujet de leurs maux depuis longtemps... Je les ai interrogés au sujet de l'amour — d'amour pour les animaux, en particulier. Les deux ont commencé "à roucouler" au sujet de combien elles les aimaient... J'ai soulevé le couvercle de la casserole et leur ai demandé: "vous les aimez — en potage? ou rôti, aussi?"...

La colère chronique comme cause de maladie est particulièrement terrible — y compris l'émotion de condamnation, aussi bien que l'aversion, la haine, ou la jalousie. Tout cela non seulement mène à l'enfer, mais est également très mauvais pour la santé. Par ces maladies Dieu nous avertit de sorte que nous retrouvions nos sens avant qu'il soit trop tard. Les divers médicaments ne peuvent pas nous sauver de l'enfer: Dieu veut que nous prenions des décisions éthiques afin d'effectuer une véritable auto-transformation!

En nous donnant un certain type de maladies, Dieu nous suggère de commencer à étudier les fondations de l'anatomie et de la physiologie et d'apprendre à identifier les causes des maux communs.

Par exemple, une combinaison de grandes quantités de protéines ou de nourriture grasse avec du sucre mène aux flatulences.

Un autre exemple: chauffer ou faire frire de la nourriture en utilisant une huile végétale liquide, au lieu du beurre, est une pratique dommageable et peut avoir comme conséquence des troubles au foie. Parce que les acides gras *insaturés*, qui composent les huiles liquides, sont facilement oxydés, formant des substances nocives, une fois chauffées en présence d'oxygène.

On devrait éviter de porter des vêtements faits de tissus synthétiques, qui ont un contact direct avec la peau — même s'ils paraissent bien et que "tout le monde les porte", parce que cela dérange des processus énergétiques dans les tissus du corps.

On ne devrait pas seulement se brosser les dents, mais également passer une soie dentaire afin de se débarrasser de petits morceaux de nourriture qui se coincent entre les dents; une soie dentaire ou une mince plaque en métal peut être utilisée pour cela. En outre, il est salutaire de masser les gencives, au moins de temps en temps ou systématiquement si nécessaire, en pressant légèrement tous les intervalles entre les racines de dents: de la

mâchoire à la partie de mastication de la dent. Si de la nourriture y arrive pendant la mastication — alors, la périodontite peut s’y développer et nous pouvons ne pas la remarquer pendant un bon moment: jusqu’à ce que nous sentions de la douleur ou que quelqu’un nous fasse remarquer qu’il y a une odeur désagréable qui vient de la bouche. Mais n’importe quel nid d’infection dans le corps empoisonne le corps en entier par la circulation sanguine. Et la gingivite peut devenir la cause de maladies dans d’autres parties du corps (par exemple, sinusites, amygdalite, conjonctivite, etc.).

Laissez-moi insister que les caries et les inflammations des gencives (périodontite) causent souvent des conjonctivites. La conjonctivite qui n’est pas provoquée par la poussière ou de sable souillant l’œil peut être un signe que l’on devrait consulter un dentiste.

Il y a un grand nombre de drôles d’opinions qui peuvent être nocives en ce qui a trait à la santé.

Par exemple, si une “boursouffure de fièvre” gonfle sur la lèvre — les gens disent que c’est juste une “grippe” et qu’il n’y a “pas de quoi s’en faire”. Mais en réalité, cela peut être soit un virus extrêmement contagieux, l’herpès, ou parfois une lésion des lèvres provoquée par le trichomonas. Dans ces deux cas, on ne devrait pas embrasser personne, mais l’on devrait chercher un traitement médical.

Ou quand une femme sent de la douleur dans la région des ovaires, ils disent qu’elle a été simplement exposée au froid et doit réchauffer cette région. Puis ils recommandent qu’elle utilise une bouteille d’eau chaude ou bien de s’envelopper dans un châle. Mais cela peut être soit une douleur inoffensive aux ovaires due à une rupture normale de follicule — dans ce cas-ci, tout va bien et aucune thérapie utilisant la chaleur n’est nécessaire. Ou cela peut être une inflammation, provoquée par l’activité de microbes — dans ce cas-là, cela doit être traité sérieusement avec des antibiotiques (notamment, céphalosporine moderne).

Parmi les causes d’inflammations adnexales chroniques, il peut également y avoir des lésions bioénergétiques causées par des contacts sexuels avec des partenaires énergétiquement grossiers, aussi bien que de porter de la lingerie synthétique.

Les hémorroïdes sont parfois attribuées à un mode de vie sédentaire, tandis que la cause est qu’un peu de résidus qui restent dans le rectum frotte les parois du rectum; donnant ainsi une inflammation de la membrane et se propage ensuite aux parois veineuses. Comme mesure préventive, il est recommandé de maintenir la section inférieure des intestins

propres et avec les premiers signes d'inflammation d'appliquer un onguent antibactérien sur la zone affectée.

Certains disent qu'il est impossible de devenir enceinte tous les jours sauf pendant les jours au milieu du cycle ovulatoire. En réalité, la probabilité d'être enceinte pendant le reste du cycle diminue, mais n'est pas nulle.

Certains disent que la fertilité masculine peut être améliorée en buvant plus de café et en mangeant plus de viande. En réalité, tous les deux devraient être évités dans ce cas-ci. Ce qui peut vraiment aider est la correction de l'état émotif et la culture de la paix intérieure profonde. Cela vient en avançant le long du Chemin spirituel.

Ou il y a un slogan de néophyte: "je ne prendrai aucun médicament!" Ce n'est pas de la sagesse, mais plutôt son contraire. Nous n'avons pas le temps d'être malades! Il ne fait également aucun sens de laisser le corps "à la merci" des microbes, parce que le corps souffre de cela incomparablement plus que d'utiliser des médicaments appropriés.

Un jour, j'ai été étonné par les paroles d'une femme, d'environ 30 ans — elle était entraînée senior et diplômée d'une Université de Culture Physique — elle m'a dit que le meilleur moyen de contraception, qui "était toujours efficace pour elle", était... d'uriner après des rapports sexuels...

Elle ne savait pas faire la différence entre son utérus et sa vessie!

Je ne pouvais même pas m'opposer, je n'ai simplement rien dit. Comment pourrait-on discuter de ce "difficile" sujet avec une telle personne?!

Des années plus tard, quand j'ai raconté cette histoire à une femme médecin, une de mes connaissances, elle n'a pas ri et n'a pas été étonnée. "Plusieurs femmes dans notre pays pensent ainsi; il n'est pas rare d'entendre cette opinion!" m'a-t-elle dit...

D'ailleurs, pourquoi cette femme, qui aimait beaucoup avoir de nouvelles aventures sexuelles, ne devenait-elle pas enceinte? Très probablement, la raison en était une inflammation chronique des apanages utérins affectée avec une maladie vénérienne.

... Dieu veut que nous soyons sages. Une des façons d'acquérir de la sagesse est par l'accumulation de connaissance au sujet de tout, y compris la structure anatomique du corps humain, des dangers possibles pour lui et la manière de les prévenir, aussi bien que les méthodes afin de les guérir.

Je recommande que chacun ait *un Manuel Pratique de Médecine* et de le lire au moins une fois. Cela, naturellement, ne fera pas de vous un spé-

cialiste en médecine. Ce n'est également pas un remplacement afin d'obtenir une aide médicale qualifiée. Mais après la lecture d'un livre comme celui-ci on aura une idée de la variété des maladies possible: celles transmises sexuellement, les infections fongiques de la peau — aux troubles mentaux. Cela aidera également à éviter les dangers reliés à la santé.

Par exemple, plusieurs fois j'ai eu des invités qui avaient une infection fongique des pieds — ils mettaient mes pantoufles sans cérémonie ni remords de conscience...

Ou quand certains néophytes attrapent des maladies vénériennes, ils ne s'inquiètent généralement pas: seulement "eux" — les personnes "non spirituelles," — peuvent attraper une telle maladie, pensent-ils, mais pas eux. Ils pensent que c'est "OK" et que cela "disparaîtra bientôt"...

Vous pouvez également prendre ce conseil si vous voulez: il est mieux de rester en santé, mais si vous vous avérez à tomber malade — il vaut mieux commencer un traitement complexe en utilisant tous les moyens disponibles: analyse de la cause, le repentir, les méthodes méditatives et bioénergétiques, moyens non spécifiques qui augmentent la résistance de l'organisme (vitamines, bains chauds, rayonnement ultraviolet par lampe de quartz, *natation hivernale*, etc.) plus des médicaments spécifiques et autres procédures thérapeutiques recommandés par un médecin.

Par ailleurs, une des méthodes afin d'empêcher plusieurs maladies est de s'assurer un sentiment de bien-être en lavant le corps avec du savon chaque jour. Pour un travail spirituel réussi, c'est absolument essentiel.

Rappelons-nous: que l'on peut gagner une bonne santé en avançant le long du Chemin spirituel! Et qu'il vaut mieux être en santé tout en marchant ce Chemin!

Travail dans le Monde Matériel

En ce qui a trait au travail, deux principes sont importants pour toute personne, même si lui ou elle ne sont pas assez matures pour comprendre les vérités religieuses les plus élevées. Ils sont — l'honnêteté et l'effort afin d'apprendre autant que possible. Le deuxième principe implique non seulement l'aspiration vers l'étude, mais également de changer plutôt fréquemment de champ d'activités et de changer de lieu de travail. Nous venons à chaque nouvel endroit enrichi par l'expérience que nous avons acquise à nos lieux de travail précédents. Cela enrichit de manière significative no-

tre expérience, nous développent intellectuellement, et génère un préalable objectif afin d'avoir une attitude respectueuse envers les autres.

Pour les personnes religieuses, l'attitude envers leur travail implique une approche beaucoup plus sérieuse. À savoir, elles devraient considérer leurs activités sociales en tant que service à Dieu.

Cela s'appelle le karma yoga. Le karma yoga est le chemin de l'auto-développement en aidant Dieu dans Son Évolution. Cela consiste dans divers genres d'aide aux autres — aider dans ce qui est vraiment utile pour eux, incluant l'aide spirituelle.

Nous devons essayer de servir les gens avec nos capacités les plus élevées, aussi bien que d'aspirer à l'acquisition de qualifications encore plus élevées afin de les employer pour ce service [6, 11].

Cette attitude envers le travail implique que le gain matériel personnel est loin en bas sur la liste de nos préoccupations, parce que ce genre de service est une manière d'exprimer notre amour pour Dieu et pour les personnes. Mais est-il juste de vendre l'amour?

Krishna a indiqué à ce sujet: "Considérez seulement le travail et pas la récompense pour celui-ci!... Misérables sont ceux qui agissent afin d'obtenir une récompense pour leurs activités!" [11] (Bhagavad-Gîtâ, 2:47, 49)

Le karma yoga n'implique pas de travailler gratuitement. Mais les yogis pratiquant le karma yoga mangent les "restes de leurs offrandes sacrificatoires", comme Krishna l'a figurativement dit [11]. (Bhagavad-Gîtâ, 3:13).

Ceux qui reçoivent de l'aide ne doivent pas oublier que celui qui les aide doit également payer sa nourriture, son transport, son logement, et ainsi de suite. Rappelons-nous les mots de Jésus-Christ en ce qui concerne cela: "les travailleurs méritent leur nourriture" (Matthieu, 10:10), "les travailleurs méritent d'être payés" (Luc, 10:7), et les mots importants de la Bhagavad-Gîtâ: "celui qui reçoit des dons et ne donne rien en retour est certes un voleur" [11] (Bhagavad-Gîtâ, 3:12).

L'homme développe l'Amour, la Sagesse, et la Puissance par la recherche spirituelle constante, qui doit être accompagnée par le service selon les principes du karma yoga.

... Nous avons beaucoup parlé au sujet de l'Amour; maintenant, parlons de l'aspect de la Sagesse. Sans cette qualité on ne peut pas réaliser la Perfection et fusionner avec Dieu.

La Sagesse est la connaissance des choses les plus essentielles: qu'est-ce que Dieu, qu'est-ce que l'homme, qu'elle est la signification de la vie de l'homme et qu'est-ce que l'Évolution de la Conscience Universelle? Cela implique également d'être familier avec la diversité des âmes humaines, aussi bien que la capacité de classer les personnes selon leurs qualités, facultés et âge psychogénétique. La Sagesse consiste également en la connaissance du Droit Chemin menant à la Perfection et les manières dont les personnes peuvent diverger de lui. En outre — savoir comment on peut aider les personnes dans leur évolution en déterminant quel genre d'aide spirituelle serait le plus approprié pour elles.

On acquiert la Sagesse en effectuant de la recherche théorique et en acquérant de l'expérience pratique. Le premier, consiste dans l'étude des instructions que Dieu a données aux personnes incarnées, ainsi qu'en prenant connaissance de l'expérience des personnes qui recherchaient Dieu, de leurs erreurs et de leurs succès. On gagne la connaissance pratique en s'étudiant et en étudiant Dieu, aussi bien que par l'engagement dans le service spirituel et le travail spirituel créatif.

Service Spirituel

Nous ne pouvons pas atteindre la fin du Chemin menant à Dieu sans aider les autres spirituellement. Cela est objectivement nécessaire pour le processus d'Évolution, puisque cela fait que le nombre de personnes initiées dans la connaissance spirituelle augmente. Cela contribue aussi à notre propre développement, nous fournissant des leçons en psychologie, en particulier. Après tout, le processus du développement spirituel peut être considéré comme un "cours sur la façon de devenir Dieu", et Dieu est le Psychologue parfait, le parfait Connaisseur d'Âme.

Sur le Chemin spirituel, comme pendant une guerre, certaines des qualités humaines se manifestent d'une manière dramatique, telle que la stupidité de certains "supérieurs", qui s'avère désastreuse pour plusieurs personnes et l'héroïsme sage des autres, qui sauve plusieurs vies.

Dans ces batailles, les émotions des personnes sont activées; la lâcheté humaine, qui rend celles de peu de foi folles, est accentuée. Les manifestations des qualités vicieuses et des qualités élevées des âmes deviennent également plus intenses.

Les guerriers spirituels se tempèrent eux-mêmes en repoussant les attaques des personnes envieuses et des idiots agressifs.

Les trahisons de “meilleurs amis” leur enseignent à ne pas être attachés aux gens.

Les guerriers se développent en sauvant ceux qui marchent à leur côté sur le Chemin spirituel ou ceux qui les suivent. Dans les batailles devant le visage de Dieu, les guerriers cultivent l’Amour, la Sagesse et la Puissance et atteignent ainsi graduellement la Divinité.

Quelle doit être l’aide spirituelle initiale donnée aux autres? D’abord, elle doit consister dans l’explication du concept correct de Dieu et du Chemin menant à Lui; en second — en leur enseignant les méthodes afin de réguler leurs propres émotions.

Ceux qui le méritent, selon des critères intellectuels et éthiques, peuvent être enseignés l’art de la méditation.

Mais avant que les aspirants commencent le travail méditatif sérieux, ils doivent purifier le corps des impuretés énergétiques: il est impossible d’entrer dans les plans subtils, où Dieu demeure, à partir d’un corps souillé et donc malade.

C’est pourquoi il n’est permis de faire participer dans des pratiques ésotériques seulement les aspirants qui ont renoncé à manger de la nourriture “tuée”, à prendre de l’alcool, à consommer les produits du tabac et autres substances toxiques semblables, et qui ont abandonné des rapports étroits (y compris sexuel) avec des personnes énergétiquement grossières.

Les aspirants doivent placer comme but premier l’établissement dans l’amour et la paix.

Et ceux qui dévient de ce chemin ou n’accomplissent pas de progrès — devraient être interdits d’études plus approfondies — pour leur propre bien. Car les mêmes méthodes psychiques qui peuvent mener ceux qui sont concentrés sur le raffinement et l’accroissement en tant qu’amour — à Dieu, peuvent mener les autres, qui vont dans la direction opposée, — à l’enfer, les transformant en diables.

J’ai été témoin de ce dernier phénomène plusieurs fois dans divers villes et pays, y compris ceux où les méthodes ont été développées avec mon aide. Certains instructeurs, soit pour l’argent ou pour la gloire, ou simplement en raison de leur irresponsabilité, ont commencé à enseigner des méthodes psychoénergétiques à tous ceux qui étaient intéressés sans faire une sélection rigoureuse du choix des candidats. Cela a mené à des tragédies personnelles et dans un cas même à la formation d’un groupe de criminel [7].

À un certain moment, j'ai négligemment montré de merveilleux *lieux de puissance* à plusieurs de ceux qui se sont montrés plus tard indignes. Maintenant... je rencontre parfois carrément des magiciens noirs là, qui laissent des traces de leur grossièreté énergétique, qui souillent la pureté de ces endroits...

Mais il n'y a aucune place pour la violence sur le Chemin spirituel. Je n'ai pas le droit d'exiger que ces pervers n'aillent pas là développer des diables hors d'eux-mêmes... Dieu leur a donné la liberté de choix, et ils ont le droit d'aller dans la direction de l'enfer. Peut-être qu'après avoir vécu en enfer, ils voudront s'échapper de là. Et alors, mes livres les aideront probablement...

Une des sages choses à savoir est que personne ne peut "être traîné de force" dans la Demeure du Créateur. Il n'a pas besoin de cela, et c'est impossible: le Chemin spirituel est principalement une autotransformation qualitative, contrairement à, escalader une montagne. Et, c'est nous-mêmes qui pouvons et devons marcher ce Chemin; les autres peuvent seulement nous montrer la voie.

Chacun doit être absolument libre dans l'établissement de leurs rapports personnels avec Dieu. C'est pourquoi il ne doit y avoir aucune "discipline religieuse" ou subordination stricte des personnes ou des groupes spirituels. Tous les gens doivent se développer en accord total avec leur propre volonté, que Dieu leur a donné. Briser cette règle altère l'harmonie de l'Évolution et interfère avec Dieu dans Ses plans de nous menés vers Lui.

Vrais et Faux Attachements

Le terme philosophique *attachement* dénote l'état d'être fermement et depuis longtemps attaché par les indriyas à des objets. Ce peut être aux parents, enfants, conjoints, objets d'attraction sexuelle, argent, articles de luxe, haut statut social, travail préféré, amis, son propre corps, le jeu, divers genres de nourriture, boissons alcooliques, tabac ou autres toxines...

En d'autres termes, nous pouvons voir que les attachements peuvent être apparemment nocifs, pas apparemment nocifs, ou même tout à fait utiles à certaines étapes du développement d'une personne. C'est le dernier qui parfois "nous oblige à bouger" dans diverses situations, et "bouger" avec un sentiment d'élévation émotif. C'est beaucoup plus néfaste d'être inactif et de vivre une vie paresseuse.

Regardons l'analogie suivante: on peut diriger une automobile ou un bateau seulement à condition qu'ils se déplacent; mais s'ils n'ont pas leur propre mouvement — il est extrêmement dur ou impossible de les diriger ou de les faire tourner dans n'importe quelle direction.

C'est la même chose avec chacun de nous: si nous vivons une vie active, même sans avoir une compréhension correcte de sa signification et de notre But Suprême, — alors, le fait d'être actif permet à Dieu de créer plusieurs situations d'apprentissage pour nous. Seulement dans ce cas-ci, nous nous développons et préparons pour davantage d'ascension spirituelle.

... Dans des livres religieux, on peut parfois rencontrer le caractère d'un héros apparemment positif, qui cesse soudainement de prendre soin de sa famille et part pour aller vivre en ermite dans l'espoir d'accomplissements spirituels. Cela est présenté en tant qu'exemple "de détachement".

Mais il n'y a aucune vérité en cela. Cette manière de se "détacher" est non seulement injustifiée du point de vue moral, mais ne fait également pas de sens. Les attachements devraient être remplacés, par opposition à être lâchés par un "acte de volonté". Nous devrions essayer de tomber amoureux de Dieu. C'est difficile à accomplir du jour au lendemain. Mais nous devons mettre cela en tant que but et demander à Dieu de nous aider. Et ensuite l'amour pour Dieu se développera, pendant que nous L'étudions avec un esprit d'investigation à travers la lecture de livres, en nous engageant dans des conversations spirituelles, et en Lui demandant de Se montrer personnellement, qu'Il nous laisse sentir Son plein Amour, qu'Il nous instruisse par une Révélation... C'est ce qui serait une redirection initiale correcte de nos indriyas.

Plus tard, quand nous commençons à sentir la vraie réciprocité de notre amour, les rapports avec Dieu progressent encore plus rapidement, l'amour graduellement se transforme en passion, dans un nouvel attachement... Et ce nouveau — vrai — attachement et passion remplace graduellement tous les autres.

... C'est la façon dont j'ai vécu ma vie. Ayant grandi dans un environnement athée j'ai entendu au sujet de la réalité de l'existence de Dieu, pour la première fois, seulement à l'âge de 27 ans. Mais à ce moment-là, personne ne pouvait m'expliquer ce qui se cache derrière cela. L'Église Orthodoxe me donna mes premières expériences mystiques, mais elle a échoué à répondre à la question au sujet de ce qu'est vraiment Dieu: Dieu le Père a été perdu là, bien qu'Il ait été le personnage central dans les Enseignements de Jésus-Christ. La lecture de livres m'a permis d'élargir mon

horizon spirituel, mais à ce moment-là il n'y avait aucun livre dans lequel tout serait présenté d'une manière détaillée et simple telle que dans celui que vous lisez actuellement.

Je n'ai jamais eu un gourou incarné — un Enseignant spirituel, qui connaissait tout le Chemin menant à Dieu. Il n'y en avait aucun autour de moi à ce moment-là apparemment. Et c'est bon dans un certain sens, puisque avoir un gourou incarner, d'une part, permet de recevoir des explications et apprendre des méthodes pratiques pour travailler à l'auto-développement. Mais, d'autre part, les rapports avec Lui crée de l'attachement à Sa forme incarné, au lieu de la Conscience Divine; dans ce cas le but n'est pas le plus haut mais un intermédiaire, et pas tous les disciples dans cette situation sont capables de changer vers le But le plus Élevé — la Conscience de Dieu le Père.

À ce moment-là Dieu s'est placé devant moi, un scientifique possédant une expérience significative de recherches, le But le plus Élevé — Lui-même dans toute Sa Totalité Universelle.

Et je suis tombé amoureux de Lui.

Et alors tout était tout à fait simple: J'ai commencé, comme ils disent, "à faire mon chemin". J'ai commencé à aller à Lui, d'autres personnes ont commencées à me suivre — bon nombre d'entre elles se joignaient et partaient. Mais elles ne pouvaient pas suivre ma vitesse et mon intensité. Certains se sont mis de côté tranquillement, certains protestaient et demandaient un genre d'amour "spécial" pour eux, et me détestaient quand ils ne l'obtenaient pas. Certaines personnes m'ont trahi, en me faisant des choses méchantes; d'autres m'ont diffamé, parfois en public. Certains m'ont volé. Il y a même eu ceux qui ont essayé de tuer mon corps.

Mais j'ai continué sans regarder en arrière, sans tomber en amour avec des personnes, participer aux querelles, ou me venger contre la méchante et cruelle tentative de meurtre dont j'ai été victime, bien que j'aie découvert les noms de mes meurtriers. Je ne me suis pas permis de m'arrêter en raison des "attachements" à mon honneur, à ma réputation, ou à mon corps, à la fin.

Je n'ai jamais eu de disciples à qui je vendais la connaissance la plus élevée. Ce que j'ai eu était des amis, que j'aimais beaucoup. Et je leur donnais mon expérience spirituelle et moi-même. Je vivais pour eux et pour Dieu. Je ne pouvais pas... vendre mon amour pour de l'argent! Leur progrès était ma récompense.

Je les ai beaucoup aimés. Mais quand ils parlaient — Je “n’étais pas attaché” à eux et les oubliaient tout de suite.

Je n’ai jamais fait — tout à fait sincèrement! — la moindre tentative de faire revenir ceux qui m’ont laissé. Au contraire, je les ai encouragés à partir — de sorte de ne pas les surcharger avec une charge de connaissance insupportable pour eux.

Certains parlaient, ne pouvant plus me comprendre — Dieu m’en apportait d’autres, qui étaient plus disposés... Je les ai aimés encore plus, parce qu’ils me comprenaient mieux... Mais je ne me suis toujours pas “attaché” à eux: J’ai été totalement concentré sur mon principal amour — l’amour pour Dieu!

Et peu importe la quantité de boue que les personnes envieuses, les traîtres, et les diffamateurs me jetaient — je suis sorti vainqueur de tous les arguments: Dieu m’a accepté en Lui; J’ai appris à fusionner en Lui dans l’Embrassement d’Amour. J’ai gagné! Ce n’était pas quelqu’un d’autre que j’ai conquis. Non! Je me suis conquis, sans causer aucune douleur à personne, étant devenu un autre genre de personne: le genre dont Dieu a besoin.

J’ai gagné, et maintenant je vous appelle à la même Victoire!

Et je suis reconnaissant à Dieu et à tout ceux, qui allaient à mon côté, pour ma Victoire, ceux qui m’ont aimé et détesté: par vous, Dieu m’a enrichi et a dirigé ma vie. Paix à vous tous!

Enseignements de Dieu versus Sectarisme

Après avoir créé notre planète et l’avoir peuplé avec nous, les humains, Dieu ne nous a pas oubliés. Au contraire, nous sommes Son souci principal; nous sommes Ses enfants, qu’Il est impatient de voir rentrer dans Sa maison. La Création entière a été créée seulement dans ce but, de sorte qu’après avoir mûri ici nous puissions entrer dans la Maison de Dieu.

Dieu nous enseigne de deux manières: Il nous donne des instructions directes au sujet de la manière dont nous devrions vivre, et ensuite il nous offre le libre arbitre et nous enseigne comment accomplir ces instructions en relation avec les autres êtres vivants et avec Lui.

Nous présentant la liberté de choix dans notre manière de vivre et dans la prise de décisions dans des situations particulières est Sa sage in-

tention, qui Lui permet de discerner clairement ceux qui se déplacent sincèrement vers Lui — et ceux qui se déplacent dans la direction opposée.

Nous avons le droit de nous déplacer dans l'une ou l'autre direction aussi bien que de rester sur place. Oui, il nous a donné ce droit et nous sommes libres de l'exercer.

Mais quand nous nous déplaçons vers Lui, nous augmentons vraiment la quantité de bonheur et de joie dans nos vies.

Autrement, nous allons inévitablement attirer sur nous des maladies, des malheurs et de la souffrance.

Nous avons même le droit d'éprouver le cauchemar d'être parmi nos semblables dans le plan diabolique. Mais avons-nous besoin de cela? Ne vaut-il pas mieux devenir humble et obéir à Sa Volonté? Il nous veut du bien et Il nous le donne — tout que nous avons à faire est de le prendre!

Mais pourquoi y a-t-il tant de souffrances sur Terre alors? Pourquoi les gens ne vont-ils pas à Lui? Pourquoi les crimes, les ténèbres du primitivisme, et l'absurdité de l'ignorance typique des "croyants" et des athées?

N'est-ce pas parce que les gens, particulièrement ceux au pouvoir, en raison de leur ignorance ou de leur intérêt ont caché et tordu la simple vérité au sujet du Chemin menant à Dieu et au bonheur?

Il est très simple de s'accaparer du pouvoir et de l'argent en se déclarant, par exemple, un intermédiaire entre les gens et Dieu. Quelqu'un met des vêtements de "prêtre" et déclare solennellement: "Ici, je suis doté de la puissance de demander à Dieu de vous accorder le bien-être et du droit de pardonner vos péchés. Venez à moi, donnez-moi de l'argent, autrement... — vous brûlerez en enfer pour toujours!..."

C'est une version sectaire typique d'un mensonge avide.

Ce mensonge peut être renforcé de la manière suivante: "Notre Église trace son histoire d'Adam et Ève. Toutes les autres églises sont ses enfants illégitimes. Ainsi, qui Dieu aime-t-Il davantage — Son enfant légitime ou illégitime?"

Mais en réalité, Dieu aime tous ses enfants. Ainsi, les croyants sincères peuvent-ils être capables d'un mensonge si indigne?

Plusieurs sectes ont émergé récemment qui vendent pour d'énormes sommes d'argent le "droit de communiquer avec Dieu": on doit peindre un certain symbole, ils disent (que c'est ce symbole qu'ils vendent) — alors, Dieu répondra à vos demandes et vous enverra de "l'Énergie Divine" à

vous ou par vous... Comme si Dieu est une sorte de machine à sous opérant avec des jetons!... Mais bon nombre de gens croient à cela et en ce genre de mensonges. Et ils payent de l'argent pour ce genre de choses!...

Mais bien que stupide, ce n'est pas aussi terrible que lorsque les "pasteurs", enveloppés dans des vêtements magnifiques, au nom de Dieu envoient des membres de leur organisation haïr, éradiquer et tuer ceux qui interfèrent avec les mensonges de leur ("pasteurs"). En conséquence, les passions basses et grossières s'élèvent, "la colère juste" commence à faire rage... — et toute la "congrégation" en entier finit par aller en enfer...

La colère et la peur (particulièrement la peur mystique — peur des diables, des démons, des sorciers et des vampires — qui est un attribut nécessaire à l'intimidation et à l'asservissement de la "congrégation" dans les sectes les plus cruelles et ignorantes; et c'est si typique de nos jours en Russie) — si les gens cultivent ces émotions, ils se destinent à aller en enfer. Malheur à ceux qui ne comprennent pas cela, qui suivent ce chemin et particulièrement à ceux qui incitent les autres à agir de la sorte! Vous êtes les ennemis de Dieu!

... Mais Dieu est Amour. Et Il accepte en Lui seulement ceux qui sont devenus comme Lui.

... Dieu nous enseigne toujours par les Messies et vrais prophètes une chose seulement, mais en employant différents mots et en soumettant différents aspects pour différentes personnes. Ces Enseignements de Dieu sont Sa Loi Éternelle (*Sanatana Dharma* en Sanskrit). Elle soutient que nous devons nous efforcer de Le connaître, de fusionner avec Lui dans L'amour et Le servir, que nous devons aimer les personnes et les aider, aimer toutes les créatures, se développer pour l'autoréalisation spirituelle finale.

Qu'est-ce qui nous empêche d'accepter cette Loi et de tourner le dos à tous ceux qui déforment cette Loi et la Volonté de Dieu?

La Loi Éternelle — Sanatana Dharma

Ainsi, les sectes sont ces associations religieuses qui ont dévié des vrais Enseignements de Dieu.

Néanmoins, les Enseignements de Dieu nous ont été donnés par l'intermédiaire des paroles et des écritures de Thoth l'Atlante (Il a été Hermès Trismégiste dans son incarnation suivante), Krishna, Lao Tseu, Pythagore,

Jésus-Christ, Mohammed, Babaji, Sathya Sai Baba et d'autres Messagers Divins, prophètes, grands disciples de Dieu et héros spirituels. (L'essence de leurs prédications est résumée dans nos livres) [6, 11].

On peut également trouver plusieurs passages valables dans le Vieux Testament.

Mais nous pouvons voir que dans toute la Bible, il n'y a aucune description de Dieu le Père — l'objet principal d'adoration de tous les croyants. Comment peut-on affectueusement aspirer à Lui, sur Qui... on ne connaît rien? Ne serait-ce pas la raison pour laquelle Il a été presque oublié dans les églises Chrétiennes de masse?

La Bhagavad-Gîtâ fournit une description intelligible de Lui et du Chemin menant à Lui. Le seul problème est que la Bhagavad-Gîtâ a été traduite par des personnes qui ne la comprenaient pas tout à fait. Seulement ceux qui ont mis en pratique les Enseignements entiers de Krishna pouvaient faire une traduction fiable.

Dans toute l'histoire de l'humanité Dieu a enseigné aux gens la même chose: la manière dont nous devons nous développer, recherchant la Perfection Divine, aspirant à la Fusion avec Lui. Mais les gens tendent à oublier l'essence des Enseignements concrets qui leur ont été donnés, déforment des choses en eux, parfois à leur antithèse, et commencent à entrer en conflit avec ceux qui ont déformé les Enseignements d'une manière différente [9].

C'est pourquoi Dieu doit incarner des parties de Lui-même dans des corps humains à plusieurs reprises ou parler par l'intermédiaire de nouveaux prophètes — essayant de faire revivre la Sanatana Dharma. Mais les gens tendent à considérer Ses Messagers comme des ennemis de leur "vraie" foi, les ridiculisent et tentent de les tuer.

Actuellement, l'Avatar Sathya Sai Baba prêche ces purs Enseignements de cette façon (ses enseignements sont intégrés dans les livres [6, 11]).

L'essence des Enseignements de Sathya Sai Baba aussi bien que les enseignements de tout autre Enseignant Divin peuvent être résumés en bref comme suit.

Le but principal de l'homme est de fusionner — en tant que conscience développée — avec la Conscience de Dieu. Afin de réaliser cela, on doit s'étudier et étudier Dieu en tant que phénomènes multidimensionnels, incluant la connaissance de la Demeure du Créateur et de s'y établir avec la conscience.

Afin d'accomplir cela, on doit se préparer par des pratiques spirituelles — comme pranayama, techniques du pratyahara, entraînements méditatifs.

Mais aucune formation n'est utile si nous manquons de foi et de désir ardent pour le Créateur, ou n'avons pas développé la capacité d'aimer. L'amour est une fonction du cœur spirituel, et on doit commencer à le développer à travers les interactions avec les personnes et autres êtres incarnés.

Les principes de base ici sont la compassion pour chaque être vivant ainsi que de servir chaque être vivant selon les principes du karma yoga. Le karma yoga est une expression de notre amour pour Dieu et pour les personnes; c'est la meilleure méthode d'autodéveloppement. La foi sans le service actif est morte.

On devrait également cultiver la foi en se rappelant constamment Dieu. Des conversations religieuses, différents rituels, adoration publique qui implique l'adoration du nom de Dieu, etc. peuvent aider en cela.

Tous les principaux principes de relations que l'on doit entretenir avec les personnes et autres créatures sont récapitulés dans le précepte court du Vyasa: "Aide toujours (dans tout ce qui est bon), ne blesse jamais!"

Sathya Sai Baba donne l'explication détaillée de ce précepte dans un grand nombre de situations terrestres concrètes.

Il enseigne qu'il y a deux marqueurs principaux dans la vie terrestre de chaque individu: Dieu — comme But, et la mort du corps — comme rappel de notre occasion limitée de s'améliorer.

Rappelons-nous cela! Laissons de côté tout ce qui est insignifiant et inutile et consacrons-nous totalement à la réalisation de la signification de nos vies!

C'est la façon de se libérer des liens karmiques, des maladies, de la nécessité de se submerger encore dans le monde des douleurs. C'est la manière de Fusionner pour toujours avec notre Bien-aimé!

Commentaires sur le Système de Patanjali

Dans les temps anciens, le rishi indien Patanjali a souligné les principales étapes de la montée spirituelle, à la Conscience Primordiale.

Il a distingué huit étapes principales de cette ascension: yama — niyama — asana — pranayama — pratyahara — dhyana — dharana — samadhi.

Cependant, puisque les deux premières étapes mentionnées ci-dessus sont très semblables et qu'elles sont censées être pratiquées simultanément, il fait sens de les considérer comme une et de regarder ce système comme une "octave" à sept étapes.

Examinons ces étapes.

Yama et Niyama

Ces termes sont traduits comme "effort et relaxation" ou "effort et repos". Cette étape consiste dans la maîtrise des règles morales et psychohygiéniques fondamentales de la vie du chercheur spirituel.

La première règle s'appelle ahimsa — non-violence. Elle signifie essayer de ne pas blesser, autant que possible, aucun être vivant dans nos actions, mots, pensées ou émotions.

Cela inclut également les principes de la nutrition moralement correcte que nous avons discutés ci-dessus et ce qui n'est pas moins important, de se débarrasser des émotions grossières, qui sont le résultat de mauvaises pensées et mènent souvent aux mots grossiers et aux mauvaises actions.

Nous pouvons faire des erreurs morales, y compris des crimes, soit en raison de notre ignorance, de notre manque de compréhension de l'ordre universel et de notre place et rôle en lui, ou en raison de notre indulgence à nous livrer aux émotions malsaines, de condamnation, de jalousie, de ressentiment, d'anxiété, de désespoir, de crainte, etc., qui sont des manifestations de notre individualité inférieure qui se dévoile.

Détruire l'individualité inférieure en la fusionnant dans l'Individua-lité Suprême Universelle du Créateur est l'une des tâches importantes sur le Chemin spirituel. Ce genre de travail commence par le combat intérieur contre toutes les manifestations vicieuses de l'individualité inférieure — en commençant par celles qui existent dans le champ des réactions émotionnelles.

Le repentir est un outil important dans l'accomplissement de cette tâche — le repentir sincère pour les erreurs morales commises, accompagné par l'analyse mentale de ces situations problématiques afin de trouver le meilleur moyen de les résoudre.

Beaucoup de gens ne saisissent pas l'essence du principe de la non-condamnation. La condamnation est une émotion, une forme de colère. L'identification et la discussion des erreurs des autres, aussi bien que l'analyse intellectuelle de celles-ci ne sont pas du tout de la condamnation. L'analyse est nécessaire puisque c'est ce qui nous aide à ne pas répéter les erreurs des autres. Mais en exécutant ce type d'analyse, on devrait être exempt de tout genre d'émotions de colère.

Les émotions sont des états d'énergie de la conscience. Elles émanent au-delà du corps, créant ainsi un environnement énergétique pour les personnes et autres êtres autour de nous. Les personnes qui vivent dans des états émotifs grossiers produisent un environnement destructif et pathogène pour ceux autour d'eux. Communiquer avec de telles personnes peut causer de graves lésions énergétiques et des maladies, en particulier chez les enfants.

Par contre, les gens qui vivent dans des états subtils d'amour, eux, font en sorte que tout autour de leur corps soit en santé, se spiritualise, et s'élève; ils guérissent par leur seule présence. Et plus fort est leur amour et plus puissante est la conscience — plus grand est l'espace qu'ils spiritualisent — jusqu'à une échelle planétaire.

Un chercheur spirituel peut réaliser un plein contrôle de la sphère émotive seulement en travaillant avec les chakras et autres structures d'énergie et ensuite par la fusion (comme conscience) avec la conscience Divine. Mais lui ou elle devraient commencer à faire des efforts à partir du commencement du Chemin.

La deuxième règle de yama est sathya — vérité, pureté, honnêteté.

Cependant, il y a des cas, où nous ne pouvons pas dire la vérité, parce que cela nuirait à quelqu'un. Dans de tels cas, il vaut mieux éluder la question...

Mais si nous mentons, nous devenons des pécheurs devant Dieu et des captifs de nos mensonges devant les personnes, puisque nous devons appréhender une révélation et vivre dans l'anxiété, au lieu de l'état de paix pur et immuable.

La troisième règle est asteya — non-convoitise, renonciation du désir de posséder quelque chose qui appartient à quelqu'un d'autre. Nous devons être totalement concentrés sur la connaissance de Dieu! Mourir d'envie pour des objets matériels, particulièrement ceux qui appartiennent à d'autres, est une perversion totale de la vraie orientation de la conscience, qui mène en même temps à nuire à d'autres personnes.

La quatrième règle est aparigraha — limitation des possessions aux choses nécessaires. Les choses inutiles ne font que distraire notre attention de l'essentiel: d'être concentré sur l'atteinte de l'état de Fusion avec le Créateur.

Brahmacharya — la cinquième règle — signifie littéralement "agir dans Brahman (Esprit Saint)". Cela implique le renoncement des désirs matériels (excepté ceux, afin de subvenir aux besoins élémentaires du corps) et de rediriger notre attention vers Dieu, le recherchant d'abord avec l'esprit et ensuite — avec la conscience développée.

Cette règle implique la renonciation sincère à chercher la renommée et les honneurs de ce monde, d'accumuler des choses qui sont inutiles dans le monde de Brahman, et l'embellissement du corps.

Certains interprètent la règle de Brahmacharya seulement comme le célibat (abstinence sexuelle). Mais c'est une interprétation trop limitée. Sans compter que l'abstinence sexuelle n'est pas nécessaire à condition que l'on considère le sexe comme un acte spirituel. Au contraire, le célibat peut mener à la prostatite (adénome prostatique) chez les hommes et à "l'effacement" énergétique chez les femmes et résulte dans la croissance de durcissement de la conscience — dans les deux. Cela ne contribue vraiment pas aux progrès sur le Chemin spirituel. Ce qui est important n'est pas l'abstention de sexe, mais plutôt de se défaire de l'obsession de celui-ci et des contacts sexuels avec des partenaires inadéquats.

La sixième règle est saucha — maintien de la pureté du corps. La chose principale ici est de laver le corps entier avec de l'eau chaude et avec du savon — quotidiennement, si possible. Cela nettoie la peau des dépôts de sels de transpiration, qui dérangent le fonctionnement normal de tout l'organisme. Rappelons-nous ce que nous sentons après la prise d'un bon bain, particulièrement si nous ne l'avons pas pris depuis longtemps! C'est l'état de confort que nous devrions créer pour nous-mêmes chaque jour en lavant le corps le matin.

Saucha implique également de se brosser les dents et ainsi de suite.

Il y a également des techniques de saucha thérapeutiques spéciaux, tels que le lavement du nez et du pharynx supérieur par l'insertion d'eau salée. Il n'y a aucune raison de les utiliser régulièrement, mais ils peuvent être efficaces pour le traitement de rhinites chroniques.

La septième règle est mitahara — nutrition pure. Cela a déjà été discuté en détail ci-dessus. Ici, laissez-moi mentionner seulement qu'il est préférable de manger dans un environnement émotivement favorable.

En aucune circonstance devrait-on manger sur un fond de conversations conflictuelles ou d'arguments amers, aussi bien qu'en présence de personnes malveillantes ou irritées.

On peut exécuter une méditation avant de prendre un repas afin d'harmoniser l'état intérieur.

Par exemple, la prière-méditation *du Notre Père* orthodoxe convient parfaitement.

La huitième règle — santosha — consiste à maintenir constamment une attitude émotionnelle positive. Si nous sentons la présence du Seigneur et consacrons notre vie à Lui totalement, si nous n'agissons pas par intérêt personnel, si nous savons qu'Il nous observe constamment, nous guidant, nous enseignant, qu'Il crée des difficultés pour nous de sorte que nous apprenions et ensuite qu'Il nous aide à trouver des solutions aux problèmes — pourquoi ne vivrions-nous pas dans une joie permanente?

“Vous effectuez votre travail; Je contrôle les événements,” — c'est ce qu'Il a enseigné à l'auteur de ce livre par le passé [6].

La neuvième règle est svadhyana — discussions philosophiques, conversations, et lectures qui conduisent à une compréhension complète de la signification de la vie et du Chemin menant à la Perfection.

“Fixez votre esprit sur Moi...” — c'est la façon dont Krishna a défini les premiers pas que l'homme doit faire sur le Chemin menant à Dieu [6, 11].

La dixième règle — tapas — implique n'importe quels genres d'auto-limitation et de disciple afin de se débarrasser de nos vices. Entre autres, les tapas nous enseignent la discipline spirituelle comme pour suivre le principe “cela doit être fait!” par opposition à “je fais seulement ce qui me plaît!”

La onzième règle est Ishvarapranidhana. Cela implique d'avoir le sentiment qu'à l'intérieur de tout ce qui existe, il y a la Conscience du Créateur (Ishvara), sentir Sa présence constante à l'intérieur et à l'extérieur de notre corps, du corps des autres et des objets matériels, Le voyant en tant qu'Enseignant et Témoin de tout ce que l'on fait et de ce qui nous arrive.

Il y a également quatre règles très importantes:

- kshama — tolérance envers ceux qui pensent différemment;
- daya — compassion, bonté;
- arjava — simplicité, ne pas avoir d'arrogance;

— hri — humilité d'esprit, aussi ne pas avoir: l'admiration de soi, de la fierté en raison de ses accomplissements, de la vanité — d'éloges sur soi à cause de ses vertus imaginaires.

Asana

Dans ce contexte, le mot *asana* signifie une posture, une position ferme du corps. Il y a des méthodes spéciales afin de travailler avec le corps et le préparer à d'autres étapes de travail spirituel. Les systèmes d'asanas et autres exercices de cette étape de travail s'appellent collectivement *hatha yoga*. Ils aident également à acquérir les qualités initiales de concentration et fournissent le développement élémentaire des structures d'énergie de l'organisme.

On devrait commencer à faire des asanas seulement après l'étude et avoir accepté les principes de l'étape précédente. La pratique de l'hatha yoga sans d'abord adopter une alimentation sans-tuer mène à la dégradation de l'énergie et à l'accumulation de puissance brute, et cela nous amène en conséquence à nous éloigner du vrai Chemin.

Le meilleur moment pour faire des asanas est tôt le matin — approximativement 4-5 heures du matin.

Chaque session doit être suivie de shavasana — une relaxation profonde du corps et de l'esprit tandis que l'on se trouve sur le dos pendant environ 20 minutes. Si on ne fait pas cela, des désordres de santé peuvent se produire, comme la détérioration de la vue, développer de l'anxiété, de l'insomnie, etc.

Des tentatives à faire quoi que ce soit avec la kundalinî comme faisant partie de la formation du hatha yoga est strictement interdit: cela peut mener à des désordres graves de santé — physique et mental. Travailler avec la kundalinî est une tâche de l'étape du buddhi yoga. L'élévation de la kundalinî est permise seulement après que tous les chakras et méridiens principaux soient nettoyés et développés complètement.

On doit également comprendre que le hatha yoga n'est qu'une étape préparatoire du vrai chemin du yoga. C'est pourquoi le fait de consacrer sa vie à cela et compter sur un succès spirituel substantiel — n'est pas sérieux. Seulement avec le travail sur le cœur spirituel dans le raja yoga et ensuite dans les programmes de buddhi yoga peut-on s'assurer d'un avancement sérieux.

Pranayama

Travailler avec les énergies à l'intérieur du corps et dans *le cocon* qui l'entoure est la tâche du raja yoga. Une des méthodes ici est le pranayama, qui est traduit comme "travailler avec l'énergie".

Parfois ce terme est inexactement interprété en tant "qu'exercices de respiration". C'est une erreur d'athée. En réalité, c'est l'énergie de la conscience qui devient mobile pendant les pranayamas, mais on peut faire cela — pour la commodité — en gardant le temps avec le souffle.

La partie de la conscience qui fonctionne pendant les pranayamas doit se transformer en *lumière* blanche débordante. Avec cette *lumière*, nous enlevons tous les endroits de contamination bioénergétique situés dans notre corps. Il en résulte une amélioration générale de la santé et l'élimination de diverses maladies. En plus, la conscience elle-même se transforme en puissance mobile et active.

Pratyahara

Le mot *pratyahara* veut dire "enlever les indriyas des objets matériels". Pratyahara est l'étape à laquelle les aspirants apprennent à contrôler les "tentacules" de la conscience qui s'appellent *indriyas* en Sanskrit. Cela permet de développer la capacité de voir dans les couches les plus subtiles de l'espace multidimensionnel, aussi bien que de sortir du corps matériel afin d'aller en elles et de s'y établir, s'accoutumant à leurs subtilités, fines- ses, et puretés.

Le concept des indriyas existe seulement dans la culture spirituelle indienne. Les Européens avec leurs idées religieuses simplifiées, compliquées, et dégradées ne sont pas habituellement capables de saisir ce genre de connaissance. Même dans les traductions des langues indiennes ils substituent *indriyas* avec le mot *sens* ce qui enlève sa signification originale; en faisant cela, ils rejettent complètement l'immense signification méthodologique du concept du pratyahara et des principes de travail à ce stade.

Les Européens traduisent *pratyahara* en tant que "contrôle sur les sens". Mais les sens ne sont pas la seule chose qui est signifiée par le terme indriyas, puisque les indriyas incluent aussi l'esprit. Il est également essentiel que l'image des "tentacules" évoqués par le mot *indriyas* donne une profonde compréhension des principes du fonctionnement de l'esprit et de la conscience, aussi bien que des méthodes afin de les contrôler.

Krishna a présenté une connaissance fondamentale au sujet du travail avec les indriyas dans la Bhagavad-Gîtâ [6, 11]. Il parlait des indriyas de la vision, de l'audition, de l'odorat, du touché, du goût, et au sujet de ceux de l'esprit. Et en effet: la concentration sur un objet par n'importe quel organe des sens ou avec l'esprit est très semblable à prolonger un tentacule vers cet objet à partir du corps. Quand nous changeons notre attention à un autre objet, nous détachons et déplaçons nos indriyas vers lui.

De la même manière l'esprit crée ses propres indriyas, quand nous pensons à quelque chose ou à quelqu'un.

Les gens avec une sensibilité développée peuvent percevoir les indriyas des autres venir les toucher. Dans certains cas, ils peuvent même voir ces indriyas et donc ils peuvent les influencer.

Krishna a indiqué qu'une des choses que l'homme doit apprendre est la capacité de diriger tous les indriyas du monde matériel vers l'intérieur, comme une tortue rétracte ses pattes et sa tête dans sa coquille. Ensuite on doit étendre les indriyas dans les plans Divins afin d'embrasser Dieu avec ceux-ci, se diriger vers Lui, et fusionner avec Lui.

Maintenant Sathya Sai Baba — notre Messie contemporain — enseigne également au sujet du contrôle des indriyas. Plusieurs de Ses livres ont été traduits en russe, mais dans tous ceux-là les informations au sujet du travail avec les indriyas étaient perdues due aux traductions inadéquates.

On ne peut pas atteindre le contrôle des indriyas sans maîtriser la capacité de déplacer la concentration de la conscience entre les chakras et les méridiens principaux, c.-à-d. les méridiens qui composent *l'orbite microcosmique* en plus du méridien central. Nous allons approfondir ce sujet séparément dans un des chapitres suivants.

Dharana

Dharana signifie "maintenir une concentration appropriée". Une concentration appropriée signifie garder les indriyas orientés vers Dieu. En d'autres termes, c'est une vraie manifestation de notre aspiration vers Dieu, vers la Fusion avec Lui.

Mais Dieu dans l'aspect du Créateur ou de l'Esprit Saint est inaccessible pour une perception directe à cette étape d'apprentissage.

Notre soif affectueuse pour Dieu peut être partiellement étanchée en travaillant avec une image d'un Enseignant Divin, par exemple, Jésus-

Christ, Babaji, ou Sathya Sai Baba — Celui, dont La forme dans Son Incarnation passée nous est familière.

Si nous tenons le visage d'un Enseignant Divin dans l'anahata sur un fond d'émotion d'amour le plus intense que nous sommes capables d'avoir, nous entrons graduellement dans un état où ce n'est plus nous qui regarde le monde de l'anahata, mais Lui. Cela dénote le Yidam (c'est la manière que l'on appelle cette Image) devenant vivant; nous sommes partiellement fusionnés avec Lui. Ensuite, nous pouvons vivre en Union avec Lui dans l'anahata, ou bien ayant déplacé la concentration de la conscience aux chakras localisés dans la tête; nous pouvons nous adresser à Lui dans l'anahata en tant que Conseillé et Enseignant.

Ce n'est pas une illusion, mais le vrai Enseignant Divin entrant dans Son Image créée par nous. Il peut également devenir un instructeur dans nos entraînements méditatifs. Il guidera Ses disciples dévoués et affectueux par sa Conscience — dans la Demeure de la Conscience Universelle du Créateur.

“Si vous pouvez visualiser l'Image de l'Enseignant dans votre conscience avec la clarté la plus complète, vous pouvez transférer votre conscience dans la Sienna, et agir ainsi par Sa Puissance, comme elle était. Mais pour cela, vous devez visualiser l'Image de l'Enseignant avec la plus grande précision, aux détails les plus fins, de sorte que l'Image ne clignote pas, ne souffre pas de déformation ou ne change pas ses contours, comme cela se produit fréquemment. Mais si en suivant cet exercice de concentration on réussit à invoquer l'Image régulière de l'Enseignant, par cela on peut gagner le plus grand avantage pour soi, pour ceux autour de nous et pour le travail.”[2].

“Vous vous demandez peut-être comment l'entrée sur le chemin du Service est définie. Certainement, le premier signe sera la renonciation du passé et une totale aspiration vers le futur. Le deuxième signe sera la réalisation de l'Enseignant dans le cœur non parce que c'est son “devoir”, mais parce qu'il en est impossible autrement. Le troisième signe sera le rejet de la crainte, car celui qui est armé par le Seigneur est invulnérable. Le quatrième sera la non-condamnation, parce que celui qui va vers le futur n'a aucun moment à perdre avec les futilités d'hier. Le cinquième sera le remplissage entier du temps avec le travail pour l'avenir. Le sixième sera la joie de Servir ainsi que de s'offrir complètement pour le bien de l'humanité. Le septième sera l'aspiration spirituelle vers les mondes éloignés comme étant un chemin prédestiné. Selon ces signes vous discernerez un

esprit qui est prêt et manifesté pour le service. Il comprendra où soulever l'épée pour le Seigneur, et sa parole viendra de son cœur."[2].

Si le travail avec le Yidam n'apporte pas des résultats immédiats, on peut bénéficier de la pratique de la visualisation. On peut pratiquer la création d'images qui aident à développer les chakras ou bien visualiser des images plaisantes de communion avec la nature, etc. Mais seules les images qui sont remplies d'exultation, de gaieté, d'harmonie, de joie, de subtilité et de bonheur conduiront au développement spirituel correct. Des peintures, compositions musicales et photographies artistiques, etc. dégagant des émotions semblables peuvent également servir d'aide.

Dhyana

Dhyana est l'étape de formations méditatives qui mènent au Samadhi.

La méditation est le travail de la conscience visant le développement de la conscience le long du chemin menant à la Perfection et à la Fusion avec le Créateur. La méditation est pratiquée dans trois étapes du système de Patanjali.

À l'étape du dharana, les étudiants, entre autres, apprennent comment étendre la conscience dans le plus beau et le plus subtil en ce qui existe en ce monde matériel. Au moyen d'une telle harmonisation, ils s'établissent dans le guna sattva.

Et en travaillant avec le Yidam ils peuvent immédiatement contacter l'ardente manifestation de la Conscience Divine et faire l'expérience de l'état de Samadhi.

À l'étape dhyana, les étudiants travaillent à augmenter la "masse" de la conscience et obtenir la puissance dans la subtilité.

À l'étape suivante, leurs efforts sont focalisés sur l'interaction de la conscience individuelle avec la Conscience Universelle de Dieu et sur la fusion avec Lui dans Son Infinité.

À l'étape dhyana, le travail méditatif est particulièrement efficace s'il est exécuté sur des *lieux de puissance* spéciaux — endroits sur la surface de la Terre qui ont un impact énergétique spécial sur les êtres humains. Parmi la variété d'entre eux seulement ceux qui conduisent à l'expansion de la conscience dans les plans les plus subtils devraient être choisis. La résultante d'un tel endroit correctement choisi assure que les tâches les plus complexes de *crystallisation* correcte (c.-à-d. croissance quantitative) de la conscience seront résolues facilement et avec peu d'effort.

Pour le même but, on peut méditer pendant des exercices sportifs, aussi bien que pratiquer la natation hivernale et la *course méditative*.

La structure de l'organisme humain responsable de la méditation est la *bulle inférieure de perception* (ce terme a été présenté par Juan Matus; voir [6] pour plus de détails) dont la partie principale est le chakra anahata, nourri avec l'énergie du dantyan inférieur (composé des trois chakras inférieurs).

Dès le début de la formation méditative jusqu'à la victoire absolue de la Fusion avec la Conscience Primordiale, on doit toujours se rappeler que le mérite principal de l'homme est mesuré par le niveau du développement du cœur spirituel. C'est ce avec quoi l'homme peut fusionner avec Dieu au commencement. C'est pourquoi c'est le cœur spirituel que l'homme devrait développer et maintenir pur de toutes les manières possibles. Tout ce qui a été dit ci-dessus nous permet de prendre cela, non pas comme une manière de parler ou une métaphore, mais comme une instruction et une connaissance pratique.

Les marches de l'escalier de la montée spirituelle que nous discutons maintenant sont faites pour nous enseigner la façon de positionner la conscience, en premier, dans l'anahata purifié, pour assurer ensuite la croissance de l'anahata dans le corps et puis au-delà de lui — dans *le cocon*, puis dans la Terre et au-delà de la planète dans les plans les plus élevés.

De cette façon, nous pouvons nous accroître en tant qu'Amour. Dieu est Amour; c'est pourquoi on peut fusionner avec Lui seulement après être devenu un Grand Amour, une Grande Âme se composant d'Amour (Mahatma)!

Et il n'y a aucune autre manière de développer la Divinité, autre que les étapes fondamentales que nous décrivons ici.

Samadhi

Cette étape inclut une gamme d'accomplissements spirituels des plus élevés — du premier Samadhi — jusqu'à la Fusion avec la Conscience Primordiale.

La conscience du chercheur spirituel préparé par les étapes précédentes devient capable d'être en contact avec la Conscience de Dieu dans les plans les plus élevés. Ces premiers *contacts* donnent un vif sentiment de *bonheur extatique*, ce que le terme *Samadhi* signifie [6, 11].

Contrairement à l'état de Samadhi, le Nirvana est un état de *fusionnement* stable avec la Conscience de Dieu dans laquelle le sentiment de

“je” localisé disparaît. Le terme *Nirvana* signifie “combustion complète”, c.-à-d. la perte de l’individualité par la Fusion avec Dieu dans l’aspect de l’Esprit Saint ou du Créateur. Et c’est ce qui se produit en réalité.

Dans la Bhagavad-Gîtâ, Krishna parle au sujet de Samadhi et de deux principales étapes de Nirvana: Nirvana dans Brahman (l’Esprit Saint) et Nirvana dans Ishvara (le Créateur).

Mais en Inde, le terme *Nirvana* est devenu très utilisé par les bouddhistes à un certain moment, et plus tard, ce terme avec le bouddhisme a été “sorti hors” de l’Inde par les hindous. Au lieu d’employer le terme *Nirvana*, les écoles hindoues ont commencé à étendre la signification du terme *Samadhi* en y ajoutant une variété de préfixes. Diverses écoles ont employé ces mots composés et pour cette raison le terme *Samadhi* est devenu “diffus” et perdit de sa clarté. C’est pourquoi il fait sens, de retourner de nouveau à la terminologie précise que Dieu a présentée dans la culture spirituelle par l’intermédiaire de Krishna.

Ainsi, afin d’arriver de l’état de Samadhi (bonheur extatique de contact) au Nirvana (Fusion) on doit avoir une grande et forte conscience, développée par des formations précédentes. En plus de cela, elle doit être fermement établie dans la subtilité Divine.

Si ces conditions sont remplies, alors tout ce qu’il nous restera à faire est de trouver une entrée dans le plan requis, y entrer, et se dissoudre dans Sa Conscience en utilisant la méthode *de réciprocité totale*, que l’on doit maîtriser à l’avance.

Cette tâche exige non seulement des qualifications méditatives, mais également une préparation éthique: détruisant le moi inférieur de toutes les manières possibles en premier en le remplaçant par le soi collectif et ensuite avec le Soi universel, c.-à-d. le Paramatman.

C’est la seule manière dont l’homme peut se relier à la Puissance illimitée de Dieu.

“... Nous avons un réservoir inépuisable d’énergie psychique!” [2] (Hiérarchie: 394), dit Dieu.

Mais “si l’on devait exposer les conditions et les objectifs du Yoga, le nombre d’adhérents ne serait pas grand. Terrifiant pour eux serait le renoncement de soi que cela exige...”[2].

En rapport avec ce qui a été dit ci-dessus, j’aimerais citer le livre de Carlos Castaneda *La Puissance du Silence*: “... La guerre, pour le guerrier

(spirituel), est une lutte totale contre cette individualité personnelle qui prive l'homme de sa puissance." (Voir [6]).

... On explore les plans les plus élevés de l'absolue les uns après les autres. Avant de commencer à explorer le prochain plan, on doit accumuler la puissance de la conscience pendant longtemps, parfois pendant des années, afin de pouvoir y entrer et y rester. La seule exception est les gens qui ont approché ces étapes dans leurs incarnations précédentes et ont maintenu la quantité nécessaire *de puissance personnelle* et le niveau de subtilité de la conscience.

Chakras et Méridiens

Les chakras ont une forme de sphères plus ou moins régulière excepté le chakra supérieur sahasrara, qui est aplati verticalement et ressemble à un disque déposé horizontalement.

Les chakras n'ont pas, comme certains auteurs le disent, une structure interne ressemblant à un lotus; c'est une image. Cependant, un exercice comportant la création d'images provisoires de fleurs à l'intérieur des chakras en sentant même leurs arômes délicats est un très bon exercice.

Les chakras également n'ont pas de couleur inhérente spécifique en eux et il n'est pas censé y en avoir. Cela n'est également rien d'autre qu'une image populaire. Et essayer de colorer les chakras selon les couleurs de l'arc-en-ciel constitue une atteinte sérieuse à soi ou aux disciples, qui suivent de telles recommandations.

On doit essayer de nettoyer les chakras autant que possible de toutes les impuretés qui sont énergétiquement plus grossières que la couleur blanche tendre avec une légère tonalité ambre dorée. C'est le chemin vers la connaissance de l'Atman et de Dieu. Mais la fixation délibérée d'autres couleurs à l'intérieur des chakras signifie de les accorder à un mode de fonctionnement plus grossier, qui estropie les étudiants et les empêche d'atteindre la Perfection.

Il est salutaire de laisser entrer la lumière du soleil du matin ou les parfums des fleurs dans les chakras nettoyés.

Nous pouvons aussi inviter notre Enseignant Divin préféré dans l'anahata, apprendre à regarder tout avec Ses yeux et Lui demander conseil...

Dieu m'a par le passé donné une méthode merveilleuse de nettoyage de l'anahata et des autres chakras — un exercice avec un tétraèdre (pyra-

mide à quatre faces triangulaires). Si cet exercice est complété avec des sons particuliers ayant une vibration spécifique pour chaque chakra (mantras), alors en quelques mois d'entraînement les chakras se transforment en structures brillantes de tendresse et de pureté.

Travailler avec un tétraèdre et avec le yidam aussi bien que le développement des autres chakras — cela est un niveau d'exercices sérieux auxquels tous les gens intéressés ne devraient pas être permis de pratiquer.

Dans aucune circonstance, ceux qui n'ont pas changé totalement et pour toujours à une alimentation *sans-tuer* basée sur des fondements éthiques ou ceux qui ne montrent pas de progrès dans l'amélioration de la conscience devraient faire ce genre d'exercices.

Autrement, les mêmes méthodes qui peuvent produire un raffinement et une purification de l'organisme fixeront et feront augmenter la grossièreté énergétique. C'est le chemin dans la direction opposée à Dieu.

Ce genre de travail psychoénergétique est également incompatible avec la prise d'alcool — même sous forme de kvas, de koumis ou de kéfir manufacturé industriellement. La raison de cela est que les structures fines de l'organisme qui sont construites sont détruites dans ce cas-ci, ce qui mène à des maladies dangereuses. Les gens qui commencent ce genre de travail doivent renoncer à l'alcool pour toujours.

Ces méthodes augmentent la sensibilité du praticien à l'influence énergétique des autres aussi bien qu'à l'information que les esprits des niveaux plus bas de développements peuvent imposer. Par conséquent, il y a danger que les personnes qui ne sont pas intellectuellement et éthiquement matures ne puissent pas réagir adéquatement à ce genre d'influence, particulièrement dans des situations périlleuses, qu'elles soient vraies ou imaginaires.

En raison de cela, les personnes qui ont moins de 20 ans ne doivent pas s'engager dans ce genre de travail. En fait, seulement peu d'adultes peuvent en tirer un bénéfice.

Les formations psychoénergétiques qui ont comme conséquence l'atteinte de niveaux élevés de raffinement de la conscience et — par conséquent — du sentiment de "nudité" dans aucune circonstance ne devraient être enseignées aux masses. Seulement ceux qui ont été préalablement sélectionnés peuvent être admis afin de les pratiquer. Les autres personnes ont la possibilité de se développer intellectuellement et éthiquement en conditions de travail exotérique sur l'amélioration de soi: en accumulant de nouvelles connaissances, en servant d'autres personnes, et en renforçant leur propre foi.

* * *

Il y a sept chakras, au total. Parfois, un autre nombre est mentionné, mais c'est le résultat d'une mauvaise compréhension. Par exemple, d'autres centres d'énergie ou même des structures artificiellement créées à l'intérieur ou à l'extérieur du corps sont référés en tant que chakras.

Il y a également des avis incorrects quant à la localisation des chakras. Par exemple, dans certaines publications incompetentes l'anahata (le cœur spirituel) est placé dans la région de l'estomac et manipura "glisse en bas" à la région ombilicale.

En réalité les chakras sont situés comme suit:

Sahasrara — un chakra qui a la forme d'un disque plat est situé sous les os pariétaux dans la région des hémisphères avant du cerveau. Son diamètre est d'environ 12 centimètres; sa hauteur est d'environ 4 centimètres;

Ajna — un grand chakra situé au milieu de la tête coïncide avec les parties centrales du cerveau;

Vishuddha — un chakra situé dans la moitié inférieure du cou et au niveau des clavicules;

Anahata — un chakra situé dans la poitrine entre les clavicules et le plexus solaire;

Manipura — un chakra de la partie supérieure de l'abdomen;

Svadhithana — un chakra de la partie inférieure de l'abdomen;

Muladhara — un chakra situé dans la partie plus inférieure du bassin entre le coccyx et les os pubiens.

Le niveau de développement des différents chakras correspond à des caractéristiques psychologiques. Ainsi, quand les chakras suivants sont développés:

Sahasrara — il y a la capacité prononcée de penser stratégiquement, c.-à-d. la capacité de voir le "grand portrait", de comprendre toute la situation "d'en haut", ce qui permet à de telles personnes d'être des gérants ayant une vision élargie;

Ajna — on possède alors une "pensée tactique", qui permet de traiter avec succès des problèmes particuliers en science, en affaire, dans la vie de famille, etc.;

Vishuddha — il y a alors, les capacités pour la perception esthétique; les bons peintres, les musiciens, et autres artistes sont des gens avec un vishuddha bien développé;

Anahata — on possède alors la capacité d'aimer avec émotion (d'aimer non "avec la tête", mais avec "le cœur");

Manipura — il y a alors la capacité, d'agir énergétiquement; mais parfois cela est accompagné avec la disposition à la domination et à l'irritation ou toute autre manifestation de colère;

Svadhithana — il y a alors, une fonction reproductrice bien prononcée;

Muladhara — il y a alors, stabilité psychologique dans diverses situations.

* * *

La prochaine étape de travail après le développement et le nettoyage des chakras (qui sera discutée dans les prochains chapitres) consiste à amener les méridiens principaux du corps à un état approprié. Ce sont les méridiens qui composent *l'orbite microcosmique*, aussi bien que *le méridien central*.

Quand on a nettoyé *l'orbite microcosmique*, l'énergie des deux chakras inférieurs peut être augmentée par les canaux spinaux, jaillir aux méridiens de la tête jusqu'à la partie antérieure du corps et puis descendre par *le méridien avant*, qui fonctionne comme un tuyau plat le long de la partie antérieure du corps.

Cet exercice de circulation d'énergie autour de *l'orbite microcosmique* produit un fort effet émotionnel positif; cela "brûle" également les énergies brutes de l'organisme dans *le méridien avant*, ce qui conduit à une amélioration de la santé aussi bien que le nettoyage et le raffinement de l'organisme.

Le méridien central est un large canal (correspondant au diamètre des chakras développé à l'étape du raja yoga), qui englobe en entier la "colonne" des chakras.

Son importance est immense puisqu'il nous permet de combiner tous les chakras en un complexe avec un couloir spacieux. Travailler avec lui permet également d'exécuter *la cristallisation* de la conscience dans les plans subtils, dans lesquelles ce méridien existe, jusqu'au volume du corps.

Le nettoyage *du méridien central* et de ses parois conduit à une plus grande amélioration de la santé.

Et aux étapes les plus élevées du travail psychoénergétique, cette structure est essentielle pour le travail avec la kundalinî.

Le travail avec le *méridien central* peut être performé à l'aide d'un mantra spécial sur des endroits énergétiques significatifs spéciaux sur la surface de la Terre (*lieux de puissance*) ou avec l'aide et la participation d'un instructeur.

L'étape principale suivante est de déplacer la conscience dans *le cocon* d'énergie qui entoure le corps et la *cristallisation* de la conscience dans son volume.

Après cela, on doit réaliser la segmentation du *cocon* en deux *bulles de perception*: celle du haut et celle du bas. Celle du haut inclut les trois chakras supérieurs; celle du bas — les quatre chakras inférieurs.

Avec notre *bulle de perception* supérieure, nous percevons le monde des objets matériels; avec celle inférieure nous percevons les mondes immatériels.

Entraînements Méditatifs

La méditation est l'un des moyens principaux afin de se développer comme conscience, aussi bien que la seule manière possible de connaître Dieu et de fusionner avec Lui.

Il y a quatre principaux types d'entraînement méditatifs: a) l'amélioration de la conscience; b) son augmentation; c) transférer la concentration de la conscience à l'intérieur d'un plan, aussi bien qu'à d'autres plans, d) maîtriser les méthodes de fusionnement de la conscience avec la Conscience Divine.

En fait, le Chemin entier menant à la Fusion avec la Conscience Primordiale peut être exprimé de manière étonnamment très simple:

- développer le cœur spirituel à l'intérieur du corps;
- l'accroître graduellement jusqu'à la taille de notre planète;
- explorer des plans de plus en plus subtils dans l'univers multidimensionnel;
- et se fusionner (en tant que cœur spirituel) avec le Créateur en Sa Demeure.

Dans ce contexte, il devient clair pour nous ce que nous devrions cultiver en nous-mêmes et de ce que nous devrions nous défaire.

Nous devons nous accroître en tant qu'Amour sage, fort, et raffiné.

Nous devons nous purifier de tout ce qui n'est pas Amour: toutes sortes de rudesses, colère et égocentrisme, y compris les émotions de condamnation, de jalousie, d'avarice, d'envie, de violence, de désir sexuel égotiste (luxure), etc.

L'étape principale suivante du développement du cœur spirituel sera son expansion, "débordement" dans le calme lucide des matins sur des lieux naturels face à un paysage ouvert (par exemple, des rivages de mer, des prairies, des champs, dessus de collines ou des sommets de montagne).

De telles méditations d'amour peuvent être pratiquées tout au long de l'année, mais elles peuvent seulement être réussies durant la journée. La meilleure saison pour ce genre de travail est le printemps, quand l'exultation de la nature nous accorde à l'état émotif correct et nous donne sa puissance — puissance d'émotion d'AMOUR.

La prochaine étape pour ceux qui ont maîtrisé avec succès les méditations discutées ci-dessus, est le dur travail de remplir tous les plans les plus subtils de l'espace multidimensionnel de soi comme cœur spirituel. Le dernier plan que l'on doit remplir est la Demeure du Créateur.

* * *

Sathya Sai Baba a dit [37]:

"La tâche du travail de la méditation est de dissiper l'illusion que Dieu et l'essence de chaque homme, aussi bien que l'essence du monde matériel entier, sont différents.

"La méditation correcte est la fusion de toutes les pensées et indriyas avec Dieu.

"Les fruits de la méditation arrivent... quand toutes les actions viennent de la Conscience de Dieu et non pas de l'esprit.

La Fusion avec l'Absolu signifie l'enlèvement du voile de l'ignorance, c.-à-d. de l'illusion de l'existence de parties différenciées — par opposition à Un Absolu.

"L'homme peut observer l'Absolu, manifesté en division, dans la vie d'un Avatar."

Je peux vous assurer que tout cela est vrai!

Lieux de Puissance

Une accélération significative du développement méditatif de la conscience peut être réalisée à des *lieux de puissance* spéciaux.

Ce terme a été introduit par l'Indien mexicain Juan Matus (don Juan), dont l'expérience a été décrite par Carlos Castaneda (plus de détails dans [6]). Ce terme dénote des endroits spéciaux dont les caractéristiques énergétiques diffèrent sensiblement du niveau aux alentours (pour les êtres humains).

Les lieux de puissance peuvent être classifiés en positif et en négatif, selon l'effet qu'ils produisent sur les personnes.

Les *lieux de puissance* négatifs peuvent induire de la colère, de la dépression, de la terreur, de l'inquiétude, une sensation étrange d'inconfort ou de coma éthylique, etc. Rester en ces lieux peut causer des maladies, un abrutissement de la conscience et même la mort, particulièrement si on établit sa maison à un tel endroit.

Je me rappelle en particulier un grand lieu comme cela, placé à l'ouest de la ville de Magnitogorsk, près de la chaîne de montagne d'Oural. Un jour, je conduisais à travers cet endroit sur une route plutôt plane. Le long des deux côtés de cette route, il y avait de nombreuses croix mortuaires — c'est la façon dont ils marquent traditionnellement les endroits où il y a eu des accidents d'automobile ayant eu des morts dans ce secteur. Mes compagnons, qui ont habité dans Magnitogorsk, m'ont expliqué que cela avait toujours été un mystère pour tous à savoir pourquoi tant de conducteurs et de passagers sont morts là, sur une section douce de la route et pas dans le secteur montagneux.

Cet endroit induit l'état qui se produit si l'on a trop bu d'alcool et fumé une cigarette en plus de cela. Ceux qui savent comment on se sent peuvent facilement imaginer ce qui arrive à un conducteur fatigué là, particulièrement pendant la nuit quand il y a de la neige ou qu'il y a un orage.

Il y avait également un village sur ce *lieu de puissance*; il semblait gris et déprimé, sans personnes ni animaux en vue. J'ai détecté "l'épicentre" avant même que nous l'ayons approché. Il s'est avéré être exactement au centre de ce village. Quand nous avons conduit plus près de lui, nous avons vu plusieurs maisons à moitié en ruine et abandonnées: apparemment, toutes les personnes sont mortes à l'intérieur d'elles; personne ne pouvait vivre là...

Assurément, j'aurais voulu aider tous ces pauvres camarades. Mais comment aurais-je pu dire quelque chose à ce sujet? Qui m'aurait cru?

Les *lieux de puissance* ne sont pas nécessairement grands. Ils peuvent être aussi grands que plusieurs kilomètres, ou justes des centaines de mètres ou même un mètre de diamètre. Parfois, on peut rencontrer une colonne d'énergie traversant tous les planchers d'un gratte-ciel.

Parfois, je suis parvenu à détruire de petits *lieux de puissance* négatifs dans des maisons pour toujours et d'autres fois pas.

Localiser des *lieux de puissance* à l'aide "d'outils" comme des bâtons de sourcier ou des pendules n'est pas efficace. On peut déterminer toutes les caractéristiques de *lieux de puissance* — y compris leur qualité et quantité spécifique — seulement en les sentant personnellement: soi-même comme conscience. Mais on peut apprendre cette méthode seulement sur le Chemin spirituel — par le raffinement de la conscience et en acquérant la fluidité en se déplaçant le long de *l'échelle* entière de la *grossièreté-subtilité*.

Ce qui a été dit ci-dessus est aussi valable pour les *lieux de puissance* positifs. Et ils peuvent être si merveilleux!

Ils peuvent nous fournir des niveaux de subtilité ou former la conscience de plusieurs façons, remplissant cette forme de leur énergie.

Ils peuvent guérir diverses maladies en lavant les corps d'un bout à l'autre avec des fontaines d'énergie curative ou juste en versant l'excès de leur puissance curative, adéquatement sur un organe en particulier.

Ils nous permettent également d'être dans l'état *de non-moi* — cet état ne peut pas être expliqué par des mots. Il peut seulement être expérimenté, mais c'est une expérience essentielle, néanmoins...

Ils peuvent aider à entrer dans les plans les plus élevés, conduisant à la connaissance de l'Atman ou sont les endroits préférés d'Enseignants Divins afin de rencontrer de dignes disciples...

Les gens peuvent passer à travers ces Lieux Saints sans les remarquer. Mais l'écologiste de l'espace multidimensionnel, qui est un chercheur et un guerrier spirituel, doit apprendre à les trouver et à les utiliser.

La Formule de Babaji

Nous avons déjà examiné toutes les étapes du Chemin spirituel dans les termes du système de Patanjali. Laissez-nous maintenant discuter du

même problème en utilisant l'analyse de la formule du développement spirituel suggéré par l'Avatar Babaji [6-7, 11, 16, 19, 55]. Cette formule ressemble à ce qui suit:

Vérité — Simplicité — Amour — Karma Yoga (service à l'humanité) — Abandon de l'individualité inférieure pour le fusionnement avec le Soi Supérieur de Dieu.

* * *

L'arrivée de Jésus-Christ — un Messager de Dieu le Père — avait été prédite par de nombreux prophètes Juifs. Mais quand Jésus est venu — seulement certains Juifs l'ont reconnu comme Christ; ils étaient ceux qui sont devenus ses premiers disciples et propagateurs des Enseignements de Dieu, qui étaient nouveaux pour cette région de la Terre. Mais les Synagogues officielles n'ont jamais accepté Jésus en tant que messager de Dieu le Père et... ont attendu pendant presque deux mille ans un autre Christ...

Un phénomène semblable s'est produit dans un proche passé: toutes les organisations de masse se désignant Chrétiennes n'ont pas reconnu Dieu Qui est apparu devant les personnes de la Terre sous forme humaine!

Jésus-Christ Lui-même a prédit: "Quand vous apercevrez Celui Qui n'a pas été conçu par une femme, prosternez-vous face contre terre et adorez-Le. Celui-là est votre Père"(Évangile de Thomas, 16; voir [56]). En 1970, l'Avatar Babaji est venu sur Terre exactement de cette façon — mais les "Chrétiens" ne l'ont pas reconnu.

(Maintenant un autre Avatar — Sathya Sai Baba — travail sur Terre, prêchant les mêmes Enseignements Universels Éternels de Dieu le Père — et encore les autorités religieuses de toutes les confessions Chrétiennes de masse refusent de le reconnaître!).

Dieu est devenu un concurrent à plusieurs organisations religieuses: car Il peut "attirer vers Lui" leur "troupeau". Qui soutiendrait alors tous ceux pour qui les églises sont une source de revenus? C'est pourquoi quelques "pasteurs" intimident la congrégation: "tout ce qui vient de l'Est — est de Satan!", ou bien, ils disent "si vous ne restez pas avec nous vous irez sûrement en enfer!"...

Mais Jésus-Christ s'est incarné au Moyen-Orient — en Judée, Krishna, Babaji, Sathya Sai Baba, — tous sont de l'Est. Ainsi, est-ce que Dieu — "viens de l'Est"?

* * *

Babaji est l'un des représentants de Dieu le Père, une Partie de Lui. Il s'incarne périodiquement sur Terre en tant qu'Avatar afin d'aider les gens. Une de Ses incarnations a eu lieu à la fin du 19^e siècle; cela a été décrit par Yogananda [63]. La suivante a été de 1970 à 1984 — encore en Inde du Nord, où Il est apparu devant des personnes en matérialisant pour Lui un corps de jeune homme, dans lequel il a vécu pendant 14 années.

Maintenant Babaji, ainsi que Jésus-Christ, Sathya Sai Baba, Krishna, et autres Enseignants Divins, Qui sont des Manifestations de Dieu le Père, continuent d'aider les dignes disciples de Dieu — mais cette fois de l'état non incarné.

De Sa dernière incarnation sur Terre, Babaji a laissé aux gens une version concise et brillante des Enseignements de Dieu. Le "noyau" qui a été mentionné auparavant est une courte liste approfondie de ce que nous, les gens, devons accomplir. La chose principale pour nous est maintenant d'essayer de comprendre correctement ce que ces mots veulent dire et accomplir ensuite tout cela.

Vérité

La présente partie *de la formule de Babaji* implique la compréhension de ce que Dieu et l'Évolution de la Conscience Universelle sont, quelle y est notre place, et qu'avons-nous exactement à faire. Présentement presque tout le monde manque cette compréhension.

En Inde actuellement, le "dieu populaire" préféré est le fictif Ganesh: un homme avec une tête d'éléphant, qui est né prétendument dans les cieux du rapport entre d'autres "dieux".

Dans le monde "Chrétien", les personnes croient sincèrement que leur Dieu est Jésus-Christ et que les Musulmans ont un autre Dieu — faux, bien sûr — Allah. Bien qu'Allah soit simplement une traduction littérale *de Dieu le Père* dans la langue arabe. Et c'est l'amour pour Lui et l'aspiration vers Lui que Jésus-Christ a prêché.

Présentement la plupart des "Chrétiens" ont perdu Dieu le Père, Qui a été prêché par Jésus, et l'AMOUR, qui est essentiel pour atteindre le Créateur...

C'est pourquoi n'importe quelle personne intelligente doit apprendre à voir la différence entre le vrai *Christianisme* en tant qu'*Enseignements de Jésus-Christ* — et les interprétations de ceux-ci qui existent sous le

même nom. Et parmi ces derniers, on peut y voir divers degrés de déformation jusqu'à leur perversion absolue, à leur antithèse.

Que doivent faire ceux qui se considèrent Chrétiens? Ils doivent étudier les Enseignements de Jésus-Christ et les suivre!

Pour faciliter la réalisation de cette tâche, on doit systématiser les Enseignements sur les sujets considérés [6, 11] et avoir la méthodologie de leur réalisation.⁵

* * *

Certains lecteurs peuvent penser: l'auteur critique tout le monde — peut-être veut-il se présenter lui-même en tant que "Sauveur"?

Non, je veux présenter en tant que Sauveur, pas moi, mais Dieu! Je n'ai besoin ni de la renommée ni de la popularité: j'ai choisi une vie monastique modeste et silencieuse pour moi. Je veux aider les gens. Et je sers Dieu.

... Oui, Dieu ne mène pas les infidèles à Lui par le Droit Chemin. Ce sont les mots du Coran.

Et le Droit Chemin menant à Lui est le Chemin de l'Amour: amour pour les personnes, pour tous les êtres vivants, pour la Création et le Créateur. C'est le Chemin menant à Lui en tant que But correctement compris. C'est le Chemin de la purification de soi en tant qu'âme de tout ce qui n'est pas Divin: y compris la grossièreté, la violence et toutes sortes d'égo-centrisme — et de remplacer l'égo-centrisme par un Dieucentrisme. Et tout cela est vrai!

Si vous pouviez embrasser Jésus-Christ non incarner Qui apparaît sous une forme d'apparence humaine et sentiez Son amour Divin, la Subtilité, et la Tendresse — combiné avec la Puissance illimitée résultante de l'Unité avec la Conscience Universelle des plans les plus hauts, et la Sagesse Divine — alors, vous réaliseriez tout de suite ce que Dieu apprécie dans les personnes et ce qu'Il veut que nous soyons.

Mais afin que nous puissions être honorés d'un tel contact, nous devons nous approcher plus près de Lui — pas physiquement, mais par les caractéristiques de l'âme.

⁵ C'est le but de ce livre et d'autres livres et films créés par notre École scientifique-spirituelle.

* * *

Une des manières de répondre à la question "Qu'est-ce que la vérité?" est:

"Il y a une Évolution qui se produit à l'intérieur du corps de l'Absolu.

"Notre But est le Créateur. Notre tâche est de nous transformer nous-mêmes d'une partie de l'Absolu en une partie du Créateur, de L'enrichir avec nous-mêmes.

"Afin d'accomplir cette tâche, nous devons devenir Amour — Fort, Sage, et raffiné au niveau de la Conscience Primordiale."

Simplicité

La simplicité signifie vivre et agir de façon naturelle et sensible, aussi bien que de cultiver la modestie, le manque d'arrogance et de suffisance. La simplicité est une condition préalable à l'Amour. C'est également un outil indispensable des guerriers spirituels, que Dieu veut que nous soyons.

La meilleure manière de développer la simplicité est de rester près de la nature et d'apprendre à s'adapter à son harmonie. Ici, dans la solitude des forêts, des champs et des lacs, sans maquillage sur le visage, sans boucles d'oreilles, sans vêtements synthétiques de luxe, ou bien même sans vêtements du tout — nous pouvons aimer la beauté de la Création et le Créateur, acceptant l'aide de Dieu de la manière optimale, nous élargissant avec la conscience dans la beauté de la Création et dans l'Esprit Saint.

La simplicité est également belle en exprimant notre amour pour d'autres personnes: dans un sourire, l'amitié, la tendresse et la franchise avec nos amis.

Mais il est important de connaître les limites. Par exemple, marcher nue parmi ceux qui ne vous comprennent pas et propager votre compréhension de la "simplicité" de cette façon — c'est un manque de tact; cela ne peut pas s'appeler une action harmonieuse ou spirituelle.

Le même principe peut être appliqué aux rapports sexuels: la "simplicité" qui mène aux maladies sexuellement transmises et à des grossesses non désirées, aussi bien qu'à ce qui est relié à la violence et à l'égoïsme — n'est pas ce que Dieu veut de nous.

La "spontanéité" dans l'expression et la réalisation de tous ses caprices, besoins et désirs, qui sont encouragées dans certaines sectes pseudo-

spirituelles modernes et autres organismes, n'a également rien à voir avec la vraie simplicité.

Seulement la simplicité des personnes intelligentes, qui appartiennent au sattva guna et ceux qui ont atteints des sommets spirituels encore plus élevés pratiquent la vraie Simplicité.

Les gens du tamas guna comprennent la simplicité soit en tant qu'extrême indulgence ou violence, grossièreté, se quereller, et s'allonger ivres dans la boue.

La vraie Simplicité est l'un des éléments de "l'entraînement pour Dieu". Elle n'est pas pour ceux qui sont loin de Lui.

Amour

L'Amour est la qualité première de Dieu. Afin de fusionner avec Lui (ou même d'échapper à l'enfer, pour commencer) nous devons apprendre à sentir les émotions d'amour et exécuter des gestes d'amour, à éliminer tous les états et les actions opposées, peu importe les circonstances dans lesquelles nous vivons.

L'Amour est la chose principale que Dieu veut de nous. Et nous n'avons aucune autre possibilité de Le connaître et de nous fusionner avec Lui, à moins que nous nous transformions en Amour.

L'Amour est un état émotif spécial; en d'autres termes — c'est un état de l'énergie de la conscience. Et la conscience (l'âme) est ce que chacun de nous somme en réalité.

Chaque fois que nous laissons l'état d'amour, nous nous aliéons de Dieu. "Chaque fois que nous laissons l'état d'amour, cela mène à l'accumulation de mauvais karma" — c'est ce que Dieu m'a dit dans le passé [7].

Les gens mettent le blâme de leurs malheurs et maladies sur n'importe qui à part eux-mêmes. Bien que ce soit toujours eux qu'ils doivent blâmer.

Il est de première importance pour nous de comprendre que l'état stable et confiant d'amour ne peut être réalisé qu'en pratiquant des techniques psychiques spéciales d'autorégulation qui doivent inclure le travail avec les chakras, principalement avec le chakra anahata. (Nous allons décrire ces méthodes dans les prochains chapitres de ce livre).

Dans le Christianisme antique, une méthode spéciale "d'ouverture" du cœur spirituel a été développée, qui s'appelait *la Prière à Jésus*. Les

adeptes devaient répéter constamment un appel fervent spécial à Jésus, et après des années de pratique certains d'entre eux réussissaient à faire que la prière "se fraie un chemin" dans leurs cœurs spirituels — et cela leur faisait réaliser ce qu'est réellement l'amour. Quand cela se produit, la vie entière de telles personnes change dramatiquement [59].

... Un jour, Dieu voyant mon aspiration sincère vers Lui et mon fort désir d'aider les gens m'a aidé à créer un système extrêmement efficace de méthodes afin "d'ouvrir" et de développer le cœur spirituel. Certaines de ces méthodes ont été décrites dans plusieurs de mes livres et ont été largement enseignées en Russie et dans certains autres pays il y a de cela un certain temps.

Cependant, je dois mentionner que hors des milliers d'étudiants, seulement quelques-uns ont pu atteindre la connaissance réelle et plutôt complète de Dieu le Père. Quelle était la raison de l'abandon des autres? C'était leur incapacité à comprendre complètement les points *de la formule de Babaji*.

L'accablante majorité des étudiants manquaient cette intense aspiration vers la connaissance de Dieu, qui leur aurait permis de transférer leur attention à Lui au lieu des objets du monde matériel. D'autres ont abandonné devant les menaces de fanatiques de secte à l'esprit étroit.

Les techniques psychiques intrinsèquement ne peuvent pas faire en sorte qu'une personne atteigne Dieu; elles peuvent seulement jouer le rôle d'aides merveilleuses et nécessaires. Mais la condition préalable principale au succès est la capacité du chercheur spirituel à comprendre avec l'intellect développé l'intégralité de la Vérité et établir une aspiration affectueuse immuable vers le But principal, en d'autres termes — de tomber amoureux du Créateur.

Le véritable Chemin spirituel implique nécessairement le développement complexe d'une personne, qui doit inclure les aspects intellectuels, éthiques, et psychoénergétiques.

Aussi, une personne ne peut pas cultiver avec succès le vrai amour seulement en exécutant des exercices avec le chakra anahata pendant les classes de méditation. Le développement de l'amour doit remplir notre vie entière et s'infiltrer dans toutes nos activités.

Il doit être manifesté:

— en restant constamment avec la concentration de la conscience dans le chakra anahata,

- dans l'attitude respectueuse, délicate et sincère envers chacun, qu'on les connaisse ou pas,
- dans la capacité de pardonner et oublier des insultes rapidement, sans vouloir se venger
- dans l'adoption d'un comportement qui exclut toute possibilité d'offenser ou de chagriner quelqu'un incorrectement.

L'amour doit inclure un composant sacrificatoire voulant aider les autres, même si cela va à son propre détriment. À l'intérêt de ceux qui méritent cette aide, doit être accordé une importance plus grande que la sienne.

L'Amour doit être dirigé non seulement vers Dieu et les gens, mais également vers les animaux et les plantes; personne ne peut penser que leur amour est développé s'ils peuvent encore tuer ou mutiler des plantes inutilement, si elles se permettent de manger les corps d'animaux pour satisfaire leur glotonnerie.

L'Amour doit être irréprochable dans les rapports avec les enfants. Cela implique d'être incapable d'être irrité. Bien qu'être exigeant envers les enfants en leur enseignant la discipline et l'honnêteté ne devrait pas être exclu — dans l'intérêt des enfants, en premier lieu!

Chacun devrait analyser les caractéristiques de leur amour dans la sphère sexuelle, puisque c'est là où les vices humains habituellement se manifestent très vivement.

Toute forme de violence ou de contrainte dans le sexe — même sous forme verbale ou en pensée — sont des exemples d'un comportement contraire à l'amour.

L'insouciance d'un homme quant à la prévention d'une grossesse non désirée est un autre exemple du même type de comportement.

La passivité d'une femme pendant l'acte sexuel quand elle n'essaie pas de donner son amour à son partenaire masculin, mais attend seulement égoïstement d'être satisfaite elle-même, et être capable d'être froissée contre son partenaire pour ses "fausses" manœuvres — est un phénomène de la même nature. (Puisque toutes les personnes diffèrent dans l'aspect de leur sexualité, et que le nouveau partenaire ne sait jamais d'avance comment mieux vous satisfaire!)

La vraie sexualité est l'art de vous donner vous et votre amour au partenaire au moyen de relations sexuelles. Et seulement, une combinaison d'amour sincère venant des deux partenaires peut mener à l'harmonie dans les rapports sexuels.

Je suis sûr que beaucoup de femmes tireraient avantage à lire le merveilleux livre de Barbara Keesling [38], qui fait la promotion de la pratique pour les femmes de donner leur amour sexuel comme un cadeau. Bien que je ne recommande pas de faire tout ce qui est écrit là. Par exemple, pratiquer le sexe oral augmente significativement le risque de transmettre des infections. Aussi, les rapports sexuels avec autant de partenaires sont absolument incompatibles avec le Chemin spirituel sérieux: pendant des rapports sexuels, un échange intensif d'énergie intervient entre les partenaires, ce qui amène à prendre la possible grossièreté énergétique, les impuretés et les maladies du partenaire.

... Chacun établit sa destinée lui-même, en utilisant la liberté de choix qui nous a été accordée par Dieu. Quelqu'un se développe dans l'amour sacrificatoire en aidant les autres. Quelqu'un d'autre cultive l'égoïsme capricieux, la haine, la grossièreté et la cruauté. Les premiers s'abstiennent et pardonnent, ne deviennent pas immergé par l'hostilité et se préservent ainsi dans l'amour et l'aspiration au Créateur — et l'atteignent. Le dernier devient "un déchet de l'Évolution". Le premier peut vraiment s'appeler Chrétien. Et le dernier, même s'il porte une croix et visite l'église, — comment devrait-on l'appeler?

Notre sexualité a été conçue par Dieu non seulement en tant que moyen de reproduction, mais également comme méthode de développement spirituel. Il facilite la culture de tels aspects de l'amour comme la tendresse, l'attention, le don de soi, fusion de deux consciences en une, ce qui nous prépare à la Fusion avec la Conscience du Bien-aimé Suprême — le Créateur. L'amour sexuel peut directement contribuer au développement du cœur spirituel, dont nous avons déjà discuté. Il nous enseigne également la Paix (si tout va bien), qui est une composante indispensable de la Perfection, une des qualités de Dieu, que nous devons maîtriser.

Mais tout ceci se rapporte seulement à la sexualité sattvique pure des personnes qui accomplissent de vrais progrès sur le Chemin spirituel. Dans ces cas cela accélère leur avancement de manière significative.

Mais la sexualité des personnes grossières et égoïstes qui ne possèdent pas un cœur spirituel développé peut être dégoûtante et les mener en enfer.

La propagation du "Christianisme" perversi qui a perdu l'amour est devenue une malédiction pour l'évolution spirituelle de beaucoup de gens sur la Terre. Entre autres, il a condamné l'amour sexuel et a déclaré sa renonciation comme "un exploit Chrétien". Il profane toutes les conceptions en les appelant "souillées" par opposition à la conception "immaculée"

(c.-à-d. sans homme) de la mère de Jésus-Christ, qui a supposément eu lieu. Le corps humain lui-même, en particulier le corps des femmes, était considéré honteux. Dans le passé, les personnes “décentes” se sentaient gênées même pour dire le mot *jambes*. Les mots qui étaient reliés au thème sexuel étaient déclarés “indécents” et transformés en sacre — moyens de souiller les autres. De cette façon, le langage obscène a été créé — le langage du *tamas guna*.

Et comment une attitude pure face à la sexualité pourrait-elle se former chez des personnes qui le considèrent comme un “vice” odieux, qui détestent la sexualité en eux-mêmes et en particulier chez les autres? Mais sans cette attitude pure envers la sexualité, on peut difficilement réussir dans le raffinement de la conscience, développer l’amour, et s’approcher de Dieu.

Les gens ont commencé à craindre ce qui en réalité pouvait les aider à devenir meilleurs!

Les hommes en sont venus à détester les femmes exactement pour ce pour quoi les femmes pouvaient les aider. Puisque les femmes sont, en général, significativement plus raffinées que les hommes, si ce n’est pour aucune autre raison que leur statut hormonal. Et par cette caractéristique elles sont plus près de Dieu.

Jésus-Christ a enseigné la même chose [56] quand Il s’adressa aux hommes:

“Respectez-la, soutenez-la. En agissant ainsi, vous gagnerez son amour et trouverez la faveur dans le regard de Dieu...”

“De la même manière, aimez vos épouses et respectez-les...”

“Soyez clément envers les femmes. Leur amour anoblit l’homme, adoucit son cœur durci, apprivoise la brute en lui, et fait de lui un agneau.

“L’épouse et la mère sont des trésors inestimables qui vous ont été donnés par Dieu. Elles sont les ornements les plus appropriés de l’existence...”

“Par conséquent, je vous dis, après Dieu vos meilleures pensées devraient appartenir aux femmes et aux épouses, les femmes étant pour vous le temple où vous obtiendrez le plus facilement le bonheur parfait. Imprégnez-vous dans ce temple avec force morale. Là, vous oublierez vos douleurs et vos échecs, et vous récupérerez l’énergie nécessaire afin de vous permettre d’aider votre voisin.

“Ne l’exposez pas à l’humiliation. En agissant de la sorte, vous vous humilierez vous-même et perdriez le sentiment d’amour, sans lequel rien n’existe ici-bas.

“Protégez votre femme, pour qu’elle puisse vous protéger vous et toute votre famille. Tout ce que vous faites pour votre épouse, votre mère, pour une veuve ou toute autre femme en détresse, vous l’aurez fait à Dieu.” (La Vie de Saint Issa, 12:13-21).

Mais le “Christianisme” (et pas seulement le “Christianisme”) a déclaré que la femme... “Est la source du péché” et lui demandait de couvrir son corps de toutes les manières possibles. En Russie pendant plusieurs siècles, les femmes devaient porter de longues robes spéciales en se baissant et devaient également porter des vêtements pour dormir: “Que se passera-t-il si vous mourez dans votre sommeil — vous apparaîtrez devant le Seigneur nue! Quelle honte cela serait!”

Un autre exemple d’une semblable abomination est de déclarer certains enfants “illégitimes” amenant la honte à la maternité de ces femmes à qui Dieu a confié l’éducation de ces enfants!

... Nous devons comprendre que ce sont les gens du *tamas guna*, immergés dans le vice et ne voyant rien d’autre que cela et possédant des caractères agressifs qui se saisissent des “rênes du pouvoir” dans les mouvements à l’origine religieux sains et les tournent graduellement dans la direction opposée, déformant la doctrine de Dieu à sa parfaite antithèse.

Dans l’aspect sexuel de la vie, ils — tandis qu’ils appartiennent à l’enfer étant obsédés par les passions pour la violence, les souillures et la satisfaction de leurs luxures égoïstes — ne peuvent pas s’imaginer que pour d’autres personnes, sattiviques, la sexualité ne signifie pas la luxure, mais une manière de partager leur amour, la donnant à d’autres comme un don. Et que cela peut être leur manière de servir Dieu!

* * *

Mais de devenir obsédé par le sexe n’est pas également bon. Le terme *fornication* est valide non seulement pour les personnes, mais également pour Dieu. Il signifie avoir trop de contacts sexuels et avoir des contacts sexuels avec des partenaires inappropriés (ceux qui ne sont pas au même niveau d’avancement spirituel). Les maladies sexuellement transmises sont des mécanismes que Dieu utilise pour ralentir les tendances des personnes à faire du sexe un amusement.

La vérité ici est que nous devons essayer de diriger toute notre attention vers la recherche de Dieu, sans trop de distraction pour toutes autres choses. (Et le sexe est juste une de ces distractions).

... Ainsi, dans le sexe, comme dans toute autre chose, chacun doit trouver le chemin d'or du juste milieu...

* * *

Le raffinement de la conscience et le vrai sattva, comme étape nécessaire à la connaissance de l'Esprit Saint et de Dieu le Père, sont impossibles à réaliser sans l'acceptation et la compréhension du concept de la BEAUTÉ.

"La beauté: Le cosmos établit l'Évolution sur cette formule" — c'est ce que Dieu nous a enseigné par l'intermédiaire d'Elena Roerich [26, 40].

La beauté spirituelle existe des deux côtés de la balance des gunas: rajas et sattva.

La beauté Rajas se manifeste en particulier dans l'audace, l'autodiscipline, et la beauté de l'exploit. Elle est manifestée dans un guerrier spirituel avec une volonté de fer.

La beauté rajas peut être trouvée dans certaines expressions de la nature; elle peut également être exprimée dans la danse, la musique et l'art. Des exemples de cette dernière sont les peintures de Nicolas Roerich.

La beauté Sattva — manifestée dans la pureté et la beauté spirituelle, le raffinement et la saturation du sentiment d'amour tendre — est la dernière marche sur l'escalier menant à la connaissance de l'Esprit Saint.

Dans la nature nous pouvons observer les états sattviques dans la pureté de la lumière du soleil à l'aube, dans le chant des oiseaux au printemps, dans le silence charmant d'une soirée tranquille, etc.

Parmi les exemples les plus vifs de musique fortement sattvique sont certaines compositions d'Ananda Shankar.

La beauté sattvique d'un corps humain harmonieux est également spirituelle et peut amener celui qui l'observe à la tendresse, à la tranquillité et à la paix, ce que bons nombres d'entre nous manquons.

* * *

Et un autre commentaire au sujet de l'amour.

Un jour, je voyageais en train, perfectionnant l'humilité d'esprit en étudiant la situation: parmi mes camarades voyageurs, il y avait une mère et son fils. Elle avait un corps énorme et était très grossière. Son fils — un cadet militaire — avait environ quinze ans. Elle a constamment crié pendant tout le trajet. À quel sujet? C'était... juste sa façon normale de parler à son fils, criant tout ce qui lui venait en tête: toutes ses pensées. Par exemple: "chéri! Je vais aller à la toilette et expulser mon cœur de pomme!... Pourquoi ne réponds-tu pas, quand ta mère te parle????!!!" Et son fils exaspéré regardait par la fenêtre avec une expression lourde sur son visage pouvant seulement incliner la tête dans l'indifférence...

Comment le comportement de cette "maman", qui aimait sincèrement son enfant, peut-il être caractérisé?

Était-ce violent? — Oui, ce l'était. Était-ce sans tact? — Oui, ce l'était. On pourrait nommer encore plusieurs de ses traits... Mais ce sur quoi il est important d'insister est que son amour manquait de paix.

La capacité de sentir une profonde paix intérieure, particulièrement quand il n'y a nul besoin d'effectuer des actions énergiques est une qualité très importante et valable. C'est un préalable fondamental à l'amour vrai.

Les tentatives d'aimer sans cette paix intérieure se transforment parfois en ce que je viens juste de décrire. Un tel "amour" peut seulement estropier ses victimes. Il induit en eux seulement un besoin pressant de s'échapper. S'il y a un endroit où s'échapper...

... L'état de Dieu le Père dans Sa Demeure peut être décrit en tant que Douce Paix. Apprenons cela de Lui en se préparant à Sa rencontre.

Mais la vraie paix n'est pas quelque chose contraire à une bonne motivation et à une saine énergie, elle les assortit harmonieusement. Analysons ce postulat — et appliquons-le dans nos vies!

Karma Yoga (Service Désintéressé)

Le terme *karma yoga*, signifie "Chemin menant à la Fusion avec Dieu par le service désintéressé".

Qu'est-ce que le *service à Dieu*?

Un lecteur incompetent peut commencer à se rappeler: "je sais ce que le terme *service Divin* signifie... Qu'est-ce que c'est? La prière... Et qu'est-ce que la prière? Seigneur, donne-moi ceci! Seigneur, donne-moi cela!"...

Oui, pour la majorité des croyants qui se considèrent Chrétiens prier signifie mendier quelque chose à Dieu. Et, assez paradoxalement, ils y voient en cela leur devoir et leur “service à Dieu”...

Mais Dieu n’a pas besoin de notre mendicité! Il n’écoute pas cela! Autrement cela Le “rendrait malade” d’entendre tout le non-sens que les gens ont inventé, en s’adressant à Lui comme à un domestique qui est prétendument censé fournir tout ce qui Lui est demandé.

Il a besoin de nos efforts d’autodéveloppement et de notre aide afin d’aider d’autres personnes à faire de même. Il nous veut nous — chacun de nous! — à prendre une place active dans Son Évolution, plutôt que de pleurnicher passivement et d’attendre la “grâce” du Ciel...

D’aider les autres sur ce chemin — c’est ce qu’est le service à Dieu! Il a déclaré cela par l’entremise de Jésus-Christ, Babaji, et Sathya Sai Baba; l’Apôtre Paul a aussi dit plusieurs merveilleuses paroles à ce sujet [6, 11].

Mais on ne devrait pas interpréter ce genre d’aide trop étroitement: seulement prêcher, conduire des classes religieuses ou écrire des livres spirituels. Non. Pour vivre sur Terre fructueusement et évoluer, les gens ont également besoin de se loger, d’avoir de la nourriture, de s’habiller, d’avoir accès à du carburant, transport, aide médicale, à l’éducation et de beaucoup d’autres choses. Par conséquent, le karma yoga signifie aider les autres dans toutes choses qui sont bonnes.

La chose la plus importante dans le karma yoga est d’avoir la bonne intention: c’est-à-dire que l’on ne devrait pas agir pour le gain ou la récompense, même sous forme de salaire. On doit effectuer des actions pour aider les autres, en tant qu’actes de don désintéressé. Cela n’implique cependant pas, un travail impayé. Mais il en revient à ceux à qui nous donnons de l’aide ainsi qu’à Dieu de prendre soin du bien-être matériel du donateur.

En d’autres termes, l’essence “des arrangements mutuels” des personnes dignes qui s’aident mutuellement est l’échange de dons. Tous les détails nécessaires de la “théorie du don” sont présentés par Dieu au chapitre 17 de la Bhagavad-Gîtâ [6, 11].

Le principe est que Dieu considère seulement les dons comme étant sattviques, c.-à-d. vrai et pur, ceux que l’on donne à une personne digne au bon endroit et au bon moment.

Ainsi, la courte définition du terme *karma yoga* serait comme suit — “l’aide désintéressé à toutes personnes dignes dans tout ce qui est bon”.

Il est très important de souligner qu'on ne se développe pas correctement par le parasitisme, la mendicité ou la répétition sans fin de prières ou en faisant des mouvements corporels rituels — mais par le travail créatif tangible et l'amour concret pour les autres êtres évoluant, qui est exprimé par l'action pour leur bien.

Sathya Sai Baba clarifie l'idée du karma yoga en donnant l'exemple de l'illustration suivante. Il dit que si vous êtes les membres d'une famille vous ne demandez pas au chef de famille le paiement pour chaque type de travail que vous effectuez autour de la maison — ce sont les personnes extérieures qui travaillent pour de l'argent, mais pas notre propre famille. Ainsi, vous, si vous estimez que Dieu est votre Père, ne devez pas vous engager dans des négociations avec Lui, mais au contraire — vous devez agir dans l'intérêt de Son Plan, pour Lui, pour l'Évolution et pas pour votre gain personnel [6].

Ce genre d'activité est le fond sur lequel Dieu nous permet de nous développer intellectuellement, en amour et en puissance.

Abandon de l'Individualité Inférieure Afin de Fusionner avec le Soi Supérieur

C'est la partie finale des enseignements de Babaji. Elle inclut la Fusion de la conscience individuelle d'une personne qui a atteint le plan le plus élevé avec la Conscience du Créateur. À ce stade, la conscience de l'individualité de la personne se dissout dans l'Océan du Créateur.

Les tentatives des dirigeants de certaines sectes afin de détruire entièrement la conscience de soi de leurs disciples, sans leur fournir un nouveau substrat d'auto-identification⁶, ou afin de les convaincre qu'ils sont déjà Dieu, devraient être considérées comme incompetentes et extrêmement nocives. La conscience de soi-même ne doit pas être détruite, mais transférée. La connaissance de Dieu et la Fusion avec Lui ne sont pas exécutées en étant persuadé ou en essayant de se convaincre, mais en y pénétrant étape par étape avec le développement correct de la conscience dans les plans plus subtils, les explorant, s'établissant en eux, maîtrisant la Fusion avec la Conscience de l'Esprit Saint d'abord et ensuite avec la Conscience du Créateur. Toutes autres directions s'avèrent être des culs-de-sac et mène soit à un retard dans le développement de la personne ou

⁶ Parfois les dirigeants font cela dans le but — de fabriquer des esclaves-zombis de leurs disciples.

à la culture de vices grossiers et nous mène dans la direction opposée à Dieu, ce qui est accompagné par la diabolisation et la démence.

Le travail sur la présente partie de la *formule de Babaji* devrait commencer par la correction élémentaire de notre comportement dans les communications avec les autres.

Par exemple, la tendance que plusieurs personnes ont, de dominer les autres, de se comporter comme si elles étaient “le patron”, de sembler être “importante” — semble risible du point de vue de la croissance spirituelle.

La violence, la rancœur, la jalousie, la vengeance, la colère, le désir de *posséder* des gens et des choses (excepté les essentielles), le désir sexuel, comme tout désir intensif voulant quelque chose des personnes ou de Dieu, — tout cela est une manifestation vicieuse de l’individualité inférieure. Ils doivent être éliminés.

Jésus-Christ et Ses Apôtres ont laissé plusieurs formules-préceptes de valeur inestimable pour nous: ne vous asseyez pas à un endroit surélevé, si vous voulez vous développer spirituellement — devenez un serviteur des autres, ne soyez jamais offensé ou ne désirez jamais prendre votre revanche, voyez les autres en tant que vos supérieurs, etc. [6, 11].

Lao Tseu et Juan Matus ont parlé exactement de la même chose d’une manière très franche et concise [6, 11].⁷

Cela prend une autoanalyse profonde et un dur travail de repentance afin de se débarrasser pour toujours de la manifestation du moi inférieur “saillant”.

Nous devons comprendre qu’il n’y a aucun phénomène tel que “le pardon des péchés”, quels qu’ils soient: Dieu n’a pas un tel concept.

Le but du repentir n’est pas d’obtenir le pardon pour les actes concrets que nous avons faits, mais de se débarrasser des vices.

Les “péchés”, c.-à-d. nos erreurs, sont soit des conséquences de notre manque d’expérience et de connaissance ou la manifestation spécifique des qualités de nos âmes qui s’appellent les vices.

Les vrais mécanismes de l’affranchissement des vices sont l’autoanalyse, le repentir, et le strict contrôle de soi.

S’il n’est pas possible d’éliminer le vice qui a été découvert et réalisé tout de suite, on devrait se rappeler la ligne entière de ses manifestations

⁷ Afin de comprendre correctement les travaux de Carlos Castaneda, on doit lire le livre de son épouse Margaret Castaneda [23].

— en commençant à partir de l'enfance (et parfois des incarnations précédentes). Et on doit refaire l'expérience mentalement de nouveau de toutes les situations, qui n'ont pas été précédemment correctement résolues, mais cette fois de la bonne manière. D'ailleurs, il serait bon d'envisager à l'avance toutes les situations futures possibles ou ce vice pourrait se manifester de nouveau.

Il est également important d'essayer si possible "de redresser nos torts" à ceux à qui nous avons nui — qu'ils soient humains, animales ou même végétales. Même s'ils ne sont pas actuellement "vivants" sur Terre — nous devrions nous adresser à eux en tant qu'âmes non incarnées. Et rappelons-nous que Dieu accepte vraiment de tels efforts afin de se débarrasser de nos vices.

Nous devons nous repentir de toutes les fois où notre non-amour pour les autres et pour Dieu s'est manifesté, aussi bien que pour toutes nos actions et émotions égotistes.

* * *

Plusieurs personnes pleinement égotistes essaient de pousser leurs corps dans un wagon de métro dès que les portes s'ouvrent sans laisser les gens sortir d'abord.

Où, tout en attendant l'autobus ou un tram, ils bloquent le trottoir avec leurs corps, au lieu de se tenir à côté de sorte de ne pas gêner les autres passants, et ainsi montrer de la courtoisie pour les autres.

Où, entrant dans le hall d'une station de métro certaines personnes tiennent la porte derrière eux pour aider la personne suivante à entrer, alors que d'autres laissent la porte aller, écrasant leur "voisin" avec elle.

Même lorsqu'ils entrent dans une école spirituelle saine, les personnes primitives égotistes se comportent de la même manière. Aussi longtemps que le cours est conduit, elles se sentent bien; elles sont heureuses et remplies de bonheur. Mais une fois que le cours est terminé — elles commencent à se sentir mal: elles se sont déjà habituées à ce que quelqu'un d'autre les fasse se sentir bien; et soudainement cela s'arrête... Et puisqu'elles ne se sentent plus bien, elles commencent à éprouver l'augmentation d'émotions négatives envers l'enseignant et l'école...

Les personnes égotistes connaissent seulement leurs intérêts personnels et se fâchent quand un obstacle sous forme de besoin de quelqu'un d'autre fait obstacle à la satisfaction de leur propre besoin.

Quand une personne veut fortement quelque chose de quelqu'un, c'est une indication du débordement de l'égo inférieur de celui qui désire. Cela déclenche le mécanisme du "vampirisme" bioénergétique et devient la cause de maladies pour ceux, desquels une personne veut quelque chose [7], et de "l'aggravation" de la destinée de celui qui désire.

Mais les personnes affectueuses sont toujours attentives et s'inquiètent afin de ne pas gêner personne dans quoi que ce soit, et au contraire, utilisent n'importe quelle occasion afin d'aider tout le monde, donnant à l'intérêt des autres une plus haute importance que la leur.

De telles personnes sont toujours bienveillantes et polies, essayant de ne jamais offenser personne sans raison, même en n'étant pas à leur mieux, étant malades ou fatiguées, par exemple.

Dans les rapports sexuels, ils ne s'imposent jamais, mais attendent le moment où le partenaire désire la même chose.

... Dans ce genre d'autoanalyse, les recommandations détaillées de Sathya Sai Baba peuvent être d'un grand secours [6, 11].

* * *

Quand nous avons réalisé l'affranchissement des états émotifs grossiers et développons la capacité à s'adapter aux phénomènes sattviques de la vie, cela nous permet de commencer avec les méditations à nous "dissoudre" dans l'harmonie de l'espace environnant. De telles méditations peuvent être particulièrement efficaces lors de soirées silencieuses, au crépuscule — dans la forêt, dans les prairies, au bord d'un lac, sur les rives de l'océan, ou autres étendues d'eau. La méditation devrait être faite en utilisant la formule suivante: "il y a seulement l'harmonie environnante: forêt, lac — et je n'existe plus". À ce moment, la conscience augmente du chakra anahata et fusionne avec la subtilité et la pureté de la nature.

La prochaine étape fondamentale sera la fusion avec l'Esprit Saint dans la méditation *Pranava* (voir plus loin), et ensuite étapes par étapes la maîtrise de la *réciprocité totale* (Nirodhi) dans les plans de l'Esprit Saint et de Dieu le Père.

C'est la façon dont l'homme complète son évolution personnelle pour toujours, devenant une Partie de la Conscience Primordiale, une Partie du Créateur. Ensuite une telle âme continue à vivre créativement — pas comme un être séparé, mais en tant que Lui.

L'Accomplissement du Chemin

Le schéma permettant d'étudier la structure de l'Absolu qui peut être trouvé à la fin de ce livre (il a été édité pour la première fois dans le livre [9]) dépeint la nature multidimensionnelle de l'univers ainsi que les rapports de position entre les Manifestations de l'Absolue non structurées (akasha) et structurées (matière, différentes âmes aussi bien que les formes que l'Esprit Saint accepte).

En même temps, nous devrions comprendre que la structure de l'organisme humain est également multidimensionnelle. Les mots de la Bible disant que Dieu, a créé l'homme à Son image concerne cela et rien d'autre.

Dans l'état incarné, les gens au commencement s'identifient seulement avec le corps. Mais le processus de la réalisation spirituelle de Soi implique la connaissance progressive des composants restants de l'organisme humain, acquérant la capacité de se mouvoir librement avec la concentration de la conscience à l'intérieur d'eux — de la même manière que l'on peut apprendre à déplacer la conscience à l'intérieur du corps physique. De cette façon, on connaît l'Atman. Et ensuite l'Atman fusionne dans le Paramatman.

Ceci est la tâche que l'homme devrait essayer d'accomplir.

De plus, quand on entre avec la concentration de la conscience dans la Demeure du Créateur et que l'on fusionne avec Lui là, il ou elle devient une partie fondamentale de Lui.⁸

Sortant de nouveau de la Demeure au monde de la Création, Il ou Elle se transforme en Esprit Saint.

Incarnée sur la Terre avec une mission sacrificatoire d'aider les personnes incarnées, Il ou Elle devient un Messie.

La Pratique du Droit Chemin

La doctrine du Droit Chemin n'a pas été inventée par des personnes. Non, elle a été suggérée par Dieu. Cette doctrine a été présentée en détail par Krishna et puis répétée par Jésus-Christ, Babaji et Sathya Sai Baba. Les

⁸ On peut apprendre cela par une série de techniques méditatives. Une des plus efficaces parmi celles-ci est celle que Jésus-Christ a enseignée à ses disciples il y a 2000 ans. C'est la méditation de la Croix décrite par l'Apôtre Philippe. [11]

écrits Coraniques et Bouddhistes contiennent la même description de celle-ci et emploient même les mêmes termes. [6, 11]

Cette doctrine peut être récapitulée en bref dans les trois points suivants:

1. Dieu existe — Une Conscience Universelle du Créateur, Qui vit dans le plan le plus élevé de l'espace multidimensionnel.

2. Il est Amour.

3. Nous devons devenir un avec Lui en nous transformant en Amour, à l'intérieur du Cœur Spirituel Universel, dans le *Cœur de l'Absolu*. Et la compréhension et l'accomplissement de cela sont les seules choses pour lesquelles il vaut la peine de consacrer sa vie.

Maintenant, allons décrire des méthodes spécifiques afin d'avancer sur ce Chemin.

Elles peuvent être divisées en plusieurs groupes dépendant de leur difficulté: préliminaires, intermédiaires et plus avancées.

Les Méthodes Préliminaires

Les méthodes préliminaires aident au développement de la foi. Et la foi est essentielle pour l'apparition de l'impulsion à faire des efforts spirituels.

Mais qu'est-ce que la foi? C'est un concept à plusieurs niveaux en quelque sorte.

Certains disent au sujet de leur foi: "Eh bien, je sais qu'il y a quelque chose là-haut...: une intelligence cosmique, OVNI..."

D'autres affirmeront avec confiance: "Oui, je crois en Dieu!" Et ils feront même un "signe de croix". Mais ils ne font pas le moindre effort spirituel — même afin de découvrir ce que Dieu veut de nous, encore moins afin de se transformer eux-mêmes en accord avec Sa Volonté! Au contraire, ils prendront un dur coup d'alcool, voleront, haïront, tueront, et penseront seulement occasionnellement: "Que se passera-t-il si Dieu n'aime pas cela? Ah! de toute manière, — tout cela ne sera pas pour bientôt!". De la même manière que je ne serais pas intéressé à apprendre les méthodes de fabrication des bijoux en or ou du polissage des diamants — ils ne sont pas intéressés à entendre quoi que ce soit au sujet de Dieu.

Un jour, je parlais à un ancien chef de paroisse. Il me disait qu'il travaillait à l'écriture de sa thèse. Je lui ai dit: "Mais, nous en somme déjà à l'âge où il est temps de penser à passer le temps qu'il nous reste à faire autant que possible dans la quête monastique et non pas à acquérir des titres terrestres... Dieu aura-t-Il besoin de votre diplôme?" Il a répondu: "Et bien, Dieu — on ne sait pas s'Il existe ou pas, mais mon diplôme de doctorat lui, est presqu'à moi!"

La foi acquiert une réelle valeur seulement quand elle est caractérisée par l'amour pour Dieu. C'est seulement l'amour qui peut nous inciter à vouloir nous transformer sincèrement, avoir la volonté de devenir ce que notre Bien-aimé veut que l'on soit. Et plus tard, cela peut même se développer en une passion, qui nous incitera à abandonner tout ce qui bloque la Voie à l'Étreinte toute grande ouverte du Créateur... C'est à ce moment que l'on devient un vrai monastique: un être en relation un à un avec Dieu...

Ainsi, d'aider les personnes à renforcer leur foi est le principal but de techniques telles que, faire des mouvements corporels rituels, répéter des prières, exécuter des danses rituelles et adorer des images de Dieu et de "saints" sur des icônes ou sous forme de statues.

Mais avec toute l'absurdité apparente de jouer aux rites, aux initiations, jeux communs et individuels de chants, de mantras, etc. — Dieu "s'ajuste" à ces jeux auxquels les gens jouent et aide les chercheurs sincères à surmonter les premières étapes difficiles du grand Chemin sur cet arrière-plan.

Bien que le vrai baptême dans l'Esprit Saint (qui a été décrit par l'Apôtre Philippe, en particulier [6, 11]) ne ressemble en rien au rite pratiqué dans n'importe quelle église connue sous ce nom, Dieu accepte cet acte des débutants sincères s'ils l'exécutent en tant que vœu envers Lui afin de prendre la résolution ferme de Le chercher, de Le trouver et d'en faire leur But.

Mais quand des troupes de meurtriers acceptent le Baptême avant d'aller exécuter leurs crimes sanglants, comme cela était le cas, par exemple, pendant la guerre de Tchétchénie, — cela ne ressemble-t-il pas à une profanation abominable des Enseignements et de la mort sacrificatoire de Jésus-Christ pour nous?

La même chose peut être dite au sujet du baptême des enfants: notre expérience journalière commune ne nous indique-t-elle pas que c'est un acte complètement inutile? On a pu voir des enfants baptisés et non baptisés être malades tous deux, mourir, devenir des ivrognes ou des criminels quand ils grandissent!

Le baptême est un serment de dévotion à Dieu, et pas du tout un acte de “magie protectrice”. Et seulement des personnes expérimentées matures peuvent donner un tel serment, et ils doivent le faire eux-mêmes, et non pas les parrains et marraines pour eux.

... Et les cordes avec les croix que les gens mettent aux cous des enfants s'avèrent parfois être des nœuds coulants pour de petits bébés. Parfois ils s'empêtrent dans ces cordes qui les étranglent...

Les croix portées autour du cou ont été employées par des bourreaux pendant le baptême forcé des Russes afin de marquer ceux qui avaient déjà été baptisés: de sorte que cela soit plus facile pour eux d'attraper et de soumettre à la torture ou de tuer les personnes qui essayaient de se soustraire à cela [9]. Mais pourquoi les gens portent-ils la croix maintenant? Pensent-ils vraiment que Dieu a besoin qu'ils le fassent? Mais il est suffisant pour Dieu s'il y a un signe de baptême dans l'âme d'un Chrétien sincère.

... Mais d'autre part — les prières avant le repas, les icônes dans sa maison, la présence aux églises, participer à des rituels, la répétition de mantras et sentir une croix sur sa poitrine — tout cela peut renforcer la foi en rappelant la présence de Dieu. Et Dieu donne aux chercheurs dignes une confirmation de la justesse de leurs efforts initiaux en affectant leur sphère émotionnelle: Il leur accorde une expérience de bonheur par des écoulements de grâce.

... Mais il n'y a néanmoins, aucun rituel de “salut”. Et lorsqu'on a acquis une foi passionnée, on doit commencer à étudier la Volonté de Dieu, par opposition aux canons de l'organisation, dans laquelle on a commencé à aller au Chemin. On doit aussi faire *de vrais efforts* sur l'autotransformation — de soi en tant qu'âme, en tant que conscience.

Comme nous pouvons le voir, il n'y a rien de mal à participer aux formes rituelles de pratique religieuse à une certaine étape de son développement. Cela est typique de tous les temps, pays et formes religieuses. Et il n'y a pas de sens à essayer de figurer quelles formes de rituelles sont les meilleures et quelles sont les moins bonnes. Plus elles portent la paix, l'harmonie, la joie pure et tranquille, le bonheur et l'amour, le mieux. Ce sont exactement les qualités que les rites religieux devraient aider les croyants à cultiver.

L'aspect principal n'est pas la forme de rituel pratiqué, mais l'idéologie qui est prêchée par l'organisation qui fournit cette pratique.

* * *

Toutes les personnes diffèrent par leur âge psychogénétique, c.-à-d. par l'âge de leur âme. L'âge du corps (l'âge ontogénétique) est une chose différente. Dans la prochaine incarnation, chacun pourra tout à fait rapidement et facilement réaliser ce qu'ils ont développé dans l'incarnation précédente. Cela se rapporte au potentiel intellectuel, niveau du développement des chakras, la quantité de la masse de la conscience, inclinations dans le domaine professionnel, intensité de certains traits psychiques.

C'est pourquoi il est parfaitement normal qu'il y ait des personnes adultes qui possèdent des habiletés nettement différentes afin de comprendre les questions religieuses.

Il est également normal qu'un grand nombre de croyants avec leurs dirigeants restent au stade préliminaire de leur avancement spirituel jusqu'à la fin de leurs incarnations courantes: dans leurs prochaines vies, ils auront la chance de continuer le Chemin.

Mais ils doivent être informés que cette étape n'est que préliminaire. Cela aidera ceux d'entre eux, qui sont prêts, à se réveiller et à aller de l'avant.

Les Méthodes Initiales

Autocorrection Éthique

Les gens qui en sont toujours à l'étape préliminaire, à savoir, maîtriser leur religiosité considèrent que la foi dans les concepts idéologiques et les rituels de l'organisation de leur choix est suffisante pour leur "salut". Ces personnes ne sont pas encore capables de comprendre les paroles de Dieu, pas même celles qui sont écrites dans les Saintes Écritures. Les avis et les ordres de leurs "pasteurs" terrestres sont beaucoup plus chers et plus valables pour eux.

Par exemple, malgré le fait que Dieu ait dit aux gens de ne pas tuer, mais d'aimer et de pardonner — les "Chrétiens" sont "devenus célèbres" pour tant de terrifiantes atrocités au courant de toute l'histoire du Christianisme sur Terre! Ils ont commis tant de guerres, meurtres, tortures et autres crimes!

Quant au massacre des animaux — à peine 0.001 % des "Chrétiens" obéissent à la Volonté de Dieu à cet égard. Où est la place pour l'amour

Chrétien?! Il n'y en a aucune trace parmi vous les "Chrétiens"! C'est parce que ces "Chrétiens" ne n'en sont pas des vrais!

* * *

L'étape initiale de l'avancement spirituel implique de faire de vrais efforts sur l'autotransformation. Dieu n'attend pas de nous des prières et des prosternations: il n'a pas besoin de cela! Il a besoin que nous devenions meilleurs!

Et la première chose que l'aspirant doit faire est d'accepter le principe de l'AMOUR — de l'accepter non pas comme une gentille expression, reconnaissant la beauté en cela, mais comme règle stricte de conduite. Et aucune méthode pratique — que ce soit des exercices de hatha yoga, le travail avec les chakras et les méridiens, la natation hivernale, etc. — ne nous amènera plus près de Dieu (en fait, elles peuvent même nous en éloigner, parfois) si nous ne suivons pas les commandements de Dieu concernant l'AMOUR.

Regardons la nutrition, par exemple. Si nous souillons nos corps avec les énergies grossières des corps d'animaux morts, cela ne nous permettra pas d'atteindre le degré d'amélioration de la conscience nécessaire afin d'être plus près de la Demeure du Créateur; au contraire, cela nous amènera vers l'enfer et créera pour nous un mauvais karma, qui devra être remboursé dans nos prochaines incarnations.

Mais les considérations de santé et de karma ne sont pas la chose importante ici. Le point important est que Dieu est Amour. Et Il permet de nous approcher près de Lui seulement si nous devenons Amour.

Impressions en Tant que "Nourriture" pour l'Âme

Cependant, les substances matérielles ne sont pas la seule nourriture que nous consommons. En tant que "nourriture", nous, en tant qu'âmes, utilisons également des impressions (le psychologue religieux Russe George Gurdjieff a été parmi ceux qui a parlé d'elles en ces termes au commencement du 20e siècle) [62].

Et si nous voulons "nous éloigner de ce qui est mauvais et nous approcher de ce qui est bon" nous devons prendre n'importe quelle opportunité afin d'employer la "nourriture" de cette sorte — dans la nature, par l'art, en communiquant avec des personnes spirituelles, etc., et s'harmoniser aux phénomènes subtils et harmonieux. En mêmes temps, nous devons

rester loin des impressions grossières, qui sont principalement créés par les personnes du *tamas guna*.

Contrôle Initial des Émotions

Éviter la grossièreté extérieure est juste une des méthodes. Mais la tâche principale pour nous est d'éliminer la grossièreté intérieure, y compris ce qui sort de nous. Cela peut être atteint en contrôlant les émotions, qui sont des états de notre conscience.

Chaque émotion émane au-delà du corps, affectant les gens et autres êtres vivants à proximité. Et plus elles sont intenses plus la distance de leurs émanations sont grandes.

La solution afin de contrôler les émotions radicalement sera possible seulement aux prochaines étapes, plus élevées de travail. Mais si nous ne fixons pas cet objectif maintenant et ne commençons pas à nous accoutumer au contrôle de soi, nous ne pouvons pas nous attendre à avoir quelque succès que ce soit dans le futur.

Pour l'instant, une méthode efficace afin de lutter contre les éclats d'émotions grossières et diverses manifestations de l'égotisme est le travail pénitent, dont nous avons discuté en détail.

Au Sujet de la Compassion

Laissez-moi noter qu'une attitude superficielle et peu profonde envers les questions éthiques peut parfois produire un effet contraire comparé à ce qui a été prévu.

Par exemple, nous avons discuté l'acceptation du principe de **COMPASSION** en tant qu'une des premières étapes vers l'**AMOUR**. Mais est-ce que chacun réalise clairement que la compassion n'a rien à voir avec le fait de plonger dans des états émotifs négatifs comme de "s'inquiéter" pour quelqu'un?... Les personnes qui tombent dans des états comme cela deviennent insupportables pour les autres, particulièrement pour ceux pour lesquels ils "s'inquiètent". L'impact bioénergétique des champs avec de telles caractéristiques peuvent parfois être "le coup fatal" pour les personnes blessées ou malades qui deviennent les sujets d'une telle "inquiétude". Les victimes peuvent sentir un besoin désespéré de se débarrasser de ce monstre "compassant" qui les accable avec un tel état — de s'en débarrasser par tous les moyens, au niveau instinctif le plus profond de l'instinct de conservation, qui est au-delà du contrôle de l'intellect...

Une telle “compassion”, comme le vampirisme bioénergétique [7], ruine les rapports affectueux entre les personnes, détruit des familles...

Non, la compassion ne signifie pas des émotions “lourdes”, mais une attitude pure et prudente globale envers toutes les manifestations de la vie, évitant d’entraîner de la souffrance inutile à toutes personnes, aussi bien que le désir d’aider tout le monde dans tout ce qui est bon.

Autodiscipline et Énergie

L’étape initiale du travail spirituel n’est pas sattva encore. C’est rajas. Et parmi les facteurs les plus importants qui déterminent le succès à ce stade sont l’énergie et l’autodiscipline, cultivant la capacité de faire des efforts et de se surpasser sur le Chemin spirituel.

On peut bien développer ces qualités en s’engageant dans diverses activités sportives, parmi lesquelles particulièrement bonnes sont celles qui nous relient à la nature (randonnée, alpinisme, etc.). La pratique d’arts martiaux orientaux serait également très bonne dans ce but. Mais il est important de souligner que cette pratique ne devrait nullement mener à la croissance de l’agressivité, de la brutalité et de la grossièreté. Une autre chose importante à comprendre est que les techniques des arts martiaux intrinsèquement ne peuvent pas mener le chercheur à de hauts sommets spirituels: cela peut être réalisé seulement par le travail avec les chakras et par la maîtrise de l’art de la méditation qui sont les parties intégrales de la formation dans les meilleures écoles de cette orientation.

Dans tout genre de classes spécifique à ce stade — que ce soit le karaté, la randonnée, ou autre chose — les étudiants et l’instructeur doivent prêter attention principalement à l’augmentation du niveau de leur éthique, qui est basée sur le fait de ne causer aucun mal inutile à tout être vivant.

Il serait approprié que chacun commence à penser et à prendre de bonnes décisions en regard à leur service selon les principes du karma yoga et changer de métier professionnel au besoin, ou commencer à étudier afin d’acquérir une nouvelle profession.

Hatha Yoga

Les personnes avec des émotions instables, aussi bien que ceux qui ne peuvent pas se concentrer ou qui ont des pensées obsessionnelles désagréables tireront avantage à prendre un cours de hatha yoga. Les exercices à cette étape ont été développés en Inde antique, et leur pratique nous ap-

prend la concentration de la conscience dans différentes parties du corps, ainsi que la relaxation du corps et de l'esprit; ils contribuent également à l'élimination de plusieurs défauts bioénergétiques dans le corps et peuvent nous guérir de certaines maladies chroniques.

Le mécanisme qui est au travail ici est comme suit: le maintien des postures de hatha yoga pendant une longue période cause l'accumulation et la redistribution de l'énergie dans les structures d'énergie de l'organisme, qui mènent à leur développement. Les dynamiques suivantes de sensations sont typiques dans la maîtrise de nouvelles asanas. Pour les premiers jours de la pratique, on peut ne rien sentir hors de l'ordinaire, seulement une adaptation normale du corps a lieu. Pendant les jours suivants, il apparaît une sensation "mystérieuse" et plaisante absolument nouvelle d'énergies "coulant" à l'intérieur du corps, qui "coule" dans les méridiens comme un flux liquide; on peut même entendre parfois un bruit de gazouillement. Mais en une ou deux semaines, ils disparaissent soudainement, à notre regret, ce qui veut dire en fait que l'asana a accompli son rôle à l'étape courante. Mais ce qui a eu lieu est ce qui suit. En raison de la pratique de l'asana, le méridien correspondant a commencé à fonctionner. Tandis que sa conductivité était encore basse, on avait une intéressante sensation de gazouillement. Quand le méridien s'est ouvert complètement, l'énergie a commencé à y circuler librement à l'intérieur et le "gazouillement" s'est arrêté.

Aux étapes initiales de la maîtrise des exercices d'hatha yoga, la condition nécessaire afin d'effectuer les asanas est d'exécuter shavasana après l'ensemble de la routine ou après les asanas particulières, qui sont exécutées séparément (excepté ceux de relaxation). Cela est nécessaire pour la mise à niveau des tensions énergiques qui peuvent se développer dues à la basse conductivité des méridiens. Si cette condition n'est pas remplie, des symptômes névrotiques (changement d'humeur, perturbations du sommeil, et plusieurs autres) et même des affaiblissements ou des désordres visuels ou d'autres systèmes de l'organisme peuvent se développer.

La description des asanas de relaxation sera donnée dans les prochains chapitres. D'autres exercices sont décrits dans des livres spécialisés.

La pratique de l'hatha yoga sans l'adoption d'une alimentation *sans-tuer* mène toujours à la dégradation de la conscience des étudiants. Subjectivement cela peut être perçu comme l'acquisition de puissance. Mais cela s'avère être un terrible piège: la possession de puissance brute de la conscience nous programme à vivre en enfer.

Indépendamment des exercices de hatha yoga Indien certains systèmes de gymnastique dynamique chinoise peuvent être employées pour le même but, par exemple, ceux, où le développement des méridiens avec des images de lumière (petit "soleil", etc.) sont exécutés pendant des balancements doux et lents d'un pied à l'autre.

Visualisation

La pratique du hatha yoga (ou autres formations) peut être supplémenté par des exercices, qui développent l'habilité à créer des images visuelles. Cela nous préparera afin de maîtriser les formes les plus élevées de méditation aussi bien que créer les préalables à l'acquisition de la clairvoyance.

Nous pouvons commencer par des choses simples: imaginons une tomate, une pomme, une poire juteuse, puis imaginons que nous les examinons, les sentons, les croquons, apprécions leur saveur et avalons-les avec grand plaisir...

Transportons-nous au silence du matin sur un lac: dans un bateau, entouré par des roseaux... De petites gouttelettes de rosée pendent à chaque feuille... Les poissons font des éclaboussures, le bruit des ailes des canards... Les fauvettes des marais commencent à chanter leurs chansons...

Ou bien nous pouvons imaginer que nous nous trouvons sur une plage dans la lumière du soleil du matin... La lumière chaude et tendre infiltre nos corps et âmes, les saturant de bonheur...

Ou visualisons-nous en train de cueillir des champignons: coupants des morilles blondes sous des ormes aux printemps..., ou, admirant un gros et solide bolet comestible...

Nous pouvons visualiser de nombreuses images semblables. Elles doivent nous harmoniser à la subtilité, à la beauté et au bonheur. Elles doivent nous enseigner le sattva.

Par la suite, nous pouvons faire des entraînements plus complexes de la façon suivante: nous pouvons imaginer que nous sommes un certain objet sattvique imaginaire — une douce poire juteuse, une fraise, une fleur tendre et parfumée, ou un doux rayon de soleil. Nous pouvons apprendre à placer ces images remplies de notre propre conscience, avec notre conscience, dans la poitrine — dans le chakra anahata.

Quand ces capacités sont bien développées, il sera facile pour nous d'inviter dans l'anahata un Enseignant Divin, dont nous connaissons très

bien l'Image à partir de photographies. Et Il deviendra "en vie" là: Il commencera à sourire et à parler...

Mais cela deviendra possible seulement si nous le méritons: si nous menons une vie impeccable, sommes devenus établis dans le sattva, étudions les Enseignements de Dieu intensivement, et nous transformons selon eux.

Le travail avec les images a un autre nom — visualisation, qui a été emprunté au Bouddhisme. Mais il est important d'avertir le lecteur ayant une attitude non critique envers des recommandations spécifiques de visualisation qu'on peut trouver dans la littérature ou des conférences de certains spécialistes Bouddhistes ignorants.

Certains auteurs recommandent de s'entourer avec des images "de dieux enragés", c.-à-d. des diables et démons, pour leurs "protections magiques". De telles images "deviennent vivantes" également en devenant remplies avec des êtres correspondants à l'enfer...

Un docteur et mystique célèbre de Saint-Petersbourg, qui n'était pas "surchargé d'intelligence" et qui possédait des vices éthiques des plus grossiers tout en étant un bon diagnostiqueur extrasensoriel, a commencé à étudier ces méthodes de "magie noire" avec un groupe de ses étudiants.

L'effet était que les gens devenaient malades juste en parlant avec lui.

Et quand cette troupe entière a rendu visite à d'autres groupes ésotériques pour regarder la pratique d'autres personnes — les étudiants là s'évanouissaient.

La grossièreté de sa conscience a atteint un niveau énorme, et il s'est transformé en diable incarné, mais il a continué à enseigner la guérison extrasensorielle et à "guérir". Bien qu'il soit clair que des gens comme cela ne peuvent pas guérir qui que ce soit; ils peuvent seulement faire du mal "en jetant un mauvais œil" sur des personnes.

Il a fini par devenir la victime d'un couteau, assassiné dans sa propre salle de bain. C'était très probablement l'une des victimes de ses "guérisons" ou certains amis de ses victimes.

Mais l'enfer n'est pas ce dont nous avons besoin! Nous nous préparons à devenir Dieu, pas des diables! Par conséquent, en voyant ce triste exemple de dégradation spirituelle comme une expérience tragique s'étant produite, détournons-nous au loin de cela et allons aux demeures de Pureté, de Lumière, de Tendresse, et d'Amour — afin de s'harmoniser à elles et devenir un avec elles.

* * *

Si vous possédez déjà quelques qualifications, qui pourraient être utiles à d'autres, — réunissez une partie de vos amis et enseignez-leur ce que vous savez. Vos connaissances, capacités, et efforts se combineront, et vous vous développerez tous ensemble, vous préparant aux prochaines étapes de la croissance spirituelle.

Méthodes de Base

Les méthodes de base sont celles qui nous permettent d'atteindre un niveau tel de purification et de développement des structures d'énergie de l'organisme, que nous devenons capables de sentir Dieu, d'apprendre comment atteindre le Samadhi (les états émotifs de Bonheur intense qui se produisent lors du contact de la conscience avec l'Esprit Saint).

Ces méthodes préparatoires assurent une plus grande croissance de la conscience raffinée et développe sa puissance — afin d'en arriver aux étapes suivantes les plus élevées du travail menant à la Victoire finale — la Fusion avec le Créateur en Sa Demeure.

Dans les traditions Hindoues et Bouddhistes ces méthodes sont connues, en tant que *raja yoga*. Leurs variations ont été développées dans le Taoïsme chinois et le Soufisme Musulman. Elles existaient sur le territoire de la Russie avant sa "conversion au Christianisme", de par le statut spirituel élevé de ceux qui se sont développés spirituellement ici [11, 14]. Mais la seule pratique spirituelle de ce niveau qui est largement connue dans le Christianisme est la *prière de Jésus*.⁹

Le *raja yoga*, est basé sur le travail avec les chakras, les méridiens principaux et *le cocon*. Le but de ce travail est "de les nettoyer" jusqu'à la transparence et de les développer — afin de se relier par eux au niveau Divin de subtilité.

Par conséquent, il devient évident que les techniques de "coloration" des chakras pratiquées dans certaines écoles sont nocives, et de les em-

⁹ Bien que certains chercheurs (incluant certains Hésychastes Gréco Slave) aient assurément atteint des niveaux plus significatifs d'avancement spirituel. Mais afin de les réussir, ils ont dû aller au-delà de la portée limitée des traditions de leurs organisations et devenir les disciples directs de Dieu.

On sait que l'Orthodoxie a été pendant longtemps intolérante même à l'encontre de la pratique de la prière de Jésus [9]. Les adversaires de l'Hésychasme "ont décrété" alors que Dieu est "inconnaisable". Et bien, pour eux Il est sûrement "inconnaisable"...

ployer est une conséquence de l'incompétence spirituelle des dirigeants de ces écoles. Car la couleur la plus subtile est blanche avec de tendres tonalités de doré, et n'importe quelle autre couleur s'éloigne évidemment du niveau de subtilité du Créateur.

Une autre erreur typique que les gens peuvent faire en travaillant avec les chakras est de mettre l'emphasis sur le développement du chakra ajna et sa "fenêtre" (trikutta), qui mène en apparence à l'accomplissement de la clairvoyance. Cette tendance a une longue histoire et provient de l'interprétation incorrecte des paroles de Krishna dans la Bhagavad-Gîtâ [11] (8:10), où Il recommande de canaliser l'énergie par la tête. Mais au verset suivant de la Gîtâ (8:12), il est clair qu'Il a voulu dire l'énergie d'Atman. Cependant, dans de nombreuses écoles, où les dirigeants n'ont pas encore connu l'Atman, des tentatives sont faites afin d'accomplir cela avec les bio-énergies régulières; ceci mène à l'activation de l'un (à l'origine) des chakras les plus grossiers et par conséquent à la dégradation de la conscience. De telles personnes développent, en particulier, un regard "perçant", tranchant et désagréable. Une tendance pareille les retarde pendant longtemps dans leur développement spirituel.

Mais la clairvoyance, que certains chercheurs gagnent en raison d'une telle pratique, est sans valeur réelle, parce qu'elle leur permet de voir seulement les auras émotionnelles autour des têtes des autres personnes et est seulement bonne pour "espionner" sur leurs états émotifs.

La véritable clairvoyance utile est exercée par les structures de *la bulle de perception* inférieure (voir ci-dessous). Sa possession permet de voir les énergies de différents niveaux sur l'échelle *de grossièreté-subtilité* dans l'espace multidimensionnel. En atteignant ce genre de clairvoyance, on devient capable d'observer directement diverses Manifestations les plus subtiles de la Conscience non incarnée de Dieu.

Travailler au développement des chakras et autres structures fines de l'organisme est incompatible avec la consommation d'alcool (même sous forme de kvas ou de produits laitiers contenant de l'alcool), puisque l'alcool détruit ces structures subtiles. Briser cette règle cause de sérieuses maladies.

* * *

Le travail avec les structures fines d'énergie aussi bien que l'entraînement méditatif ne peut pas être efficace si la salle dans laquelle elles sont

exécutées est illuminée avec un éclairage fluorescent, puisqu'il produit un impact énergétique négatif sur l'organisme.

On ne doit pas également porter de vêtements synthétiques, parce qu'ils bloquent une partie significative de l'éventail des bioénergies et perturbent les processus énergétiques à l'intérieur du corps. (Cette dernière consigne ne s'applique pas aux manteaux de pluie, que nous mettons seulement en cas de pluie).

Les montres et autres objets en métal devraient être enlevés pendant les classes: le travail bioénergétique les magnétise et les met hors d'usage, alors que tous les objets en métal créent de l'interférence énergétique.

Nous avons déjà parlé de l'incompatibilité du travail psychoénergétique avec manger de la nourriture "tuée". Si cette règle n'est pas respectée, les structures énergétiques de l'organisme se construisent avec des énergies grossières.

La pratique à cette étape du travail est mieux exécutée en groupe. La taille de la salle de pratique devrait correspondre à la taille du groupe. Trop grande cela serait défavorable puisque l'énergie du groupe s'y disperserait en elle.

* * *

La première information sérieuse (connu de nous) au sujet du rôle et du fonctionnement des chakras et au sujet des méthodes de travail avec eux a été présentée dans les livres de notre École. Les fantaisies d'Aurobindo Ghosh concernant ce sujet, qui ont été présentées dans ses livres, sont complètement sans fondement; elles déçoivent beaucoup de lecteurs, alors qu'il y avait un manque d'information ésotérique écrite en Russie avant la Perestroïka.

Allons directement aux informations spécifiques sur le travail à cette étape de l'avancement spirituel. Les exercices suggérés ont été édités plusieurs fois. Ils ont été testés par plusieurs années d'enseignement à un grand nombre de personnes et se sont montrés très efficaces.

Croix de Buddha

Il est bon de commencer chaque session de pratique avec l'harmonisation et la purification émotive de l'énergie de l'espace environnant. Il

existe à cette fin, une merveilleuse technique connue sous le nom de *Croix de Buddha*. Elle est exécutée de la façon suivante.

Afin d'avoir les meilleurs résultats avec cet exercice nous devons accepter la soi-disant *posture de l'étudiant*: nous nous asseyons sur les talons maintenant la colonne droite, les orteils regardant vers l'arrière, et les paumes des mains reposant sur les cuisses. Ensuite, nous envoyons des vagues de bienveillance et d'amour de la poitrine vers l'avant, en disant mentalement:

"Puissent tous les êtres être en paix! Puissent-ils tous être calmes! Puissent-ils tous sentir un grand bonheur!"

Nous produisons chacun de ces trois états à l'intérieur de la poitrine d'abord et les rayonnons ensuite vers l'avant. Ensuite, nous répétons cela vers la droite, vers la gauche, vers l'arrière, en haut, et vers le bas. C'est une technique puissante qui nous permet de nous apporter de l'harmonie à soi, à l'espace environnant, et aux êtres vivants autour de nous.

Réchauffement

Après cela, particulièrement aux premières sessions, un élément très important de la pratique serait un réchauffement physique, qui nous permet non seulement "de motiver" les énergies dans le corps et de nous débarrasser des dominants mentaux inutiles, mais nous enseigne également à concentrer la conscience dans les parties activées du corps. Cela nous sera aussi utile quand viendra le moment de travailler avec les chakras.

Levons-nous. En faisant des mouvements de rotation avec les jambes et le tronc, nous balançons les deux bras de l'avant à l'arrière et puis les faisons tourner simultanément. Concentrez-vous sur l'articulation de l'épaule. Visualisez de la *lumière* émerger et croître en luminosité à l'intérieur des articulations.

Tendez les muscles des bras. Pliez et dépliez les bras à plusieurs reprises à partir des articulations du coude. Voyez une *Lumière* blanche s'accumuler venant du corps entier allant aux muscles en travail.

Tendez les bras en avant du corps. Déplacez les poignets détendus rapidement de haut en bas. Tendez les doigts. Pliez et dépliez-les. Bougez les poignets tandis que vous tendez les muscles des avant-bras et des poignets. Ensuite, laissez aller les tensions et détendez le corps entier.

Laissez aller la tête d'un côté à l'autre en gardant le cou détendu. Faites des rotations avec la tête au-dessus des épaules faisant des cercles.

Tournez la tête vers la droite et vers la gauche autour d'un axe vertical. Imaginez que la section du cou de la colonne est un axe et que les vertèbres cervicales sont des boules attachées dessus. Voyez un faisceau de *lumière* blanche montant l'axe. Tendez les muscles du cou. Répéter les mêmes exercices, mais cette fois avec les muscles du cou tendu. Imaginer un jet de *lumière* blanche de la largeur du cou, s'élever en lui. Détendez le corps entier. Déplacez la tête d'un côté à l'autre tout en la gardant verticale et sans déplacer les épaules, ensuite faites tourner la tête de la même façon.

Soulevez les bras au-dessus de la tête. Prenez le bras droit avec la main gauche par le poignet et tirez-le au-dessus de la tête tout en pliant le corps du même côté et étirez les muscles latéraux du tronc. Répétez ce mouvement de l'autre côté.

Tout en tenant les bras vers le haut, inclinez le tronc vers le côté d'abord dans les segments pectoraux et puis lombaires de la colonne vertébrale. Tendez les muscles du tronc et faites des inclinaisons et des pivots du corps. Imaginez que le tronc devient rempli de *lumière*. Détendez le corps. Tournez le tronc autour d'un axe vertical tout en détendant les muscles et en gardant les pieds sur le plancher en essayant de tourner la tête aussi loin que possible derrière en vous concentrant sur la colonne vertébrale.

Décalez le bassin de côté sans l'incliner et pliez les jambes, gardez les muscles aussi détendus que possible. Concentrez-vous sur la partie de la colonne vertébrale au-dessous du nombril.

Soulevez la jambe droite de sorte que la cuisse soit parallèle au plancher. Tournez la cheville comme si l'on dessinait des cercles sur le plancher. Concentrez-vous dans l'articulation de la cheville, voyant une *lumière* blanche et de la chaleur émerger à l'intérieur d'elle. Faites tourner le tibia, en vous concentrant sur l'articulation du genou.

Balancer le tibia d'un côté à l'autre, en maintenant le genou à un endroit et en vous concentrant dans les deux articulations de la hanche.

Dessinez un cercle avec la jambe droite tendue, d'abord en avant du corps, puis sur le côté droit, et puis derrière le corps.

Répétez ces exercices avec la jambe gauche.

Asanas de Relaxation

Après le réchauffement, nous devrions prendre un certain repos en maintenant une des positions suivantes (asanas):

La première d'entre elles est connue sous le nom de la posture de la *demi-tortue*.

Nous nous asseyons sur les talons avec les orteils regardant vers l'arrière et séparons les genoux. Mettons le front et les bras allongés sur le plancher avec les paumes pressées l'une contre l'autre. Détendez le corps et l'esprit complètement. Observez l'abdomen s'affaisser de plus en plus pendant que la relaxation devient de plus en plus profonde. C'est un exercice merveilleux qui nous permet de nous débarrasser de la fatigue physique et mentale. Elle devrait être exécutée pendant environ dix minutes.

La deuxième asana s'appelle la posture du crocodile. Il y a deux manières de l'exécuter.

Nous nous allongeons sur le ventre, en avançant les coudes vers l'avant aussi loin que possible, en reposant le menton sur les paumes.

La deuxième option — nous mettons les avant-bras vers l'avant et plaçons un avant-bras sur l'autre sur le sol, tenant la tête et la partie supérieure du corps vers le haut en tendant les muscles du dos.

Dans ces deux cas, nous nous sentons comme d'heureux petits crocodiles, qui ont rampé sur une plage sablonneuse pour avoir un bain de soleil! Le soleil chauffe notre dos — et nous disparaissions dans le plaisir sous sa tendre chaleur, qui imprègne nos corps.

Pranayamas

On doit procéder à la purification bioénergétique de l'organisme dans son ensemble ainsi qu'à chacun des ses segments correspondant aux chakras. Il y a plusieurs techniques de purification, et chacune d'elles nous permet de nous débarrasser de la prochaine partie d'impureté, ce qui signifie l'élimination de maladies, l'amélioration générale de la santé, et nous approcher de plus près du But Ultime.

Maintenant, je vais vous décrire quelques exercices généraux de purification de type pranayama.

Nous les exécutons dans la position debout. D'abord, pliez-vous légèrement vers la droite de sorte que le bras droit pende librement sans toucher le corps. Essayez de sentir le bras complètement de l'articulation de l'épaule au poignet. Imaginez qu'une pompe, laquelle est alimentée en "*air-lumière*" par le bras comme par un tuyau, gonfle la poitrine avec chaque inspiration et se rétracte ensuite avec chaque expiration. Une attention particulière devrait être prêtée à l'expiration. Essayez d'atteindre une

clarté élevée de sensations. Le "tuyau" doit être aussi gros que le bras, et rien ne devrait empêcher "l'air"-*lumière* à se mouvoir librement en lui.

Ensuite, nous exécutons le même exercice avec le bras gauche, et puis avec chaque jambe. Le "tuyau" doit descendre de la poitrine à chaque jambe par le côté correspondant du corps.

Placez l'image de deux barils sous chaque pied. Laissez l'un d'entre eux être vide et l'autre plein de *lumière* blanche liquide. Touchez cette *lumière* avec le pied-tuyau et pompez par le corps-pompe dans l'autre baril. Avec chaque inspiration, la chambre de pompe à l'intérieur du corps et la tête sont en expansion, tirant *la lumière* du contenant plein par la jambe. Avec chaque expiration, la chambre se contracte; *la lumière* est expulsée vers l'extérieur par l'autre jambe dans le baril vide. Ainsi, nous nettoions le corps en entier de l'intérieur.

Quand le baril avec *la lumière* devient vide — remplissez-le de nouveau et changez la teneur de l'autre baril en une image de feu, de sorte que toute la saleté qui a coulé à l'extérieur brûle. Inversez les barils — et répétez l'exercice avec l'autre moitié du corps.

Ensuite, faites la même chose, mais cette fois en plaçant les barils sous les mains.

De cette façon, nous devons atteindre le sentiment que le corps entier est rempli de *lumière* blanche lumineuse.

Après l'exécution de pranayamas, nous devons nous reposer dans une des asanas de relaxation.

Exercices Psychophysiques

Apprenons maintenant quatre exercices psychophysiques. Ils ont obtenu ce nom parce que leur composant psychique est combiné avec l'exécution simultanée de mouvements physiques, le dernier contribuant à la maîtrise du premier. L'idée fondamentale de ces exercices a été inventée par Pierre Dânov, un mystique du début du 20^e siècle; plus tard cela a été développé par Omraam Mikhaël Aïvanhov, et puis par nous.

Le premier exercice de cette série s'appelle *l'Éveil*. Nous nous réveillons d'un long sommeil d'isolement de l'harmonie, de la beauté, et de l'amour du monde. (Tout en nous tenant debout, nous soulevons les mains vers le haut et nous nous étirons comme si nous venions de nous réveiller). Nous laissons toute la pureté, la lumière, et la vitalité de l'extérieur venir en nous. Sentez une chute d'eau extrêmement pure, transparente, légère,

et subtile de fraîcheur du matin couler d'en haut. Nous nous remplissons de cette fraîcheur du matin, avec ces vagues fraîches, elles nous remplissent jusqu'à ce que nous débordions! (Les mains descendent aux épaules, aidant ce processus, puis se lèvent alors de nouveau; nous répétons ces mouvements plusieurs fois). Nous essayons d'atteindre l'état émotif et subtil le plus élevé possible.

Le deuxième exercice s'appelle *Donner*. Nous tenons les mains contre la poitrine et puis faisons un large geste les séparant vers l'avant et: ce que nous avons reçu, nous devons le donner aux autres — notre niveau d'avancement spirituel est mesuré par notre capacité à donner. Aussi, de manière qu'un récipient puisse de nouveau être rempli d'eau fraîche, il doit d'abord être vidé. Celui qui ne se vide pas en donnant ce qu'il a, n'est pas renouvelé, ne se développe pas. Nous répétons cet exercice à plusieurs reprises, déversant à l'extérieur, donnant tout le bon que nous avons accumulé — généreusement, sans le désir de recevoir une récompense. Envoyez des vagues des plus subtiles et intenses d'amour vers l'avant au loin. Sentez comment la poitrine devient gonflée par l'énergie d'amour qui vient l'augmenter par derrière. Une fleur, dégageant un doux parfum, commence à fleurir au milieu de la poitrine. Envoyez ces vibrations subtiles vers l'avant. C'est le parfum de l'amour lui-même!

Le troisième exercice est la *Réconciliation*. Soulevez la main droite au-dessus de la tête et concentrez-vous sur la paume et l'espace immédiat qui l'entoure. Ensuite, faites-la descendre dans un mouvement sinusoïde ayant une circonférence d'environ trente centimètres. Le bord de la paume devrait faire face à la direction du mouvement de la main. Tout en faisant cela, essayez de sentir l'espace, à l'intérieur duquel la main se déplace, semblable à un champ d'énergie, auquel nous assignons une nouvelle caractéristique: paix, harmonie, et calme. On peut "prolonger" la main. (On peut imaginer différentes manières d'effectuer des mouvements de danse: saccadé et rapide, en opposition à doux, stable, et élégant. Chacune de ces manières dispose l'interprète et les assistances aux états émotifs correspondants). Et ce geste simple, mais puissant, qui symbolise l'harmonie, aidera chacun dans chaque situation pendant qu'il maîtrise cet exercice (on devrait le sentir profondément à l'intérieur de soi!), même s'il est exécuté sans mouvements du corps.

Le quatrième exercice s'appelle *L'Ascension*. Nous soulevons les mains vers le haut avec les paumes faisant face de côté et les faisons ensuite descendre latéralement, faisant des brasses. Répétez ce mouvement plusieurs fois, avec chaque brasse, nous faisons comme si nous sortions hors d'une

autre enveloppe grossière et devenions plus légers, plus purs; nous nous élevons à la source de la lumière au-dessus — au Soleil... Il devient très près de nous; quelques mouvements de plus et nous l'atteignons... Circulez dans cet espace de lumière la plus pure et la plus subtile et prenez plaisir d'y être... Ensuite, descendez lentement sur Terre sentant le soleil dans la poitrine. Tenez-vous sur la Terre et rayonnez vers les gens et vers tous les autres êtres vivants avec *la lumière du soleil* venant de votre poitrine!

Shavasana

Toutes les sessions comportant un travail avec les chakras et les méridiens doivent être suivies d'un exercice de relaxation appelé *shavasana*. Il nous permet de nous reposer du travail bioénergétique qui peut être très fatigant ainsi que pour se débarrasser de défauts bioénergétiques qui n'ont pas été encore éliminés.

Shavasana est la relaxation du corps et de l'esprit, en position allongée sur le dos.

Nous nous étendons sur le dos et nous assurons que nous nous sentons confortables. Rien ne devrait nous distraire. Ensuite, nous commençons à détendre le corps en commençant par les orteils. On peut s'imaginer un plan perpendiculaire à l'axe du corps — comme un mur de verre — et le déplacer à travers le corps des orteils à la tête; derrière cette surface il ne reste plus aucune tension. Sentons que nous perdons toutes sensations de ces parties du corps derrière ce plan. Nous les renions, en nous disant mentalement: "Cela ne m'appartient pas! Cela ne m'appartient pas!..." "Si nous regagnons des sensations de n'importe quelle partie du corps, nous déplaçons le plan sur cette section de nouveau. Après que le plan ait traversé la tête, nous pouvons éprouver les états suivants:

Le premier état: la conscience de soi-même disparaît. Nous tombons dans quelque chose qui ressemble à un sommeil profond, mais ce n'est pas un sommeil. La conscience de soi-même est regagnée après environ 18-20 minutes. Nous nous sentons complètement reposés, comme après un long sommeil profond. C'est un état tout à fait plaisant. On ne doit pas se lever abruptement, mais juste apprécier ce moment.

Le deuxième état: la conscience de soi-même est maintenue, mais la *paix* absolue vient à nous. Nous pouvons balayer le corps au complet avec *la vue intérieure*. Nous pouvons entrer l'espace intérieur du corps d'en dessous et voir des régions lumineuses et sombres. Les couleurs grises ou noires signifient des désordres sur un des plans d'énergie, qui corres-

pondent aux états manifestés ou encore latents de maladies. Nous devons essayer de recueillir toute substance sombre dans un amas comme avec un râteau et la jeter loin en dehors du corps.

En faisant shavasana, nous pouvons également faire l'expérience involontaire de la pleine sortie du corps matériel: nous pouvons soudainement nous rendre compte de nous-mêmes en étant dans notre forme habituelle, mais en position peu commune — par exemple, volant au-dessus du plancher ou nous tenant sur la tête et ainsi de suite. Il n'y a rien à s'inquiéter cependant: une fois que nous sentons le désir de retourner de nouveau dans le corps — nous nous retrouverons là tout de suite. Mais en aucune circonstance on n'est encouragé à exécuter de telles sorties: ce sont des sorties dans une dimension grossière de l'espace — dans le plan connu sous le nom de *plan astral*. On doit apprendre à sortir immédiatement dans les dimensions spatiales les plus hautes, mais les méthodes afin d'accomplir cela sont différentes.

On ne doit pas enseigner aux enfants sous l'âge de 12 ans shavasana: après s'être rendu compte qu'ils sont hors du corps, ils ne veulent pas toujours y retourner.

* * *

Tous ces exercices devraient être pratiqués régulièrement: il est impossible d'obtenir le plein effet de ceux-ci après seulement une session.

Latihan. Baptême dans l'Esprit Saint

Quand tous les exercices précédents ont été maîtrisés, nous pouvons procéder à l'exercice appelé *latihan*.

Le terme *latihan* est apparu au commencement du 20e siècle par un Soufi appelé Bapak Mohammad Subuh [20], qui employait ce mot afin de décrire une des manières de communiquer avec l'Esprit Saint. Il a visité plusieurs pays Européens, où il a enseigné cette méthode à des moines catholiques et a guéri avec son aide plusieurs personnes malades, y compris ceux souffrant du cancer.

Dans cette technique, on s'adresse à l'Esprit Saint afin d'avoir Son aide, en Lui demandant de se concentrer au-dessus de notre tête (on doit prendre conscience de Sa présence là) et ensuite "Le verser" vers le bas dans tout notre corps comme dans un cylindre de verre transparent. Cela sera un véritable Baptême de l'Esprit Saint.

De cette façon vient la guérison du corps.

Le corps, s'étant abandonné à ce Courant le traversant, commence à danser et à effectuer d'autres mouvements doux et harmonieux... Ce phénomène est une variation du laya yoga — un ensemble de méthodes "de dissolution" de soi dans les Courants Divins aussi bien que dans les états statiques de Conscience Divine.

En fait, c'est très simple si nous y croyons vraiment, si nous L'aimons vraiment et sommes disposés à nous abandonner à Lui. L'Esprit Saint est toujours présent partout comme un océan de *lumière* y compris dans l'espace au-dessus de nos corps — observant, aimant, enseignant, et... attendant que nous Lui portions finalement attention avec amour et Lui demandions de l'aide...

Si nous nous sommes préparés avec l'aide de tous les exercices précédents, y compris *l'Éveil* — nous réussirons à faire celui-ci rapidement. Sinon — nous pouvons essayer de nous imaginer... au paradis, sous une merveilleuse chute d'eau, immergée dans la lumière tendre du soleil, sentant l'arôme des fleurs, et entendant le chant des oiseaux... Une cascade d'eau céleste tombe à travers notre corps, purifiant l'âme et la rendant digne du paradis...

Afin que la danse laya (la danse de la "dissolution") commence, étant guidé par l'Esprit Saint, nous devrions nous tenir sur la pointe des pieds et soulever les mains; les vêtements doivent être légers et amples — de sorte que nous ne les sentions presque pas...

Après la danse, il sera bon de prendre du repos dans une posture de relaxation.

Nettoyage des Chakras. Ouverture du Cœur Spirituel

Ayant atteint la maîtrise de ce qui a été mentionné ci-dessus, nous pouvons procéder au nettoyage des chakras.

La condition des chakras est étroitement interreliée avec l'état des organes du corps physique situé dans la région correspondante à chacun des chakras du corps. Les chakras jouent un rôle important en fournissant aux organes de l'énergie, alors que les maladies des organes affectent négativement la condition des chakras.

Par exemple, les chakras suivants sont responsables pour les organes suivants:

— anahata: cœur, poumons, bras, et glandes mammaires;

- manipura: entre autres les organes — de l'estomac et autres structures du système digestif;
- svadhisthana: les organes reproductifs, la vessie, les jambes, et autres;
- sahasrara: hémisphères avant du cerveau;
- ajna: le reste du cerveau, aussi bien que les yeux, les oreilles, le nez, pharynx supérieur;
- vishuddha: le cou entier, la thyroïde, les deux mâchoires, y compris les dents, et autres. (La frontière entre les "sphères d'influence" de l'ajna et de vishuddha coïncide avec le palais).

* * *

Travaillons maintenant avec les chakras. Il existe certaines combinaisons de sons (sorte de mantra), dont le chant contribue au développement des chakras en produisant une vibration sonore. Les Mantras nous aideront également à avoir une sensation claire de nos chakras. Voici ces mantras:

- pour sahasrara — AM (a-a-am),
- pour l'ajna — VOM (vo-o-om),
- pour vishuddha — HAM (ha-a-am),
- pour l'anahata — YAM (ya-a-am),
- pour manipura — RAM (ra-a-am),
- pour svadhisthana — VAM (va-a-am),
- pour muladhara — LAM (la-a-am).

Nous devons chanter ces mantras doucement, produisant des sons de haute fréquence (en prenant une voix de femme comme modèle pour le timbre), mais pas une voix forte, nous concentrant en même temps dans le chakra correspondant. En changeant la concentration de la conscience dans le chakra suivant, on devrait y entrer par derrière le dos ou la nuque, comme si l'on entraît dans une niche ou un enfoncement.

On doit répéter l'ensemble des mantras plusieurs fois, en essayant d'avoir une perception claire des vibrations dans tous les chakras.

Cet exercice doit être pratiqué chaque jour. Quand il n'y a aucune possibilité de chanter les mantras à haute voix, on peut les chanter men-

talement, mais seulement après les avoir maîtrisés en chantant à haute voix.

Portons le maximum d'attention aux prochaines étapes concernant le travail avec le chakra anahata — le simple fait de pratiquer ceci rend la vie plus lumineuse et plus joyeuse.

Si le chant de mantras très subtils et doux des chakras n'a pas été maîtrisé — aucun autre travail ne peut être couronné de succès. Les hommes sont habituellement ceux qui ont spécialement fréquemment cette difficulté, puisque la subtilité leur est souvent inconnue. La recommandation suivante peut les aider. Prenez de l'eau dans la bouche et commencez à vous gargariser de sorte qu'un bruit de glouglou puisse être entendu. Apportez l'eau plus bas dans la gorge. Le son doit devenir plus aigu. Laissez-la atteindre une tonalité aussi haute que possible. Telles sont les notes, avec lesquelles on doit chanter les mantras des chakras.

Apprenons une autre méthode de nettoyage et de développement des chakras. Visualisez derrière l'anahata une figure brillante blanche en trois dimensions formée par quatre triangles équilatéraux avec les côtés joints. Cette figure s'appelle un tétraèdre. Insérer cette figure dans chaque chakra (un chakra à la fois) par-derrière, avec un des sommets du tétraèdre regardant vers l'avant, tout en le tournant rapidement dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (en regardant par-derrière) autour d'un axe horizontal d'avant en arrière. Pour les deux chakras aux extrémités, la rotation du tétraèdre doit être effectuée autour d'un axe vertical; pour sahasrara le sommet du tétraèdre doit être orienté vers le haut, alors que pour muladhara — il doit être orienté vers le bas. La direction de la rotation du tétraèdre pour ces deux chakras doit être dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (regardant de l'intérieur du corps). L'exécution de cet exercice sera plus facile si nous le combinons avec la prononciation du mantra correspondant à chaque chakra.

Tous les exercices avec les chakras décrits ci-dessus (comme avec les méridiens, qui seront décrits plus tard) sont exécutés plus efficacement pendant que l'on se tient debout.

Mais il y a un exercice simple avec le cœur spirituel que chacun peut essayer de faire sans aucune condition préalable. Imaginez que votre tête est entrée dans la poitrine. Sentez le nez, le front, les lèvres. Bougez les lèvres. Afin que la tête ne remonte pas dans sa position habituelle, nous pouvons imaginer que nous mettons un chapeau sur la tête. Ensuite, suivez la chose la plus importante: nous devons ouvrir les yeux et "clignoter" des paupières là... Dorénavant, apprenez à regarder le monde extérieur à partir

de la poitrine. Le monde vous paraîtra complètement différent: plus aussi dur et hostile, mais subtile, tendre, et sensible aux émotions d'amour.

C'est ce qui s'appelle l'ouverture du cœur spirituel. Comme nous pouvons le voir, c'est très facile à faire. La seule chose exigée ici est la volonté!

À l'avenir, on doit apprendre à regarder par l'anahata non seulement vers l'avant, mais également vers l'arrière.

* * *

Après avoir maîtrisé cela, nous devons faire la même chose avec tous les autres chakras. (Les "fenêtres" du muladhara et de sahasrara sont orientées vers le bas et vers le haut respectivement. Mais nous pouvons également regarder vers l'avant et vers l'arrière par ces chakras).

Apprendre à regarder vers l'arrière est important non seulement parce cela contribue au développement des chakras, mais également parce qu'en regardant en avant nous nous sommes accoutumés à voir le monde des objets matériels, tandis que les plans pur et subtiles avec les Consciences qui y vivent se trouvent derrière.

Par ailleurs, en exécutant cet exercice, nous nous préparons à de futures sorties conscientes hors du corps. Et cela doit être également exécuté vers l'arrière de l'anahata.

Sorties du Corps

Un grand nombre de mystiques de divers pays et cultures sont déçus en apprenant à sortir du corps par l'avant ou vers le haut. Cette façon de sortir du corps les amène dans une certaine sous-couche *du plan astral* (selon leur propre statut sur l'échelle de la *grossièreté-subtilité*) — un plan plutôt dense, qui est le plus proche du monde matériel. *Du plan astral* on peut très facilement voir le monde matériel et les personnes avec leurs pensées. Cela vient avec la possibilité de les "espionner", de leur jouer des tours, ou de les influencer d'une autre manière... Cela s'avère être intéressant et excitant...

Mais quand le corps d'une telle personne meurt, il ou elle reste attaché aux objets matériels. Il ou elle ne s'est pas rapproché de Dieu, et l'incarnation a été dépensée en vain.

Mais si nous avons fait les transformations nécessaires de nos méridiens principaux, particulièrement de chitrini (Brahmanadi) — une des

structures les plus subtiles de l'organisme, alors en passant par chitrini nous "tombons" immédiatement au moins dans les plans de l'Esprit Saint. Et là, nous pouvons Le voir comme *Lumière-Amour* et Le sentir comme Tendresse. Là nous apprenons à fusionner avec Lui et à devenir un avec Lui.

... Ces perspectives, tellement facilement atteignables, ne vous stimulent-elles pas à rejeter vos vieux dogmes et vices et à vous précipiter "avec tout votre cœur, votre âme, avec tout votre esprit et avec toutes vos forces" vers l'Étreinte de Dieu?

Développement des Chakras. Dantyan

En attendant, nous pouvons nous exercer à remplir et "gonfler" les chakras avec l'image d'une scintillante et brillante *lumière* blanche et pure, que nous pouvons "souffler" dans chaque chakra d'un tuyau imaginaire qui vient d'une puissante pompe.

Les images que nous créons dans les plans subtils deviennent une réalité en eux. Non seulement pouvons-nous nettoyer nos structures énergétiques avec l'aide de ces images, mais également guérir d'autres personnes en éliminant des parties sombres de maladies et même exécuter des "chirurgies" en utilisant divers instruments chirurgicaux.

À partir de cette étape de travail on peut devenir un bon guérisseur. La guérison est l'une des manières dont nous pouvons donner notre amour aux autres. C'est pourquoi l'Esprit Saint est toujours heureux de nous aider quand nous guérissons, particulièrement si nous Lui demandons!

Si nous possédons les qualifications de communication avec l'Esprit Saint, alors pendant une session de guérison il peut traverser nos chakras si nous Lui demandons. Cela facilite le développement des chakras et les rend plus raffinés (voir les détails à propos de la guérison [7]).

* * *

Maintenant, apprenons un autre exercice avec le tétraèdre:

1. Faites tourner l'image du tétraèdre derrière chaque chakra comme le foret d'un dentiste.

2. Insérez-le alors dans le chakra comme dans une cavité d'une dent cariée. La saleté vole vers l'extérieur dans toutes les directions; lavez ensuite avec l'image d'une douche.

3. Augmenter la taille du tétraèdre imaginaire; ceci permet d'agrandir le chakra.

4. Après avoir travaillé à travers tous les chakras, prenez une "douche" et ensuite positionnez-vous en shavasana.

... La prochaine technique de développement des chakras est la suivante: entrez à l'intérieur de chaque chakra, un à un, commençant par l'anahata et sentez-vous complètement là comme dans une caverne remplie de *lumière*. Ensuite, en appuyant sur les parois de chaque mur du chakra avec les mains éloignez-les à l'infini...

Et voici un autre exercice des plus merveilleux: nous nous imaginons en tant qu'ampoule puissante aussi grande que le corps, qui est allumée; le filament de l'ampoule est dans l'anahata. Et ensuite, illuminez l'espace environnant avec la lumière de l'anahata.

Plus tard, nous pourrions déplacer le filament de l'anahata dans chacun des autres chakras et "brûler" les bras, les jambes, et toutes autres parties du corps où des maux sont présents. De cette manière, nous pouvons "brûler" les énergies brutes du corps; nous nettoyons, éclaircissons, et nous guérissons, nous habituant à être unis avec cette *lumière*. Car "Dieu est *Lumière*, et en Lui il n'y a aucune obscurité" (1 Jean, 1:5). De cette façon — graduellement — nous devenons plus près de l'état de Dieu.

* * *

Les chakras développés peuvent être combinés en des groupes fonctionnels, appelés *les dantyan* en chinois. Le dantyan supérieur se compose des trois chakras du haut; le dantyan du centre est représenté par l'anahata; et l'inférieur — par les trois chakras du bas.

Des trois, le plus important est le dantyan du centre, puisque c'est en utilisant cette structure que nous pouvons nous transformer en Amour et fondre en Dieu. Les deux autres jouent un rôle auxiliaire. Le dantyan supérieur aide afin de développer celui du centre avec ses fonctions d'évaluations intellectuelles et appréciations esthétiques. Et l'inférieur, étant le centre de puissance principale de l'organisme, fournit l'énergie pour ce processus.

Tous les dantyan (aussi bien que tous les chakras) doivent être développés harmonieusement, bien que celui du centre doit toujours avoir priorité sur les deux autres pendant l'entraînement. Aux yeux de Dieu, la fonction principale de l'organisme est l'amour. Cependant, l'amour ne peut

pas devenir véritable à moins qu'il soit soutenu intellectuellement, éthiquement, et énergétiquement. C'est pourquoi on doit prêter attention au développement de chacune de ces fonctions, tout en se rappelant toujours la nécessité de respecter rigoureusement la règle d'augmenter constamment le niveau de la subtilité de la conscience: les reculs aux états grossiers de la conscience constitueraient un blocage total de tous les efforts et un arrêt dans le développement au mieux, pouvant même mener à un échec complet au pire.

Le développement correct du dantyan inférieur (également connu sous le terme *hara*) peut être réalisé de façon optimale en pratiquant des techniques méditatives spéciales sur des *lieux de puissance* spéciaux. Un des secrets ici est de raviver les fonctions du méridien "embryonnaire", qui reliait les systèmes d'énergie du fœtus et de la mère ensemble. C'est de cette "renaissance" que le *hara* commence à fonctionner dans un ensemble, comme une centrale énergétique unifiée.

Travail avec les Méridiens. Sushumna, Chitrini, Zhen-Mo, l'Orbite Microcosmique, et le Méridien Central

Lors de la maîtrise de tous les exercices décrits ci-dessus, il serait approprié de mettre les méridiens principaux du corps en ordre.

La totalité du corps humain, aussi bien que le corps des animaux et même des plantes sont parcourus par de nombreux canaux, invisibles à l'œil nu, qui canalisent les énergies de divers niveaux de raffinement autour de l'organisme. Ces canaux, appelés méridiens (ou *nadis*) ont été découverts et utilisés dans la médecine traditionnelle chinoise (Zhen Tsyu).

Les méridiens peuvent être découverts, en particulier, en raison de l'accroissement — comparé aux tissus adjacents du corps — d'électroconductivité (mais on devrait garder à l'esprit que le courant électrique, même le plus faible, ne leur convient pas; donc, les méthodes d'électrodiagnostics et d'électropuncture devraient être employées dans les cas exceptionnels seulement).

Les méridiens peuvent être vus par les personnes dont le champ de perception a été augmenté par un système d'entraînement semblable au nôtre.

En raison de processus inflammatoires dans les tissus du corps, un mode de nutrition malsain ou d'influences énergétiques extérieures né-

gatives, les méridiens peuvent perdre leur conductivité. Dans ces cas, les désordres prolongés des organes, privés de l'approvisionnement en énergie approprié, peuvent se développer. De telles maladies ne peuvent pas habituellement être traitées complètement en employant la thérapie à base de médicaments. Dans des cas comme ceux-ci, l'acupuncture et autres techniques curatives semblables (laser, vibration, et autres sortes d'influences par "les points biologiquement actifs" de la peau) s'avèrent être efficaces. Ces méthodes fonctionnent, parce qu'elles reconstituent la conductivité des méridiens au moyen de courants d'énergie diffusée en eux.

Mais il est plus efficace de nettoyer les méridiens par soi-même en employant les méthodes décrites dans ce livre.

Parlons de plusieurs méridiens qui peuvent être utilisés avec succès dans l'autorégulation psychique.

Tous les chakras sont reliés entre eux par les grands méridiens qui courent le long de la colonne vertébrale, aussi bien qu'à l'avant et à la partie centrale du corps.

Un large canal appelé sushumna (tu-mo ou du-mo en chinois) court le long de la colonne vertébrale du muladhara au sahasrara. Une de ses fonctions est de distribuer l'énergie extraite à partir de la nourriture, aux chakras. Dans le sushumna — dans sa section arrière — il y a un canal significativement plus étroit (son diamètre est d'environ 2 centimètres), appelé vajrini, par lequel l'énergie du sahasrara (appelé *udana*) coule dans d'autres chakras.

Le troisième canal spinaux — chitrini (Brahmanadi) — est situé derrière le sushumna. Il commence à l'endroit où fini sahasrara, passe sous l'os occipital et cours le long de la partie arrière du cou et ensuite — en bas de la partie plus à l'arrière de la colonne vertébrale, coïncidant avec les processus spinaux des vertèbres et de la peau.

Chitrini est une structure extrêmement importante. Elle nous servira de standard pour un des états les plus subtils auxquels nous pouvons harmoniser la sphère émotive.

Sur l'échelle de G.Gurdjieff's *des hydrogènes* [62], l'état de chitrini est évalué comme H-3. C'est le niveau de la subtilité de l'Esprit Saint. Lors de l'apprentissage de la concentration en chitrini on peut facilement "plonger" comme conscience par ce canal dans les plans de l'Esprit Saint et on peut communiquer directement avec Lui là, l'étreindre, et fusionner avec Lui. C'est la manière dont les vérités religieuses passent de l'abstraction à la réalité.

Le système des chakras communique également par le canal avant (zhen-mo). Il commence à l'extrémité supérieure du sushumna, se sépare en deux branches qui tournent autour de sahasrara et se rejoignent au niveau du front pour ensuite se séparer en plusieurs petits canaux qui courent vers le bas du visage et se rejoignent de nouveau à la région de vishuddha. Une autre branche de ce canal passe par le milieu de la tête, atteint le menton venant par le palais et joint les autres branches au cou. Ensuite, le canal cours jusqu'en bas de la partie antérieure du tronc s'embranchant à chaque chakra, passe par les os pubiens, pour ensuite aller au coccyx.

Nous devrions prêter une attention particulière à la partie supérieure de ce canal, qui unit les quatre chakras que l'on nomme *centre émotif* — anahata, vishuddha, manipura, et ajna [62] — dans un bloc fonctionnel.

Anahata et vishuddha jouent un rôle principal dans ce complexe. L'intensité des émotions dépend dans une certaine mesure du chakra manipura, alors que le chakra ajna sert de liaison à l'interaction avec le complexe hypothalamique-pituitaire, qui joue un rôle important dans la coordination des réactions émotives et comportementales de l'organisme entier par le système endocrinien.

Seulement les personnes, dont le canal avant est bien développé et qui savent l'employer, peuvent expérimenter les émotions positives vraiment exaltées en communiquant avec les autres personnes et la nature. Mais de telles personnes sont extrêmement rares: seulement une poignée parmi des milliers. La plupart des personnes n'ont pas un canal avant développé, et cela prend des efforts spéciaux afin de le développer.

Dans la tradition chinoise, le système de la colonne et des canaux avant s'appelle *l'orbite microcosmique*.¹⁰ En faisant circuler l'énergie autour de *l'orbite microcosmique*, on peut exécuter la transformation des énergies au sein de l'organisme. Le but de ce travail est de produire et d'accumuler *l'élixir d'or* dans l'organisme; l'énergie la plus subtile obtenue en raison d'une telle transformation s'appelait ainsi dans les termes de l'alchimie ancienne.

L'exécution des exercices avec *l'orbite microcosmique* produit un fort effet émotif.

Sur un des plans les plus subtils, le système des chakras est communiqué par un canal de plus — le méridien central. Ce large méridien relie les chakras développés, fonctionnant verticalement au milieu du corps entier. Il se forme avec le développement des chakras: il ne peut pas se

¹⁰ Dans le buddhi yoga il y a des exercices avec l'orbite macrocosmique.

trouver chez les personnes dont les chakras sont peu développés. Sa largeur correspond au diamètre des chakras. C'est également une structure d'énergie très importante de l'organisme.

* * *

Commençons par sushumna. La manière la plus facile de le nettoyer est d'employer une image d'une "brosse à bouteille". Afin de faire cela, nous devons nous imaginer nous déplaçant à l'arrière du corps sortant par l'anahata et devenant légèrement plus grand que le corps. Ensuite nous commençons à frotter le sushumna avec cette "brosse à bouteille". Un détail important à maintenir à l'esprit pendant que l'on fait cela est que nous devons nettoyer également le passage du sushumna au muladhara, qui ne va pas seulement de haut en bas au sacrum dans une ligne droite, mais également de l'arrière vers l'avant.

Le prochain à nettoyer est le méridien central. Il est commode de travailler avec cette structure à des *lieux de puissance* spéciaux, qui sont propices pour déplacer la concentration de la conscience en dessous du corps. Cela implique qu'à ce moment la conscience du praticien doit être développée par la pratique des exercices précédents à un tel point qu'il puisse se déplacer comme conscience au-dessous du corps sans perdre l'état subtil.

En entrant dans le méridien central par le bas, nous devons "laver" ses parois avec une image d'un chiffon humide avec de la mousse savonneuse par exemple, ou de n'importe quelle autre façon appropriée.

Après cela, il est important de nettoyer la cloison entre le sushumna et le méridien central. Afin de faire cela, on doit être dans les deux méridiens en même temps, en entrant dans sushumna d'en haut et le méridien central — d'en dessous. Dans ce cas-ci, la cloison entre ces méridiens et les possibles taches foncées sur sa surface deviennent visibles. L'élimination de ces taches amène à la prochaine étape de purification du corps.

Quand le sushumna est nettoyé, nous pouvons commencer le travail avec *l'orbite microcosmique*. Afin d'accomplir cela nous entrons dans les deux chakras inférieurs et amenons leur énergie vers le haut à sushumna, la déplaçons au-dessus de la tête et la faisons redescendre par le canal avant jusqu'aux deux chakras inférieurs. Nous répétons cet exercice plusieurs fois. Pendant ce processus, les énergies grossières, incluant celles qui causent les maladies, se transforment en énergies subtiles dans le méridien zhen-mo.

Après les premières périodes de travail avec *l'orbite microcosmique*, on doit exécuter une relaxation profonde en shavasana.

À l'avenir, nous pouvons apprendre à changer la trajectoire de l'énergie circulant autour de *l'orbite microcosmique* — de sorte que le flot d'énergie traverse les régions malades du corps (s'il y en a). Cela nous permettra de les guérir.

Nous commençons à apprendre à faire circuler l'énergie autour de l'orbite incluant le méridien sushumna. Mais ensuite nous devons apprendre à faire la même chose par chitrini et dans le *cocon* d'énergie qui entoure le corps. Tout cela apportera d'autres niveaux d'amélioration de la santé et raffinement de la conscience. Dans la pratique de notre École, cela est exécuté plutôt facilement en utilisant des *Lieux de puissance* — endroits qui ont une signification énergétique spéciale pour les êtres humains. Vous pouvez les trouver quelque part autour de l'endroit où vous vivez.

En concluant ce chapitre, je veux mentionner qu'il y a des méthodes de Qi Gong chinois qui sont entrées en Europe qui incluent le travail avec *l'orbite microcosmique* sans procéder auparavant au nettoyage et au développement complet des chakras et des méridiens. Dans de tels cas, le travail effectué est seulement au niveau d'images visuelles, la purification, la guérison, et les effets de raffinements ne sont pas obtenus.

Le Cocon

Les cocons d'énergie mentionnés ci-dessus entourent tous les corps des êtres vivants incarnés. (Ils s'appellent également *les corps éthériques*. Mais on devrait tenir compte que la signification du dernier terme n'est pas claire: certains auteurs peuvent dénoter avec lui d'autres structures ou états, quand ils ne savent simplement pas comment les appeler). *Les cocons* forment l'agrégat des champs biologiques de toutes les cellules du corps. Il peut y avoir *des cocons* multicouches, c.-à-d. ils peuvent se composer de plusieurs couches d'énergies de différentes densités situées à différentes distances du corps.

Les cocons des personnes en bonne santé sont plus ou moins en forme d'œuf. Mais leurs parois peuvent avoir des protubérances ou des creux aux régions malades ce qui correspond à une activité plus grande ou diminuée des cellules dans les parties affectées du corps. C'est significatif pour exécuter un diagnostic extrasensoriel et peut être déterminé par la palpation des frontières *des cocons* avec la paume de sa main. Mais il est préférable d'apprendre à voir aussi *les cocons*.

Il est plus facile d'apprendre à voir son propre *cocon* d'abord, et ensuite les cocons des autres avec l'aide de la méthode suivante. On doit placer la concentration de la conscience (*le point d'assemblage*, en termes de Juan Matus) à environ 50 centimètres de ses propres talons. De là on peut observer le volume à l'intérieur *du cocon* et commencer à le nettoyer.

Le nettoyage *du cocon* est une méthode curative importante, parce que les énergies pathogènes peuvent résider non seulement dans le corps, mais aussi dans *le cocon*.

Bulles de Perception

La connaissance finale de ce chapitre serait que *les cocons* se composent de deux parties inégales, que Juan Matus [6, 11] a appelés *bulles de perception*.

La division *du cocon* en deux *bulles de perception* a lieu au niveau des clavicules. *La bulle* supérieure inclut la tête et le cou, alors que l'inférieur joint le reste du corps.

En d'autres termes, *la bulle* supérieure inclut le dantyan supérieur, et l'inférieur — les deux autres et les jambes.

La bulle supérieure est très importante pour communiquer avec le monde matériel, alors que nous employons *la bulle* inférieure afin de communiquer avec l'immatériel. Un praticien peut percevoir séparément à partir d'elles soit le monde matériel ou d'autres plans.

La croissance quantitative de la conscience et du travail méditatif est effectuée principalement par la *bulle inférieure de perception*.

La partie principale de celle-ci est le dantyan du centre, le raffinement de celui-ci et son expansion nous amène plus près de la Perfection. Je souligne ce point encore, parce que cela est le postulat le plus fondamental du travail psychoénergétique, et toutes déviations de cette ligne directrice mènent à des désordres prolongés et à perdre un temps tellement précieux dans notre court séjour ici dans ce corps.

Le développement harmonieux du dantyan inférieur (hara), qui est le second composant important de la *bulle de perception* inférieure, est également absolument nécessaire pour l'accomplissement méditatif. Mais considérer cette structure comme base pour la croissance spirituelle, qui est typique à plusieurs écoles d'art martial, est une grossière erreur.

La structure globale d'énergie du corps peut aussi être considéré en tant que 4 segments verticaux. Mais parler de cela en terme pratique fait

du sens seulement à des étapes plus avancées du développement spirituel.

* * *

De tels exercices ne nous changent pas seulement dans la direction nécessaire, mais l'attitude des autres envers nous change également. Il devient plaisant de communiquer avec nous aussi bien que de juste être en notre présence. Les personnes commencent à venir à nous aussi pour des conseils spirituels. J'ai été témoin d'un grand nombre de telles transformations.

... Deux cas intéressants viennent à mon esprit.

Un jour, après une classe que j'avais conduite, une femme est venue à moi pour se plaindre: eh bien, vous dites des choses juste à propos de l'amour, mais que puis-je faire avec mon conjoint: il est toujours irrité; nous n'avons pas parlé ensemble ou dit bonjour depuis des années! Je lui ai répondu: regardez, pourquoi ne commencez-vous pas à lui transmettre votre amour ce soir — directement à travers le mur — comme dans l'exercice, *la croix de Buddha*. Quand elle est venue à la classe suivante, elle a dit ceci: J'ai fait ce que vous m'avez recommandé et le lendemain matin quand j'ai rencontré mon conjoint dans la cuisine, il m'a souri et m'a dit: "Pourquoi ne nous avons-nous pas dit bonjour pendant tant d'années? Commençons à nous saluer!"

Il y a eu un autre cas. Une jeune femme est venue pour participer à une classe en larmes. Je lui ai demandé ce qui s'était produit? Elle a dit qu'elle avait été sur la plage, prenant du soleil et faisant *la croix de Buddha*. Un enfant était soudainement venu à elle et avait dit: 'Ne va pas là; il y a un serpent!'. 'Pourquoi pleurez-vous alors', j'ai demandé. Elle dit, 'c'était la première fois dans ma vie qu'un enfant venait à moi par lui-même!'

La réalisation des fonctions du cœur spirituel est la première étape sérieuse vers Dieu que l'homme peut prendre. Cela peut devenir le commencement du Droit Chemin vers la réalisation spirituelle de Soi complète, vers la Perfection, vers la Fusion avec Dieu dans l'aspect du Créateur.

* * *

Il est plus commode d'exécuter les exercices avec les chakras et entraînements méditatifs suivant dans la position debout ou même en marchant.

Développement de la Puissance dans la Subtilité (Cristallisation Correcte de la Conscience)

À la fin des cours que nous venons de décrire, seulement quelques-uns parmi tous les étudiants peuvent aller directement à la prochaine étape — plus élevée — de la montée spirituelle. Seulement ceux qui ont maîtrisé ces étapes dans leurs incarnations précédentes et ne font que passer maintenant de nouveau en revue ce qu'ils ont déjà appris avant peuvent aller aussi vite. Les autres doivent s'arrêter pour un moment afin de s'établir dans les états qu'ils ont appris à atteindre.

Mais cela ne signifie pas que ces derniers n'ont rien à faire. Il doit y avoir beaucoup de lectures, de réflexions, de discussions, d'aide aux autres, et d'écoute sur la façon dont Dieu évalue nos actions... Il est nécessaire de chercher l'harmonie avec la nature, particulièrement tôt le matin. Il serait également bon d'apprendre à identifier les voix des meilleurs chanteurs parmi les oiseaux, de connaître leurs noms et comment s'harmoniser à leur subtilité. Parmi ceux-ci, il y a — la grive musicienne, le merle noir, le sturnidé, la fauvette à tête noire, la fauvette grise, le rouge-gorge familier, l'alouette des champs, le grand courlis, la bécasse, le petit coq de bruyère, et la bécassine des marais...

On peut également employer des classes spéciales d'esthétique qui incluent l'analyse des travaux de divers genres d'art et d'activités créatrice des participants.

Et le développement de la *puissance dans la subtilité* (ou *cristallisation de la conscience* en termes de G.Gurdjieff's [62] — par analogie avec la croissance d'un cristal) peut mieux être atteint à ce stade à travers la méditation à des *lieux de puissance* spéciaux, par la natation hivernale, et la *course méditative*. D'autres méthodes de *cristallisation* inclus des exercices spéciaux de gymnastique et le tournoiement Soufi: les deux devraient être exécutés pendant la pratique de méditations spéciales, mais il ne fait pas sens, d'écrire à ce sujet dans ce livre.

Il est important de souligner que la *cristallisation* peut être correcte seulement si elle est exécutée par une conscience concentrée dans le cœur spirituel. En même temps, cela peut être réussi seulement quand les structures de tous les dantyan, y compris les inférieurs, sont développées et travaillent correctement.

La Cristallisation correcte est exécutée par une conscience qui se développe dans les plans les plus subtils: de cette façon, nous pouvons cultiver la divinité en nous-mêmes. Mais *la cristallisation* grossière, c.-à-d.

exécutée par des personnes qui mangent les corps d'animaux tués, vivent dans des émotions grossières, et sont exemptes d'aspirations spirituelles correctes, peut faire d'eux des démons. Les mêmes techniques psychiques produiront soit l'un soit l'autre, selon l'état intérieur de celui qui les pratique.

C'est l'une des raisons pour lesquelles il est très dangereux de révéler la connaissance ésotérique secrète à ceux qui ne sont pas prêts à l'appliquer correctement.

Natation Hivernale

La natation hivernale, c.-à-d. la natation dans l'eau glacée, est une merveilleuse méthode non seulement afin de tempérer le corps, mais également afin d'augmenter la puissance énergétique de l'organisme.

Les statistiques indiquent que parmi ceux qui pratiquent la natation hivernale la diminution du taux de maladie de type froid est de 60 (!) fois, et pour les autres maladies — 30 fois. En tant que méthode thérapeutique la natation hivernale peut guérir beaucoup de maladies, incluant la radiculite, la haute et basse pression, la tuberculose pulmonaire, le diabète pancréatique, des maladies gastro-intestinales chroniques, inflammation des parties génitales, dérèglements des cycles menstruels, dermatoses et ainsi de suite [32, 65].

On ne devrait pas commencer à nager en eau froide nécessairement en automne, comme certains le pensent: on peut commencer directement pendant le gel le plus dur, si on le veut. Mais il est recommandé de maîtriser d'abord les techniques psychiques d'autorégulation que nous avons décrites ci-dessus. Dans ce cas-ci, la natation hivernale contribuera directement à renforcer la capacité de préserver les états psychiques les plus subtils. Sortir dans le gel nu et se submerger dans l'eau glacée devient non seulement un acte de volonté, mais également une expérience de contrôle sur soi afin de maintenir les états les plus subtils de la conscience dans des conditions environnantes défavorables. Il est salutaire de se dissocier des sensations corporelles afin de les observer simplement des profondeurs des plans subtils.

L'organisme répond au choc du froid avec un stress énergétique, qui peut être coloré avec des émotions positives ou négatives — selon l'humeur, avec laquelle on approche la natation hivernale en premier lieu et ses qualifications psychiques d'autorégulation. L'activité du système énergétique de l'organisme augmente et lance un procédé de génération intensif de cha-

leur. L'humeur et la dissociation face aux sensations corporelles nous permettent de ne pas sentir la froideur de l'air et de l'eau même pendant un dur gel. Après être resté dans l'eau glacée, une personne ne sent également pas le froid pendant un certain temps, alors que quand le gel n'est pas trop dur, on peut même commencer à sentir de la chaleur due à la poursuite du processus de génération intensif de chaleur dans l'organisme. Mais après 10-20 minutes, les ressources de l'organisme deviennent épuisées et on commence à se refroidir et à trembler. Avec le temps et de l'entraînement, l'intensité de telles sensations diminue. À ce moment on peut se chauffer en effectuant des mouvements actifs, à l'intérieur, ou en s'approchant près d'un feu. Ces genres d'effort et d'épuisement du système énergétique de l'organisme entraînent ce système, augmentent sa mobilité et ses capacités.

On doit se submerger dans l'eau ainsi que la tête. En entrant dans l'eau, on devrait s'immerger en elle complètement, ensuite attendre jusqu'à ce que notre respiration se calme, et ensuite s'immerger encore avec la tête. Pendant ce procédé, on peut remarquer des morceaux d'énergie sombre, sortir hors du corps; cela a un effet curatif sur le corps.

Un des plus éminents promoteurs de l'acclimatation au froid en Russie était Porfiry Ivanov, qui avec l'exemple de sa vie a démontré la possibilité de se fondre harmonieusement avec la nature dans toutes ses manifestations. Il marchait pieds nus même pendant les durs gels, portant seulement un pantalon, nageait dans des bassins d'eau naturelle plusieurs fois par jour ou se douchait avec l'eau des puits en hiver et dormait aussi dans la neige sans vêtements.

Bien que nager dans l'eau glacée est sans contredit le procédé de régulation le plus efficace, ne soyez pas trop désappointé s'il n'y a aucun réservoir d'eau appropriée là où vous vivez. Vous pouvez par exemple, courir pieds nus dans la neige et s'il y a la possibilité, allongez-vous dans la neige pendant un moment sans vêtements. Vous pouvez verser de l'eau de puits sur votre corps. Comme dernier recours vous pouvez vous étendre dans la baignoire remplie d'eau froide ou la verser sur votre corps à partir d'un seau ou d'une bassine.

Mais on devrait maintenir à l'esprit que l'eau ayant une température de plus de 8 degrés centigrades (environ 46 (Fahrenheit) n'induit pas le déclenchement des processus énergétiques décrit dans l'organisme et nager dans une telle eau est moins efficace, alors qu'elle peut même faire attraper une grippe chez certains individus qui manquent d'entraînement.

Ces procédures en eau froide peuvent être exécutées, faisant partie d'un entraînement spécial et quotidien, le matin ou en soirée, après le

travail afin de soulager la fatigue, aussi bien que dans tous les cas où il arrive pour diverses raisons que nous perdions l'harmonie intérieure, ou ne voyions plus *la lumière* à l'intérieur de nous.

Toutes les procédures en eau froide doivent être exécutées en employant des méthodes d'autorégulation psychique et pas simplement par un acte de volonté. Les tentatives afin d'augmenter leur effet en créant des contrastes importants de température ne semblent pas très raisonnables. Par exemple, si vous projetez de verser de l'eau froide sur votre corps, il serait approprié d'y submerger les poignets d'abord et de s'imaginer des jets de fraîcheur heureuse et de joie s'élevant des mains. Ensuite, vous pouvez vous laver le visage et sentir la fraîcheur et la joie entrer dans votre corps par votre visage. Verser quelques poignées d'eau sur votre tête en imaginant que c'est l'eau d'une neige fondue d'une petite mare printanière dans un champ. Et alors, vous pouvez vraiment sentir le désir sincère d'être unis avec cette eau avec votre corps entier!

Après la natation ou la douche, vous devriez observer le processus énergétique à l'intérieur du corps. Et là vous pourrez peut-être y voir *la flamme-lumière* blanche lumineuse s'élevant, que vous devriez répartir à travers tout l'espace entier à l'intérieur du corps. Ce *feu* guérit le corps et nous débarrasse des énergies grossières.

En conclusion de ce chapitre, je veux dire ce qui suit. Même sans l'étude antérieure des techniques d'autorégulation psychique, la natation hivernale a sauvé plusieurs personnes de maladies graves qui étaient considérées terminales, y compris le cancer. Il y a plusieurs cas bien connus de guérison rapide de maladies respiratoire au stade aigu en utilisant cette méthode. Les enthousiastes de la natation hivernale ont accumulé une certaine expérience de guérison avec des enfants, et cette question mérite une étude approfondie et complète.

Mais ce n'est pas une panacée (un traitement pour toutes les maladies). Par exemple, en cas de maladies chroniques, qui sont accompagnées d'une légère augmentation de la température, cela ne produit pas toujours un effet positif. L'organisme apparemment n'a pas les ressources requises pour être activées en submergeant le corps dans l'eau glacée. De tels patients devraient plutôt obtenir un traitement de bains hyperthermiques (à hautes températures) [64].

Il ne peut y avoir aucune contrainte à la natation hivernale, même à des fins thérapeutiques, puisque c'est le fait d'être mentalement prêt qui détermine largement l'efficacité de cette méthode.

Course Méditative

La course méditative est une puissante méthode d'accroissement du potentiel énergétique de l'organisme et du développement de son système énergétique dans son ensemble. Cette méthode a été créée par des chercheurs spirituels tibétains (cela était appelé la course *Lung Gom*). En Russie, la version en groupe de cette technique est devenue populaire grâce aux efforts de Yan Koltunov (Moscou).

La méthode consiste dans la pratique de pranayamas et de méditations pendant une longue course de groupe, qui est faite lentement. Exécuté de cette manière, les méditations et pranayamas aident les étudiants: a) à distraire leur attention des sensations corporelles, leur permettant de ne pas se concentrer sur le fait d'être fatigué, b) à créer et à maintenir un état émotif positif, c) entraîne leur concentration, visualisation, et habilités méditatives, d) développe *la puissance personnelle* (puissance de la conscience), e) harmonisent un grand nombre de muscles et systèmes de l'organisme, cardiovasculaire, respiratoire et autres....

Des sessions de course consistant en un groupe de 5 à 50 personnes devraient être menées par un instructeur qui suggère sans arrêt (c'est important!) des exercices au groupe.

Comparés à la variante statique des classes d'autorégulation psychiques, les exercices de course méditative sont exécutés avec une intensité incomparablement plus élevée, ce qui augmente sérieusement leurs efficacités.

L'état d'harmonisation psychique de tous les participants à la course et le travail monotone du fonctionnement des muscles en toile de fond contribuent à une meilleure concentration.

Il est recommandé que cette méthode soit employée après que tous les participants aient maîtrisé les fondements de l'autorégulation psychique. Les débutants non préparés ne doivent pas être inclus dans le groupe, puisque ceux incapables de participer dans le travail méditatif synchroniquement avec le reste du groupe rendent ce travail plus difficile pour le groupe dans son ensemble.

Ci-dessous, nous allons présenter notre modification de cette méthode pour un programme de deux heures de course (sans compter le temps de réchauffement). Comme nous le verrons, ce programme est une étape intermédiaire aux méthodes plus élevées de travail spirituel, qui seront expliquées dans les chapitres suivants.

Les premières sessions doivent être limitées à 30 minutes ou moins. Ensuite, on peut graduellement augmenter l'intensité.

En raison de certains ajustements qui ont lieu dans le système musculaire pendant la période des entraînements, on devrait augmenter la quantité de protéine dans son alimentation (produits laitiers, oeufs, noix, champignons, etc.). La consommation de lait après l'entraînement serait également très bonne.

Je veux également mentionner que les femmes peuvent faire l'expérience de retard dans leur menstruation pendant des entraînements de courses intensives (c'est un phénomène bien connu dans la médecine sportive); cela ne doit pas être considéré comme un indicateur de danger.

Si vous décidez de courir le matin, vous pouvez le faire sur un estomac vide ou prendre seulement un verre d'eau avec une cuillerée à thé de miel ou de confiture. Au cas où les sessions de courses seraient tenues pendant le jour ou dans la soirée, la dernière prise de nourriture devrait être faite plusieurs heures avant celle-ci. Il est très difficile de courir avec un estomac plein.

Les vêtements devraient être légers. Ainsi, si la température de l'air est au-dessus de 0 centigrade (32, Fahrenheit) une tenue d'entraînement régulière sera suffisante. Quand il fait en dessous de -10 centigrades (12, Fahrenheit), vous pouvez ajouter un pantalon d'entraînement additionnel, un chandail léger, et une tuque. Mais vous pouvez également vous habiller plus léger — la surchauffe du corps devrait être évité en exécutant ce type d'exercices.

Pendant la chaleur d'été, il serait approprié de faire l'itinéraire près de réservoirs d'eau naturelle et faire des arrêts pour se baigner. Il serait toujours mieux de courir le matin et de rester près de l'eau pendant la journée. Ce temps peut être utilisé pour des discussions et étudier des sources de nourriture de la forêt. En hiver, la session de course peut être suivie par la natation dans un trou dans la glace (mais il est absolument nécessaire d'avoir près une salle chaude ou un grand feu fait à l'avance). Si ces conditions ne peuvent pas être remplies, une douche chaude ferait également l'affaire. La session de course doit être suivie du lavage du corps.

Avant de courir, on doit exécuter un réchauffement intensif du corps qui implique tous les muscles et articulations (sa description peut être trouvée dans les pages précédentes). En hiver, il vaut mieux faire le réchauffement à l'intérieur, de sorte qu'on sorte au froid en ayant déjà atteint une chaleur par l'activité musculaire.

Alors, la course elle-même commence. L'instructeur doit courir derrière le groupe de sorte que chacun puisse l'entendre. La première chose que l'instructeur donne comme instruction est de maintenir une posture correcte:

Attention à la posture. Le corps est droit. Nous pouvons même le pencher légèrement vers l'arrière. Le corps devrait être dans une position de sorte que les muscles du dos ne soient pas tendus. Détendez les muscles du dos. Jetez la tête légèrement en arrière. Détendez les muscles arrière du cou.

'Attention aux pieds. Placez-les sur le sol directement avec les orteils regardant en avant. Les pieds sont détendus. Ils touchent le sol doucement sans à-coup. Détendez les muscles des mollets et des cuisses. Sentez que les jambes sont détendues tout le temps, de sorte que nous ne puissions pas sentir le moment où nous touchons le sol.

'Attention à la poitrine. Elle est légèrement soulevée. Imaginez que les clavicules sont comme de petites plaques posées dessus, sentez-les. La poitrine reste déployée durant toute la durée de la course.

'Élevez la poitrine et laissez la rester dans cette position déployée tout en respirant. L'abdomen est détendu, mais il ne pend pas vers le bas aussi longtemps que la poitrine est déployée.

'Assurez-vous que le corps ne penche pas vers l'avant — autrement il deviendra fatigué très rapidement. Fixez-le dans la bonne position. Attention aux poignets: ils sont détendus et suspendent doucement.

'Imaginez que nous sommes suspendus à un long fil attaché à un certain objet cosmique éloigné. Le corps est suspendu; il touche à peine le sol et est détendu.

Déplacez-vous avec la concentration de la conscience au muladhara. Regardez ensuite au centre de la Terre à partir de lui et voyez une mer *de lumière ardente* là. Envoyons un faisceau du muladhara vers cette mer. Maintenant, elle atteint la demeure de cette Puissance... Une puissante impulsion réciproque d'énergie remonte vers le haut par ce faisceau et remplit nos chakras et notre corps en entier. Répétons cet exercice. La concentration est dans le muladhara. Nous envoyons un faisceau signal au centre de la Terre..., et recevons une impulsion réciproque de Puissance!... Sentez l'énergie à l'intérieur des chakras. Le corps entier est rempli de puissance et *de lumière*; il s'agrandit; la densité de l'énergie à l'intérieur de lui augmente... Répétez cela à plusieurs reprises...

‘Imaginons-nous un énorme aspirateur géant de 30 mètres en dessous de la surface de la Terre avec son bec vers le haut. Nous allons l’allumer, et il commencera à aspirer toutes les énergies sombres à l’intérieur et autour de nous en les envoyant au centre de la Terre. Maintenant, nous mettons le moteur en marche, il commence à faire du bruit, augmente de puissance et aspire... Nous observons l’espace autour du groupe et voyons les énergies sombres s’envoler aspirées vers le bas par cet aspirateur. Remarquez leurs voies... Elles se précipitent à une très grande vitesse vers le centre de la Terre — et disparaissent là...

‘Que chacun examine l’espace à moins d’un mètre de leur corps. Nous appuyons de nouveau sur l’interrupteur, et la puissance du moteur double. Voyez la matière sombre se décoller et voler au loin. Balayez complètement l’espace autour de la tête..., du cou..., de la poitrine..., du ventre..., du bassin..., des hanches..., des genoux..., des pieds...

‘Et maintenant, plaçons notre attention dans l’espace même à l’intérieur de nos corps. Pressez l’interrupteur une fois de plus. La puissance quadruple! L’aspirateur commence à trembler. La puissance de succion est incroyable et aspire au loin toute la substance sombre qui est restée à l’intérieur du corps. Balayez la tête, le cou, la poitrine, le ventre, le bassin, les hanches, les jambes... Le corps devient rempli *de lumière* la plus pure qui vient d’en haut pour remplacer ce qui est parti...

‘Tournons les paumes des mains vers le haut. Imaginez une balle de tennis faite de *lumière* blanche-dorée sur chacune d’elles. Nous les jetons en l’air d’une main à l’autre. Elles deviennent plus lumineuses. Superposez-les en une balle sur la paume gauche. Gonflons cette balle avec l’énergie de nos anahatas...

‘Muladhara — “inspirez” d’en bas, anahata — “expirez” dans la balle. Muladhara — “inspirez”, anahata — “expirez”. (Répétez cela dix fois). La balle est aussi grande qu’un melon d’eau... (Encore plus “inspirez” dans la balle). Elle est déjà à un mètre de diamètre... Toutes les balles fusionnent en une balle commune... sur sa surface de l’intérieur. Elle nous sépare de l’espace environnant nous mettant en sécurité. C’est un environnement transparent des plus subtils rempli *de lumière* limpide à l’intérieur de celle-ci. Il est incroyablement facile de respirer en elle; nous nous sentons étonnamment légers et sans poids... Il semble que tous les corps fusionnent en un organisme dans la balle... Nous continuons à courir à l’intérieur de la balle.

‘Effectuons une série de pranayamas. “Inspirez” *la lumière* par les jambes et “expirez” par le muladhara vers l’avant, en éliminant tout ce

qui nuit à sa circulation. C'est *la lumière* que nous pouvons voir en abondance en dessous de la surface de la Terre. La jambe gauche — "inspirez", muladhara — "expirez" (3-4 fois). La jambe droite — "inspirez", muladhara — "expirez" (3-4 fois). La jambe gauche — "inspirez", svadhisthana — "expirez". (Et ainsi de suite — passer par tous les chakras). Muladhara — "inspirez", anahata — "expirez" (3-4 fois). La colonne vertébrale — "inspirez" d'en bas, ajna — "expirez" (3-4 fois). La jambe gauche — "inspirez", le côté droit entier du corps — "expirez" (3-4 fois). La jambe droite — "inspirez", le côté gauche entier du corps — "expirez" (3-4 fois). Le bras gauche — "inspirez" — par l'anahata — le bras droit — "expirez" (3-4 fois). (Et puis dans l'autre sens). Muladhara — "inspirez" d'en bas, sahasrara — "expirez" vers le haut. (Répéter cela plusieurs fois; alors, ce devrait devenir une circulation ininterrompue *de lumière*). Faites arrêter cette circulation et observer un nuage *de lumière* se former au-dessus de nous. Il veut se déverser dans nos corps; ouvrez-vous vers le haut et laissez-le se déverser en nous, laissez-le nous remplir de sa tendresse et de sa pureté...

'Sentez un petit soleil entre les paumes. Regardez sa *lumière dorée*, sentez sa caresse... Le soleil se dissout dans nos mains..., nous imbibons sa chaleur et sa *lumière* par nos bras dans l'anahata et sentons une plaisante expansion à l'intérieur du chakra. Et maintenant, nous émanerons de *la lumière* et la chaleur du soleil de l'anahata, à tous les êtres vivants autour de nous...

'Transférons maintenant la concentration de la conscience dans la partie extrême droite de l'anahata. Trouvez le plan le plus subtil *de lumière* là et expulsez toutes les couches grossières du chakra. (Répéter la même chose de la partie extrême droite de vishuddha, ensuite d'ajna et sahasrara, ensuite de la partie extrême gauche de sahasrara, ajna, et ainsi de suite en rond).

'Laissez chacun imaginer qu'ils sont des renards. Un renard rouge avec une grande queue duveteuse qui court doucement dans la forêt. Courir est un état normal pour un renard. Nous courons sur la mousse verte molle parmi des arbres, des buissons, et des pierres. Nous courons, ignorant tout ce qui nous entoure. Le renard a un but. Le renard doit voir le levé de soleil. Une colline sans arbre avec une pente douce est devant. Nous courons vers le haut de sa pente et arrêtons à son sommet. Nous nous tenons sur le sommet, observons le disque du soleil levant, haut dessus de l'horizon. Impatiente espérance, empressement... Le soleil se lève et touche la colline de sa *lumière*. Maintenant, il est levé. Nous regardons son disque. *La lumière* abondante sort du soleil et remplit nos corps. Lais-

sez le corps devenir rempli *de lumière*, laissez *la lumière* devenir épaisse et liquide. Nous remplissons le corps entier à partir de la queue jusqu'aux yeux avec cette lumière... La densité *de la lumière* liquéfiée à l'intérieur du corps augmente...

'... Et maintenant chacun de nous est un cerf. Un saut — et nous bondissons vers le ciel, appréciant la liberté. Le corps devient rempli de bonheur d'exultation de pouvoir voler au-dessus des bois et des champs, immergé dans la tendresse du matin clair et de la *lumière dorée du soleil*. Nous devenons débordants de bonheur, d'extase, et de béatitude. Nous respirons dans la fraîcheur du vent chaud, mélangée avec *la lumière du soleil*. En bas, il y a une rivière et des collines couvertes d'herbe et de buissons. Une petite vague de vent touche les feuilles. Nous nous approchons près du sol. L'arôme des fleurs atteint nos sens. Nous touchons le sol et bondissons de nouveau vers le haut dans l'espace *de la lumière*, vers la joie infinie de voler!... Sentez la chaleur des rayons du soleil avec nos doux poils; nous sourions au soleil, au monde entier, à tous les êtres vivants qui nous entourent: oiseaux, fleurs, herbes, arbres, coléoptères, papillons, animaux et humains! Nous voulons les remplir tous *de lumière* joyeuse, faire fondre les âmes endurcies et grossières!... Quel bonheur c'est — de vivre en harmonie avec tout le monde et toute chose, de vivre dans l'amour!

'Maintenant, retournons de nouveau dans nos corps humains, qui continuent à courir, et commençons à former une "enveloppe" *de lumière* autour d'eux. Nous "bandons" le corps à partir d'un point localisé à 50 centimètres en dessous de lui avec un large bandage en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre comme si on le regardait d'en dessous. Formez une enveloppe autour des pieds..., des tibias..., les hanches..., le bassin..., le ventre..., la poitrine..., le cou..., la tête... Ensuite, touchons de l'intérieur à ses parois avec les mains de la conscience... Que chacun d'entre nous imagine leur image miroir au-dessus de lui-même, leur double, courir à l'envers. Maintenant, continuez de faire une "enveloppe" pour inclure le corps du double: la tête..., le cou..., la poitrine..., le ventre..., le bassin..., les hanches..., les tibias..., les pieds. Puis détachez-vous de cette "enveloppe" et volez à environ 5 mètres vers le haut. Ne regardez pas en bas... Appréciez la fraîcheur du vent, l'étendue et la liberté..., ensuite allez au-dessus du parc (la forêt, le boulevard, le stade). Les oiseaux volent autour de nous, nous les saluons. Maintenant, élevez-vous près de la couche de nuages (s'il y a des nuages), et regardez-les d'en dessous... Nous nous préparons à traverser les nuages pour aller là où le soleil brille (si nous courons pendant la journée). Nous nous transformons en fusée l'instant d'une seconde et y sommes propulsés — au monde de l'exultation

et de la *lumière*! La lumière du soleil se reflète dans les nuages blancs au-dessous de nous. L'éclat et le scintillement de joie dans les rayons de soleil! Régalez-vous de cette *lumière* et remplissez-vous de sa joie!

'Et maintenant dirigeons-nous vers l'espace extra-atmosphérique et partons à l'extérieur du système solaire... Nous glissons dans l'étendue de l'espace cosmique illimité... Les étoiles sont tout autour de nous... Silence... Sentons l'éternité et l'infinité de l'univers dans leur intégralité... Les étoiles scintillent... C'est le pouls cosmique. Sentons ce rythme. Les étoiles scintillent rythmiquement. Silence. Calme. Éternité et Infinité... La Sagesse de l'espace illimité...

'Commençons à retourner. Maintenant, nous approchons du Soleil. Il devient plus grand; nous nous immergeons dans sa *lumière* familière tendre, nous nous remplissons de ses rayons encore, et devenons enthousiastes! Nous nous suspendons au-dessus des nuages blancs brillants et plongeons à travers eux. En dessous se trouve la surface de notre planète, forêts, fleuves, champs, villages et villes... Commençons à descendre. Nous volons au-dessus de la surface de la Terre et brillons à tous les êtres vivants avec *la lumière du soleil* que nous avons accumulée dans nos corps... Envoyez votre compassion et votre tendresse aux arbres, oiseaux, animaux, personnes... Souhaitons que toutes les personnes vivent dans la paix et l'harmonie avec tout et tout le monde... Versons *la lumière* de l'amour dans tous les cœurs vides et endurcis. Laissez-les se débarrasser de la grossièreté, de la haine, de la violence, de l'égoïsme, du mensonge, et du penchant à l'alcool! Laissez le monde entier devenir rempli de bonheur, de paix et d'amour! Laissez les cœurs de tous les êtres vivants devenir rempli *de lumière du soleil*!

'Nous descendons à notre ville, au parc, puis encore plus bas et regardons le groupe de personnes courant en bas en dessous. Ce sont nos corps; nous approchons d'eux, entrons en eux, nous déplaçons immédiatement au muladhara et envoyons un faisceau de *lumière* au centre de la Terre de là et recevons une impulsion réciproque de Puissance, qui commence à remplir le chakra et le corps entier... (Nous répétons ce dernier élément 3-4 fois).

'Travaillons maintenant avec *l'orbite microcosmique* pendant un certain temps. Ensuite, sentons-nous encore dans l'anahata..., dans le manipura..., dans le svadhithana, dans le muladhara, dans le svadhithana encore..., dans le manipura..., dans l'anahata..., dans le vishuddha..., dans l'ajna..., dans le sahasrara..., puis au-dessus de la tête... Nous nageons dans *la lumière*, volons librement, sentez la joie, la tendresse, la pureté, la subtilité *de la lumière du soleil*!

'Ensuite nous commençons à condenser notre forme volante, attirez la lumière de l'espace le plus subtil en elle comme avec un certain aimant... La forme volante accepte la forme anthropomorphique, devient dense et se remplit de lumière et commence à briller comme un soleil du matin et puis devient notre "double ensoleillé". Nous superposons lentement le corps physique à ce "double ensoleillé". Nous sentons la densité de la lumière du soleil, ceci est une charge précieuse d'élixir d'or à l'intérieur de nous-mêmes, nous nous assurons qu'elle soit distribuée également à l'intérieur du corps.

'Maintenant, plaçons une balle qui se compose de lumière blanche doré entre les paumes des mains. Nous la plaçons devant le manipura. Alors, nous relient un tube à la partie arrière de manipura, par laquelle un jet de lumière commence à se précipiter dans le chakra et puis dans la balle. La densité de la lumière dans la balle augmente (mais sa taille reste la même). Maintenant que nous avons rempli la balle à la limite, nous débranchons le tube et le faisons disparaître. L'attention est — dans la balle. Des processus internes à l'intérieur d'elle mènent à une élévation colossale de la pression! Un feu blanc-doré des plus subtils fait rage à l'intérieur de la balle! Nous insérons la balle dans le manipura avec nos mains. Le chakra surchargé de puissance. Le corps entier devient rempli d'une force incroyable!... Nous pouvons à peine contrôler le corps, il veut faire des sauts de géants, pour partir à toute vitesse... Un triangle rouge commence à avancer lentement hors de manipura... il traîne le corps par le centre de l'estomac. (Dans 1-2 minutes nous arrêterons d'accélérer avec la commande:) Faites Dissoudre le triangle!... Le coureur à l'avant — cours sur place! Rapprochez-vous plus près l'un de l'autre. Manipura — "inspirez", vishuddha — "expirez". (Répétez plusieurs fois).

Imaginez une rose blanche-rosée parfumée devant l'anahata. Les rayons du soleil levant miroitent et jouent dans les gouttes de rosée sur les pétales délicats. Nous insérons la fleur dans l'anahata. Le chakra devient rempli de son arôme délicat. (Insérons l'image de la fleur dans tous les chakras).

'Immergez-vous dans le bleu du ciel clair du matin. Nous avons laissé entrer la lumière du ciel dans le corps remplissant l'espace intérieur du corps d'elle...

'(Si c'est l'hiver et qu'il y a une neige pure — nous pouvons enlever nos chaussures et courir dans la neige pieds nus pendant un certain temps).

'Nous continuons à courir. Concentration — au centre des paumes. Au centre des paumes, une pulsation de chaleur émerge. Sentez la pulsa-

tion dans les paumes! Sentez le pouls! Sentez-le! Concentration — dans les coussins des pouces. Une pulsation de chaleur émerge de là! Sentez la pulsation! Sentez-la! (Et ainsi de suite, répétant cela pour tous les intervalles entre les doigts et les coussins de tous les doigts et phalanges).

‘Sentez les poignets. Il y a une pulsation de chaleur en eux. Le pouls! Sentez les bras, les bras avec la poitrine, puis avec la tête, sentez le pouls dans toute la partie supérieure du corps! Le corps entier se transforme en cœur pulsant! Imaginez-vous être un cœur battant! Il se développe en taille — deux fois, dix fois... Un énorme cœur battant, infatigable et puissant rempli de sang chaud, avec une immense puissance inépuisable en lui!... Nous continuons à battre fort!... Nous nous sentons en tant que cœurs battants!... Graduellement rétrécissez et condensez-vous, sentez le corps de nouveau et réalisez la puissance concentrée de cet organe gigantesque, à l’intérieur du corps...

‘Regardez mentalement dans l’espace *de lumière* au-dessus de la tête. Déployez-vous comme conscience dans l’espace environnant. Concentrons-nous sur les plantes autour de nous: herbes, fleurs, buissons, et arbres. (Si en hiver nous faisons des exceptions correspondantes). Nous sentons leurs états et leur envoyons notre tendresse... Harmonisons-nous à l’état émotif des oiseaux chantants, puis envoyons-leur notre amour.

‘Un mur de vent-*lumière* s’approche de nous par-derrière. *La lumière* la plus subtile souffle à travers nos corps sur le plan le plus subtil, lavant et emportant toutes les couches grossières. Les coquilles du corps ont été dégonflées, nous réalisons que nous sommes des êtres incorporels flottant dans l’espace *de lumière*, conduit par le vent-*lumière*. Nous fusionnons dans une grande balle *de lumière* et continuons à flotter...

‘Chacun reprend leur individualité de nouveau en se condensant dans la forme d’un cygne blanc. Nous volons en haut dans les rayons *de la lumière* du matin. Au-dessus il y a le ciel bleu avec les nuages blancs lumineux flottants. Nous apprécions le vol, sentons la chaleur tendre *de la lumière du soleil*. Les plumes vibrent doucement dans les courants d’air chaud. Nous déplaçons nos ailes légèrement. Nous apprécions le vol. Nous regardons vers le bas. Une rivière sillonnant la forêt porte ses eaux à un grand lac avec de petites îles. Nous descendons à l’eau, approchons sa surface comme un miroir. Nous touchons l’eau avec nos pattes, éclaboussons une ligne, nous arrêtons, regardons autour... Tous les cygnes parlent tendrement entre eux dans leur langage musical de cygne. Nous nageons près un de l’autre, gonflons nos plumes et plaçons doucement nos têtes sur les dos de nos amis de la bande. Vishuddha devient débordant de bonheur à ce moment.

'Nous nageons ensemble à la bande verte de roseaux et admirons sa réflexion dans l'eau. Bien, il est temps de voler de nouveau! Nous décollons doucement et nous dirigeons vers le Soleil sans effort. Nous allons de plus en plus haut... Laissez *la lumière du soleil* couler dans les corps, laissez-la se concentrer en eux, les remplissant à partir de la queue jusqu'aux yeux. Nous volons vers le soleil et devenons remplis d'une épaisse *lumière dorée*... Le corps entier devient rempli d'une *lumière-puissance*, épaisse, heureuse, la puissance inébranlable de l'amour...

'Nous descendons — et tombons dans nos corps humains. Un carburant doré de vie s'étend partout sur eux. Nous créons une plus grande densité de ce carburant dans les chakras inférieurs. L'autre portion de ce même genre *de lumière* se verse dans les corps d'en haut; les corps deviennent remplis d'elle...

(L'exercice pour monter des pentes raides sur l'itinéraire:) Un fort courant *de lumière* blanche souffle sur nous venant de la terre par le muladhara. Il gonfle le corps comme un ballon. Le corps devient gonflé et sans poids... Il devient difficile de l'empêcher de s'envoler; nous pouvons à peine toucher le sol avec nos pieds... cela prend des efforts énormes afin de toucher le sol avec nos pieds...

'Nous entrons dans l'anahata avec la concentration de la conscience et regardons le monde à partir de lui... ensuite, nous entrons dans le manipura, regardons à partir de manipura, entrons dans le svadhithana..., dans le muladhara..., encore dans le svadhithana..., dans le manipura..., dans l'anahata..., dans vishuddha..., dans l'ajna..., dans le sahasrara... Imaginez-vous au-dessus de sahasrara sous la forme d'un petit nuage en forme de disque... Nous attirons *la lumière*, elle devient de plus en plus brillante... Nous fusionnons tous dans un grand disque. Le disque commence à attirer en lui *la lumière* la plus subtile à partir de l'espace environnant et devient rempli d'elle... *La lumière* à l'intérieur du disque devient plus lumineuse... Plus grande est la densité *de la lumière* à l'intérieur du disque, plus intensivement il emmagasine l'énergie de l'espace... Nous accumulons une énorme puissance à l'intérieur de nous... Maintenant, le disque peut se déplacer dans l'espace instantanément, à la vitesse d'une pensée...

'Nous nous imaginons au-delà des nuages — dans les rayons de soleil... Nous sommes derrière nos corps courants... Maintenant, nous sommes loin devant eux... Nous étendons des rubans composés *de lumière* à nos corps. Chaque ruban est attaché au centre du ventre des corps courant. Commencez à remorquer les corps. Le disque accélère lentement; les rubans deviennent tendus... Remorquez les corps par le centre de l'estomac,

la vitesse augmente graduellement... Les rubans se transforment en cordons ombilicaux. L'énergie du disque se transfuse dans les corps par eux. Les corps deviennent remplis de puissance qui était appropriée au disque et avec les qualités qui étaient adaptées à lui...

'Chacun s' imagine être un petit nuage au-dessus du corps courant. Aspirez *la lumière* de l'espace environnant. En attirant cette *lumière*, nous nous condensons à la forme humaine, devenant notre "double ensoleillé", qui court comme s'il était sur le premier étage — au-dessus de la tête du corps, qui court sur le rez-de-chaussée. Imaginez-vous complètement en train de courir sur le "premier étage". Nous courons dans l'espace *de la lumière dorée*, attirons cette *lumière*, et la condensons à l'intérieur de nous-mêmes... *La lumière* à l'intérieur de notre corps "double ensoleillé" se développe plus profondément, plus densément... (Nous pouvons exécuter *la croix de Buddha*, une série des pranayamas, et d'autres exercices pendant que l'on court sur le "premier étage"). Descendez sur le sol à la droite du corps qui court. Prenons-le avec la main gauche par sa main droite. Maintenant, nous courons ensemble en tenant la main à notre corps. Laissons-nous fusionner dans le corps qui court, en se superposant par-dessus et en sentant le puissant et heureux *élixir d'or* à l'intérieur de lui...

'Portez attention — au muladhara. Nous le percevons comme base ferme. Une maison construite sur cette base ne souffrira jamais d'aucun orage... Nous sentons la puissance *de l'élixir d'or* dans le muladhara. Reliez le muladhara à *la lumière ardente* au centre de la Terre avec un faisceau de *lumière* et remplissez ce chakra de cette Puissance. Le muladhara est rempli *de lumière dense, énergie, puissance.*'

Nous ralentissons à la marche, sommes étonnés, à quel point elle est maintenant peu commune pour nous. Courir est devenu un état normal de l'organisme, n'est-ce pas? Nous observons notre respiration et notre pouls. Ils sont identiques à ceux pendant une marche régulière.

Après la course, on devrait nager ou prendre une douche, faire une relaxation profonde et autres exercices.

Il devrait être noté que la sensation impressionnante de légèreté et le sentiment d'être rempli d'émotions positives qui apparaissent pendant la course méditative de groupe ne peuvent pas être réalisés en courant seul.

Voici des exemples de méditations qui peuvent être également inclus dans le programme de course:

La Croix de Buddha exécuté sous la direction de l'instructeur.

Tout en courant sur le “premier étage” nous pouvons dévier de la trajectoire précédente et loin de là, performer les actions que l’instructeur suggère.

En courant dans la forêt ou un parc, nous pouvons “prolonger” les bras qui sortent de l’anahata et doucement toucher ou caresser les cimes des arbres avec nos mains.

Courir en avant du corps, puis courir près du corps en lui tenant la main, puis le dépêcher en le poussant dans le dos. (Cette méditation peut être facilement transformée en un joyeux jeu, rempli de plaisanteries; les témoins de tels moments deviennent stupéfaits à la vue d’un groupe de coureurs riants comparés à la vue habituelle des sportifs exaspérés et épuisés).

En courant sur le “premier étage”, “reliez” “les tuyaux cosmiques” aux chakras et remplissez-les “de carburant cosmique”: remplissez le muladhara de “carburant de la vie éternelle”, svadhisthana — avec une transparente subtilité et pureté, manipura — avec une forte et harmonieuse énergie de mouvement, anahata — avec *la lumière* blanche de l’amour compréhensif, vishuddha — avec la couleur bleue subtile du ciel du matin et des premiers rayons doré du Soleil aussi bien qu’avec la rosée du matin et l’arôme des fleurs, ajna — avec du “carburant intellectuel” actif et mobile, et sahasrara — avec *la lumière* cosmique omniprésente comprenant tout. Sentez l’intégrité et la conformité du système entier des chakras, de tout l’organisme, aussi bien que son invulnérabilité et sa capacité à résister à toutes les difficultés qui peuvent émerger sur notre chemin. La perfection peut être trouvée principalement dans l’amour. Sentons l’amour pour tous les êtres vivants. La perfection est également dans la Sagesse. Soyons remplis de compréhension de tous et de chaque chose et unissons cette qualité avec l’Amour. La perfection est également dans la Puissance. Sentons une puissance parfaite et invincible, fusionnée en un avec la Sagesse et l’Amour, aussi bien qu’avec l’empressement pour le grand service désintéressé. Réalisons en nous-mêmes les qualités de Ceux Qui ont déjà atteint la Perfection. Sentons-nous un avec Eux. Sentons-les en nous-mêmes, la simplicité et la clarté de Leur Amour parfait..., profonde, universelle, et puissante Sagesse, aussi bien qu’un courage sans bornes et la fermeté de leur Puissance parfaite!... Imprégnons toutes ces qualités à l’intérieur de nous pour toujours!

Imaginons-nous courants derrière notre corps pour les nettoyer à l’intérieur comme à l’extérieur de tout ce qui est différent *de la lumière*. Ensuite, lavez-les avec un tuyau et remplissez-les *de lumière*.

Tout en courant sur le “premier étage”, sentons les structures énergétiques de nos organismes... Exécutez les exercices avec *l'orbite microcosmique*. Puis concentrez-vous dans chitrini derrière l'anahata. De ce point, précipitez-vous en avant par l'anahata dans l'espace *de la lumière* la plus pure. Prenez de l'expansion en lui et fusionnez-vous avec lui... Ensuite condensez-vous de nouveau à la dimension du corps humain... Sentez cette puissance se distribuer partout dans le corps qui continue à courir sur le “premier étage”: le corps devient solide et résilient. Tendez les muscles des jambes..., ceux de la région lombaire du corps..., des bras..., de la poitrine... Sentez clairement que tous les muscles du dos sont tendus... Sautez sur la surface du “premier étage” avec votre corps fort et flexible, faites un saut périlleux... Courez sur le “premier étage” soulevant les genoux hauts vers le ciel..., puis touchant les fesses avec les talons...

Concentrez-vous — au centre de l'abdomen. De là, prolongez un “tentacule” et attachez-le à un nuage distant. Transférez l'attention complètement au “tentacule”. Ensuite, contractez le “tentacule” et tirez le corps en avant avec lui. Aucun autre effort additionnel des muscles ne devrait être fait! Contractez juste le “tentacule” (la vitesse à laquelle nous courons accélère nettement, pendant que nous ne sentons aucune surcharge sur les muscles).

Ralentissement à la marche. Avec le “tentacule”, saisissez divers objets et tirez-vous à eux. Tendez et détendez le “tentacule”. Aucune énergie du corps n'est dépensée pour ces actions, ainsi le corps ne devient pas fatigué.

Imaginez que nous courons derrière les corps. Ensuite, avec une baguette magique faite de *lumière*, nettoyez le méridien central du bas jusqu'au chakra de la tête.

Nous nous permettons de jouer et de gambader. Tout en courant loin en avant du corps, faites un saut périlleux dans les airs, ballotez les jambes d'une drôle de manière intentionnellement: nous ne devons pas nous sentir gênés — personne ne le voit de toute manière excepter nous. Regardez les amis faire de même (tout le monde rit).

En courant sur le “premier étage”, sentez-vous comme dans votre maison — familier et confortable... Avant de descendre “au rez-de-chaussée”, chacun de nous attache une extrémité d'une corde en caoutchouc au “premier étage”. Les cordes s'étendront sans gêner nos mouvements, mais nous pourrons toujours nous tirer de nouveau au “premier étage”... Attachez les cordes au “premier étage” et descendez “au rez-de-chaussée”. Tout le monde attache l'autre extrémité de la corde au centre du ventre. Nous

pouvons toucher les cordes avec nos mains. Nous les tirons — et nous retrouvons sur le “premier étage” immédiatement.

(Tout en montant une pente:) nous imaginons que nous sommes dans un courant d’eau rapide. Elle nous traîne en avant à grande vitesse...

Immergez-vous dans l’espace *de lumière* à l’intérieur du corps. Balayez-le ensuite et nettoyez-le, puis mettez votre attention sur *la Lumière* qui existe à l’intérieur de la Terre, regardez la Terre comme une planète vivante, qui nous aime. Comprendons la nature *de la Lumière* qui remplit la Terre — il n’y a aucun doute que la Terre est vivante et qu’elle nous aime en tant que ses enfants! Envoyons-lui une émotion de notre gratitude pour elle...

Immergeons-nous dans *la Lumière* de la Terre. Sentons sa tendresse et notre relation étroite avec elle. Submergeons-nous complètement en elle et déployons-nous en tant que conscience des anahatas à travers l’espace intérieur entier de la Terre. Maintenant, nous sommes un avec notre chère planète. Chacun se rend maintenant compte qu’ils sont dans l’espace de la Terre mère remplie *de Lumières* tendres. Il y a l’espace intérieur de la Terre et un petit sailli sur sa surface — l’espace intérieur du corps... De l’espace intérieur de la Terre, nous observons ce sailli *de lumière* se déplacer sur la surface de la Terre.

Déplaçons la concentration de la conscience de nouveau dans nos corps et sentons *la lumière* de la Terre à l’intérieur d’eux.

Imaginons un soleil se levant, lavons nos visages avec sa *lumière*... Laisser *la lumière* subtile du matin tôt de printemps entrer dans le corps par le visage et se remplir d’elle!

Regardons par le sahasrara et voyons les nuages *de lumière* accumulés au-dessus de nous — *Lumière* scintillante dorée! Soulevons nos mains et apportons une vague de cette *lumière* vers le bas dans nos corps!

Nous observons *la lumière* de la Terre et celle du Soleil fusionnées à l’intérieur de nos corps...

Méthodes Plus Avancées

Les pratiques spirituelles plus avancées fournissent un développement additionnel — comme cœur spirituel — loin au-delà du corps et *du cocon*. Nous devons essayer de nous transformer nous-mêmes en cœurs spirituels universels!

Ce Chemin — si tout est fait correctement — représente la réalisation du précepte de Jésus-Christ: “Dieu est Esprit, et ceux qui L’adorent doivent L’adorer en Esprit et en Vérité” (Jean 4:24).

C’est-à-dire que nous devons venir à Sa rencontre — la Conscience Universelle du Créateur — en étant libres des liens matériels, purs, raffinés jusqu’à Son niveau et développés à une taille “décente” pour une rencontre comme cela.

À ce stade les adeptes dignes peuvent maîtriser un grand nombre de méthodes qui leur permettent:

- de connaître l’Esprit Saint dans toutes Ses manifestations dans leur propre cœur spirituel développé et d’apprendre comment devenir Lui;

- “d’élever” la kundalinî et de fusionner cette énergie individuelle Atmique avec Paramatman — la Conscience Universelle de Dieu le Père;

- de connaître tous les plans principaux de l’univers;

- d’apprendre comment entrer dans la Demeure du Créateur et fusionner avec Lui là;

- en s’établissant avec succès dans cet état, on peut recevoir de Dieu le Père le droit de contrôler la matière, incluant la dématérialisation et la matérialisation de son propre corps.

Pranava. “Naissance” et “Développement” dans l’Esprit Saint

Parlant dans les termes que Jésus-Christ a employés en enseignant à ses disciples-apôtres, le baptême de l’Esprit Saint est la méditation *latihan* que nous avons décrite plus haut.

Mais la prochaine étape, plus profonde, afin de Le connaître — “naître” et nous “développer” en Lui — est exécutée dans une autre méditation appelée *Pranava*. C’était exactement ce que Jésus a essayé de discuter avec Nicodème (Jean 3:1-21). L’Apôtre Philippe a parlé en détail de la même chose en parabole [6, 11].

Pour exécuter cette méditation, nous devons trouver un endroit propice du point de vue énergétique, qui serait ouvert, sans maisons et arbres (ce peut être une plage ou une plaine, montagnes, etc.). À cet endroit nous sortons de l’anahata par chitrini aussi loin derrière que possible et nous déployons là comme conscience, sentons *la Lumière Vivante* de l’Amour du Saint-Esprit — et, après nous être versé en Lui, nous commençons à

avancer avec Lui en tant qu'un Courant passant par et à travers le corps. Le corps est comme dans un énorme fleuve. Laissez-le être nettoyé et devenir absolument transparent.

Cette méditation peut être répétée plusieurs fois: L'Esprit Saint est toujours heureux d'aider les personnes dignes. L'exécution de la méditation sera plus facile si elle est accompagnée par la merveilleuse prière orthodoxe *Roi Céleste* ou le mantra AUM.

Cette méditation peut être traduite de la langue de l'église slave comme ceci:

"Roi Céleste, le Consolateur, l'Esprit de la Vérité!

"Omniprésent et Omnipotent!

"Trésor de tous biens et source de toute vie!

"Viens et habite en nous!

"Et nettoie-nous de toute impureté!

"Et sauve nos âmes, ô Bienheureux!"

Nous chantons cette méditation tout en nous déplaçant dans *Pranava*.

Le mantra AUM (ou OM) en réalité ressemble à AOUM. On devrait le chanter délicatement, d'une manière prolongée et d'une voix aiguë (comme le mantra pour l'anahata), aussi tout en se déplaçant dans *Pranava*. (Le grognement du son OM dans des voix grossières, qui est pratiqué dans certaines pseudo-religions ignorantes — est un "chant pour le diable", pas pour l'Esprit Saint).

À l'avenir nous devons apprendre à nous arrêter dans la méditation *Pranava* en étant fusionné avec l'Esprit Saint et en étant conscient de nous-mêmes en tant que partie de Lui.

L'Esprit Saint peut être connu dans Sa manifestation plus subtile. Nous le faisons également, dans la méditation *Pranava*, mais exécuté d'une manière légèrement différente.

Cette fois, nous sortons par l'arrière de l'anahata pas horizontalement, mais vers le bas à un angle d'approximativement quarante degrés. En d'autres termes, nous nous trouvons au-dessous de la surface de la Terre — et découvrons là une couche de *Lumière Vivante* plus subtile. Et ensuite, comme nous l'avons fait lors de la première variante de la méditation *Pranava*, nous commençons à nous déplacer comme un Courant vers l'avant et le haut autour et par le corps.

Comme nous maîtrisons la Fusion avec cette *Lumière* de l'Esprit Saint, nous pouvons découvrir qu'Il règne à l'intérieur de notre planète excepté en son noyau.

On doit L'explorer en Le remplissant de soi en tant qu'anahata — en avant et en arrière du plan vertical, ce qui coïncide avec le dos du corps debout.

Les prochains niveaux de "naissance" et de "développement" doivent être exécutés dans *le Feu Divin*, dont nous parlerons un peu plus tard.

Au Sujet de l'Autoguérison

Si on apprend, tout en exécutant la méditation *Pranava*, à arrêter et à se concentrer derrière le corps — on peut insérer une main de la conscience en lui et éliminer tous troubles énergétiques.

Ainsi, si vous êtes fusionnés avec l'Esprit Saint et que vous vous concentrez à environ 2 mètres derrière votre corps — alors de cette position vous pouvez devenir capables de voir et de contrôler des démons (personnes non incarnées ou animaux avec des traits de mauvais caractère) qui peuvent vivre à l'intérieur des corps humains. Si vous regardez de cette manière à l'intérieur de votre propre corps ou corps d'une personne possédé, il devient possible de parler à ces démons, qui ne peuvent pas ignorer les questions de l'Esprit Saint et doivent répondre. Ils indiqueront pourquoi Dieu les a envoyés dans le corps de cette personne: quels sont ses défauts et responsabilités karmiques. Si le patient réalise ses problèmes, se repent et s'améliore — vous pouvez demander aux esprits (d'une manière aimable!) d'aller ailleurs, où ils se sentiraient bien. Par exemple, vous pouvez demander à un poisson que le patient a tué il y a longtemps, d'aller vivre dans un lac, si c'est un oiseau — vous pouvez lui demander d'aller à la forêt, en cas de porc ou de chien vous pouvez leur décrire en termes plaisants comment cela serait merveilleux pour eux de s'incarner de nouveau en conditions propices, etc.

Tous les esprits sont sous le contrôle de l'Esprit Saint et Lui obéissent. Mais afin de réussir à faire ce type de guérison, on ne doit jamais sortir de l'état de l'Esprit Saint.

Ce genre de guérison est à l'opposé de celui de tenter de chasser les démons en les détestant et en les maudissant pendant des sessions spéciales (ces méthodes sont appelées exorcisme). C'est non seulement inefficace du point de vue de la guérison, mais cela a également comme conséquence la dégradation des exorcistes, ce qui leur détermine l'enfer comme demeure

re après qu'ils aient laissé leur corps. De telles "sessions d'exorcisme de démons" appartiennent au royaume de la magie noire; ils sont anti-Chrétien dans le sens que Jésus-Christ a enseigné l'amour, pas à détester.

Réciprocité Totale (Nirodhi)

Mais la fusion complète avec l'Esprit Saint peut être réalisée seulement en maîtrisant la méditation *de réciprocité totale (Nirodhi, en termes Bouddhistes)*. Tout en exécutant cette méditation, la conscience entre dans l'état "non-moi" et devient *Tout*; comme résultat, l'individualité du moi inférieur disparaît.

Il n'y a absolument aucune manière d'expliquer cela dans des mots. Mais cet état peut être facilement atteint à certains *lieux de puissance* spéciaux.

La maîtrise de ce qui est décrit ci-dessus signifie la réalisation du Nirvana en Brahman, ce que Krishna nous a invités à faire dans la Bhagavad-Gîtâ [6, 11].

Baptême dans le Feu Divin

La prochaine étape de la connaissance de la profondeur de l'Absolu multidimensionnel implique la connaissance de la Manifestation *Ardente* Divine la plus subtile.

Dieu le Père Se manifeste comme cela à Ses disciples dignes qui ont atteint le raffinement approprié de la conscience — dans une colossale forme anthropomorphique *flamboyante* (ressemblant au corps humain), qui ne les brûle pas.

En cette Forme *Ardente*, Ishvara est également décrit dans la Bhagavad-Gîtâ [11] par Arjuna qui L'a vu comme cela: "je Vous vois... comme la flamme ardente ou un soleil brillant, Vous rayonnez les rayons de lumière difficile à regarder!" (Chapitre 11:17) et "si la brillance de mille Soleils flambait dans le ciel, cela serait comparable à la Gloire de cette Grande Âme!" (Chapitre 11:12).

Chaitanya nous a parlé au sujet de ce *Feu*: "le *Feu* est un état fonctionnel de la Conscience qui vit dans la Demeure du Créateur".

Sathya Sai Baba nous a indiqué la même chose: "le *Feu* n'est pas un état existant indépendamment, mais l'État dans lequel Je suis, que ceux Qui M'ont connu puissent Me voir quand J'entre dans le monde de la Création".

La submersion totale et constante de la Conscience d'un aspirant spirituel dans le Feu Divin et la fusion avec Lui mène à la "brûlure" de tout karma restant. Et "brûler" de tout avec ce Feu cela provoque alors la guérison complète du corps.

Nous devons apprendre à fusionner avec cet état de Dieu, en remplissant Sa forme entière de nous en tant que cœurs spirituels.

Cependant, Dieu n'aide pas tous ceux qui désirent faire cela, mais seulement Ses dignes disciples qu'Il choisit.

La Racine

Le baptême dans le Feu Divin peut également être connu d'une autre manière: Il est toujours présent dans cette partie de notre planète par laquelle sa création a commencé — son noyau.

Le baptême du Feu peut être accepté là aussi. Et en se déplaçant plus profondément sur *l'échelle multidimensionnelle* — sous le composant Ardent du noyau de la planète — on peut entrer dans la plus haute dimension spatiale, là, pour la première fois et connaître la Conscience Primordiale.

Pour chacun d'entre nous, le passage menant à la Demeure du Créateur est *la racine* d'énergie qui relie le chakra anahata à la dimension spatiale la plus élevée. En passant le long de cette *racine*, ceux qui ont accumulé une quantité appropriée de puissance et de subtilité et qui ont appris à entrer dans les plans les plus élevés peuvent connaître Dieu le Père.

Krishna parlait *de la racine* dans la Bhagavad-Gîtâ.

Les taoïstes chinois travaillaient avec cette structure, l'appelant "la tige de la fleur d'or".

Par cette *racine* les yogis tibétains employant des méthodes tummo soulevaient *le Feu Divin* au corps [22, 27].

On peut également trouver la mention de la même structure dans l'agni yoga (*Les Feuilles du jardin de Morya. Appel*). [40]

Dieu a suggéré une image méditative pour travailler avec *la racine* pour nous par l'Apôtre Paul (Romains 11:18).

Mais la majorité des personnes sont sûres que profondément à l'intérieur de la Terre il y a... l'enfer et que Dieu est... "en haut" (relativement à notre planète ronde)...

... Je vois que pour un matérialiste il est dur d'imaginer que quelqu'un peut aller au centre de la Terre: puisque la Terre est associée à quelque chose de "solide" dans notre esprit.

Mais celui qui a avancé sur le Chemin spirituel et a maîtrisé l'entrer dans les plans — les plus hauts — les plus subtils, voit notre planète comme une sphère multicouche vivante *d'Amour-Lumière*, dans laquelle il peut se déplacer d'une couche (plan) à l'autre, se dissoudre dans chacune d'elles, se rassembler dans une conscience individualisée de nouveau, prendre diverses formes de différentes tailles, aussi bien qu'aller au-delà de "l'îlot" de notre planète dans *l'Océan de l'infini* Universel et s'y dissoudre...

Mais, afin de faire que cela se produise, on doit devenir libre du *tamas* guna et se déplacer vers *rajas* et *sattva* et ensuite avoir une communication directe avec Dieu — comme une conscience immortelle libre des chaînes du corps, pleine d'ardeur afin de fusionner avec le Bien-aimé Principal.

En réalité, ce Chemin religieux, que Dieu appelle le Droit Chemin (Vajrayana), ne ressemble en rien à aucune forme rituelle religieuse où les gens craignent la mort de leurs corps et pleurent ceux qui ont déjà quitté leurs corps, où ils s'aiment eux-mêmes et sont tellement asservis par leur gloutonnerie qu'ils considèrent que tuer des animaux et manger leurs corps est un droit inhérent...

... Il n'importe pas où nous rencontrons Dieu dans Sa forme *Ardente* pour la première fois: que ce soit par le noyau *Ardent* de notre planète ou par un *Ardent Mahadouble*. Mais c'est nécessaire de passer par les deux.

"Élévation" de la Kundalinî

Avant que nous puissions entrer dans la Demeure du Créateur, nous devons accomplir une autre étape significative de travail — "élever" la kundalinî.

Kundalinî est l'énergie Atmique (de niveau Divin de subtilité) de la conscience que chacun a accumulée dans tous les meilleurs moments de toutes leurs incarnations précédentes. Elle est produite et accumulée quand nous sommes dans les états de tendresse et d'amour raffiné. Mais cette énergie ne s'incarne pas chaque fois que la partie incarnée de l'âme (*jiva*) entre dans son nouveau corps, mais "est stockée" dans une sorte de "coffre-fort", dont la forme ressemble à un ballon ovale.

La taille de cette structure, quand elle est développée, est mesurée en kilomètres; elle est située dans le plan le plus subtil correspondant à

l'intérieur de notre planète au niveau de son manteau. La taille de la kundalinî se corrèle avec le niveau de la maturité évolutionnaire de l'âme.

Kundalinî et jiva de chaque homme représentent un système intégré, étant relié ensemble par un canal spécial d'énergie, qui est attaché à la partie inférieure avant de muladhara.

Seulement ceux qui ont accumulé une quantité suffisante de cette énergie peuvent "élever la kundalinî" jusqu'à leurs corps et l'utiliser dans le travail spirituel, c.-à-d. ceux mature et digne d'entrer dans la Demeure de Dieu le Père et de Fusionner avec Lui.

Ainsi, comme il doit être devenu clair maintenant pour le lecteur, la kundalinî n'est pas située dans le chakra muladhara et n'a non plus rien à voir avec le coccyx, comme certains auteurs l'écrivent dans leurs livres. Et "élever la kundalinî" ne peut être atteint ni en frappant le coccyx contre le plancher ni par des danses saccadées. Les exercices "d'élévation de la kundalinî" que Rajneesh enseignait à ses disciples n'étaient rien d'autre qu'une plaisanterie.

La vraie "élévation de la kundalinî" peut être faite seulement, après avoir accompli les étapes préparatoires du travail, qui ont été décrites dans ce livre, aux *lieux de puissance* spéciaux (ou sans eux) avec l'aide d'un Maître spirituel compétent ou directement par un Enseignant Divin non incarné.

Le raison "d'élever la kundalinî" est: premièrement — de fusionner cette énergie Atmique individuelle accumulée avec le Créateur (Paramatman), et deuxièmement — d'exécuter la "combustion à travers" les cellules du corps avec de l'énergie Atmique qui les guérit et les transforme et troisièmement — pour apprendre à s'identifier avec l'Atman. Ce dernier devient possible quand la kundalinî est venue dans le corps (ceci doit être exécuté dans la position horizontale; le corps se trouvant sur le dos) et former une nouvelle accumulation d'énergie derrière sahasrara.

Après avoir dit ce qui a été dit précédemment au sujet de "l'élévation de la kundalinî", on doit y penser à deux fois.

Puisque si l'énergie de la kundalinî est transférée dans Paramatman, la personne (comme individualité) la perd. Et la seule manière de sortir de cette situation correctement pour un tel adepte est de fusionner le jiva avec le Créateur dans l'incarnation courante. Si cela ne se produit pas (par exemple, si l'adepte ne s'est pas bien établi dans la subtilité, retourne aux états émotifs grossiers pour une raison quelconque) — la prochaine fois, il ou elle s'incarnera sans ce potentiel inestimable d'énergie et devra l'accumuler de nouveau à partir de zéro.

Entrer dans la Demeure du Créateur

La Demeure Universelle du Créateur est saturée avec l'état de Sa Grande Tendre *Paix*. L'éclat dans la Demeure ressemble à l'état de calme et à la douce chaleur de la lumière du soleil du matin.

Cet état est à l'opposé du "monde noir" le plan du diable saturé avec une grossièreté "collante" et de dépit; se prendre en lui donne une fausse sensation de force grossière et violente... Cela peut tenter certains... Mais nous n'avons pas besoin de cela!

La Demeure du Créateur n'est pas *un Vide* dans le sens littéral de ce mot. *Vide* (*Vacuum*) est juste une traduction incorrecte du terme Bouddhiste qui reflète la Réalité quelque part dans le passé. Et cette traduction incorrecte a mené beaucoup de gens dans la tentation — des non-Bouddhistes et de ceux qui se considèrent des Bouddhistes.

Il semble absurde pour une saine personne religieuse: d'aspirer non pas à Dieu, mais au *Vide*... Par conséquent, de nombreux disciples de la tradition Bouddhiste se perdent dans les labyrinthes terminologiques "Bouddhistique", et n'ayant aucune compréhension correcte de la Vérité, perdent l'incitation, à essayer d'atteindre la Conscience Primordiale.

En conséquence, la "maison" du Bouddhisme s'est effondrée avec le temps en de nombreuses sectes, dont la majorité n'a pas la connaissance la plus élevée.

Mais le terme *Vide* devrait être traduit d'une manière différente — alors, tout devient facile à comprendre pour un guerrier qui se tient sur le seuil de la Demeure d'Adibuddha.

... La Demeure du Créateur est de l'autre côté d'une barrière miraculeuse, qui peut être comparée à un miroir. Sa Demeure est vraiment dans le royaume Parallèle.¹¹ Afin d'amener les disciples dignes là, un Enseignant Divin leur donne Son Mahadouble comme Yidam. Et là, d'où le Mahadouble sort, les disciples peuvent fusionner dans l'Amour avec le Père de l'Univers et graduellement connaître Son Entière Grandeure Cosmique Universelle...

... Cet état est tout à fait réversible. Le seul signe distinctif du corps de la personne qui devient établie dans la Demeure est que *la Lumière* de

¹¹ Cela peut être traduit du Russe également en tant que Monde Miroir (note du traducteur).

Certains auteurs emploient ce terme inexactement, dénotant par lui tous les mondes immatériels (plans ou lokas).

l'Amour brille constamment hors d'elle et qu'elle porte un champ *de calme* autour d'elle-même.

Les guerriers spirituels se sentent des invités dans la Demeure en premier. Mais ensuite la phase suivante commence — la phase de servir en tant qu'Esprit Saint, comme Représentant de Dieu le Père.

La Signification de Nos Vies (Conférence)

L'espace cosmique est multidimensionnel. Les dimensions de l'espace ne sont pas simplement des symboles mathématiques, elles sont des couches qui existent réellement et ressemblent aux étages d'un gratte-ciel. Mais il y a certaines caractéristiques précises à leur sujet:

1. On peut entrer dans les parties les plus valables de cet "édifice" seulement en tant que cœur spirituel développé.

2. Chacune des "salles-étages" fondamentales est illimitée dans sa taille.

3. Les "salles-étages" ne diffèrent pas par leur taille, mais par la *profondeur* de leur emplacement (par l'état énergétique en elles): les "étages" des états énergétiques les plus subtils sont les plus profondes, alors que les "étages" les plus grossières — sont à la périphérie de cette structure. *La plus profonde "salle-étage"* est la Demeure du Créateur.

Dans la plupart des cas, quand nous disons ou entendons le mot *Dieu*, nous devons le comprendre comme Conscience Universelle Primordiale, ce qu'est le Créateur.

Le but de notre évolution est de chercher à connaître le Créateur dans Sa Demeure et de fusionner comme conscience (âme) avec Lui.

La partie principale de chacun d'entre nous, la partie qui est capable d'accomplir cette tâche, est le cœur spirituel. Il doit brûler d'amour pour le Créateur, être raffiné au niveau Divin de subtilité et être développé à une taille Divine.

L'esprit d'un tel chercheur spirituel doit être suffisamment développé afin d'éviter les fausses manières et les illusions des pseudo-accomplissements sur ce Chemin.

Celui Qui a atteint la Demeure, s'y est établi, et en sort ensuite avec une partie de Lui-même afin d'aider les êtres incarnés s'appelle Esprit Saint (Brahman).

Et Celui Qui après avoir fusionné avec le Créateur vit également dans un corps humain s'appelle Christ, Messie, Avatar (ces mots sont des synonymes).

À partir de ce qui a été dit précédemment, il est clair que Dieu le Père, le Christ et l'Esprit Saint sont en effet de la même essence. C'est de là que vient l'idée de la Trinité, qui a été réduite par la suite au niveau des contes folkloriques.

Laissez-moi répéter que la signification primaire du mot *Dieu* est le Créateur habitant dans Sa Demeure. Et de ce qui a été dit précédemment, il doit être clair qu'un Christ est également Dieu; et que l'Esprit Saint est Dieu Lui aussi.

Parfois, ce mot est employé pour désigner toutes choses qui existent dans l'univers incluant le Créateur, tous aspects de Sa Création, et le "matériel de construction" pour ce faire. Dans ce cas-ci, cet Organisme Universel est désigné par le terme *Absolu* (c.-à-d. Dieu dans l'aspect de l'Absolu).

Dans ce Super organisme multidimensionnel Universel — dans l'Absolu — tout est corrélatif, contrôlé, et rien ne se produit "par hasard".

Il est vraiment UN — et dans cet aspect il ressemble à un organisme humain, qui est également multidimensionnel. De ceci, nous pouvons comprendre l'idée biblique que l'homme a été fait à l'image de Dieu.

C'est-à-dire, la structure multidimensionnelle de l'organisme de l'homme est semblable à Dieu dans l'aspect de l'Absolu. Mais cela ne signifie pas que Dieu le Père ressemble à un vieil homme sur un nuage!

À l'intérieur de l'Organisme Universel de l'Absolu, la transformation de constituants essentiels se produit — comme c'est le cas avec l'organisme humain. Cela constitue l'Évolution Universelle.

La création de nouveaux "îlots" de matière dans l'Océan de l'Absolu (suivi de l'affaiblissement et de la dématérialisation de ceux-ci) sert l'objectif d'installer là des unités de vie incarnées dans des corps physiques, qui doivent se développer et fusionner avec leur Créateur, L'enrichissant par cela.

La nourriture pour de telles âmes croissantes est la matière de notre nourriture habituelle.

Ainsi, quelques âmes ayant réalisé la Perfection pendant l'incarnation fusionnent avec le Créateur. Ceux qui n'ont pas eu le temps d'accomplir cela "se coincent" à une certaine étape de leur évolution personnelle. Ils devront s'incarner de nouveau. Un autre groupe d'âmes est une "perte" de l'Organisme de l'Absolu — elles sont jetées dans *l'obscurité extérieure*, c.-à-d. en enfer.

En employant notre libre volonté, c.-à-d. la liberté de choisir la direction de notre développement, nous pouvons former nos destins.

Que chacun d'entre nous pense: où veut-il aller?

... Certains font toutes sortes de choses idiotes pour le développement spirituel ou "pour Dieu" — comme ils le croient.

Certains torturent et tuent des personnes et des animaux, imposent brutalement et violemment "leurs" *règles de conduite* aux autres, certaines personnes en Russie boivent de l'urine et certaines apprennent à boucher les orifices inférieurs du corps afin d'éviter de tomber en enfer par ceux-ci (certains "maîtres" Bouddhistes enseignent cette pratique).

Il y a également des naïfs qui, au lieu de faire des efforts, espèrent qu'ils arriveront au ciel en ayant des "prêtres" priants pour eux.

Seulement quand nous connaissons le vrai besoin de Dieu et son plan pour nous, pouvons-nous comprendre l'absurdité de toutes ces choses et comprendre ce que nous devons faire en réalité.

... Maintenant, comment peut-on atteindre la perfection? Et, qu'est-ce que la Perfection, spécifiquement?

Il y a trois aspects principaux à la perfection de Dieu: Amour, Sagesse et Puissance. Énumérons ce que nous devons faire pour progresser dans la direction de Sa Perfection ou, au contraire, se dégrader à l'état d'êtres démoniaques.

Ainsi afin d'aller en enfer, si c'est ce que nous nous voulons:

1. Au lieu de stimuler l'amour nous cultivons l'irritabilité, l'agressivité, ainsi que chercher à souiller tout et chacun.

Laissons notre égoïsme triompher. Et si les autres personnes ne satisfont pas notre égoïsme, nous réagirons avec un excès d'émotions grossières, de vengeance, nous perdrons la paix et le sommeil, vivrons en état de stress constant d'émotions négatives, tomberons malades en raison de cela et cela créera encore plus de raisons pour nous de détester les autres: ils sont heureux tandis que nous, sommes malades!

Il n'est pas suffisant d'apprendre à détester tous ceux qui nous entourent et de cultiver pour eux le dégoût et le mépris — nous devons apprendre à sélectionner des choses concrètes de ces émotions. Et si les gens et les animaux deviennent hostiles face à nous en retour, alors cela nous aidera seulement en acquérant la maîtrise de la méchanceté: leur hostilité rendra nos sentiments agressifs plus forts!

Afin de développer encore plus de telles caractéristiques, nous devons manger des corps morts (plats de viande et de poisson) — alors, les âmes des animaux tués entreront dans nos corps et se vengeront sur nous pour leurs douleurs. Ceci causera des maladies chroniques de notre système digestif et plus tard — des désordres psychiques de type schizophréniques (désordres obsessionnels compulsifs, hallucinations, illusion d'influence, aussi bien que des "voix" qui condamnent les autres et nous font faire des gestes absurdes).

En outre, nous devons nous harmoniser aux genres de musiques et de chansons les plus grossières avec de la violence et un contenu pollué (employant un langage obscène, de préférence). D'ailleurs, si nous nous servons d'un langage obscène en tant que moyens de souiller les autres et d'intensifier des émotions négatives, cela nous aidera à faire un progrès plus rapide dans cette direction.

Quant aux techniques ésotériques — la concentration dans les chakras ajna et manipura peut être d'un grand secours à cette fin. La pratique de toutes ces méthodes fera de nous des diables au cours de nos vies dans le corps physique, et nous maintiendrons ce statut diabolique après la mort, ainsi notre voie à l'enfer sera garantie.

2. Notre activité intellectuelle doit être dirigée à des programmes diaboliques spéciaux pour davantage d'autodéveloppement dans cette direction. À cette fin, il serait utile d'étudier l'expérience d'autres personnes qui ont réussi en cela. Par exemple, nous pouvons pratiquer l'identification de soi et l'adaptation aux politiciens fascistes les plus en avant et aux magiciens-diables noirs, qui gagnent leur vie en "guérissant" les autres.

3. Afin de devenir des diables encore plus puissants, nous pouvons employer des entraînements spéciaux à des lieux de puissance négatifs. Là, nous pouvons nous accoutumer avec différents types d'états diaboliques: émotions agressives puissantes, colère paralysante, désespoir et dépression.

Près de Saint-Pétersbourg il y a des *lieux de puissance* semblables. Quelques monstres dans des corps humains font des "entraînements" là, et disposent même de bancs spéciaux!

Après avoir maîtrisé ces états, nous pouvons être sûrs que même la mort du corps ne les interrompra pas! Tout cela sera à nous pour presque toujours — jusqu'à ce que l'affaiblissement complet de l'âme se produise dans "l'obscurité extérieure là, où il n'y a que des pleures et des grincements de dents"!

Et avant que l'affaiblissement de l'âme ait lieu, nous aurons le temps de nous amuser en harcelant les démons moins puissants et les divers im-béciles parmi les créatures incorporées en utilisant les manières les plus sophistiquées!

... Maintenant, laissez-nous faire une pause de l'adaptation avec ce cauchemar et regarder comment nous pouvons nous développer dans la direction opposée.

La meilleure manière de commencer à aller dans la direction opposée — pas à *l'obscurité extérieure*, mais au Créateur — est de faire un pas à l'extérieur des saletés humaines et commencer à s'adapter aux phénomènes purs et beaux et faire tous les efforts afin d'activer le cœur spirituel.

Le développement du cœur spirituel commence à partir du centre de la poitrine et remplit ensuite graduellement le volume entier de la poitrine et se développe de plus en plus, dans l'espace environnant, pénétrant plus profondément dans les couches de l'Absolu — jusqu'à ce qu'il fusionne avec le Créateur.

Mais aucune harmonisation et aucune technique psychique ne peuvent aider si nous ne faisons pas des gestes d'amour, ne contrôlons pas les émotions, ne nous abstenons pas de sortir de l'état d'amour, ainsi que ne concentrons pas notre attention sur le Créateur, en tant que Bien-aimé principal.

Naturellement, il n'est pas possible de connaître et d'aimer le Créateur si nous ne savons pas ce qu'est le Créateur ainsi que de l'endroit où nous devons le chercher.

Et il est impossible de mettre un frein à des émotions sans maîtriser le contrôle des organes qui produisent les émotions. Cela veut dire que l'on doit apprendre les méthodes d'autorégulation psychique basées sur le travail avec les chakras et les méridiens principaux.

Aussi nous ne pouvons pas réussir si sous les "gestes d'amour" nous comprenons seulement le sexe.

... Oui, une expérience sexuelle positive est très importante pour l'autoréalisation spirituelle. L'amour sexuel enrichit notre sphère émotive

avec la capacité d'éprouver une tendresse très subtile et sexuellement colorée. Après avoir maîtrisé cette étape, nous devons en venir à connaître un amour beaucoup plus subtil, des états bien plus subtils de conscience afin de pouvoir fusionner avec l'Esprit Saint et le Créateur.

Laissez-moi faire remarquer que les glandes mammaires des femmes sont un raccordement topographique et bioénergétique directe avec le cœur spirituel. Et leur sensibilité érogène contribue à la stimulation et au développement naturel du cœur spirituel.

Les hommes n'ont pas une telle opportunité directe et naturelle; leur chance de commencer le Chemin spirituel est de s'adapter aux états les plus subtils des femmes ou d'employer des techniques psychiques spéciales, développant et raffinant la sphère émotive.

C'est pourquoi beaucoup plus de femmes que d'hommes réalisent avec succès l'autoréalisation spirituelle.

Mais de manière à pouvoir se dire vraiment spirituels les rapports sexuels doivent inclure l'amour-don tendre de soi au partenaire, plutôt qu'un comportement grossier et égoïste. Aussi ils ne doivent pas devenir un genre de divertissement sous forme de sexualité de groupe.

Le sexe ne doit pas devenir une fin en-soi et une obstruction à une chose beaucoup plus importante — établir ses rapports affectueux avec Dieu!

Laissez-moi souligner que la capacité d'aimer avec émotion peut être développée pas seulement en pratiquant son aspect sexuel. L'attention, le respect, l'estime pour ceux qui le méritent, la capacité de pardonner les erreurs des autres, aider les autres même si cela exige de sacrifier ses propres intérêts ou même sa vie — ce sont là les aspects les plus importants et les plus essentiels de l'amour que nous devons cultiver de toutes les manières possible.

Nous devons également comprendre que les recommandations de certains "psychologues" de concentrer l'attention *sur l'amour de soi* sont à l'opposé de la spiritualité. Le vrai amour implique *l'oubli de soi* pour les autres! Et cela devient possible seulement si on abandonne (raisonnablement) les attachements au bien-être terrestre et même à la vie dans le corps physique.

Commençons à apprendre à aimer, en aidant même les plantes. Si nous voyons une branche sèche accrocher sur une branche vivante d'un arbre — enlevons-la. Si quelqu'un laisse tomber un morceau de fer blanc, de contre-plaqué, ou de carton sur l'herbe — privées de lumière, les plantes sont condamnées à la mort, — sauvons-les. Quand nous voyons quelqu'un

souiller un arbre en y accrochant un chiffon sale ou y déposant une bouteille vide dessus — enlevons-les, de sorte que cette vie évoluant puisse continuer de se perfectionner dans sa beauté naturelle.

Ce n'est pas compatible avec l'amour de faire un feu (sans une absolue nécessité) s'il blesse des plantes vivantes, de couper des fleurs pour en faire des bouquets, de participer à tuer des sapins et des pins pour Noël afin de les observer mourir lentement...

Il est nécessaire de comprendre que dans le corps des animaux et des plantes le même processus d'évolution d'unités à lieu comme dans notre corps. Et nous ne devons pas mettre fin à leur vie selon notre volonté à moins que cela soit absolument nécessaire. Un exemple d'une telle nécessité absolue est d'employer les plantes comme nourriture, pour la construction, et ainsi de suite.

Nous pouvons tuer des animaux seulement afin de nous défendre ou défendre les autres.

Rappelons-nous un des commandements que Dieu nous a donné par Moïse: "Vous ne tuerez point!". Mais ni Moïse lui-même ni presque tous les Juifs n'ont respecté ce commandement. Jésus-Christ a également déclaré ce principe¹², mais tous les mouvements de masse qui s'appellent Chrétiens n'ont prêté aucune attention à ce commandement de Dieu.

Cependant sans accepter entièrement l'aspect de l'AMOUR appelé COMPASSION, on ne peut pas approcher le Créateur! Et la compassion doit inclure tous les êtres vivants, pas seulement ceux incorporés...

"Dieu est Amour" — a enseigné Jésus. Et si nous voulons devenir Divins et accomplir la Volonté de notre Créateur, nous devons nous transformer en Amour parfait.

... Si nous avons appris à vivre seulement dans l'état permanent d'amour subtil — nous sommes garanti de vivre au paradis.

Si avec l'aide des techniques méditatives spéciales nous atteignons la Fusion avec l'Esprit Saint et avons maîtrisé la vie en Fusion avec Lui alors nous devenons Lui et restons en Lui même après la mort du corps physique.

Le But est de connaître le Créateur dans Sa Demeure et de fusionner comme conscience avec Lui.

... Maintenons à l'esprit: que c'est le statut émotif auquel nous nous sommes accoutumés tout en vivant dans le corps physique sur Terre que

¹² [6, 11].

nous continuons à expérimenter pendant un très long moment après la mort du corps physique.

Le statut émotif est un état de conscience. Ce sont nos émotions dominantes, les émotions auxquelles nous nous sommes habitués pendant notre vie sur Terre.

Et après la mort du corps nous nous retrouvons dans la couche correspondante de l'espace multidimensionnel — selon notre niveau *de grossièreté-subtilité*. Là nous nous retrouvons avec d'autres êtres semblables à nous: habitants de l'enfer ou ceux du paradis, ou dans l'Esprit Saint, ou même dans la Demeure du Créateur.

Et après que cela se soit produit, rien ne peut changer la situation: ni les parents ni les amis buvant sur notre tombe ni aucun type de rituels ou de prières faites par n'importe qui.

Ainsi, où voulons-nous aller?

* * *

Dieu peut être connu, cependant la majorité des fidèles des mouvements "Chrétiens" modernes pensent le contraire.

Le fondateur du Christianisme — Jésus-Christ — a enseigné que Dieu peut être connu [6, 11].

Et Dieu peut être en effet très facilement connu: premièrement dans l'aspect de l'Esprit Saint et de Jésus-Christ, Qui vit maintenant (cependant pas dans un corps physique). Il est beaucoup plus difficile, mais également possible de Le connaître aussi dans l'aspect de Dieu le Père.

Mais afin d'accomplir cela, on ne doit pas être un pseudo-Chrétien qui parle tout le temps du Christ, mais vivant en contradiction totale avec Ses Enseignements, mais être un vrai Chrétien qui ne vit pas pour soi-même, mais pour Dieu, qui vit dans l'amour et cherche à Le servir, à Le connaître, et à fusionner avec Lui dans l'amour!

Quant aux "Chrétiens" qui croient que Dieu ne peut pas être connu, qui boivent, tuent, condamnent, et haïssent — Il ne peut en effet être connu. Car ils ne sont pas du tout Chrétiens!

Au Sujet de “L’arbre de la Connaissance du Bien et du Mal” (Conférence)

Le schéma afin d’étudier la structure de l’Absolu¹³ expose, en autre chose, comme des fenêtres, des portes, des entrées menant à “d’autres mondes”; la principale d’entre elles mène à la Demeure du Créateur. C’est cette “porte” que Jésus a appelée *le Soleil de Dieu*¹⁴ à cause de sa brillance des plus tendre et des plus subtile, qui ressemble à celle de la lumière d’un soleil géant du matin. Par elle, nous pouvons entrer dans la Demeure du Créateur si nous avons appris et maîtrisé tout ce qui est requis pour cela.

En outre sur ce schéma on peut voir que les âmes sont conçues par le Créateur au paradis, bien qu’elles ne puissent être encore appelées des âmes humaines, mais plutôt un genre d’embryons qui seront incarnés d’abord dans des corps de végétaux et ensuite d’animaux. (Cette vérité est reflétée dans l’histoire biblique au sujet de l’Éden).

Certaines âmes, s’incarnant et évoluant dans le monde de la matière grâce au libre choix qu’elles ont reçu (afin d’avoir un meilleur développement du processus évolutionnaire) — ont préservé leur pureté des souillures des émotions négatives.

D’autres deviennent “attachés” aux objets matériels incluant leur propre corps. Ces attachements provoquent de l’égoïsme et de l’hostilité envers les autres créatures, les considérant comme des rivaux avec qui l’on doit faire concurrence pour la possession de nourriture, de luxe et d’objets de convoitise sexuelle. Certains assument même le droit de tuer des animaux pour satisfaire leur glotonnerie.

Un tel choix entre le bien et le mal peut être représenté schématiquement comme une fourche, comme celle sur la branche d’un arbre. Le choix de la voie du mal est ce que la Bible appelle *la chute de l’homme*.

Dieu continue d’offrir à chaque âme l’opportunité de faire un choix dans des situations éthiquement importante: d’agir pour soi au détriment des autres — ou de sacrifier quelque chose de nous-mêmes pour les autres. C’est-à-dire de faire le mal — ou le bien.

¹³ Le voir à la fin de ce livre.

¹⁴ [25].

De cette façon, chaque âme trace un graphique de son développement — plusieurs embranchements où l'on doit toujours choisir seulement une direction. C'est de cela que provient l'image *de l'arbre*.

En raison de notre déplacement le long de ces trajectoires de choix, certaines âmes viennent à la Demeure du Créateur, d'autres — à l'enfer, qu'ils ont choisi.

... Il y a une autre interprétation de l'histoire au sujet *de l'arbre de la connaissance du bien et du mal* — elle est également correcte et complète la première.

L'erreur des personnes a consisté à oublier que Dieu contrôle tout ce qui entre dans nos vies; et en ce sens, le bien et le mal qui vient à nous est égal. Car ils sont tous deux des manifestations de mesures pédagogiques de nos Parents affectueux et sages. Par conséquent, nous devrions considérer tout comme une bénédiction venant de Lui.

Ainsi, quand le mal vient à nous nous devrions essayer de voir l'intention de Dieu derrière lui. Et après l'avoir réalisée, après avoir découvert sa raison en nous-mêmes, nous devons tâcher de nous améliorer.

On peut réagir d'une mauvaise manière en essayant, par exemple, de se *venger* sur celui qui nous a fait du mal ayant oublié le Maître de nos destins — Dieu.

Ou parfois dans certains mouvements religieux à l'origine primitifs ou dégradés afin d'expliquer les racines du mal, les gens créent un "rival" à Dieu qui est presque égal à Lui. Ils l'appellent Satan, Lucifer, et autres noms. Une telle conception religieuse primitive peut apparaître quand les gens ramènent Dieu Universel Absolu à un vieil homme volant sur un nuage...

... La compréhension correcte dans les situations de rencontre avec le mal est extrêmement importante! Il y a un mécanisme de transformation de soi qui consiste en l'HARMONISATION de la conscience à la condition d'un certain objet.

Si nous nous adaptons à la beauté du soleil levant, tendre et silencieux, ou au chant des oiseaux le matin, alors nous nous remplissons de subtilité et d'harmonie de la nature!

Si nous cherchons le Créateur et essayons de nous adapter à Lui — nous approchons de Lui. Et Il nous aide en cela!

Si nous fixons nos indriyas de la conscience sur certaines vulgarités incarnées ou désincarnées, nous nous adaptons automatiquement à cet état

diabolique et devenons semblables à cela par notre état émotif. Et si nous laissons le corps, avant que nous nous soyons améliorés, alors nous irons en enfer avec lui...

C'est pourquoi Jésus-Christ a enseigné de ne pas se venger, de ne pas maudire ceux qui nous ont offensés, mais de leur pardonner sincèrement et d'avoir de la compassion pour eux. Et de ne pas exiger de nouveau ce dont nous avons été privés — il vaut mieux donner au voleur encore plus que ce qu'il veut prendre de nous — mais ne pas sortir de l'état d'amour!

J'ai été trompé et trahi plusieurs fois. J'ai même subi une tentative d'assassinat par une telle ordure humaine et ai souffert terriblement pendant plusieurs mois. Mais je suis resté un Chrétien — je ne me suis pas vengé, ni perdu ma paix d'esprit à cause d'eux. J'ai continué à chercher l'Union avec Dieu — et j'ai gagné! En outre, j'ai aidé plusieurs autres en cela et en aiderai encore plus!

Vous pouvez faire la même chose — et gagner vous aussi!

Étapes du Chemin Spirituel (Conférence)

Une personne qui commence à marcher avec confiance sur le Chemin spirituel peut passer par les sept étapes suivantes de celui-ci:

1. Acquisition de la compréhension correcte de notre But le plus élevé et des façons de l'accomplir.

2. Autocorrection éthique initiale selon l'intention de Dieu par l'élimination des imperfections éthiques aussi bien que par le développement des qualités requises, desquelles l'amour est la principale.

3. Amélioration de soi, en tant que conscience, afin d'entrer dans les plus hauts plans (éons ou lokas) de l'espace multidimensionnel, desquels la Demeure de la Conscience Universelle Primordiale — Dieu le Père, le Créateur — est la plus subtile.

4. Développement quantitatif de la conscience raffinée.

5. Maîtrise des méthodes de fusionnement avec Dieu.

6. Consolidation de la Fusion avec Dieu.

7. Acquisition de Puissances Divines — et fournir de l'aide à d'autres êtres incarnés de l'état de l'Esprit Saint.

Pour la majorité des lecteurs, trompés par la propagande athée et sectaire, ceci peut sembler étonnant et même invraisemblable. Mais c'est exactement ce que Dieu a enseigné aux gens dans toute l'histoire entière de l'humanité — par l'intermédiaire de prophètes ou Lui-même, apparaissant devant des personnes dans des corps humains en tant que Messies, Avatars et Christs (tous ces mots signifient la même chose dans différentes langues).

La signification de nos vies consiste dans le développement de nous-mêmes en tant que conscience, d'abord dans nos demeures provisoires — dans nos corps physiques et ensuite, au-delà d'eux — dans l'univers multidimensionnel illimité.

Ce développement a deux directions principales: qualitatif et quantitatif.

La première comprend les trois éléments suivants: la perfection intellectuelle et éthique et le raffinement de la conscience.

L'aspect quantitatif implique une augmentation directe de la quantité d'énergie de la conscience individuelle, qui plus tard — en employant des techniques méditatives spéciales — pénètre dans l'Océan de la Conscience Universelle, Qui peut être appelée différemment dans différentes langues: Créateur, Dieu le Père, Jéhovah, Allah, Tao, Ishvara, Conscience Primordiale, AdiBuddha, etc.

... L'univers est multidimensionnel. Ce n'est pas simplement un raisonnement mathématique, mais une réalité qui peut être expérimentée par l'homme. Les dimensions spatiales (plans) sont connues des mystiques religieux depuis des temps immémoriaux. Elles se sont appelées *éons* en Grec et *lokas* en Sanskrit; dans l'agni yoga le terme *couches* a été employé pour se rapporter à elles.

La dimension spatiale première la plus élevée est la Demeure de la Conscience Universelle Primordiale, Qui, comme elle a été décrite dans la Bhagavad-Gîtâ, crée le monde "manifesté" en condensant l'énergie cosmique diffuse (protoprakriti) à l'état matériel. Ces "îlots" de matière pleine deviennent habités par de petites parties d'un autre genre d'énergie précédemment diffuse — protopurusha — qui devra évoluer jusqu'à l'état Divin au moyen d'incarnations multiples dans des corps organiques et puis se fondre dans la Conscience Primordiale, pour ainsi l'enrichir de lui-même.

Ce processus du développement de l'âme commence par la formation initiale de morceaux d'énergie sur des treillis cristallins pour ensuite s'incarner en végétal, animal, et finalement dans des corps humains.

La tâche de chacun d'entre nous — à l'étape finale du développement de l'âme individuelle — est de faire des efforts afin d'atteindre le plus rapidement possible la Divinité et à la Fusion avec le Créateur.

* * *

La création du monde n'est pas un phénomène à l'échelle du tout universel. Les astronomes observent périodiquement la naissance de nouvelles étoiles et planètes. D'autres systèmes d'étoiles sont détruits. Ceci constitue leur *fin du monde*.

Toutes les âmes qui n'ont pas atteint la divinité à ce moment sont désintégrées à l'état de protopurusha. Le composant matériel des "îlots" de matière et des corps matériels des personnes, des animaux et des plantes sont transformés en protoprakriti et deviennent ainsi le matériel de construction pour de nouveaux mondes.

Protoprakriti et protopurusha s'appellent collectivement *akasha*. (Dans certaines publications ce mot est parfois traduit en tant qu'*éther*, ce qui est absolument inadéquat).

Nous avons déjà décrit la structure multidimensionnelle de l'univers. Je peux seulement dire que ce phénomène peut être comparé aux ondes radio de différentes fréquences qui coexistent dans le même volume de l'espace avec peu ou pas d'interaction entre elles. Et elles sont toutes dans *la profondeur* multidimensionnelle sous-jacente au monde matériel, y compris la matière de nos corps; nous ne pouvons pas les percevoir sous des conditions régulières.

De la même manière, les esprits qui habitent les plans plus grossiers ne peuvent pas voir ce qui se passe dans les plans *plus profonds* et plus subtils, bien qu'ils soient dirigés de là.

... On peut entrer dans les plans plus subtils seulement dans l'état incarné — en faisant des efforts spirituels. La transformation ("transmutation") de l'énergie de la conscience peut avoir lieu seulement dans le corps humain — une "usine de transmutation" spécialisée capable d'assimiler l'énergie dérivée de la nourriture ordinaire et de l'utiliser, entre autres choses, pour la croissance de "bloc" d'énergie de la conscience.

De cela, il apparaît clairement que ni les prières ni les "sollicitations" de quelqu'un n'ont la puissance de reclasser des âmes des plans de l'enfer à ceux du paradis. La légende au sujet de Jésus-Christ libérant des pécheurs de l'enfer contient de l'information tordue: Il ne sauvait pas des pé-

cheurs non incarnés, mais incarnés — en leur donnant les Enseignements de Dieu, par lesquels ils pourraient se libérer eux-mêmes de la souffrance par le raffinement de la conscience — par l’amour-tendresse, le pardon, la compassion, l’élimination de la colère et toutes sortes de grossièreté, aussi bien que de l’égoïsme.

* * *

En littérature ésotérique on peut rencontrer l’utilisation inadéquate du terme *quatrième dimension*. C’est le cas même dans *Le Livre de Jésus*¹⁵, dans lequel Jésus a employé ce terme en parlant à Ben Cullen “dans sa propre langue”, c.-à-d. employant les mots que son interlocuteur employait et dont il connaissait la signification. Dans ce livre le terme *quatrième dimension* a même été employée en deux interprétations inadéquates: en tant que Demeure de Dieu le Père et comme agrégat des plans immatériels.

Mais en réalité par la logique du terme *quatrième dimension* en lui-même — il devrait dénoter le monde matériel, dont l’existence est déterminée non pas par trois, mais par quatre “dimensions”: longueur, largeur, hauteur, et temps.

* * *

Continuons de parler de l’Évolution universelle.

Le processus de l’établissement de chaque nouvel “îlot” de la Création commence avec les Esprits Qui réalisent l’état de l’Esprit Saint (Brahman) dans le cours de Leur évolution sur d’autres “îlots”. Ils deviennent *des Constructeurs et Surveillants* de l’évolution de la vie sur les planètes nouvellement créées.

L’espace entier à l’intérieur et autour de notre planète est également rempli de Leur immense Conscience, qui s’appelle collectivement Esprit Saint ou Brahman.

En d’autres termes, comme il doit déjà être clair, l’Esprit Saint n’est pas du tout un “rayonnement” de Dieu le Père (ou de Dieu le Père et de Dieu le Fils). Non! L’Esprit Saint est une Divine Conscience Vivante — subtile et affectueuse Qui nous enseigne, et est constamment à l’intérieur et à l’extérieur de nos corps présentement. Elle est extrêmement heureuse quand nous dirigeons affectueusement notre attention vers Elle, disposé à accepter Son aide afin de devenir plus près d’Elle — de Son état.

¹⁵ [25].

Le même est vrai en ce qui a trait à la Conscience du Créateur. Elle est encore plus profonde dans l'espace multidimensionnel et incomparablement plus grande — Elle est illimitée.

La Conscience du Créateur, comme la conscience de l'Esprit Saint, est à l'intérieur (dans *la profondeur* multidimensionnelle) sous chaque cellule de nos corps. La distance entre nous et Cela n'est pas plus grande... que l'épaisseur du papier le plus fin, comme Jésus-Christ l'a parfaitement formulé.¹⁶

Et on ne devrait pas s'envoler nulle part ou voyager trop loin à la recherche de Dieu: Il est présent ici et maintenant — à l'intérieur de nous, mais dans un autre plan. Et la seule chose nous séparant de Lui est notre grossièreté, qui est une conséquence de notre ignorance religieuse et manque de développement de la conscience.

Nous devons trouver Dieu à *l'intérieur*, dans la profondeur de nos propres cœurs spirituels. Ce postulat bien connu n'est pas simplement une métaphore intéressante, mais une instruction tout à fait concrète de où nous devons diriger nos efforts.

... Indépendamment de la Demeure du Créateur, il existe beaucoup d'autres plans qui diffèrent par leurs niveaux *de grossièreté-subtilité*. Les plus subtiles d'entre eux s'appellent paradisiaques. Les plus grossiers s'appellent démoniaques.

Si nous voulons nous épargner d'aller en enfer après la mort du corps, alors nous devons apprendre à vivre immuablement dans la lumière pure et subtile de la conscience tandis que nous sommes encore incorporés.

Puisque lors de la séparation d'avec le corps physique, nous vivons dans l'état, qui est devenu habituel pour nous pendant notre vie dans le corps.

Et, selon cela, nous nous trouverons sur le plan habité par des êtres semblables à nous: soit, mauvais, furieux, irrités, impatientes, et trompeurs — ou affectueux, calmes, tendres, aimants et compatissants...

¹⁶ [25].

Comment Pouvons-Nous Tomber Amoureux de Dieu? (Conférence)

Notre amour pour Dieu ne doit pas nous guider vers l'atteinte du paradis, mais vers l'atteinte de sommets spirituels encore plus élevés — vers la Fusion avec le Créateur dans Son plan le plus élevé. C'est ce qu'Il s'attend que nous accomplissions, parce que ceci constitue son Évolution, Sa Vie même! Et si nous L'aimons, nous devons faire cela — pour Lui, non pas pour nous-mêmes!

Il est bon de tomber amoureux de Lui — à un tel degré que nous nous languissons pour Lui, ne pouvant pas trouver de paix sans Lui!

Être en amour avec Dieu doit devenir semblable à être passionnément en amour avec une autre personne! Cela implique de désirer ardemment Fusionner vraiment — la Fusion des consciences, comme celles des âmes humaines, passionnées avec amour l'une pour l'autre, fusionne.

Afin de tomber amoureux de Dieu de la sorte, on doit Le connaître le plus possible.

Et Il peut être connu en réalité, non seulement intellectuellement.

Mais il devient audible, visible, et tangible seulement pour ceux qui ont atteint l'état Divin de l'âme.

Dieu est Amour. Et seulement, ceux qui sont devenus également un Amour grand, raffiné et fort peuvent le percevoir comme cela. Et la Fusion avec Dieu pour eux ne devient pas seulement des mots, mais leur propre expérience.

... Ceux qui ont atteint la Fusion avec le Créateur deviennent des Parties Intégrales de Lui pour toujours. Mais, si nécessaire, afin d'accomplir leurs missions sur Terre ou sur d'autres planètes — Ils peuvent séparer une Partie d'Eux-mêmes sans perdre l'unité avec Lui.

Jésus a décrit cela, en utilisant l'image d'une vigne (John 15): du "Sol" (c'est-à-dire de la Conscience Universelle de Dieu le Père) vient la "Tige" — la Conscience d'un Enseignant Divin, Qui soutient avec les "Mains-Branches" plusieurs âmes incarnées.

De cette façon, les Enseignants Divins Se manifestent pour les personnes incarnées. Pour cela, Ils peuvent avoir des corps physiques (être incarnés) ou pas.

Incarnés, les Enseignants Divins travaillent non seulement là où leurs corps physiques sont présents: Ils peuvent être avec des Parties d'Eux-mêmes-conscience à n'importe quel endroit sur notre planète et travailler là. Ils sont (comme Conscience) incomparablement plus grands que notre planète; Ils placent seulement de très petites parties d'Eux-mêmes dans Leurs corps.

* * *

Laissez-moi approfondir le sujet encore plus pour clarifier la différence entre les "détés" païennes et les Manifestations personnelles de Dieu le Père. La Confusion concernant cette question est principalement due au fait que presque toutes les personnes religieuses ne connaissent pas la multidimensionnalité de l'espace.

Le critère ici est le suivant: seulement Celui qui vit dans l'état de Fusion avec Lui sur le plan Primordial le Plus Élevé est une Partie du Créateur, qui est Un pour l'univers illimité entier.

Quant aux "détés" païennes — ils sont soit des caractères fictifs du folklore ou de vrais esprits d'un certain (mais pas le plus haut) niveau d'avancement évolutionnaire.

Dieu dans l'aspect du Créateur, le plus Grand Enseignant et Ultime But pour nous tous est *Un*, bien qu'Il Se compose d'une multitude de consciences Parfaites fusionnées ensemble. Ce qu'Elles ont en commun est que Toutes vivent dans la Demeure de La Conscience la plus subtile et agissent sur divers "îlots" de la Création en sortant de cette Demeure.

Cela est clair maintenant, n'est-ce pas?

Tout ce que nous devons faire est d'entrer *Là* et de nous établir *Là* en Fusion avec le Créateur.

* * *

Le point de repère le plus fondamental au commencement de ce Chemin est la réalisation des fonctions du cœur spirituel (l'énergie du chakra anahata ou dantyan du centre). Cette structure énergétique de l'organisme humain est l'organe responsable de la génération des émotions d'amour.

Très peu de gens ont un cœur spirituel développé “à la naissance” (c.-à-d. de l’incarnation précédente).

Certaines femmes, peuvent facilement réussir à développer les fonctions de cet organe par un mariage harmonieux, puisque l’organisme féminin avec ses hormones typiques et glandes mammaires érogènes les relie directement à l’anahata, ce qui fournit également l’opportunité de perfectionner leur amour en prenant soin des enfants. Cela donne aux âmes incarnées dans des corps féminins un avantage incomparable sur le sexe “plus fort” (dans la grossièreté et la violence).

Pour le reste des personnes, l’utilisation de techniques psychiques spéciales, qui ont été développées par les écoles spirituelles du Taoïsme, de l’Hindouisme, du Bouddhisme, de l’Islam, du Christianisme et autres traditions religieuses, demeure la seule autre possibilité de se changer sérieusement.

... Dieu est Amour. Il a affirmé cela Lui-même. Tous ceux qui ont vraiment connu Dieu peuvent également confirmer cela.

Et afin de devenir Divins, nous devons devenir Amour dans le sens littéral de ce mot.

On commence l’accomplissement de cela en nous habituant à vivre de manière permanente avec la concentration de la conscience dans le chakra anahata.

Cela apporte l’énergie de la conscience à l’état d’amour émotif.

Après cela, avec l’aide de la formation méditative, nous grandissons graduellement dans cet état afin de devenir significativement plus grand que le corps pour ensuite contenir la Terre entière avec le cœur spirituel et atteindre ensuite Dieu, avec un soi transformé en Amour.

De cette façon, nous pouvons devenir “des cœurs spirituels universels” et nous fondre dans l’Océan du Créateur Universel.

Mais de manière à réaliser ce simple plan, nous devons effectuer une quantité de travail énorme. Le problème est que Dieu ne laisse pas entrer en Lui l’indigne.

Maintenant, laissez-nous parler de la réalisation de ce plan — graduellement, du tout début — de sorte que l’indigne puisse devenir digne de l’auto-réalisation spirituelle complète même dans l’incarnation courante.

* * *

On doit commencer le travail spirituel avec l'étude et l'acceptation du concept du Chemin. Ensuite, suivre les principes initiaux de la transformation éthique de soi, et seulement alors on entre sur le Chemin spirituel et commence à le suivre.

Le mot *spiritualité* provient de l'expression de Jésus-Christ: "Dieu est Esprit". C'est-à-dire la *spiritualité* représente l'association avec ou la similarité à Dieu-Esprit. Et le Chemin spirituel est le Chemin de la transformation progressive de soi en Lui. Cette transformation est réalisée par la croissance et le changement qualitatif du cœur spirituel en premier lieu. En d'autres termes, la croissance spirituelle est la croissance de soi en tant que cœur spirituel.

J'ai déjà décrit comment on peut devenir un cœur spirituel et se transformer davantage. Maintenant, je veux attirer l'attention sur le fait que le critère premier de succès est la capacité de regarder le monde extérieur de l'intérieur de la poitrine avec les "yeux" de l'âme (pas au sens figuré, mais au sens très littéral!).

Quand nous commençons à nous sentir pas comme des corps, mais en tant que consciences libres, alors nous commençons à voir avec la vue de l'âme.

C'est avec cette vue que les esprits désincarnés voient. Et avec cette vue Dieu voit ce qui nous arrive dans Sa Création.

On peut également dire que le Créateur est le cœur de Dieu — Dieu dans l'aspect de l'Absolu.

C'est pourquoi on peut Le connaître et fusionner avec Lui seulement en étant devenu un cœur spirituel parfait.

* * *

Dans une des plus grandes écritures spirituelles — la Bhagavad-Gîtâ, — il y a une omission qui a eu comme conséquence une multitude d'erreurs de personnes qui ont essayé en vain d'atteindre la perfection sans amour, et non pas par l'amour.

À savoir, dans un entretien avec Arjuna, Krishna, pointant Sa poitrine, a indiqué qu'entre ces "sourcils" on doit ouvrir une sortie de l'énergie Atmique (c'était une plaisanterie: Il pointait les poils sur Sa poitrine masculine)...

Mais, Son geste n'a pas été mentionné dans la Bhagavad-Gîtâ, et la plaisanterie n'a pas été comprise par les lecteurs et plus tard beaucoup de gens ont essayé "d'ouvrir le troisième œil" — l'œil de l'âme — pas par le cœur spirituel, mais par un des chakras les plus grossiers — ajna.

Mais les résultats étaient toujours tristes: dégradation dramatique de la conscience et parfois des pressions mentales et troubles de santé. (Dans certains cas, des personnes ont acquis la capacité de voir les couleurs correspondantes à divers états émotionnels des autres gens, mais cela n'avait aucune valeur pour le Chemin spirituel; cela "renforçait" seulement cette tradition malsaine).

C'est-à-dire, que l'on doit ouvrir le "troisième œil" (trikutta) non pas sur le front, mais au centre de la poitrine.

Si vous ne me croyez pas maintenant — vous pouvez demander à Krishna, comme je l'ai fait. Mais d'abord, vous devez être près de Son état et être devenu un cœur spirituel développé et avoir appris à le voir en tant que Conscience Divine. (Autrement, vous entendrez n'importe quelle voix de démons, qui prétendent être Krishna).

Pratique de L'Hésychasme Moderne (Conférence)

La direction spirituelle connue sous le nom d'HÉSYCHASME a commencé parmi les adeptes Chrétiens. Par conséquent, avant de discuter d'Hésychasme discutons d'abord de ce qu'est le Christianisme.

Le Christianisme est, en premier lieu, les Enseignements au sujet de Dieu et au sujet du Chemin menant à Lui qui ont été donnés aux gens par le Messager incarné du Créateur — Jésus-Christ.

Considérons les postulats principaux de Ses Enseignements:

1. Soyez parfait, comme votre Père au Ciel est parfait (Matt 5:48).
2. Moi et le Père sommes Un (Jean 10:30).
3. Je suis la vigne (Jean 15:1-5).
4. Comme le Père Me connaît, Je connais également le Père (Jean 10:15).
5. J'aime le Père (Jean 14:31).
6. Ô Père juste! Je vous ai connus! (Jean 17:25).

7. Et apprenez de Moi (Matt 11:29).

8. Dieu est Amour (1 Jean 4:16).

9. Vous aimerez le Seigneur, votre Dieu avec tout votre cœur, toute votre âme, tout votre esprit, et avec toutes vos forces (Marc 12:29-30).

10. Vous aimerez votre prochain comme vous-même (Marc 12:31).

Ce sont les principes principaux du Christianisme. En eux Jésus invite les gens à DEVENIR COMME LUI, et à connaître le Père Céleste, de devenir Un avec Lui.

Dans le Nouveau Testament, il y a beaucoup de préceptes qui peuvent aider à réaliser cet appel de Jésus si on les met en pratique. Ils nous invitent:

— à être absolument honnête dans les rapports avec les autres, à n'avoir aucune dette, à ne pas détourner de fond,

— à prendre soin du bien-être des autres davantage que du sien,

— à être conciliateurs,

— à être affectueux et tendre l'un avec l'autre,

— à aider les autres dans tout ce qui est bon,

— à pardonner, à ne pas vouloir se venger et à ne pas condamner,

— à ne pas haïr, à ne pas devenir émotionnellement impliqué dans le jugement des autres,

— à ne pas chercher à accumuler de la richesse matérielle: sinon on peut manquer l'occasion d'accumuler la richesse spirituelle,

— à ne pas avoir peur des attaques des primitifs agressifs, qui peuvent seulement faire du mal au corps, mais ne peuvent pas léser ce avec quoi nous apparaissions devant le Père Céleste après la mort du corps, c.-à-d. l'âme,

— à ne pas boire d'alcool,

— à ne pas être arrogant, mais d'être plutôt humble et à respecter les autres,

— à tâcher de faire tout ce que nous pouvons afin d'aider les autres spirituellement,

— à ne pas être obnubilé par la sexualité à un tel point que cela, au lieu de Dieu, devienne le centre de notre attention; la recherche person-

nelle de Dieu et d'être à Son service doit toujours être d'importance primordiale dans notre vie.

Je donnerai juste quelques extraits:

Je vous donne un nouveau commandement, celui de vous aimer les uns les autres! Comme Je vous ai aimés, vous devriez également vous aimer les uns les autres! (Jean 13:34)

Surtout, ayez un ardent amour, les uns pour les autres, car l'amour couvre une multitude de péchés! (1 Pierre 4:8)

Si quelqu'un dit, "j'aime Dieu", et déteste son frère, il est un menteur. Car s'il n'aime pas son frère qu'il a vu, comment peut-il aimer Dieu qu'il n'a pas vu? (1 Jean 4:20)

Bien-aimé! Aimons-nous les uns les autres! Car l'amour est de Dieu!

Celui qui n'aime pas n'a pas connu Dieu, car Dieu est amour! (1 Jean 4:7-8)

Si nous nous aimons les uns les autres, Dieu demeure alors en nous!... (1 Jean 4:12)

Ne devez rien à personne, exceptée... l'amour! (Rom 13:8)

Il n'y a aucune crainte dans l'amour, l'amour parfait chasse la peur... Celui qui craint ne s'est pas perfectionné dans l'amour! (1 Jean 4:18)

Bien que je parle le langage des hommes et des anges, si je n'ai pas aimé, je ne suis devenu que comme un cuivre résonnant...

Et bien que j'ai des prophéties et comprends tous les mystères et toute la connaissance; et bien que j'ai toute la foi afin de déplacer des montagnes si je n'ai pas aimé, je ne suis rien.

Et bien que je donne toutes mes richesses pour nourrir les pauvres, et bien que je donne mon corps à brûler si je n'ai pas aimé, je n'ai bénéficié de rien.

L'amour en tant que patience, est bon,

l'amour n'est pas envieux, n'est pas vain, n'est pas gonflé d'orgueil,

ne se comporte pas indécemment,

ne cherche pas ses propres intérêts,

n'est pas en colère,

ne pense aucun mal.

L'amour ne se réjouit pas dans l'injustice, mais se réjouit dans la vérité...

L'amour n'échoue jamais, même si des prophéties sont supprimées et que les langues cesseront... (1 Cor 13:1-8)

Aimer vos ennemis! Bénissez ceux qui vous maudissent! Faites le bien à ceux qui vous détestent!... (Matt 5:44)

Bénis sont les conciliateurs!... (Matt 5:9)

Ne jugez pas!... (Luc 6:37)

Quoi que vous désiriez que les autres fassent pour vous, faites de même pour eux... (Matt 7:12)

Donnez à chacun ce qu'il demande de vous et de celui qui emporte vos richesses, ne les demandez pas en retour! (Luc 6:30)

Si vous pardonnez à des hommes leurs violations, votre Père Céleste vous pardonnera également; mais si vous ne pardonnez aux hommes leurs violations, votre Père n'en fera pas davantage pour vous. (Matt 6:14-15)

Qui est sage et érudit parmi vous? Laissez-le montrer ses œuvres par sa bonne conduite avec l'humilité de la sagesse. Mais si vous avez de la jalousie amère et des conflits dans vos cœurs, ne vous glorifiez pas et ne mentez pas contre la vérité: cela n'est pas de la sagesse descendant du ciel, mais cela est... diabolique... (Héb 3:13-15)

Car telle est la Volonté de Dieu, faire le bien réduit au silence l'ignorance des hommes idiots! (1 Pier 2:15)

Celui qui dit qu'il est dans la lumière et déteste son frère est dans l'obscurité jusqu'ici (1 Jean 2:9).

Laissez l'amour être sans hypocrisie!

Abstenez-vous du mal, faites le bien!

Soyez en amour fraternel les uns avec les autres!

Menez-vous les uns les autres dans l'honneur! (Rom 12:9-10)

Bénissez ceux qui vous persécutent! Bénissez, et ne maudissez pas! (Rom 12:14)

Ne remboursez pas le mal par le mal! (Rom 12:17)

Ne vous vengez pas! (Rom 12:19)

Si votre ennemi est affamé, alimentez-le. S'il est assoiffé, donnez-lui à boire! (Rom 12:20)

Ne soyez pas accablé par le mal, mais triomphez du mal par le bien!
(Rom 12:21)

Pourquoi jugez-vous votre frère? Ou pourquoi également dédaignez-vous votre frère?...

Chacun de nous donnera un compte rendu au sujet de lui-même à Dieu!

Alors, ne nous jugeons plus les uns les autres!

Mais jugez plutôt ceci, pour ne pas mettre un trébuchement ou une offense envers un frère (Rom 14:10-13).

Mes frères, si un homme est surpris en défaut, vous, les gens spirituels, devez le redresser dans un esprit d'humilité et prenez garde de peur que vous ne soyez également tentés! (Gal 6:1).

Ne Laissez aucun mot sale sortir de votre bouche! Mais seulement du bon, de sorte qu'ils puissent donner grâce à celui qui l'entend! (Eph 4:29)

Quand vous êtes invités par quelqu'un... ne vous assoyez pas sur le siège du maître!... Car celui qui s'élève sera abaissé, et celui qui reste humble sera élevé. (Luc 14:8-11)

N'amassez pas de trésors sur Terre pour vous-mêmes où les mites et la rouille corrompent et où les voleurs entrent et volent! Mais amassez des trésors au Ciel!...

Car, là où est votre trésor, là également est votre cœur (Matt 6:19-21).

Toutes les choses sont légales pour moi, mais toutes les choses ne sont pas profitables... (1 Cor 10:23)

Vous ne pouvez pas servir Dieu et Mammon!¹⁷ (Matt 6:24)

Car de quoi l'homme a-t-il profité, même s'il gagne le monde entier, s'il nuit à l'âme? (Matt 16:26)

Encore, vous avez entendu ce qui a été dit aux anciens, "Vous ne jurez pas faussement, mais vous exécuterez vos serments au Seigneur." Mais je vous dis à vous, "ne jurez jamais!... Mais laissez vos mots être, Oui, oui; Non, non!" (Matt 5:33-37)

Et ne soyez pas ivre du vin, dans lequel il y a excès! Mais soyez rempli de l'esprit!... (Eph 5:18)

¹⁷ Un dieu païen de la richesse.

Il n'est bon ni de manger de la chair, ni de boire du vin, ni n'importe quoi d'autre faisant en sorte que votre frère trébuche, ou soit offensé, ou soit rendu faible! (Rom 14:21)

Marchons de façon appropriée, comme dans le jour; et non pas en état d'ivresse et en buvant; pas en adultère et en luxure; pas en dispute et en jalousie!... (Rom 13:13)

Ne recherchez pas vos propres intérêts, mais que chacun cherche celui d'autrui! (1 Cor 10:24)

En humilité d'esprit, laissez chacun estimer les autres meilleurs qu'eux-mêmes! (Phil 2:3)

Celui qui ne se réunit pas avec Moi se disperse! (Matt 12:30)

Ne craignez pas ceux qui tuent le corps, mais ne peuvent pas tuer l'âme!... (Matt 10:28)

Débarrassez-vous... de la colère, de la fureur, de la méchanceté, du blasphème, des discours scandaleux sortant de votre bouche! (Col 3:8)

Laissez Ma joie restée en vous et votre joie être pleine!

Ceci est Mon Commandement, que vous vous aimiez les uns les autres comme Je vous ai aimés! (Jean 15:11-12)

Ce que Je vous commande, est de vous aimez les uns les autres! (Jean 15:17)

*** * ***

Laissons chacun de nous se questionner: est-ce que ma compréhension du Christianisme est conforme à ces extraits?

Car le Christianisme est exactement cela! C'est ce que Jésus a enseigné et enseigne! Tout le reste est perversion, sectarisme.

Laissez-moi insister de nouveau que Jésus, dans Sa vie terrestre connue de nous, a également enseigné à Ses disciples les méthodes méditatives qui sont essentielles afin de connaître le Père Céleste.¹⁸

Dans le Nouveau Testament, il y a la déclaration suivante de Jésus: "Dieu est Esprit, et ceux qui L'adore doivent L'adorer en esprit et en vérité" (Jean 4:24). La signification ici est que l'on doit aller à Dieu avec la com-

¹⁸ Une riche expérience de travail méditatif exécuté sous les conseils de Jésus peut être vue dans les Épîtres des Apôtres Jean, Philippe, Thomas et aussi Paul. On peut lire à ce sujet dans les livres [6, 11].

préhension correcte de l'essence de Dieu et des tâches évolutionnaires de l'homme. Et nous devons L'adorer, pas par le corps, pas par des mouvements corporels ""religieux"", mais par les âmes, qui deviennent graduellement libérées de la dépendance à l'égard de leurs corps matériels avec l'aide des méthodes méditatives d'autodéveloppement.

* * *

La pratique établie de plusieurs Églises Chrétiennes inclut l'adoration publique, ritualiste. Cependant, cela n'était pas présent dans les enseignements de Jésus. On peut se demander, est-ce bon ou mauvais?

D'une part, il doit être clair à n'importe quelle personne raisonnable que Dieu n'est présent dans les temples pas plus qu'en dehors d'eux, et qu'on doit Le chercher dans *les profondeurs* de l'univers, pas dans les objets matériels rituels ou les bâtiments.

D'autre part, la pratique d'un culte a émergé comme besoin naturel des personnes avec des intérêts spirituels communs d'être ensemble simplement pour la communication émotive avec des personnes semblables, d'avoir des échanges d'idées et d'expériences afin de s'aider les uns les autres et apprendre.

Le rituel peut être utile: il contribue à calmer l'esprit quand les personnes s'adaptent à percevoir la Divinité. Dans cette perspective, bon nombre d'entre eux reçoivent pour la première fois la preuve de la réalité mystique: ils sentent des contacts de mains invisibles, des effluves d'énergie émanant des icônes, des pensées et même des voix d'interlocuteurs invisibles...

Pour certains, ce sont des manifestations de Dieu, pour d'autres des manifestations de démons... Cela dépend du niveau de pureté éthique de chaque personne en particulier.

La pureté morale de la communauté dépend en grande partie du niveau d'avancement éthique des "pasteurs". C'est le problème principal... Puisque sous l'apparence du Christianisme, ils prêchent souvent quelque chose de diamétralement opposé à cela...

Quand nous discutons des différences entre des directions religieuses établies, nous devrions mettre l'accent non pas sur le rituel! Le rituel n'est pas le point! Laissez le rituel de diverses directions rester comme ils sont! Le problème est qu'ils manquent le portrait complet, de la compréhension de l'état d'Être de la Conscience Universelle, dans la compréhension de Son aspect évolutionnaire, en particulier!

L'espace universel est vraiment (et non seulement mathématiquement) multidimensionnel et se compose de 7 couches principales de multidimensionnalité.

Les couches de multidimensionnalité de l'espace diffèrent, d'abord, par le degré de subtilité des énergies qui les remplissent.

La couche la plus profonde et la plus subtile de l'Océan des émanations multidimensionnelles universelles (c.-à-d. l'Absolu) est le plan de la Conscience Primordiale, Qui dans différentes langues peut avoir différents noms: Dieu le Père, le Créateur, le Père Céleste, Allah, Tao, Ishvara, Odin, etc.

Le plan à l'extrémité opposée de l'échelle multidimensionnelle est l'enfer — "la fosse de l'Évolution". C'est la demeure des êtres énergétiquement les plus grossiers. Ce sont ceux qui se sont accoutumés pendant leur vie incorporée à être dans des états émotifs grossiers.

Maintenant, est-il clair pour nous à savoir la raison pour laquelle Dieu nous conseille de vivre dans des états émotifs d'amour tendre plutôt que de colère, condamnation, irritation, méchanceté, haine?...

... Il n'est pas toujours facile d'améliorer son propre caractère pour le mieux. On ne sait tout simplement pas faire cela. Dans cette situation on peut obtenir de l'aide par le système d'autorégulation psychique basé sur la maîtrise des fonctions des chakras, qui sont les organes responsables (entre autres) de la production des émotions.

Le chakra principal de chacun d'entre nous est l'anahata, situé dans la poitrine. C'est dans ce chakra que les émotions d'amour sincère sont produites — l'état même qui nous fait vraiment nous approcher de Dieu et cela a été prêché clairement pour nous par Jésus-Christ et Ses Apôtres.

Au-dessus de l'anahata — dans le cou — il y a le chakra vishuddha responsable de la perception esthétique.

Plus haut — dans la tête — il y a deux chakras de la pensée.

Et au-dessous de l'anahata — dans l'abdomen et la région du bassin — il y a un système de trois chakras appelés le dantyan inférieur ou le hara. C'est un bloc de puissance qui fournit l'organisme en bioénergie.

C'est l'anahata avec son précieux contenu — le cœur spirituel — qui est la partie principale de chacun d'entre nous, que nous devons maintenir pur et développer, croître... — ou, pour être plus précis, de nous accroître en étant devenu un cœur spirituel, nous ayant placé nous-mêmes en tant qu'âme dans le cœur spirituel, nous ayant "établi" dans le cœur spirituel.

* * *

Dieu est Amour. Et afin de devenir plus près de Lui, nous devons nous transformer en Amour.

La seule manière de réaliser ce but est le contrôle conscient et volontaire de ses propres émotions: évitant les états émotifs grossiers et cultivant les subtiles.

Cela peut être accompli seulement par les méthodes de travail spirituel décrites ci-dessus.

Si nous nous transformons moralement selon les principes de l'éthique Divine énumérée ci-dessus, alors nous méritons l'aide active d'Enseignants Divins — Représentants de Dieu le Père, Qui s'appellent dans le sens global Esprit Saint.

... Le Créateur est directement intéressé par notre développement positif. C'est Lui qui nous a envoyés afin de nous développer dans des conditions d'incarnations terrestres! Pourquoi? De sorte que nous devenions au niveau Divin et que nous nous fondions en Lui, de ce fait L'enrichissant de nous-mêmes.

Il est clair que ce n'est pas tout le monde qui peut se fondre avec la conscience en Lui présentement. Mais Il nous envoie pour nous incarner pas seulement une fois, mais plusieurs fois. Par conséquent, l'âge de l'âme est différent parmi les gens, parce que quelqu'un s'incarne dans un corps humain pour la première fois, alors que d'autres se sont incarnés des centaines de fois.

D'ailleurs, avant les vies humaines terrestres, nous tous — comme âmes — avons d'abord évolué dans des corps de plantes, puis dans des corps d'animaux. Et ceux qui sont incarnés maintenant dans de tels corps sont... des personnes en devenir.

Après avoir compris tout cela, est-ce que chacun d'entre nous peut traiter tous les êtres vivants incarnés sur la Terre dans un corps physique avec compassion et respect?

... Dieu a donné à Moïse le Commandement: "Vous ne tuerez point!" Moïse, cependant, a été le premier à le briser... Depuis cette époque, ce Commandement n'a jamais été suivi en masse par les Juifs ni par ceux qui se considèrent Chrétiens, ni par les Musulmans.

Dieu a commandé par Moïse non pas "de ne pas tuer des humains!" Il a gravé sur une tablette une formule avec une signification plus étendue: ne tuer pas personne! À cela, il a expliqué: "... Je vous ai donné chaque

herbe portant des semences qui est sur la surface de la Terre entière, et chaque arbre dans lequel il y a un fruit portant en lui une semence; cela sera pour vous la nourriture" (Bible, Genèse, 1:29).

Ensuite, il a spécifié (Bible, Genèse, 9:1-4): Il est interdit de manger les créatures qui ont du sang! Et celles-ci incluent tous les mammifères, reptiles, amphibiens, les poissons et mollusques... — presque tous les êtres excepté les plantes.

Et même pour ceux qui nient la Bible, n'est-il pas approprié de considérer: s'il est acceptable de tuer pour la gloutonnerie, ces créatures qui peuvent souffrir de la douleur? Est-ce compatible avec l'amour pour elles, avec le principe même de l'AMOUR?

C'est pourquoi il y a des gens qui — pour des raisons éthiques! — changent pour une alimentation basée sur les produits laitiers, les plantes et les œufs.

Et laissez-moi vous assurer: sans cela, Dieu ne reconnaîtra jamais l'amour de quelqu'un comme parfait!

* * *

Apprendre à aimer la Création à partir de ses manifestations particulières, nous développons graduellement en nous-mêmes la capacité d'aimer comme le Créateur Lui-même aime.

De cette façon, nous devenons plus près de Lui — dans l'état d'âme.

De cette façon, nous nous développons en tant qu'Amour.

Et nous gagnons — ainsi — la capacité de tomber amoureux du Créateur.

Après être devenu l'Amour parfait, nous fusionnons avec le Créateur, devenons Sa Partie Intégrale.

Cela constitue l'essence principale des Enseignements de Dieu, qu'Il essaie de transmettre aux gens.

Les guerriers spirituels, qui réalisent l'impeccabilité éthique, reçoivent de l'aide d'Enseignants Divins afin de se développer — comme âmes, consciences — jusqu'à la perfection. Et alors, de telles personnes viennent à la Fusion avec le Créateur en Sa Demeure.

Dans la Demeure du Créateur, toutes les Consciences auparavant individuelles, sont Unies Parfaitement et fusionnées en *Un*.

C'est pourquoi on peut dire que Dieu est *Un*.

Mais, Elles sont capables d'assumer une individualité partielle une fois venues hors de la Demeure du Créateur, en tant que Ses parties intégrales. Ce sont Eux que l'on appelle Enseignants Divins, Esprits Saints — dans le sens global — Esprit Saint.

Parmi Eux il y a Ceux Qui ont un aspect masculin ou féminin — selon la dernière incarnation.

Chacun d'Eux est absolument libre de se déplacer comme bon Lui semble et peut apparaître dans n'importe quelle partie de l'espace. Parfois, on peut observer plusieurs d'entre Eux assemblés en groupe à un endroit.

Le plus souvent, Ils apparaissent sous des formes géantes humaines (Mahadoubles) qui ont la taille d'une dizaine de mètres jusqu'à plusieurs kilomètres. Sur le sommet d'un Mahadouble, on peut y voir un Visage Divin. Ils viennent hors de la Demeure du Créateur, mais restent cependant reliés à Lui, et s'insinuent librement Eux-mêmes — comme Flamme Divine transparente — à l'intérieur de la matière et de tous objets matériels de la Terre.

Certains d'entre Eux ont des "secteurs sous Leur responsabilité" sur la surface de la Terre, où Ils essaient d'aider les personnes incarnées à devenir meilleures, créent des situations éducatives pour eux — en vue d'apprendre l'éthique, en premier lieu. Ils enseignent également là aux personnes qui se perçoivent comme étant des disciples de Dieu et communiquent directement avec leurs Enseignants Divins désincarnés.

Par exemple, au-dessus de Saint-Pétersbourg on peut toujours voir la Contenance Divine de l'Apôtre Andrew. Mais, il y a également de plus petits secteurs locaux, où on peut toujours converser avec Jésus, Sathya Sai Baba, l'Apôtre Philippe et avec d'autres.

Parfois, Ils sont incorrectement considérés en tant que "Patrons" d'une ville ou d'une autre région. Non: Ils ne sont pas des Patrons, mais nos Instructeurs — dur ou tendre quand cela est nécessaire, mais toujours — Sages. Ils sont Coordinateurs de nos destinées: les destinées que chacun d'entre nous mérite.

En communication avec des disciples incarnés, chacun d'Eux essaie, tout d'abord, de donner la connaissance et les méthodes de ce qui était la base de Leur Chemin personnel menant à la Perfection. Mais très souvent, il arrive que l'expérience personnelle de plusieurs d'entre Eux se combine — comme cela a été le cas pour nous. Cela accélère la croissance des étudiants et permet de perfectionner davantage la méthodologie du déve-

loppement spirituel — en application à l'écologie concrète et conditions culturelles de l'Enseignement.

* * *

L'imagination humaine a créé une image de conte de fées d'un diable: nécessairement avec des cornes, des sabots, une queue, de sexe masculin, et — avec des traits d'obsédé sexuel.

Cependant, c'est un mensonge très nocif. Nocif — parce que les personnes qui vont sur le chemin de la diabolisation d'eux-mêmes ne comprennent pas leur situation désespérée: regardez!, je n'ai pas de queue, ni de cornes — c'est correcte!

Dans les conditions dominantes de l'ignorance religieuse, il est tout à fait facile — pour plusieurs personnes! — de devenir des diables. J'ai observé de telles personnes parmi les chefs politiques, parmi des officiels d'organisations "spirituels", parmi des alcooliques.

Ils peuvent être de n'importe quel sexe.

Qui sont-ils? Comment les reconnaître?

Leurs caractéristiques distinctives sont d'être dans des états émotifs grossiers constants (colère, irritation, haine). La fausseté, l'avarice, l'agressivité sont aussi leurs caractéristiques distinctives.

Ils resteront les mêmes après la désincarnation. L'enfer sera leur Demeure, où ils vivront entassés avec leurs semblables, se torturant.

Mais, certains d'entre eux pourront continuer pour un certain temps à nuire aux personnes incarnées — de la même manière qu'ils le faisaient pendant leur vie incorporée.

Les diables incarnés peuvent faire physiquement du mal — en tuant, mutilant, violant, endommageant, volant, faisant de l'extorsion, envoyant d'autres personnes diaboliques attaquer des victimes...

Mais les diables incarnés et non incarnés sont capables de créer des champs et des influences énergétiques grossiers tellement puissants qu'ils conduisent leurs victimes aux états psychotiques. Les médecins diagnostiquent ces derniers avec de la schizophrénie, avec des symptômes d'illusion d'influence. Cependant, ce n'est pas une illusion, mais la réalité. J'ai connu personnellement deux hommes qui sont tombés sous une telle influence de diables qui ont trouvé que la seule sortie à cette situation était dans le suicide — ils ont sauté de la fenêtre vers la mort...

Pourquoi est-ce que je parle au sujet de tous ces cauchemars? Pas pour effrayer les lecteurs! Au contraire, c'est afin d'aider les personnes qui se trouveront dans de telles situations.

Tout d'abord, on doit se rappeler — dans ces situations la, de calamités, de désastres et d'afflictions — que toutes choses se produisent à la vue de Dieu. Et sont autorisées par Lui.

D'ailleurs, c'est Lui Qui crée ces situations!

Il est important de comprendre: pourquoi? Qu'est-ce que Vous Seigneur, voulez me dire par cela, que voulez-Vous m'enseigner, que dois-je corriger en moi?

Dieu ne vit pas sur une autre planète! Il n'est pas une personne volante invisible qui ne peut pas garder un œil sur chacun d'entre nous! Dieu est un Océan de Conscience Universelle existant *partout*, dans chaque point de l'espace — comme sous *une couverture* des plus mince qui sépare le Créateur de Sa Création.

Et rien de significatif n'arrive à personne sans nous apporter un certain bien!

La douleur, par exemple, peut nous être donnée pour nous enseigner à compatir avec la douleur des autres êtres afin de ne plus leur infliger de douleur.

Et les diverses mauvaises actions des autres nous permettent d'apprendre dans la pratique de la psychologie humaine.

Ou cela peut signifier qu'il est temps pour nous "de changer de compagnie"...

Et ainsi de suite. Tout est pour notre bien!

Dans mon autobiographie publiée¹⁹, j'ai donné des exemples de la façon dont Dieu a employé diverses ordures humaines pour changer radicalement mes situations de vie — pour mon propre bien!

Un jour, mortellement mutilé, j'ai crié vers Lui, demandant l'explication de l'incident. Il a commencé par ces mots, "Tu Me seras reconnaissant pour cela!"...

Plus tard, Il s'avéra avoir raison!

En plus: dans toutes les situations difficiles, on doit s'accouder près de Lui! Souvent, Il crée des problèmes pour nous exactement dans ce but.

¹⁹ [7, 14].

... Quant aux deux qui ont sauté d'une fenêtre... — l'un d'entre eux avait développé une vanité jusqu'à une grotesque répugnance; le second... a souffert parce qu'il s'est engagé dans une querelle avec une personne diabolique — un ancien compagnon en affaires qui ne lui avait pas redonné son argent...

Jésus-Christ a enseigné: "de celui qui a emporté vos richesses ne les lui redemander pas!" (Luc 6:30). Et cet homme a oublié ce Commandement l'ayant cependant lu... Mais, on doit suivre les Enseignements de Dieu, pas simplement les livres!

Sa deuxième erreur — il avait concentré tout son attention sur un diable, au lieu d'aller à l'embrassement de Dieu et en effet, il avait *perdu* Dieu dans le sens très direct!...

En général, il n'a pas tenu le test de l'éthique...

Moi, aussi, j'ai été dans de telles situations. Mais je les ai employées pour la consolidation de ma Fusion avec le Créateur: je me suis senti mal dans mon corps, mais dans la Demeure du Créateur — c'était très bien!

Ces diables m'ont beaucoup aidé.

... Mais la plus mauvaise chose n'est pas de subir des attaques d'un diable, mais d'en devenir un. Cela nous condamne à un destin vraiment terrible!

Un jour, Dieu a proclamé par un prophète le principe suivant: "Tout est un bienfait!"²⁰ Essayons de nous en rappeler si bien que nous ne l'oublierons pas quand le moment viendra de "passer un examen" avec Dieu au sujet "de l'éthique pratique".

Il nous enseigne également à considérer le mal contrôlé par Lui comme un catalyseur du développement du bien. Dans ce principe, aussi, il y a quelque chose à considérer et à se rappeler.

... Plusieurs fois j'ai entendu l'objection, "Non! Dieu, s'Il existe, est aimable! Il ne peut pas nous causer autant de souffrance! Tout le mal est du diable!"...

Cette déclaration typique est provoquée par la mauvaise compréhension de la société environnante des principes des rapports entre les personnes et Dieu. Les personnes qui pensent de cette façon ont un égoïsme si "profond" qu'ils considèrent Dieu en tant que leur "domestique omnipotent" Qui doit organiser la vie pour MOI selon MES désirs! Et si ce n'est pas le cas, alors je ne Vous reconnaitrai pas! Il n'y aura plus aucun Vous!...

²⁰ [6].

Mais il y a Dieu. Et Il est en effet omnipotent. Cependant, la nature des rapports entre Lui et les êtres incarnés est tout à fait différente.

En fait, Lui et nous ne sommes pas fondamentalement des êtres différents. Nous sommes que Ses particules (particules de Lui dans l'aspect de l'Absolu) envoyées par Lui "aux pâturages terrestres" pour arriver à l'âge mûr!

Et la seule chose qui est notre prédestiné est ce mûrissement dans "les pâturages terrestres"!

Lui — notre Bon Berger — "nous met en pâture" avec ce seul but: que nous, après avoir atteint un certain niveau de perfection, nous immersions en tant qu'âmes en Lui, de devenir Lui, de L'enrichir de nous-mêmes!

Ceci constitue Sa Vie, Son Évolution!

Il n'y a aucune autre signification de notre existence terrestre!

Et ceux d'entre nous qui, en utilisant la liberté de choix, mûrissent avec succès — reçoivent les conditions les plus favorables de Lui. Et les mauvaises personnes sont sélectionnées et se retrouvent dans la "fosse septique de l'Évolution", en enfer, dans *l'obscurité extérieure*.

C'est pourquoi le seul principe correct de relation avec Lui — de notre part — est la pleine OBÉISSANCE à Sa Volonté en portant attention à Ses directives et leçons!

Notre égoïsme doit être substitué avec le Dieucentrisme!

"Que Votre Volonté soit faite sur la terre comme au Ciel!" — ceci ne doit pas être seulement lu, dit à haute voix, et même chanté! Ceci doit être vraiment accepté — par chacun! — comme formule de nos rapports avec Lui!

Que Votre Volonté soit faite, mon Seigneur!

Je Vous reconnais en tant que mon Père Universel, Omnipotent, Grand et Infini!

Vous êtes Tout!

Et moi — Votre humble enfant — Vous aime et apprend de Vous! Et veut Vous connaître complètement et fusionner avec Vous dans l'amour!

Pâturez-moi sur les pâturages de Votre Terre!

Et menez-moi à Votre Demeure par le droit Chemin!

* * *

Tant de fois, je n'ai pas été payé de grandes sommes d'argent qui m'était due! Tellement de terribles calomnies ont été dites à mon sujet! À cela, les diffamateurs m'ont attribué des qualités directement opposées à celles que je possède! Il y eut une tentative de meurtre menant à deux décès cliniques, menaces constantes de meurtre des fascistes pendant les dernières années...

En outre, j'en suis venu à savoir qu'un certain auteur a volé un chapitre (*des enseignements de Juan Matus*) de mon livre: il l'a simplement publié de nouveau sous son nom...

J'ai considéré tout cela comme un test de ma dévotion envers Dieu. Ne deviens pas distrait! Et j'ai... simplement continué à aller plus loin, ne détestant personne, ne prenant vengeance sur personne, ne demandant aucune compensation "pour dommages physiques et moraux"...

S'en était assez et si je me serais engagé dans un de ces conflits — j'aurais échoué dans le travail principal, pour lequel nous avons été envoyés sur Terre, et n'aurais pas pu aider toutes ces personnes qui ont reçu aide de moi et en recevrons à l'avenir — aider dans la guérison des âmes et dans l'avancement spirituel!

Après avoir violé les Commandements du Christ, je n'aurais plus été un Chrétien...

... "Les chiens aboient, pourtant l'éléphant poursuit son chemin", c'est ce que Sathya Sai Baba dit au sujet de telles situations.

Ainsi, chacun de nous qui sommes purs dans l'âme devant Dieu et devant les personnes et qui allons sur le Chemin spirituel pouvons également accepter ce slogan pour nous.

"Je contrôle chacun. Ainsi, ne soit pas en colère contre personne!" m'a enseigné Dieu.²¹ Ces mots de Lui m'ont beaucoup aidé. Laissez-les vous aider également!

* * *

La seule manière pour nous d'éviter les ennuis terrestres — maintenant et à l'avenir — est l'autodéveloppement spirituel actif. En particulier, cela mène à corriger la croissance de la conscience dans l'aspect quantitatif assurant ce qui est appelé la *crystallisation* (par analogie à la croissance

²¹ [7].

des cristaux en conditions appropriées pour cela). Et cela donne la capacité de s'opposer au mal plus efficacement.

Et rappelons-nous du Commandement suivant: "ne soyez pas subjugué par le mal, mais surmontez le mal avec le bien" (Rom 12:21).

* * *

Le terme *hésychasme* est originaire du mot grec *hésychia* — *calme intérieur*.

Sans ce *calme intérieur*, la méditation n'est pas possible. Et la méditation — après l'étape de l'apprentissage et de l'intégration des principes éthiques de la vie suggérés à nous par Dieu — est la base du développement ultérieur de la conscience sur le Chemin spirituel.

C'est l'aspiration à réaliser l'*hésychia* et d'avancer ensuite à la connaissance de Dieu qui a formé cette direction de "raja yoga Chrétien" connu sous le nom d'Hésychasme.

La caractéristique la plus importante et la plus haute en valeur de cette direction consistait dans le fait que les Hésychastes dès le début ont accepté la ligne directrice correcte — la réalisation des directions de Jésus-Christ que l'on ne peut développer l'amour en soi que par le travail avec le cœur spirituel.

En particulier, ils ont découvert que si l'on déplace la concentration de la conscience de la tête au cœur spirituel, cela arrête *le dialogue intérieur*, qui empêche la méditation.

Et ayant réussis — c.-à-d. quand la conscience est entièrement placée dans le cœur spirituel, on peut comprendre — soudainement! — par notre propre expérience ce que Jésus a voulu dire en parlant au sujet de l'amour spirituel!

La vie de telles personnes a changé et ils ont pu vraiment s'aimer et aimer tout ce qui les entoure avec un amour véritablement Chrétien: "comme ils s'aiment eux-mêmes" et même encore plus qu'eux-mêmes!

Et avec le développement ultérieur du cœur spirituel, ils ont obtenu la capacité de tomber amoureux de Dieu.

Dieu les a soutenus en cela, leur fournissant la possibilité de faire l'expérience de Lui en tant qu'Amour. Il en résulte — à la fin — le Fusionnement des deux dans l'Étreinte de l'Amour.

Les Hésychastes ont inventé la méthode de développement du cœur spirituel qui s'est appelé *la prière de Jésus*. Ses formules peuvent être différentes: de "Jésus-Christ, fils de Dieu, prend pitié de moi!" à la version la plus simple et la plus parfaite: simplement un appel-supplication à l'aimé Jésus à entrer en son cœur spirituel avec la répétition humble de Son nom: "Jésus! Jésus!... "

... Mais plus tard, très peu ont été de ceux qui ont pu réaliser des fruits positifs en employant *la prière de Jésus*. Plusieurs personnes pensent même que "ses secrets sont perdus"...

Mais ce n'est pas vrai: en réalité, la masse de "croyants" a perdu le Christianisme en général — étant donné qu'ils ont refusé l'éthique prêchée par le Christ. Et cela a eu comme conséquence l'incapacité à former — jusqu'à ces dernières années — une approche compréhensible et scientifiquement correcte du développement spirituel humain. En d'autres termes, il n'y avait aucune direction scientifique-religieuse ce qui a maintenant été créé et qui s'appelle *Méthodologie du Développement Spirituel*.

... Je veux insister de nouveau que l'on doit commencer le développement spirituel non pas en pratiquant la méditation, mais en prenant connaissance en détail de la matière théorique au sujet de la philosophie religieuse et par l'acceptation des Enseignements éthiques de Dieu considérés ci-dessus.

Autrement, l'état du praticien ne peut pas être stable. Une telle personne ne peut pas résister aux tests éthiques, que Dieu donne nécessairement aux chercheurs spirituels. Et cela peut avoir comme conséquence, entre autres, des troubles mentaux.

* * *

Laissez-nous maintenant prendre connaissance de quelques idées importantes du livre des premiers Chrétiens qui s'appelle *Philokalia*:²²

Des Directions Spirituelles de Diadochus de Photiki

Le point culminant de la foi est... l'immersion de l'esprit en Dieu.

Le point culminant de la liberté face à la richesse est de désirer être sans possessions même lorsque les autres désirent posséder.

²² [57].

Le point culminant de l'humilité est d'oublier sans hésitation ses bonnes actions.

Le point culminant de l'amour est d'augmenter votre attitude amicale envers ceux qui vous insulte et vous rivalise.

Des Directions Spirituelles d'Éphrem le Syrien

Moines, ne désirez ni viande, ni vin, de peur que votre esprit se dégrade...

Ne soyez pas dépendant de la viande et du vin, de peur que vous rendiez vos esprits incapable de recevoir les cadeaux spirituels.

Dieu a créé l'homme *libre*, donc pour l'homme sont éloges et punitions.

L'œil errant cause beaucoup de douleur à celui qui le suit. Gardez vos yeux de vagabonder, de peur que vous ne trouviez aucune voie directe à la chasteté.

Évitez sagement les réunions défavorables afin de vous maintenir dans la droiture.

Si vous voulez conquérir la luxure et la richesse, aimer inconditionnellement et vivez simplement.

Si vous voulez conquérir la colère, développer l'humilité et la générosité.

Affligez-vous seulement si vous avez commis un péché, mais même dans ce cas-ci ne vous affligez pas trop, autrement vous pouvez devenir désespérés.

Si vous voulez conquérir la vanité, ne désirez pas d'éloges, lauriers, jolis vêtements, respect, faveur, mais aimez être blâmé et calomnié par les personnes...

Si vous voulez conquérir la fierté, ne dites pas que vos actions ont été faites de vos mains et de votre force; dites que c'est avec l'aide de Dieu et par Ses conseils qu'ils ont été faits, pas par ma force et mes efforts.

Des Directions Spirituelles d'Abba Dorotheus

J'ai entendu parler d'un frère qui, en rendant visite à quelqu'un de la communauté et voyant sa cellule non balayée et non nettoyée, a pensé

en lui-même: béni soit ce frère, car il a mis de côté les soucis terrestres et est si immergé dans les sujets les plus élevés qu'il n'a aucun temps pour ranger sa cellule. Et s'il venait chez un frère dont la cellule était rangée, balayée, propre, il pensait: comme l'âme de ce frère est pure, ainsi est sa cellule, et l'ordre en sa cellule est conforme à l'état de son âme.

Ne désirez pas les résultats que vous voulez, mais désirez que cela se produise, comme cela se produit: ainsi, vous serez en paix avec chacun.

Croyez que le déshonneur et le reproche sont la médecine pour traiter la fierté de votre âme. Et priez pour ceux qui vous reprochent en tant que vrais guérisseurs de votre âme...

En réponse aux fausses accusations dites: pardonnez-moi et priez pour moi! Quand les gens vous demandent si cela est vrai, dites la vérité et ensuite prosternez-vous humblement et dites encore: pardonnez-moi et priez pour moi!

Ne préférez jamais votre volonté à celle de votre frère.

Au Sujet de la Lutte Spirituelle — Jean Cassien

(Il y a) l'état qui consiste à contempler Un Dieu dans un amour ardent pour Lui; dans cet état l'esprit, imprégné avec cet amour, converse avec Dieu de la manière la plus directe.

Des Directions Ascétiques de Nilus du Sinai

Si le déshonneur vous tombe dessus, soyez heureux: car s'il est injuste, alors votre récompense sera grande; et s'il est juste, alors, ayant appris de lui, vous pouvez éviter la rétribution.

Il y a la prière la plus élevée des réalisés... — quand par des aspirations non dites de l'esprit ils approchent Dieu, Qui voit leurs cœurs ouverts.

Des Directions Spirituelles d'Isaac de Syrie

Celui qui a l'esprit modeste ne reste jamais pour regarder la foule, assemblé de personnes, désordre, agitation; ne prête aucune attention aux

mots, paroles, réclames, perturbation des sens: il cherche à ne pas avoir beaucoup et à être constamment occupé, à être libre, sans soucis.

Il n'est jamais en hâte ou en confusion; il n'a aucune pensée bouillante et superficielle; mais il reste toujours en paix. Il n'y a rien qui peut le surprendre, confondre, lui faire peur... Toute sa joie et son bonheur sont dans ce qui est agréable à son Seigneur.

Quand il touche son front sur le sol et dirige le regard de son cœur vers le plus Saint des Saints... il ose prier seulement ainsi: peut importe ce qu'il m'arrivera que cela soit selon Votre Volonté!

Le désert apaise les passions. Pourtant, l'homme doit non seulement les apaiser, mais les déraciner, c.-à-d. les surmonter... Les passions apaisées se réveillent une fois qu'il y a une raison pour elles, de devenir encore actives.

Celui qui veut aimer Dieu doit, avant tout, prendre soin au sujet de la pureté de l'âme.

Cette pureté est atteinte en conquérant les passions.

(Celui qui n'a pas conquis les passions ne peut pas entrer) la région chaste et pure du cœur.

Ne détestez pas un malfaiteur, car nous devons tous être tenus responsables.

Des Directions Spirituelles de Théodore d'Édessa

Seulement quand nous nous débarrassons des passions et de la convoitise et mettons les désirs de la chair sous le contrôle de l'Esprit, alors seulement nous acceptons la croix et suivons le Christ.

Et le "retrait du monde" n'est rien d'autre que la destruction des passions et de la manifestation de la vie la plus secrète en Christ.

* * *

Les étapes du chemin spirituel peuvent être subdivisées en trois groupes:

1. Préliminaire (prendre connaissance de la matière et l'accepter, commencer le travail éthique sur soi, introduction dans sa propre vie des procédures hygiéniques de base, telles que laver le corps chaque jour (si possi-

ble), prendre des bains de soleil en été, ou utiliser une lampe de quartz en hiver, etc.).

2. Méthodes de base, qui incluent la maîtrise de la relaxation du corps et de l'esprit, le nettoyage des structures bioénergétiques de l'organisme avec l'aide de méthodes spéciales, et — ce qui est plus important — maîtriser la capacité de "vivre" avec la concentration de la conscience dans le chakra anahata et de regarder par lui le monde extérieur.

3. Développement ultérieur de soi, en tant que cœur spirituel — jusqu'au fusionnement avec *le Cœur de l'Absolu* — la Conscience Universelle Primordiale, Dieu le Père, le Père Céleste.

* * *

La croissance d'une âme individuelle transformée en cœur spirituel est pratiquement illimitée.

Le mode de vie monastique, complètement au service de Dieu en étant au service des personnes dans leur avancement spirituel en plus d'être en entraînement méditatif constant à *des lieux de puissance* spécialement choisis à cette fin permet aux guerriers spirituels de se développer (comme cœur spirituel) jusqu'à une taille comparable à la taille de notre planète, et ensuite — beaucoup plus grand. En outre, les guerriers spirituels maîtrisent de manière pratique les méthodes afin de se déplacer dans les plans de base de l'Absolu, apprenant à se dissoudre avec la conscience dans les plans (les plus subtiles) les plus élevés.

Et vient ensuite la Fusion avec le Père Céleste, qui devient de plus en plus ferme dans les années suivantes d'efforts spirituels incessants.

Lors de la réalisation du premier vrai succès sur ce Chemin, le praticien se débarrasse des maladies, qui peuvent avoir duré pendant des années. Et continuant de réaliser de nouveaux sommets spirituels cela permet au praticien de nettoyer le corps jusqu'à la *transparence*, qui peut être perçue par clairvoyance. Et les Lumières Divines commencent à se manifester aussi dans le monde matériel! Et la Conscience développée à la Divinité, maintenant — pendant l'existence du corps physique sain et actif — vit dans la Fusion avec le Créateur et vient en dehors de Sa Demeure à ces parties de la Création où elle est nécessaire.

... Mais ce n'est pas tout. Il y a des perspectives beaucoup plus intéressantes...

Le Soleil de Dieu ou Comment Devenir l'Océan d'Amour Pur (Conférence)

Le terme *Soleil de Dieu* a été présenté par Jésus-Christ par B.Cullen — un prophète du siècle passé, qui a vécu aux États-Unis. Un livre avec ses Révélation a été publié aux États-Unis en 1992 et puis republié en Russe²³ (malheureusement avec plusieurs erreurs de grammaire).

Le message principal que Jésus a voulu donner aux gens par ce livre est le suivant.

Dieu est toujours un Dieu Vivant! Jésus était sur Terre il y a 2000 ans, et Il existe aujourd'hui parmi les gens incarnés (bien qu'il ne soit pas incarné maintenant).

Mais plusieurs croyants sont absorbés dans des activités absolument dénuées de sens: effectuant des mouvements corporels rituels sans fin, répétant des prières qui sont parfois non seulement inutiles, mais également nocives. Ils font cela au lieu de faire des efforts sur la vraie transformation spirituelle de soi par la réalisation du plan que Dieu a pour eux — qui consiste à connaître Dieu et fusionner par la conscience avec Lui dans l'Amour.

Jésus dit qu'il marche dans les églises parmi les croyants qui font appel à Lui dans leurs prières... — pourtant, ils ne Le voient pas, ne Le sentent pas, ne L'écoutent pas et ne L'entendent pas!...

Au lieu de faire cet exercice ridicule, Jésus suggère que Ses disciples servent Dieu en servant les gens, ainsi qu'en faisant des efforts personnels afin de connaître le Créateur.

Il est également ridicule de chercher Dieu dans le ciel: on ne devrait pas chercher les Cieux spirituels au-dessus de la surface de notre planète, mais dans *la profondeur* de l'espace multidimensionnel. Et la Demeure du Créateur est très près de nous! La distance qui nous sépare d'Elle est

²³ [25]. Le langage et le contenu de ce livre correspondent à la vision du monde de la personne qui a reçu l'information: Dieu parle toujours aux gens en utilisant le langage et les termes qu'ils peuvent comprendre. (En raison de cela le livre décrit des images d'un vaisseau spatial et d'un Christ quittant la Terre à bord). Mais ce livre contient également de l'information très valable.

Des citations de ce livre peuvent être trouvées dans [10].

moins épaisse que l'épaisseur du papier le plus fin! La voie menant à cette Demeure commence à l'intérieur d'un cœur spirituel développé.

L'entrée dans la Demeure du Créateur peut être vue par les chercheurs spirituels qui ont réussi, qui L'ont approché, comme un *soleil de Dieu* tendre et géant qui ressemble à un tendre soleil du matin, seulement infiniment plus grand.

De connaître tout cela et d'entrer dans *le Cœur de Dieu*, fusionner là avec le Créateur est le but ultime de nos vies, de l'évolution personnelle de chacun d'entre nous.

Sur le chemin de notre perfectionnement et dans nos efforts afin d'aider d'autres chercheurs spirituels, l'Esprit Saint est toujours disposé à nous aider. Jésus L'a décrit comme Puissance d'Amour aux capacités illimitées qui vient hors de la Demeure du Créateur et qui est toujours prêt à aider les personnes dignes.

Mais nous devons faire que notre état soit assez près de l'état de l'Esprit Saint pour Le voir, Le sentir et L'entendre afin de fusionner avec Lui dans l'Amour et de devenir comme Lui, et ensuite connaître Dieu le Père avec Son aide.

* * *

Discutons maintenant de la manière que l'on peut trouver *le Soleil de Dieu*?

D'abord, nous devons comprendre que l'homme n'est pas un corps. L'homme est une conscience (âme) incarnée dans un corps matériel pendant une certaine période.

L'incarnation est importante, parce que la croissance d'une conscience individuelle n'est possible seulement que dans l'état incorporé, puisque c'est le corps matériel qui est "l'usine" de la transformation de l'énergie de la nourriture ordinaire en énergie de la conscience.

L'organisme d'un homme incorporé est multidimensionnel (mais pas le corps).

Je devrais vous faire remarquer que l'exposé selon lequel il y a "sept corps", inventé il y a longtemps par des occultistes, est méthodologiquement erroné. Il serait plus correct de considérer une présence potentielle de l'homme dans toutes les couches multidimensionnelles principales de l'Absolu; c'est ce potentiel qu'on doit réaliser.

Ce concept, d'ailleurs, est décrit dans la Bible en tant que similarité entre l'homme et Dieu — Dieu dans l'aspect de l'Absolu multidimensionnel.

Il peut devenir plus facile de comprendre ce qui est dit ci-dessus si vous regardez le schéma afin d'étudier la structure de l'Absolu.²⁴

Ce schéma n'est pas facile à comprendre, puisqu'il est impossible de représenter entièrement la multidimensionnalité de l'espace sous forme graphique. Afin de le comprendre, on devrait maintenir à l'esprit que chaque couche de multidimensionnalité montrée plus bas sur ce schéma — est en réalité localisée *plus profondément* sur l'échelle multidimensionnelle. Et chaque couche *plus profonde* est plus subtile, comparée à la précédente.

La Demeure du Créateur est située dans *la plus profonde*, c.-à-d., la couche énergétique la plus subtile de la structure multidimensionnelle de l'Absolu. Ainsi, nous devons Le chercher là. En termes de direction méthodologique, ce travail doit consister dans le raffinement de la conscience, qui commence par la maîtrise de sa propre sphère émotive.

Le processus entier d'une telle formation pour nous (incluant, en particulier, l'étude de la théorie, les classes pratiques, et les examens) est conduit par l'Esprit Saint; Il ne laisse personne sans Son aide et attention, et rien ne se produit sans qu'Il ne le sache et le contrôle.

Ainsi que devons-nous faire par rapport à tout ce qui a été dit précédemment? — Apparemment nous devons commencer à nous changer immédiatement: aujourd'hui même!

Comment Devrait-on Comprendre le Mot *Dieu* (Conférence)

Par le mot *Dieu*, nous devons vouloir dire, en premier lieu, le Créateur.

Il y a également le mot *Absolu*, qui signifie multidimensionnellement *Absolument Tout* excepté "la fosse" de l'enfer.

Dans le Christianisme il y a également le concept de la trinité — Dieu le Père, Christ (Fils de Dieu), et l'Esprit Saint.

²⁴ Voir à la fin de ce livre.

Dieu le Père n'est pas un vieil homme assis sur un nuage, comme Il est dépeint sur certaines icônes. Et Il n'est pas un souverain mâle puissant se reposant sur un trône sur une certaine planète. Il n'est pas une femme, ni un être bisexuel. Il est impersonnel.

Il est un agrégat de tous Ceux qui ont autrefois réalisé la Demeure du Créateur — la couche la plus subtile de l'Absolu multidimensionnel — et s'y sont installés pour toujours.

Dieu le Père est un agrégat de plusieurs Consciences Subtiles Parfaites fusionnées en un et demeurant dans l'état de Bonheur éternel le Plus Élevé.

Leur caractéristique principale est la Subtilité la Plus Élevée.

Ceux qui habitent dans la Demeure du Créateur peuvent sortir d'elle avec une partie d'Eux-mêmes afin d'aider les personnes incarnées, en premier lieu. De telles Manifestations personnelles du Créateur s'appellent, dans le sens global, Esprit Saint (Brahman).

L'Esprit Saint et Dieu le Père sont des mots signifiant les états collectifs (non individuel) de Dieu.

Mais dans chaque communication particulière avec l'Esprit Saint, nous interagissons avec des Personnalités Divines, avec nos Enseignants Divins non incarnés.

Les Enseignants Divins, quand Ils viennent à ce monde "manifesté", maintiennent au commencement Leur niveau de subtilité. Quand Ils entrent au paradis, Ils Se densifient légèrement, de sorte que les êtres du paradis puissent les percevoir. Et afin d'être en mesure de communiquer, avec les disciples débutants incarnés, Ils densifient une partie d'Eux-mêmes encore plus — au niveau de subtilité de ces âmes: afin d'être perceptible aux disciples.

Les Enseignants Divins peuvent être vus avec les yeux du cœur par les personnes religieuses avancées — en tant que Manifestations anthropomorphiques (Mahadoubles) se composant de Lumière Divine douce, tendre et subtile blanche-dorée parfois ardente comme du feu, mais jamais brûlante pour les vrais disciples de Dieu.

Les disciples des Enseignants Divins doivent faire tous les efforts afin d'approcher la Demeure du Créateur avec l'aide des méthodes de purification de soi, nettoyant les grossièretés énergétiques avec l'aide des formations méditatives, ce qui inclut l'harmonisation de la conscience avec un Enseignant Divin.

Les disciples qui ont réussi à rester en Fusion avec la Conscience d'un Enseignant (bien qu'ils n'ont pas été encore admis dans la Demeure du Créateur) — ont une certaine expérience d'être l'Esprit Saint.

Parfois, des Enseignants Divins s'incarnent dans des corps humains. Ils font cela comme un service sacrificatoire aux personnes incarnées — pour les aider spirituellement, sauvant les âmes égarées. (Pourtant, ces âmes égarées très souvent torturent et tuent de tels Sauveurs).

Messie, Christ, Avatar — c'est par ces mots que les gens Les désignent dans différentes langues.

Chacun d'entre Eux, S'étant incarné dans un corps humain, continue à vivre avec la Conscience Géante la plus subtile dans la Demeure du Créateur, demeurant une partie intégrale du Créateur. Mais cette conscience est également reliée au corps physique par lequel Dieu essaie d'apporter aux gens incarnés la vérité au sujet de la signification de leurs vies sur Terre et au sujet de la façon dont on doit réaliser cela.

... Pour un disciple de Dieu, réussir à entrer dans la Demeure du Créateur n'est pas un acte irrévocable et instantané, mais un long et dur processus permettant néanmoins une interaction directe très joyeuse avec Dieu, afin de nous habituer à un nouvel état, qui est fondamentalement différent de la vie dans les autres plans. C'est l'acclimatation graduelle dans la "nouvelle demeure", en prendre possession, et acquérir les qualités d'un Messie.

On peut réaliser cela seulement dans la vie monastique.

... Il y a certains cas où des personnes se proclament elles-mêmes (ou d'autres les proclament) un "nouveau Christ" ou "Avatar". De telles situations peuvent être créées, en particulier, par des escrocs en vue de soutirer de l'argent, ou qui désirent se moquer des disciples; cela peut également être créé par la maladie de personnes atteintes de paranoïa ou de schizophrénie.

D'autre part, ce sont les personnes primitives qui essaient souvent de salir les véritables Enseignants Divins.

Par conséquent, il est approprié de définir les critères par lesquels on peut distinguer le premier du second.

Trois sont ces critères:

D'abord la subtilité de la Conscience d'un véritable Enseignant Divin, qui existe sous forme de Cœur Spirituel géant, incapable d'entrer dans des états émotionnels grossiers.

En second lieu, une telle Personne Divine comprend tout ce dont nous discutons ici, et possède un ensemble de méthodes nécessaires aux disciples afin d'atteindre la réalisation de Dieu.

Troisièmement, l'absence d'égoïsme d'un Enseignant Divin; remplacé par un Dieucentrisme, ce qui implique en particulier, vivre et agir pour l'Évolution Divine et non pas pour l'intérêt personnel de soi ou d'un petit groupe de personnes.

* * *

L'essence de tout ce qui a lieu dans l'univers est l'Évolution de l'Absolu.

Ce processus est guidé par le Créateur. Par Son contrôle, dans différentes parties de l'espace universel infini, des morceaux de matière primitive (prakriti) commencent à former le protoprakriti. Alors pendant une longue période des processus se produisent en eux, créant les conditions propices à l'apparition de la vie dans des corps organiques. Ensuite vient l'étape de l'incarnation de minuscules particules de protopurusha dans de minuscules particules de matière... Les organismes unicellulaires sont formés, puis — les multicellulaires...

Contrôlant les processus de mutations génétiques, le Créateur crée des organismes d'une complexité plus élevée. Alors apparaissent les plantes, les animaux et les humains...

Les morceaux de purusha se développant sont incarnés par Dieu dans des corps organiques de plus en plus complexes capables de reproduction... Grâce à cela, ils se développent en taille, les formes de leurs expériences de vie deviennent plus complexes, incluant le comportement. Les animaux développent la sphère émotive, la mémoire, la capacité de penser créativement... Certains oiseaux par exemple, manifestent des capacités esthétiques remarquables et font preuve d'imagination en créant leurs nids et démontrent également un modèle parfait d'attention et de dévouement en protégeant leurs petits — il serait bon que certaines personnes apprennent d'eux!... Le niveau intellectuel des représentants des mammifères est plus élevé que celui de plusieurs personnes... y compris de ceux qui nient que les animaux ont un intellect et sont capables d'aimer et de souffrir...

Chacun de nous humains, avons été dans le passé, plantes, animaux et plusieurs autres espèces biologiques...

Et maintenant, nous devons nous comporter soigneusement envers les plantes et les animaux — comme envers des personnes, en devenir, sans leur nuire, mais au contraire, les aider...

Nous ne devons pas les tuer ou les mutiler en vain; les animaux ne vivent pas ici pour être tués par nous pour de la nourriture...

Ils vivent comme nous, humains, pour le processus du développement des âmes s'étant incarnées dans des corps physiques, dans le processus commun de l'Évolution de l'Absolu; ils sont Ses particules — comme nous le sommes...

... L'étape la plus élevée de l'évolution des corps organiques sur Terre est le corps humain...

Et l'étape suivante du développement de l'être humain (pas en tant que corps, mais en tant qu'âme, conscience) est Dieu dans l'aspect du Créateur.

... Nous nous incarnons dans des corps humains plusieurs fois. La chose la plus difficile pour nous est de développer la fonction intellectuelle de la conscience au niveau où l'on devient capable de comprendre complètement et de réaliser dans la vie tout ce que nous discutons ici. La majorité des personnes s'avèrent être incapables de même penser à cela... et s'ils essaient — ils se prennent immédiatement dans des sectes où le salut est promis comme récompense par la répétition de certaines prières, ou pour la participation à certains rituels...

... Qu'est-ce qui contribue au développement de l'intellect? — C'est l'étude dans des établissements d'éducatons, différents travaux industriels et scientifiques, l'apprentissage personnel dans tous les domaines de la connaissance qui sont les plus significatifs pour la croissance spirituelle; c'est également l'aide donné aux autres afin de maîtriser tout cela.

Qu'est-ce qui empêche le développement de l'intellect? Une vie paresseuse, l'utilisation d'alcool et autres drogues, qui détruit l'âme, la vie dans des états émotifs grossiers qui fait en sorte que les personnes sont "attachées" à l'enfer...

Après avoir grandi dans une série de plusieurs incarnations passées à l'état humain, plusieurs personnes vont plus loin non pas vers le Créateur, mais dans la direction opposée. Et ils finissent dans *l'obscurité extérieure* — l'enfer; alors, ils "descendent de nouveau" au niveau de protopurusha — étant détruit comme âmes... C'est de cette information que l'image des âmes de pécheurs brûlées par les flammes de l'enfer a été formée.

Les autres personnes — les meilleurs! — gagnent pour eux-mêmes la Demeure du Créateur. Ils continuent la Vie Éternelle dans le Bonheur le Plus Élevé, dans un Amour actif et créatif orienté vers les dignes disciples de Dieu — partout où ils peuvent être dans l'univers entier.

Religion — Mouvements Religieux et Écoles (Conférence)

Le mot *religion* est traduit du Latin en tant que “Fusion avec Dieu” ou en tant que “Chemin menant à une telle Fusion”.

Tous les mouvements religieux créés par Dieu parmi les hommes ont été créés par Lui avec ce but.

Pourtant avec le temps ces mouvements deviennent pervertis par les personnes — jusqu'à leur total opposé — parce qu'ils ont été dirigés non pas par de véritables adeptes spirituels, mais par des primitifs agressifs et égoïstes, qui ont saisi le pouvoir en eux.²⁵ Ces organisations, conçues et établies par Dieu, ont été converties par les gens en sectes.²⁶

Mais dans plusieurs pays, il y eut également des héros qui ont connu le Créateur et L'ont servi en s'opposant au mal des perversions religieuses.

Les fanatiques de ces sectes ont très souvent persécuté et tué de tels héros. Cependant, bon nombre d'entre eux sont parvenus à créer des Écoles spirituelles et ont aidé bon nombre de bonnes âmes à approcher le Créateur.

Et maintenant dans plusieurs pays, il existe ou apparaissent de nouveaux chefs religieux qui créent leurs organisations religieuses.

Ces organisations sont différentes cependant. Et on ne peut pas dire que toutes vont dans la bonne direction, bien que très souvent leurs dirigeants réclament qu'ils soient guidés par Dieu et qu'ils entendent ses directions et les suivent... Pourquoi alors sont-elles si différentes? Quelle en est la raison?

... Nous avons déjà dit que les personnes d'une même société vivant au même moment peuvent différer beaucoup. Parmi eux toujours:

²⁵ Voir [9].

²⁶ Les sectes sont des associations religieuses qui ont dévié dans leur vision de la vraie connaissance suggérée aux hommes par Dieu.

— la majorité sont des âmes psychogénétiquement jeunes,

— il y a une certaine fraction de personnes (qui dépendent sur les traditions culturelles dans l'environnement social actuel) qui se livrent aux vices; de telles personnes se préparent pour l'enfer; elles sont des "pertes" de l'Évolution; comme nous en avons déjà discuté, les gens se préparent pour l'enfer principalement en cultivant en eux-mêmes les états émotifs grossiers: attitude hostile envers les autres, haine, colère, irritation; les toxicomanes et les alcooliques dégènèrent également,

— dans chaque pays, il y a également un certain nombre de personnes qui sont mentalement aliénées de naissance; elles peuvent être des incarnations d'âmes qui dans leurs vies passées étaient des alcooliques ou d'autres toxicomanes; elles naissent par des parents avec des destins défavorables (qu'ils ont formé eux-mêmes),

— il y a les gens avec un niveau moyen et élevé de développement intellectuel, travaillant plus ou moins avec succès dans divers genres d'activité sociale,

— et il y a ceux qui ont déjà passé ces étapes du développement de la conscience, qui leur permettent dans cette incarnation d'approcher la Divinité ou même de l'atteindre.

La religiosité de ces groupes de personnes dépend de tous ces facteurs.

Par exemple, j'ai connu une secte dont les disciples développaient intentionnellement en eux-mêmes la capacité à détester intensivement — pour gagner de la puissance sur les personnes...

Un autre groupe semblable de "sorciers" avec le même but "se chargeaient" eux-mêmes sur des *lieux de puissance* négatifs avec de l'énergie diabolique...

Il y a également certaines sectes et certains groupes créés par des obsédés sexuels qui déguisent leur activité en tant que travail spirituel.

Il y a des écoles "de psychologie moderne" créées par des personnes diaboliques, qui aiment humilier et se moquent des personnes. Ces monstres justifient leur activité par la nécessité de détruire l'individualité inférieure de leurs victimes...

... Si nous voulons considérer un niveau plus "décent" de sectarisme, alors on peut mentionner des erreurs méthodologiques typiques comme la mauvaise compréhension de la localisation, de la structure et des fonctions des chakras; mettre son attention seulement sur les chakras inférieurs ou

supérieurs; l'exercice nocif d'assigner des couleurs aux chakras selon les couleurs de l'arc-en-ciel; de faux avis au sujet des méthodes de travail avec la kundalinî, qui est située prétendument dans le coccyx; adoration de fantaisies astrologiques, prendre comme "enseignants" des esprits et "des extra-terrestres" — au lieu de l'Esprit Saint, etc.

... Afin de passer de la description des phénomènes négatifs dans l'environnement pseudo-religieux — à ceux positifs, considérons ce qui est vraiment judicieux de développer en soi afin d'approcher le But final le Plus Élevé:

— Nous avons déjà discuté de la nécessité du développement de l'intellect. Il est très important d'accumuler autant de connaissance scientifique que possible — en particulier dans les domaines de la médecine, bioénergie, psychologie fondamentale, ethnographie, astronomie, sur l'histoire du développement de la pensée religieuse philosophique. On doit connaître également les aspects politiques. Après tout, notre étude spirituelle est prévue pour notre croissance à la Divinité. Et on ne peut pas réaliser cela par les seuls exercices méditatifs: on doit tâcher d'approcher la compétence Divine dans tout ce qu'il y a de plus important! Et cela exige une grande vue d'ensemble!

— C'est très important de maîtriser une communication harmonieuse avec la nature. Afin d'apprendre à aimer le Créateur, on doit maîtriser d'abord l'amour pour Sa Création avec toutes ses créatures. Et cela ne peut être fait dans des chambres, des musées, des laboratoires ou des temples. Au contraire, c'est dans les paysages et espaces naturels harmonieux avec diverses manifestations de la vie — si on a une attitude correcte (c'est à dire attentionnée, aimante), envers ceux-ci — que cela peut être accompli naturellement et facilement.

— La bonne santé est également importante: la pureté de la conscience et sa croissance quantitative ne sont pas possibles sans une bonne santé du corps. Par conséquent, on doit nécessairement étudier et suivre les principes d'une vie saine — en ce qui concerne la nutrition, tempérer le corps, faire attention à la manière correcte de vêtir le corps et de le traiter contre la plupart des maladies communes.

— Acquérir des talents dans les arts sous ses différentes formes — dans la musique, la danse, la peinture, la photographie, etc. — est important dans le travail du raffinement de la conscience.

— La force du corps, développé par le travail physique et l'entraînement sportif, est favorable pour l'accumulation de puissance par la conscien-

ce subtile. Il est également très utile de maîtriser les arts martiaux — afin de ne pas être effrayé au contact des représentants des déchets humains. Cependant, un enthousiasme excessif dans les arts martiaux ne peut pas être considéré comme une bonne qualité sur le Chemin spirituel: le Chemin spirituel est le Chemin de l'amour plutôt que de l'agression!

— Les aptitudes à l'autorégulation psychique comprenant la capacité de détendre le corps et l'esprit, de déplacer la concentration de la conscience dans le corps (en particulier, dans les chakras et les méridiens principaux) et ensuite en dehors du corps — sont essentielles afin d'avoir du succès dans le travail spirituel.

— Tout ce qui est énuméré ci-dessus est nécessaire. On ne peut pas réussir sans cela. Cependant, la chose la plus importante est de se développer comme cœur spirituel — l'organe de l'amour sincère. Après tout, "Dieu est Amour"! Alors, afin de l'approcher, on doit se transformer en Amour. En d'autres termes, on doit s'habituer à vivre constamment en état d'amour — y compris pour ceux qui vous attaquent, torturent et tuent votre corps!

— Il est également important d'avoir la connaissance correcte au sujet de Dieu, au sujet de la signification de nos vies et les voies pour sa réalisation. Le travail d'aucune organisation religieuse ne peut être efficace sans former dans ses disciples l'attitude envers Dieu en tant que Vrai Enseignant Principal de Vie, en tant que But que nous devons connaître, en tant qu'Objet principal d'Amour.

* * *

... Et une dernière chose: comment peut-on distinguer les vraies prophéties provenant de Dieu — et les plaisanteries et moqueries des habitants de l'enfer ou autres esprits?

Pour les disciples de Dieu spirituellement très avancé, ce n'est pas difficile: ils *voient* avec les yeux du cœur leurs Interlocuteurs Divins et conversent facilement avec Eux. Des Enseignants Divins ne peuvent pas être confondus avec quelqu'un d'autre: Ils sont des Consciences géantes des plus subtiles. Et même Leurs couleurs comme Conscience sont également opposées à celles des habitants de l'enfer: la couleur des premiers est d'un tendre blanc-doré; la couleur des seconds est d'un noir grossier.

Pourtant, les mystiques débutants qui n'ont pas appris à s'adapter à la subtilité Divine deviennent souvent confus en cette matière.

Ainsi y a-t-il des critères afin de distinguer l'information de ce type si on ne peut pas voir directement sa source? La réponse est oui.

D'abord, Dieu ne suggère jamais à personne de faire quelque chose qui pourrait faire du mal aux autres.

En second lieu, Dieu parle au sujet de la façon dont on peut s'approcher de la Perfection, comment aider les autres en cela. Les diables et les démons disent des beaux mots, mais sans signification et nous incitent à faire des gestes éthiquement inadéquats et idiots. Dieu ne fait également jamais aucune prédiction exceptée pour des situations concrètes: par exemple, n'aller pas à cet endroit avant telle date, avant le temps sera mauvais...

En outre, Dieu n'encourage jamais des désirs malsains comme essayer d'obtenir la richesse.

Il aide seulement à exécuter ce dont Il a besoin dans Son Évolution.

Les passions terrestres des personnes peu sages sont encouragées seulement par ces êtres non incarnés qui ont vécu dans de tels désirs et sont compétents en cette matière...

L'étroit Chemin vers le But le Plus Élevé (Conférence)

Jésus a suggéré d'aller au Créateur par "la porte étroite", "l'étroit chemin", car "larges sont la porte et le chemin, qui mènent à la destruction" (Matt 7:13-14).

Quel est ce *Chemin étroit*?

C'est le chemin monastique.

Et la voie monastique implique l'attachement complet à un seul but: connaître le Créateur et aider les autres en cela.

Comment peut-on distinguer un moine d'une autre personne?

Non pas par les vêtements! Et pas par des noms étrangers ou anciens!
Pas par le nombre de prosternations et autres mouvements corporels!

... Regardons: ce que les personnes en général appellent *le travail*?

C'est, en premier lieu ce pour quoi l'on reçoit de l'argent!

Cependant pour un vrai moine *le travail* signifie ce qui doit être fait *pour Dieu*.

En d'autres termes, les premiers travaillent d'abord pour eux. Tandis que dans le cas du dernier, le vecteur de la direction des efforts est à l'opposé: les moines ne travaillent pas pour eux-mêmes (ou pour un petit groupe de personnes), mais pour le bien des autres — dans le processus général de l'Évolution positive de la Conscience Universelle.

“Soyez parfaits comme votre Père Céleste est parfait” — c'est le but donné par Jésus-Christ auquel chaque moine doit aspirer!

Naturellement, afin de réaliser cette tâche on doit avoir une méthodologie générale de développement spirituel et des méthodes concrètes, que nous décrivons dans ces conversations.

... Nous avons déjà discuté que le travail spirituel se compose de deux étapes principales: les exotériques et les ésotériques.

La partie exotérique se compose de deux composants:

— étudier et accepter entièrement le concept du Chemin suggéré par Dieu.

— transformation initiale éthique de soi, en accord avec Ses Enseignements.

Je parle de transformation *initiale* éthique parce qu'on ne peut pas effectuer tout ce travail tout d'un coup: le travail du perfectionnement éthique continue jusqu'au bout du Chemin menant à la Demeure du Créateur.

... Dans les circonstances habituelles, les gens depuis leur enfance sont souvent mêlés dans un environnement religieux (ou athée) qui domine dans la région où ils vivent, ou dans ce que leurs parents suivent. Et très souvent, cette situation n'est pas bonne.

Et c'est seulement en devenant intellectuellement mature que nous commençons à comparer différents concepts philosophiques et religieux, tentant de comprendre les raisons de leurs différences et plus tard dans cette recherche en venir à comprendre leurs origines.

Seulement alors, marcher le véritable *Chemin étroit* nous devient possible.

... Très peu de gens trouvent des écoles spirituelles saines au commencement de leur recherche et évitent une longue et parfois douloureuse recherche de la vraie direction dans laquelle faire des efforts spirituels...

Après cela, on commence habituellement à lutter pour le droit d'être différent de la majorité des personnes, qui se sont perdues et coincées dans les vices.

À ce stade, certains laissent tomber n'étant pas capable de supporter les conflits et les persécutions. Ils choisissent de vivre une vie sécurisante "comme les autres"; ils ne veulent pas vraiment aller au Créateur.

Mais d'autres montrent un grand héroïsme et s'assurent de bonnes destinées futures pour eux-mêmes. Nous pouvons trouver de tels exemples d'héroïsme parmi les premiers Chrétiens, parmi les victimes de l'inquisition, parmi les premiers Musulmans et plus tard parmi les Baháís et les Sikhs qui se sont opposés aux déviations de l'Islam.²⁷

Moi, aussi, ai dû résister à des persécutions politiques et menaces de punition physique. J'ai subi une attaque de primitifs agressifs, ce qui m'a donné une expérience valable de deux décès cliniques.²⁸ J'ai supporté toutes ces épreuves et ai continué à marcher — le long du *Chemin étroit*. J'ai aidé plusieurs personnes dignes (et espère en aider plusieurs autres).

... Aux étapes exotériques du Chemin, Dieu teste les chercheurs spirituels par diverses difficultés matérielles et oppression de par les personnes incapables de les comprendre. Aux stades initiaux des étapes ésotériques, ils sont souvent amenés à subir des épreuves mystiques: par exemple, des attaques énergétiques de diables incarnés et non incarnés. Ici, les chercheurs sont testés avec la peur mystique. S'ils cèdent à elles et abandonnent; cela signifie qu'ils n'ont pas l'amour mature pour le Créateur, que cet amour n'est pas encore devenu un dominant immuable et ferme en leurs vies.

Car "il n'y a aucune crainte dans l'amour; l'amour parfait enlève la peur... Celui qui craint n'est pas fait parfait dans l'amour" (1 Jean 4:18).

Nous pouvons surmonter la peur en nous accrochant plus fort à nos Enseignants Divins et en comprenant que ce sont Eux Qui ont créé ces difficultés — pour le bien de Leurs disciples. Et ils nous observent ensuite — pour voir comment nous les surmontons.

En cela, il y a une manifestation de Leur Amour Divin; Ils cherchent juste à nous aider à devenir Parfaits.

Mais sans surmonter de telles difficultés, cela est impossible.

²⁷ [9, 42, 58].

²⁸ [7, 14].

* * *

Ensuite, les chercheurs impatients de connaître le Créateur doivent se développer en tant que cœurs spirituels qui ne peuvent être contenu dans le corps physique, mais que l'on doit raffiner et développer encore davantage. Alors, ils apprennent à se déplacer en tant que cœurs spirituels dans les plans multidimensionnels les plus subtiles de l'Absolu et s'accoutument eux-mêmes à ces plans, un à un — jusqu'à la Demeure du Créateur.

Le Créateur est *le Cœur de l'Absolu*. Le processus de l'avancement spirituel peut être décrit comme devenir graduellement *semblable à Lui*.

Pensons-y tous encore une fois: en quoi cela consiste-t-il?

... Idéalement on doit connaître complètement la structure de l'Absolu. Cela peut être fait seulement par un cœur spirituel développé à la taille cosmique. En Âmes Géantes se composant d'énergie d'Amour transparent et débordant se mouvent facilement dans l'espace multidimensionnel. Elles le font à l'aide des bras de la Conscience.

On peut maîtriser la pratique de cela plus facilement sur des *lieux de puissance* correspondants. On doit juste savoir comment l'exécuter.

Les Guerriers Spirituels Qui ont connu et maîtrisé tous les plans de l'absolu se déplacent librement le long du parcours entier de l'échelle de la multidimensionnalité. Ils infiltrent facilement tous les plans: de la frontière de l'enfer — aux profondeurs de la Demeure du Créateur.

Le critère de succès de l'établissement dans la Demeure du Créateur est la capacité de briller *de l'intérieur de celle-ci avec le Soleil de Dieu*.

Seulement la pleine réalisation de ce qui a été dit précédemment peut être considérée comme l'accomplissement du Chemin de la réalisation spirituelle de soi, ou en d'autres termes, — réalisation de Dieu, pleine Illumination, accomplissement du Nirvana le plus élevé qui apporte le plus haut Samadhi.

On ne peut décrire plus en détail ces étapes complexes du développement spirituel dans une conférence ou dans un livre. Elles ne peuvent également pas être maîtrisées sans l'aide d'un Enseignant Divin. Ce sont les Enseignants Divins qui nous montrent "l'escalier" *du Chemin étroit*. Ils expliquent où faire un pas sur cet "escalier" et comment se comporter dans l'espace universel qu'on commence à connaître pour la première fois.

De cette façon, l'homme devient Dieu, ayant fusionné dans l'Océan universel de l'Amour le plus Subtil du Créateur. L'énergie de la kundalinî d'une telle personne est "libérée" et fusionnée avec le Créateur; il n'y a

plus aucun chakra dans le corps — sous leur forme habituelle; il y a seulement le Cœur Spirituel illimité dans la Demeure du Créateur. Tout le meilleur, le plus subtil est extrait à partir des dantyan supérieurs et inférieurs et fusionnés avec le Créateur. Le corps, uni à Lui, continue à vivre sur la Terre, et cela permet — de la manière la plus facile! — la communication aux gens de la connaissance au sujet du Chemin.

... D'ailleurs, j'ai été invité à parler au sujet du travail avec la kundalinî. Notre prochaine conversation sera dédiée à cela.

Atman et Kundalinî (Conférence)

Le mot *Atman* (prononcé *Atma* en Sanskrit) est interprété comme *l'essence principale* de l'homme, le Soi Supérieur. Le *A* dans ce mot est une négation. *Tma* signifie *obscurité*. Le mot *tamas* — *ignorance, obscurité spirituelle* — a la même racine. Par conséquent, *A-tma* ou *Atman* signifie *l'opposé d'obscurité, brillant*.

Essentiellement, Atman est la meilleure partie Divine de notre organisme multidimensionnel.

Atman est le Feu Brahmanique quand nous devenons ce Feu, et l'énergie Atmique de la kundalinî — le précieux contenu du "coffre-fort", où le meilleur de nous, que nous avons accumulé dans toutes nos vies antérieures, est stocké.

... Il s'avère que chaque fois que l'homme s'incarne dans un corps, ce n'est pas l'âme entière qui s'incarne, mais seulement la partie qui exige une correction et une amélioration. Cependant, Dieu sauve le meilleur d'elle, c.-à-d. ce qui a été consolidé sur le fond de l'émotion d'amour tendre, à l'intérieur de ce "coffre-fort". Néanmoins, la kundalinî demeure toujours une partie de l'organisme multidimensionnel humain et participe à sa vie active.

La nourriture matérielle ordinaire que nous mangeons est employée par l'organisme pour la croissance et le renouvellement des cellules du corps, mais elle fournit également: a) l'énergie pour le bon fonctionnement des muscles, du système nerveux, des glandes et autres besoins du corps, b) l'énergie emmagasiner dans l'organisme sous forme de liens biochimiques spéciaux au niveau moléculaire, c) l'énergie pour les chakras

et autres structures énergétiques, et d) l'énergie pour la croissance de la conscience.

Par conséquent, la croissance qualitative et quantitative de la conscience individuelle est assurée, d'une part, par la qualité et la quantité de nourriture matérielle et d'autre part par l'intensité et la qualité de vie (c'est à dire spirituelle ou non spirituelle, dans la signification vraie de ces termes).

À la fin du monde, toutes les kundalinî deviennent fusionnées dans la Conscience du Créateur. Mais les âmes qui n'ont pas réussi à s'unir avec l'Atman à ce moment-là sont désintégrées à l'état de protopurusha.

Revenons à la transformation de l'énergie. Nos corps sont comme des usines où la transformation des énergies "matérielles" en énergie de la conscience a lieu. Mais la qualité de la conscience qui grandit dépend principalement de l'état émotif dans lequel nous vivons: des plus subtils — par opposition à ceux "gris" ou "noir" (grossiers).

Comme nous pouvons voir d'après ce qui a été dit précédemment, Dieu "s'alimente", "s'accroît" et évolue grâce à la transformation de la nourriture dans nos corps, qui ont été créés par Lui de l'akasha. L'énergie produite dans nos corps à partir de cette nourriture se transforme idéalement en énergie Atmique, qu'Il "absorbe" en Lui. Par cela, le rôle *de la création du monde* et la place que tous les êtres vivants y compris de nous humains, avons à l'intérieur de Son Évolution, devient clair une fois pour toutes.

Ainsi, si nous aimons Dieu — prenons une partie active dans ce processus! Et, comme nous pouvons voir, il convient d'exprimer l'amour pour Dieu non pas en mendiant quelque chose devant des icônes, mais en augmentant notre potentiel Atmique en vivant activement émotivement en amour.

... Les ressources de la kundalinî des personnes diffèrent. Elles dépendent du nombre et de la qualité des vies que nous avons déjà vécues, aussi bien que sur la façon dont nous avons vécu celle-ci.

Notre kundalinî existe habituellement dans l'akasha à l'intérieur du corps de notre planète.

Les échos de la connaissance au sujet de la kundalinî ont donné naissance aux mythes que chaque personne a une âme sœur, dont la rencontre est ce que chacun rêve de faire.

La kundalinî est reliée au corps de chaque homme par un canal spécial d'énergie qui entre dans le corps à partir de la partie avant du chakra muladhara. La kundalinî participe à l'activité de l'organisme de diverses manières, comprenant le réapprovisionnement de la partie incorporée de

la conscience. Plus grande est la kundalinî, plus riche est son potentiel spirituel et en sont les expressions spirituelles.

Mais étant Divine (identique à l'énergie du Créateur par sa qualité), l'énergie de la kundalinî est encore individualisée. Elle est comme une goutte qui n'est pas encore fusionnée avec l'Océan de la Conscience Primordiale.

Quand l'homme mûrit dans une série d'incarnations jusqu'à l'étape où l'incarnation courante peut devenir la dernière et quand tous les défauts de la partie incarnée de la conscience sont éliminés — le moment vient où la kundalinî peut être apportée jusqu'au corps, être augmentée par lui, et être fusionnée avec la partie restante de la conscience. Après cela, on doit s'absorber avec la kundalinî dans Paramatman (c.-à-d. dans le plus Haut Atman, dans l'Océan de la Conscience Primordiale Universelle du Créateur dans Sa Demeure).

* * *

L'accumulation de la kundalinî d'une personne a lieu seulement quand lui ou elle sont en état émotif d'amour tendre. C'est ce que Dieu veut des personnes. Ce sont les états dans lesquels Il veut que nous vivions. Par exemple, Jésus a enseigné: "Je vous donne un nouveau commandement, que vous vous aimiez les uns les autres!" (Jean 13:34), "Et plus que toutes choses, aimez-vous entre vous!..." (1 Pierre 4:8), "Bien-aimé, aimons-nous les uns les autres!..." (1 Jean 4:7), "aimez-vous fraternellement les uns les autres!" (Rom 12:10).

Où pouvons-nous éprouver des états comme ceux-ci? D'abord — dans les rapports sexuels harmonieux, rempli de tendresse, qui sont inspirés par la compréhension que c'est l'harmonie subtile et pure de l'amour, que Dieu veut de nous, que c'est une partie importante du Chemin menant à Dieu, et que par cela nous nous enrichissons non seulement nous-mêmes, mais également Lui. Nous apprenons également comment aimer quand nous prenons soin de nos enfants avec joie et tendresse, ou quand nous nous harmonisons à des oeuvres d'art subtiles remplies de tendresse.

Les gens qui sont devenus établis dans ces états, plus tard se montrent capables d'éprouver l'intense bonheur de la communication directe avec Dieu.

Ces états, collectivement appelés *sattviques*, sont les états dans lesquels Dieu veut que nous vivions — car c'est en eux que nous pouvons nous accroître directement (en tant que conscience), nous préparant à la Fusion entière avec Lui, participant directement à Son Évolution.

Tous nos états opposés (ils s'appellent *tamas*) ne contribuent pas à cela et ne sont pas ainsi agréables pour Lui. Et en les cultivant nous nous transformons en "déchets de l'Évolution" et nous destinons à vivre dans la "fosse" — l'enfer — indépendamment que nous soyons membre d'une organisation religieuse particulière et de notre ferveur à exécuter ses rites et "sacrements".

... Il est révélateur que l'agressivité et la violence soient typiques des personnes qui appartiennent au *tamas guna*; elles ont un désir ardent de rendre toutes autres personnes semblables à elles-mêmes.

Cela donne naissance aux guerres "saintes", à la propagation de l'alcoolisme et à l'alimentation à partir de corps d'animaux, à la désacralisation de la beauté et de la valeur des relations sexuelles.

Où regardez les règles "religieuses" qui exigent aux gens d'entrer dans un mariage "légitime" "aveuglement", sans étudier la compatibilité sexuelle avec le partenaire en premier lieu.

Mais les gens diffèrent nettement par leurs dispositifs sexuels! Et les compatibilités à cet égard sont plutôt rares! Et la majorité des conjoints dans les mariages "religieux" en souffrent plutôt et se torturent entre eux dans une absence d'harmonie sexuelle...

Mais les sectes interdisent les divorces...

Et maintenant, regardons — ce que Dieu veut?

... Le *sattva guna* (état *sattvique*) — est l'état, dans lequel Dieu nous appelle tous à vivre.

Le *guna sattva* est le bonheur!

Et l'état de Dieu est également le bonheur!

Ceux qui se sont habitués au bonheur sur Terre — entre facilement dans le Bonheur du Créateur.

Cependant, le processus d'entrée dans la Demeure du Créateur exige des efforts supplémentaires. L'état *sattvique* ne doit pas devenir pour nous un "piège"; puisqu'il peut nous apaiser avec un bonheur dans ce monde et nous inciter à renoncer à faire des efforts afin de connaître activement le Créateur dans Sa Demeure, d'y entrer et Fusionner là avec Lui.

Oui, si nous nous accroissons (comme conscience), vivant dans les états d'amours les plus subtils et "alimentant" les "fournaises" de nos corps avec la nourriture appropriée à la Voie spirituelle — qui est *sans-tuer* et qui ne contient pas d'alcool, drogues et autres toxines, est riches en

vitamines, en protéine et microéléments — dans ce cas-ci, nous accomplissons avec succès notre *plan minimum* individuel face à Dieu.

Mais il y a également un *plan maximum* pour nous. Il implique que nous essayons de perfectionner cette partie de nous-mêmes (*jiva*) qui vit dans le corps indépendamment de la kundalinî. Alors, nous pourrions entrer en Lui avec tout notre être, en maintenant une conscience totale, et ensuite aider d'autres personnes incarnées du niveau Divin le plus élevé, comme les Enseignants Divins qui sont fréquemment mentionnés dans ce livre le font.

Mais retournons de nouveau au travail avec la kundalinî.

Le terme, *élever la kundalinî* bien connu dans la littérature yogique et occulte, dénote la méthode afin d'amener cette énergie au corps et de la faire circuler à l'intérieur de celui-ci.

Le mot *kundalinî* signifie serpent. L'origine de ce terme deviendra claire en parlant davantage à ce sujet.

Nous avons déjà discuté que la kundalinî peut être amenée au corps seulement par un Enseignant Divin. Mais les étapes suivantes du processus sont conduites avec la participation de l'aspirant.

Ici, Dieu éprouve une difficulté, au sujet de laquelle Il dit Lui-même qu'il manque de connaissance au sujet du travail avec la kundalinî, que les gens l'ont perdue en raison de l'ignorance qui règne sur Terre.

C'est pourquoi le travail avec la kundalinî maintenant peut être effectué seulement dans de rares écoles spirituelles qui ont atteint un haut niveau de compétence.

Je veux aussi mentionner que toutes tentatives de "réveiller la kundalinî", par exemple, en frappant le coccyx sur le sol, ce qui est recommandé par divers pseudo-gourous, n'a rien à voir avec la vérité. (Ils croient que la kundalinî est stockée dans le chakra muladhara qu'ils pensent être située dans le coccyx. Mais en réalité ni le chakra muladhara ni la kundalinî n'ont une relation quelconque au coccyx). Des tentatives semblables ne peuvent avoir comme conséquence que des troubles bioénergétiques ou mentaux.

... Ainsi, Dieu apporte la kundalinî au corps d'abord à Ses disciples dignes. (Je veux dire une kundalinî développée à une taille de plusieurs kilomètres).

Ensuite, un fin travail de conduire la kundalinî par le corps devrait commencer.

Les préalables à ce genre de travail sont une propreté et un développement parfait de toutes les structures énergétiques nécessaires de l'organisme: les sept chakras, sushumna, chitrini, les méridiens avant et du centre, aussi bien que les capacités développées de clairvoyance de l'aspirant.

Le processus *d'élévation de la kundalinî* prend habituellement plusieurs jours, un mois ou plus. (Bien que l'utilisation *de lieux de puissance* spéciaux peut aider à raccourcir ce processus de manière significative).

L'exercice *d'élévation de la kundalinî* est exécuté dans la position horizontale du corps et répété plusieurs fois.

Chaque fois, le passage de la kundalinî à l'intérieur du corps est initié par le praticien: lui ou elle atteignent avec une main de la conscience par le chakra muladhara la kundalinî, qui a été apportée au corps, comme si il ou elle remue la tête du serpent qui est enroulé là. Alors, l'énergie de la kundalinî commence à traverser le corps, le lavant et le purifiant avec la puissance Atmique, guérissant les défauts restants. L'aspirant, comme un hôte hospitalier, doit laisser l'énergie circuler par un méridien particulier dans tous les chakras et tous les segments du corps.

Lors du passage dans le corps, la kundalinî se répand en dehors par le chakra sahasrara et se concentre au-dessus de la tête. On devrait apprendre à devenir un avec cette énergie en fusionnant avec elle à l'intérieur de cette accumulation. De cette façon, nous nous accoutumons à vivre dans l'état de subtilité Atmique.

L'énergie Atmique de la kundalinî, amenée de cette façon à travers le corps, se répand alors dans le Paramatman (l'Atman Divin le Plus Élevé, *le Cœur de l'Absolu*). Ainsi, le praticien se déplace là — avec une partie très significative de lui.

Servir Dieu (Conférence)

Chaque enfant après être né commence inévitablement à apprendre... l'égoïsme. Cela se produit parce que les enfants ne peuvent rien faire eux-mêmes; tout est fait pour eux par d'autres. C'est inévitable...

Mais ensuite, les enfants grandissent... Et à cette étape, l'éducation correcte doit inclure le sevrage des dominants égocentriques et leur enseigner le souci des autres...

... On peut observer des exemples amusant dans le comportement des animaux, par exemple, les jeunes corneilles adultes qui ont grandi.

Le bébé corneille, le corps déjà de la taille des parents, demande de la nourriture encore et encore à leurs parents! Les parents fatigués sont désespérés:

“Nous n’avons plus de nourriture! Que pouvons-nous faire?! Nous avons volé partout au-dessus du voisinage! Nous sommes nous-mêmes affamés! Tu devrais chercher de la nourriture toi-même: tu as grandi!”

Finalement, les parents parviennent à trouver de la nourriture. Ils l’apportent et la dépose devant l’enfant. Et que fait l’enfant? La mange? Non! Il pleure encore plus fort: exigeant que les parents prennent la nourriture sur le sol et la lui dépose dans sa bouche!

... Un autre cas. Des gens ont apprivoisé un bébé corneille. Il est devenu grand, de la taille d’une corneille adulte. Ces gens avec précaution mettent des morceaux de pain dans sa bouche: il a un grand bec et peut mordre et faire mal! Parfois les morceaux de nourriture tombent hors de son bec... Le bébé corneille, au lieu de les prendre du sol, exige dans sa langue de corneilles: “Vous l’avez mal mise! Dois-je me pencher vers elle?”

... Mais comme le temps s’écoule, ses besoins l’inciteront à chercher la nourriture lui-même et à se pencher vers elle... Alors, il aura ses propres enfants... Et ses enfants iront à l’école où ils apprendront à prendre soin des autres, l’école de l’altruisme...

... Dans le cas des personnes, cela se produit de manière semblable. Mais la bonne ou la mauvaise éducation joue ici un rôle plus important.

Souvent on peut observer l’égoïsme total chez des personnes adultes!... Même chez ceux... qui sont “croyants”...

Cependant, le vrai amour dans lequel Dieu veut nous voir est à l’opposé *de vouloir quelque chose pour soi*; l’amour n’est pas vouloir pour soi passionnément!

Le vrai amour, qui seul est accepté par Dieu, implique de faire le bien aux autres, aider les autres dans tout ce qui est bon, se sacrifiant pour le bien des autres!

Les personnes totalement égoïstes le comprennent tellement mal que même dans les actions altruistes des autres elles essayent d’y voir seulement l’égoïsme, cherchant toujours une raison d’être irritée, de condamner, d’avoir de la haine... De telles personnes ne peuvent pas comprendre Dieu. Et ne peuvent pas L’approcher...

* * *

Comment les gens comprennent-ils le service à Dieu?

Certains pensent que “de servir Dieu” signifie d’appartenir simplement au clergé d’une certaine confession religieuse. D’autres pensent plus profondément et recherche à servir en participant dans des prières et des méditations communes. Et certains même dansent et chantent en l’honneur de Dieu.

Mais Dieu veut que nous fassions beaucoup plus.

En particulier, Jésus-Christ et d’Autres Enseignants Divins²⁹ nous édifient en nous faisant comprendre que l’on doit regarder le service à Dieu comme service à tous, d’aider tous dans tout ce qui est bon. Et on doit aider non pas pour son propre bénéfice, mais pour celui de ceux que l’on aide; ils peuvent être des gens, des animaux, ou des plantes. Aussi on doit voir derrière tout cela l’intérêt de Dieu.

Afin de pouvoir comprendre cela, comprendre également comment faire la distinction entre les bonnes actions et celles semblant être bonnes, on doit essayer de regarder les situations du point de vue du Plan stratégique global du Créateur. À savoir, nous devons comprendre l’essence du Processus Évolutionnaire universel et trouver notre place en Lui.

Et alors, nous pourrons non seulement essayer de pratiquer les préceptes de Dieu, mais voir également leur rôle important dans la stratégie globale du Créateur. Cela nous amènera à une compréhension plus profonde de nos propres tâches et les manières d’aider mieux les autres. Alors, nous deviendrons graduellement des participants actifs à l’Évolution de la Conscience Universelle, assistant actif au Créateur.

La participation active au processus évolutionnaire doit être considérée comme se composant de deux parties principales: a) autodéveloppement spirituel, b) aide aux autres.

Dans ce processus, comme l’Apôtre Paul l’a enseigné (1 Cor 12.14), nous devrions tâcher de servir avec nos capacités les plus élevées, tout en cherchant à en acquérir d’autres, encore plus élevées.

L’essence du Plan du Créateur de créer les mondes matériels (incluant notre planète — ce petit “îlot” de matière dans l’univers) est de transformer les constituants moins parfaits de l’Absolu en plus parfait. Dans ce processus, les Consciences individuelles qui ont réalisé la pleine Perfection enrichissent le Créateur avec Eux-mêmes.

²⁹ [6, 11, 13].

Ainsi, l'autodéveloppement personnel et l'aide aux autres âmes dans leur évolution sont tous deux bons du point de vue de Dieu.

En particulier, si nous nous développons par le travail méditatif, la qualité de notre service s'améliore: nous devenons plus près du Créateur par la qualité de la conscience et commençons à mieux voir le monde; nous approchons Ses possibilités de voir et de comprendre.

Nous nous développons également en aidant les autres, augmentant notre connaissance au sujet de la façon d'aider. Cette connaissance sera utile même après la désincarnation.

... Sentons (ou du moins, imaginons) qu'il y a seulement Un Macro-organisme Universel — l'Absolu. À l'intérieur de l'Absolu, le processus de Son développement — l'Évolution Universelle — continu. Sentons l'unité, l'interdépendance *de tout* en Lui comme un Tout. Sentons notre inséparabilité de Lui, du processus de Son Développement. Sentons la joie de cette conscience! Et maintenant — avec cette nouvelle compréhension — dirigeons nos efforts vers l'aide à la transformation de toutes les "parcelles" de conscience capables — dans la Conscience du Créateur.

Nous sommes tous *Un* dans l'Organisme de l'Absolu. C'est l'essence du principe suggéré par Jésus-Christ: aimez votre prochain comme vous-même et même plus que vous-même. Ce principe concerne l'aspect de l'AMOUR appelé COMPASSION. Ses plus hautes manifestations sont le dévouement pour le bien des autres. Jésus-Christ a démontré un tel sacrifice: Il nous a donné un exemple de COMPASSION par les actions de Sa vie et Sa mort sur Terre. Devenons comme Lui à cet égard!

* * *

Un bon nombre de personnes rêvent de connaître l'Absolu et cherchent le Créateur.

D'autres, instruits par l'athéisme et les mouvements religieux pervers ou bien ceux pervers de leur propre choix, sont satisfaits de s'associer aux fruits "défendus" (par Dieu) de "l'arbre de la connaissance du bien et du mal".

De telles personnes risquent d'aller en enfer, parce que les attachements "terrestres" provoquent des émotions grossières: inquiétude, crainte, douleur, désespoir, jalousie, envie, irritation, haine, colère, et ainsi de suite. Et ceux qui s'habituent à de tels états émotifs s'accoutument en réalité eux-même à la vie en enfer et vont là après la désincarnation.

Les fruits du Royaume des Cieux sont gagnés par peu de ceux qui trouvent la paix de l'âme en dehors des passions terrestres et développent l'amour désintéressé à un tel degré, que cela leur permet de tomber amoureux du Créateur et ainsi d'être attirés à Lui. Et Il rencontre de telles personnes avec Son Amour le Plus Élevé!

... Et les précédents (des genres de personnes mentionnés):

— "s'aiment" eux-mêmes,

— appellent leurs désirs³⁰ "amour",

— exigent de plus en plus d'amour pour eux-mêmes des autres, chérissant de ce fait leur égocentrisme, et détestent les autres parce qu'ils ne Me satisfont pas MOI! Et que, dans l'ensemble, ils ne font pas ce que JE veux qu'ils fassent!

* * *

Tous les êtres — incarnés et non incarnés — différent par l'âge de leur âme.

C'est l'une des caractéristiques principales de chaque personne, en particulier.

D'autres caractéristiques importantes sont des caractéristiques qualitatives telles que le niveau de développement intellectuel, la maturité éthique, la grossièreté ou la subtilité de la conscience. L'évaluation quantitative est basée sur la taille de l'âme.

L'évolution d'une âme se déroule sur une série de plusieurs incarnations terrestres. Et l'on ne peut pas s'attendre à un potentiel spirituel élevé des âmes qui sont incarnées dans un corps humain pour la première fois; cela vient à l'âme plus tard, à condition que son développement ait été propice.

À partir de cela, on peut comprendre que ce n'est pas toutes les personnes incarnées — même si elles ont obtenu une certaine connaissance spirituelle plus élevée — qui peuvent atteindre la Demeure du Créateur dans leur incarnation courante, peu importe comment fort elles essaient.

D'ailleurs, quand les âmes trop jeunes deviennent impliquées dans le travail méditatif, qui est trop sérieux pour elles, à un certain moment elles perdent la compréhension et commencent à jouer à la "religion" comme les enfants jouent à leurs jeux d'enfant. Cela peut mener à un développe-

³⁰ Désirs terrestres passionnés.

ment de mauvaise perception de soi, comme dans le cas où les garçons qui jouent à la "guerre" s'imaginent être des "colonels" et des "généraux". Dans les plus mauvais cas, cela peut mener à des troubles mentaux. Ce dernier est souvent le cas dans les organismes religieux, où au lieu de Dieu et l'Amour, des facteurs mystiques effrayants (diables, démons, sorciers, vampires, et ainsi de suite) sont les points sur lesquels l'attention est portée.

C'est pourquoi les chefs religieux doivent employer les techniques ésotériques et l'information très soigneusement, en prenant en considération leurs effets nocifs possibles sur ces gens qui sont intellectuellement et moralement immatures.

Et tous ceux qui cherchent le progrès spirituel devraient évaluer leurs propres capacités et ne pas aller aux "marches" de "l'escalier" du développement spirituel où il sera difficile pour eux de maintenir l'équilibre.

D'ailleurs, ce n'est pas mauvais du tout — si vous avez réalisé que vous êtes une âme psychogénétiquement jeune. Au contraire, cela signifie que vous n'avez pas accru en vous-même tous les vices qu'autrement vous devriez vous débarrasser pendant longtemps.

Une jeune âme est celle qui a le joyeux Chemin spirituel entier devant elle!

Ne perdez simplement pas du temps en vain!

* * *

... J'ai vécu ma vie terrestre très intensivement. Et quand je faisais le Chemin menant au Créateur pour moi et pour mes amis, plusieurs personnes sont devenues impliquées dans le courant créé par moi à différentes étapes. Au début, cela semblait toujours merveilleux. Mais plus tard, à partir d'une certaine étape du travail, bon nombre d'entre eux perdaient la compréhension du travail, ils prenaient de l'arrière ou se tournaient vers les divertissements. Et puisque je n'étais pas intéressé à jouer à des jeux, du mécontentement envers moi, des protestations et même de l'hostilité envers moi surgissait.

Cela m'a pris un bon moment avant d'en venir à la compréhension qu'on ne devait pas donner les plus hautes connaissances et méthodes à n'importe qui les demandent. Et cette compréhension ne pouvait pas venir avant que j'eusse accumulé une grande expérience en fournissant de l'aide spirituelle aux gens. Parfois, cette expérience se trouvait à être très dramatique (pour moi). (Maintenant je partage cette expérience avec vous

— comme je le fais dans mes autres livres — afin de vous aider à éviter de faire de telles erreurs).

Mais ne laissez pas ces avertissements détourner personne de la recherche spirituelle: on devrait juste choisir pour soi des tâches égales à nous-mêmes.

Un des buts vraiment atteignables pour n'importe qui est de s'assurer d'aller au paradis après la fin de leur incarnation courante et de prédéterminer un excellent destin pour l'avenir.

C'est très simple à réaliser! On doit juste savoir comment. Et nous avons discuté beaucoup de cette question.

Et prenez en note que ce but peut être atteint seulement en raison de ses propres efforts spirituels et non pas par la participation à des rituels, des "prières aux saints", ou n'importe quelles autres prières en fait.

En outre, ne confondons pas la prière avec la méditation (parfois, ces termes sont employés l'un pour l'autre). La signification principale de ces mots est la suivante: la prière est une demande à Dieu, qui parfois se dégrade en mendicité de bien-être terrestre à Dieu. Mais le terme méditation signifie le travail de la conscience visant à connaître Dieu, qui peut assurer le succès sur ce Chemin si on est moralement et intellectuellement mature.

Art et Développement Spirituel (Conférence)

Qu'est-ce que la spiritualité?

Un certain nombre de personnes croient que la spiritualité c'est... d'aller au cinéma, au théâtre, d'assister à des concerts symphoniques de musique classique, qui ont été créés, d'ailleurs, à l'époque de l'inquisition...

Mais en réalité, ce mot provient de l'énoncé de Jésus-Christ: "Dieu est Esprit" (Jean 4:24). Il concerne ces processus et phénomènes qui *spiritualisent* les personnes, ceux qui contribuent à nous amener plus près de la Divinité — dans la qualité de la conscience, l'âme. Par conséquent, seulement ceux qui ont réalisé un succès significatif sur ce chemin peuvent s'appeler spirituelles.

L'art peut et doit jouer un rôle important dans le processus d'évolution positif de la conscience. Mais cela se produit-il toujours ainsi?

Par exemple, les films qui “prônent” la violence et le massacre, où cela est présenté comme une façon de vivre normale et est accepté par de jeunes âmes comme une *norme de conduite*... — le travail des créateurs et *distributeurs* d’un tel antiart devrait être considéré comme criminel — face à Dieu et à l’humanité.

Quant à l’exemple donné ci-dessus, aux personnes raisonnables tout est tout à fait clair à ce sujet. Mais il y a des cas qui ne sont pas aussi évidents. Ainsi, la question se pose: que peuvent être les critères objectifs pour juger de tels cas?

Par exemple, il se produit que des personnes aliénées essaient de s’exprimer au moyen de l’art! Ils peuvent partager leur expérience difficile avec les autres très vivement! Il y a abondance de tels cas. Laissez-moi vous donner juste un exemple — pas aussi évident, mais très représentatif à cet égard.

Une de mes connaissances, une artiste, un jour m’a montré les travaux de son professeur. Ils étaient des images pour des papiers peints. Je les ai regardés et lui ai demandé si son professeur était malade de la schizophrénie et s’il s’était suicidé? L’artiste a été étonné et me dit que cela était en effet le cas!

Ces images étaient vraiment terribles! Leurs motifs affectaient celui qui les regardait de manière étrange, causant une grossière confusion de la conscience. J’espère que ces images n’ont jamais été utilisées en production. Si elles avaient apparu sur les murs d’une pièce, elles auraient été la cause de beaucoup de mal pour les gens!

Il se produit également très souvent que les œuvres d’art expriment les états dépressifs ou agressifs de leurs auteurs! Où amènent-ils les personnes qui écoutent ou regardent ces œuvres?

Il y a également des exemples plus simples, qui ne sont pas concernés par la psychopathologie. Rappelons-nous les batailles dans le siècle passé concernant l’art abstrait! Était-ce bon ou mauvais? Il y avait également des discussions chaudes concernant le rock’n’roll ou même le Charleston! Était-ce bon ou mauvais?

Toujours, il y a les gens qui soutiennent quelque chose de nouveau. Et il y a ceux qui s’opposent à tout ce qui est nouveau. Les deux côtés présentent leurs arguments. Mais quelle est la vérité? Comment distinguer des facteurs subjectifs influençant l’évaluation d’une innovation ou d’un travail artistique — de ceux objectifs? Comment les distinguer?

Il y eut une personne qui, pour la première fois, a parlé au sujet de l'existence de lois objectives d'art. C'était George Ivanovich Gurdjieff — un homme intelligent bien connu dans le domaine spirituel.

Il a travaillé en Russie au commencement du vingtième siècle. Il est né dans le Caucase, dans une famille gréco-arménienne. Adulte, il a enseigné à Moscou et à Saint-Pétersbourg.

La guerre civile en Russie l'a incité à se déplacer à l'étranger ainsi que son école. Ses étudiants sont partis dans différents pays: certains sont allés en France, d'autres en Angleterre, d'autres encore aux États-Unis. Et là, ils ont créé des branches de l'école. Les travaux littéraires de Gurdjieff et de ses étudiants ont été édités dans toutes les langues européennes principales.

Depuis sa jeune enfance, Gurdjieff s'est développé de manière peu commune. Dès le commencement, il a choisi un but: d'apprendre tout ce que les gens peuvent faire. Et il vécut résolument pour ce but pendant plusieurs années. Il a appris à plonger, à faire le commerce, à combattre, à reprendre des tapis, à réparer toutes sortes d'appareils ménagers qui existaient à ce moment-là. Par exemple, quand il avait besoin d'une large somme d'argent afin d'organiser une expédition, il venait à la ville, louait un local, et mettait une annonce disant qu'il réparait tout. Pendant la journée, il acceptait des visiteurs et la nuit il réparait toutes sortes de choses: des phonographes aux bicyclettes, parapluies, etc. Il ramassait même les pièces requises pour les réparations dans les dépotoirs de la ville.

Après avoir rassemblé l'argent requis pour l'expédition, il engageait des assistants et allait à la recherche de la connaissance spirituelle.

Il a visité plusieurs écoles spirituelles, monastères — Soufi, Chrétien. Il est parvenu à rassembler beaucoup de connaissances qui lui ont permis de développer une vue du monde intégrale et d'établir sa propre école.

On ne devrait pas cependant idéaliser Gurdjieff. Plusieurs choses qu'il a faites sont loin d'être exemplaires. Plusieurs idées de ses enseignements ont seulement un intérêt historique à l'heure actuelle: une connaissance plus parfaite les a remplacées maintenant. Cependant, il y a certains points clés dans ses enseignements qui sont importants même aujourd'hui. Et maintenant, nous pouvons utiliser cette connaissance grâce à Gurdjieff.

En particulier, Gurdjieff a postulé qu'il y a des lois objectives d'art. Il ne les a cependant pas formulées. Du moins, nous n'avons pas trouvé une liste de ces lois à l'intérieur de plusieurs livres de son école que nous avons lus. Il y avait seulement quelques indices. Néanmoins, Gurdjieff a

contribué beaucoup, même en déclarant seulement qu'il y a de telles lois. Le développement plus en profondeur de cette idée de Gurdjieff a permis de formuler ces lois. Maintenant, nous allons en discuter en détail.

Le principe le plus important (ou loi, comme Gurdjieff l'a indiqué) est *la nécessité de suivre le chemin du raffinement de la conscience*. C'est l'utilisation de ce principe qui peut nous aider à devenir compétent non seulement dans le monde matériel, mais également dans l'univers multi-dimensionnel dans son entier. Cela nous permet d'atteindre la Conscience Primordiale et de fusionner avec Elle.

À cette fin, nous devons, au commencement de l'étude, suivre le processus de l'amélioration sur le plan physique, abandonner la grossièreté dans laquelle la plupart des personnes vivent.

La manière la plus facile de le faire est au moyen de l'harmonisation émotionnelle avec les phénomènes les plus subtils trouvés dans la nature. Par exemple, quand le soleil du matin se lève et envoie ses premiers rayons à travers la brume, à l'eau, à l'herbe, aux fleurs, aux feuilles; quand les premiers oiseaux du matin commencent à chanter, quand les poissons commencent à éclabousser dans les roseaux et au-dessus des roseaux illuminés avec la lumière tendre du soleil du matin avec la brume qui danse et flotte dans les alentours — tellement merveilleusement subtils sont les états que la nature nous donne dans de tels moments!

Je dois vous faire remarquer tout de suite qu'il est impossible de s'établir fermement dans de tels états sans apprendre et appliquer les principes éthiques suggérés à nous par Dieu et sans maîtriser l'art de l'autorégulation psychique, qui inclut la capacité de contrôler ses propres chakras.

Un des concepts suggérés par Gurdjieff est très important pour nous à cet égard. C'est le concept de *l'échelle des hydrogènes*. C'est l'un des concepts les plus intéressants dans l'histoire de la recherche spirituelle!

Que sont ces "hydrogènes"? Ce terme provient de l'alchimie. À l'époque de Gurdjieff, il y avait également des écoles dont la connaissance n'était pas ouverte à tous. Et les adhérents de ces écoles encodaient leur connaissance secrète.

Les mathématiciens se servent d'un langage spécial de lettres. Et à ce moment-là, il y avait un langage alchimique, qui employait les noms des éléments chimiques pour l'encodage.

Probablement bon nombre d'entre nous, affecté par la propagande ignorante athée, avons ri des alchimistes qui ont essayé de transformer le plomb en or et ainsi devenir riche. Mais en réalité, le plomb signifiait

pour les alchimistes non pas le métal, mais l'état initial de l'homme qui n'a pas encore commencé la pratique en matière spirituelle. Et par l'or ils signifiaient l'état parfait de l'homme qui a réussi sur le Chemin spirituel. *L'élixir d'or*, d'ailleurs, est cette Lumière dorée de l'Esprit Saint que nous observons dans la méditation *latihan* et avec laquelle nous pouvons remplir nos corps.

Et toutes les réactions inhabituelles décrites par les alchimistes étaient en réalité les symboles des différentes étapes de transformation spirituelle de l'homme.

Voici, par exemple, certains symboles alchimiques: les "carbones" sont les composants actifs de la réaction, les "oxygènes" sont les composants passifs, les "nitrogènes" sont le troisième type de composants — les agents comme les catalyseurs, qui sont nécessaires pour la réaction. Et "les hydrogènes" sont ces éléments ou états qui sont considérés en dehors de la réaction. C'est de là que le terme *échelle des hydrogènes* provient.

Ainsi en quoi consiste le concept de *l'échelle des hydrogènes*? Son postulat principal est, que toutes les substances, phénomènes, états dans l'univers peuvent être classés dans un ordre selon leur niveau de *grossièreté-subtilité*. Sur cette échelle, il y a un endroit pour les minéraux, planètes, étoiles, différents types de nourriture — des cadavres d'animaux que plusieurs personnes mangent — à, par exemple, la fraise des bois. Sur cette échelle, il y a un endroit pour l'état des chakras, pour nos états émotifs, etc. C'est — pratiquement pour tout. Les "hydrogènes" ont des valeurs numériques; cela permet d'avoir des exemples d'états témoin, par lesquels nous pouvons évaluer notre avancement le long de *l'échelle de la grossièreté-subtilité, c.-à-d.*, le long de *l'échelle des hydrogènes*.

Par exemple, le soleil du matin et sa lumière sont H-6; c'est l'un des phénomènes les plus subtils dans la nature.

Ou, prenez les émotions qui se produisent dans l'épanouissement harmonieux de la fonction reproductrice: tendresse teinté sexuellement, l'amour pour les enfants, ces manifestations que nous voyons dans les jeux de jeunes animaux, et l'état énergétique particulier des bourgeons s'ouvrant au printemps — tout cela est H-12.

Il y a un état très intéressant dans notre organisme — le plan énergétique du méridien *chitrini* (son autre nom est *Brahmanadi*, le méridien de l'Esprit Saint) — il est H-3, un des états principaux de l'Esprit Saint.

Et H-3 est très près de H-1. H-1 correspond au plan de la Conscience Primordiale, le Créateur.

Il est absolument impossible pour une personne vivant dans les états grossiers auxquels les gens communs appartiennent de changer immédiatement en l'état le plus subtil, de "plonger" dans les *profondeurs* du monde multidimensionnel, de connaître le plan primordial de l'univers, de connaître le Créateur! Ce n'est pas possible!

On peut seulement se déplacer graduellement le long de *l'échelle des hydrogènes*. En premier, on doit traverser cette partie du chemin de l'amélioration qui existe dans le monde matériel — et ensuite seulement pouvons-nous "plonger" dans d'autres dimensions spatiales.

Dans certaines écoles occultes, les étudiants pratiquent la sortie hors de leurs corps matériels sans adopter d'abord une nutrition éthiquement et énergétiquement pure (c.-à-d. une alimentation, *sans-tuer*), sans se débarrasser de leur grossièreté initiale (certains d'entre eux même le font intentionnellement afin de réprimer les autres personnes et les contrôler; c'est la caractéristique des écoles de magie noire). Si de tels étudiants réussissent — où vont-ils? Ils se retrouvent dans le plan astral grossier, en enfer. Ils y trouvent là la colère, le mensonge, la peur appartenant à ce plan. Ils deviennent confus, effrayés... De plus, ils développent "des relations amicales", pour ainsi dire, avec les représentants de ce plan, très intrusifs parfois. Plusieurs de ces personnes deviennent folles, en conséquence...

Par conséquent, le principe le plus important dans la croissance spirituelle et l'art spirituel, qui contribue au développement spirituel, est le principe de marcher le chemin du raffinement de la conscience.

Dans l'art, l'homme peut être un créateur un spectateur ou un auditeur. Toutes ces occasions peuvent fournir des opportunités de développement.

Laissez-moi attirer votre attention sur le fait que n'importe quelle œuvre d'art peut être évaluée selon *l'échelle de grossièreté-subtilité*.

Et chaque œuvre d'art de haute qualité devrait être employée pour notre harmonisation au raffinement. Ou, du moins, elle doit montrer le chemin du *tamas* (c'est-à-dire, de la grossièreté initiale, de la lourdeur, de l'ignorance) — à *rajas* (l'étape de la recherche active de la sortie vers la lumière de la Vérité, quand l'homme se transforme d'une personne souffrante et amorphe en combattant) — à *sattva* (pureté, harmonie, subtilité) — et plus haut.

En relation avec ce qui a été dit ci-dessus, laissez-moi souligner que sur le chemin menant à la Perfection on ne peut pas "sauter" l'étape du *sattva*. On ne peut pas devenir parfait immédiatement, à partir de *tamas*

ou de rajas! Le chemin du raffinement, du développement de l'harmonie intérieure et de la capacité d'aimer — cela est nécessaire pour chacun! Personne ne devrait penser "que cela n'est pas pour moi, laissons les *autres* s'engager dans cela, mais moi j'atteindrai la perfection d'une autre manière". Non! La loi de l'évolution de l'homme exposée, en particulier, par Krishna dans la Bhagavad-Gîtâ consiste dans l'avancement progressif à travers les étapes-gunas mentionnées ci-haut, de sorte qu'on puisse venir ensuite à des étapes plus élevées de travail sur soi.

À l'aide de l'art, on peut également former de l'énergie, de la vigueur; ceci correspond à la maturation à l'étape rajas. Prenons le rock, comme exemple. La danse dynamique non grossière, de la jeunesse — qui s'est opposé à elle? Les personnes du *tamas*, qui sont loin de la vraie énergie pure! Ce sont opposer ceux qui sont en colère au sujet de tout ce qui est nouveau, ou les personnes amorphes, hésitantes et qui manquent d'énergie! S'il avait dansé le rock'n'roll ou des danses semblables dans leur jeunesse, ils vivraient leurs vies plus activement maintenant.

L'énergie non grossière (vigueur) est nécessaire sur le Chemin spirituel, parce qu'elle développe la *puissance personnelle*, nous permet d'accumuler la force qui peut être employée pour différents besoins, le travail méditatif, par exemple.

Ainsi, avec l'aide de la musique dynamique, de la danse dynamique, on peut développer en soi ces qualités manquantes.

Avec l'aide d'autres genres de musique et de danse, on peut maîtriser des états plus élevés: calme, quiétude intérieure (*hésychia*).

La peinture, la poésie, les arts de type oriental tels que l'ikebana, "les paysages philosophiques", etc. peuvent également être utiles afin de maîtriser ces états.

Oui, on doit maîtriser le calme, pas seulement l'énergie; c'est essentiel sur le Chemin spirituel! C'est-à-dire, on doit devenir universel: être capable de se détendre et d'être actif au maximum si nécessaire.

Avec l'aide des œuvres d'art, on peut également exercer une influence énergétique directe sur les assistances.

Il y a plusieurs possibilités de ce genre. L'une d'entre elles est les icônes. Plusieurs personnes savent en raison de leur propre expérience que par certaines icônes on peut recevoir des flux d'énergies subtiles. Différentes icônes transmettent différents flux — différents en raison de leur intensité et de par leur niveau de *grossièreté-subtilité*. D'ailleurs, j'ai vu

des icônes de certains pseudo-saints qui radiaient des énergies très grossières et diaboliques...

Il y a également des images qui ne sont pas des icônes qui rayonnent des énergies. De telles images sont nécessairement créées par un artiste fort. Par exemple, telles sont les peintures de Nicolas Roerich. Toutes peintures de ce genre peuvent être évaluées selon *l'échelle des hydrogènes*, et elles peuvent être catégorisées selon des valeurs numériques correspondantes. D'ailleurs, les peintures de Roerich sont rajas. À certaines étapes du développement, elles peuvent avoir une forte influence positive, mais plus tard elles n'ont plus un tel effet.

Il peut y avoir une influence plus dirigée par l'art — n'influençant pas l'homme dans son entier, mais influençant des structures bioénergétiques en particulier. Par la musique, la voix, ou la danse, on peut induire des états résonnants dans un chakra en particulier des auditeurs ou des spectateurs, ou dans certains méridiens. En particulier, ces structures peuvent être développées simplement en laissant entrer en eux les vibrations venant de l'artiste.

Par exemple, si nous écoutons un chanteur qui se concentre dans son anahata, alors nos anahatas s'harmonisent passivement avec l'anahata du chanteur et cela produit l'état émotif correspondant.

Ce phénomène s'appelle *svara*; c'est un mot Sanskrit. Il y a un livre par R. Menon *Musique Indienne: La Magie du Raga*. Il décrit le *svara* comme un phénomène mystique, dont le mécanisme n'a pas encore été compris. En fait, le mécanisme *du svara* consiste dans le travail de l'interprète avec les structures bioénergétiques. L'interprète déplace simplement la concentration de la conscience dans certains chakras ou autres structures d'énergie et si cela est fait de manière assez forte, alors les auditeurs entrent en résonance avec ces états.

Le même mécanisme fonctionne dans la danse quand nous observons un danseur qui possède la maîtrise du *svara*.

Il est tout à fait intéressant que par des sons produits par des instruments de musique on puisse créer des états résonnants dans les chakras et les méridiens des auditeurs. L'exemple de cela est le tango d'Oscar Stroke, "roi du tango". Il a empiriquement trouvé cet effet et a créé ses compositions musicales de telle manière que toutes les notes dans ses tangos aient un effet sur le chakra vishuddha, l'activant. En raison de cela, les vishuddhas des auditeurs deviennent "débordés"; sa musique évoque les états émotifs piquants et forts d'extase et de joie.

Maintenant aussi il y a des musiciens qui n'emploient aucune note qui causerait une résonance dans les chakras de la tête. Aux auditeurs une telle musique est relaxante, rafraîchissante, en particulier pour les personnes qui travaillent intellectuellement.

... Les chercheurs spirituels qui se sont établis dans l'état *sattva* et se sont débarrassés de la possibilité d'entrer dans des états émotifs grossiers — peuvent essayer d'employer la méthode *du laya*.

Il y a une branche du yoga appelé *laya yoga*. *Laya* signifie la disparition, dissolution de soi dans l'Harmonie de l'Absolu. Cela implique d'éteindre l'intellect qui réside dans le chakra de la tête *ajna*, — de sorte que l'organisme puisse commencer à agir non pas sous le contrôle de l'intellect, mais sous la commande de Dieu. Un exemple de cela est la danse spontanée produite par la méditation *latihan*, qui est l'exemple le plus typique de l'entraînement dans le *laya yoga*.

Il y a d'autres méthodes. Par exemple, on peut "s'abandonner au *laya*" tenant dans une main une branche de détection et à l'aide de cette branche découvrir ce qui ne peut pas être vu par les yeux ou entendu par les oreilles: afin d'obtenir des réponses au sujet de gisements de minerais ou de lignes de communication souterraine, afin d'exécuter un diagnostic médical, et faire beaucoup d'autres choses. En particulier, la recherche d'eau est également une forme de *laya yoga*.

De la même manière, on peut apprendre à peindre avec sa main comme si elle dessinait par elle-même avec un crayon ou un pinceau. De la même manière, on peut apprendre à écrire des textes... Dans tous ces cas, la main est contrôlée par un certain esprit, et si nous le méritons, alors ce peut être l'Esprit Saint.

J'ai mentionné au sujet de la danse : il y a des méthodes spéciales qui peuvent aider à apprendre à laisser le corps s'abandonner *au laya*. Par exemple, si les bras sont levés dans les airs, alors il est plus facile pour le corps de commencer à se déplacer, pour l'épine dorsale de se courber. Alors, c'est très facile! Au contraire, si les bras pendent vers le bas, alors il est difficile de commencer à danser dans cette condition.

C'est pareil pour n'importe quelle discipline artistique où nous voulons appliquer le principe du *laya*: on doit connaître les méthodes de base, avoir une certaine expertise dans ce domaine à un certain point. Par exemple, afin de peindre, on doit savoir mélanger les couleurs, savoir comment les appliquer sur la toile ou le papier. Naturellement, afin de danser, on

doit savoir les principes de la plasticité du corps. Et on doit pouvoir tenir un stylo afin d'écrire avec lui.

Concernant le laya, je dois avertir les lecteurs au sujet de l'attitude non critique envers ce que nous faisons dans cet état. La perte d'attitude critique peut facilement nous rendre ridicules. Cela se produit quand on viole les principes éthiques, parce que l'éthique est la fondation de l'harmonie. Au contraire, si tout est parfait au niveau de l'éthique, alors l'Harmonie avec tout et chacun y compris Dieu peut devenir parfait.

... Avec l'aide de l'art, on peut aussi stimuler le processus intellectuel. Pensons: comment pouvons-nous accomplir cela?

Principes de Base d'Enseignement d'Autorégulation Psychique aux Enfants et aux Adolescents (Conférence)³¹

Notre expérience accumulée dans diverses formes d'enseignement de l'autorégulation psychique aux enfants et aux adolescents nous permet de formuler les recommandations suivantes:

1. Le travail éthique consacré, que chaque instructeur doit mettre en pratique sur le fond d'enseignement de l'autorégulation psychique, doit créer la fondation éthique sur laquelle les étudiants peuvent se guider.

2. Des groupes d'étudiants peuvent être formés comprenant seulement des enfants ou des adultes peuvent y être aussi inclus. Dans ce dernier cas, le programme est créé pour les enfants, mais les parents participent volontairement à de telles classes. Un des avantages de la deuxième option est qu'il crée des intérêts communs dans de telles familles et aide au rapprochement entre les parents et les enfants.

3. On ne devrait pas enseigner aux enfants et aux adolescents les exercices de travail avec les chakras et les méridiens (certains exercices de base avec l'anahata peuvent être une exception) s'il n'y a aucun indicateur médical spécial pour cela. La raison pour cela est que ces exercices ne sont pas compatibles avec la consommation d'alcool pendant ou après les cours.

³¹ Du livre [17].

On ne peut pas être sûr que les enfants et les adolescents observeront cette règle à l'avenir.

4. L'emphase dans ce travail ne doit pas être mise sur l'accomplissement de résultats élevés, mais principalement sur l'élargissement des horizons des étudiants, afin d'informer les étudiants — afin de les aider à choisir leur manière de vivre quand ils grandiront. Enrichissez les classes d'esthétiques et de sports. On peut les compléter avec des chorégraphies, de la musique, de la photographie, de la peinture, du tourisme, de l'écologie, de la littérature, de la philosophie — selon les compétences de l'instructeur.

On peut également enrichir les classes de différentes manières avec des éléments d'autorégulation psychique.

5. On ne devrait pas enseigner shavasana aux enfants plus jeune que 12 ans, parce que certains enfants ont de la difficulté à sortir de la relaxation profonde. (Des Exceptions à cette règle sont permises seulement en cas d'indications médicales. De telles sessions doivent être conduites par un médecin certifié.)

6. Il peut y avoir des exercices de travail avec les chakras et les méridiens employés par des médecins qualifiés afin de traiter les désordres neurologiques et psychiatriques chez les enfants. Cela est particulièrement efficace pour corriger les troubles sociaux.

7. Les enfants et les adolescents maîtrisent facilement les exercices avec des images mentales. La maîtrise de la concentration est habituellement plus difficile pour eux. Cependant, l'entraînement à la concentration est particulièrement important pour leur progrès à l'école. Très utiles sont à cet égard d'exclure la nourriture "tuée" (c'est-à-dire préparée à partir des corps d'animaux tués) du régime des enfants, et en même temps d'augmenter les quantités de protéines trouvées dans le lait et les œufs. La même recommandation est profitable à tous points vus pour toutes les personnes sans exception.

8. Un effet positif intéressant peut être réalisé si les enfants sont présents (mais ne participent pas de manière égale) aux classes hors de la ville là où leurs parents étudient à l'intérieur de groupes. S'il n'y a pas de comportement désagréable venant d'eux, les enfants mettent en branle un mécanisme important de formation — celui de l'imitation. Ils apprennent une attitude respectueuse envers la nature, aussi bien qu'à n'importe quelle manifestation de la vie; ils apprennent à maîtriser les habilités afin de vivre dans une tente, à faire un feu et à préparer de la nourriture sur

celui-ci, apprennent la discipline (se réveillant tôt le matin, les exercices le matin, le bain du matin, etc.), apprennent à voir la beauté de la nature et à s'harmoniser à elle, maîtrisent facilement les exercices afin de tempérer le corps, par exemple, ils insistent pour participer à la *natation hivernale* avec les adultes.

Concernant la pratique de la *natation hivernale* pour les enfants, laissez-moi noter ce qui suit: cette méthode aide à augmenter l'étendue des températures confortables pour le corps pendant toute la vie; elle "tempère" le corps. Cependant, cela doit être employé dans les conditions suivantes:

1. L'attitude entièrement volontaire de l'enfant, sans la persuasion des adultes: les enfants savent eux-mêmes quand ils sont prêts pour cela.
2. L'état émotif favorable de tous les adultes présents.
3. Ne faire aucune tentative de traitement avec la *natation hivernale* (aussi bien qu'avec les douches froides) aux enfants qui sont affaiblis par des maladies prolongées.

La *natation hivernale* comme procédé médical est efficace comme traitement dans certains processus locaux de maladie chez les enfants qui sont en général en bonne santé. Le mécanisme curatif en ces circonstances est un stress bioénergétique en réponse au "choc du froid". Mais dans un corps affaibli par une maladie prolongée, il n'y a aucune énergie potentielle qui peut allumer le processus d'énergie nécessaire.

Dans ces cas-là, l'opposé est efficace — par exemple, bains chauds, les saunas [64].

L'Art d'Être Heureux **(Conférence en forêt pour captation vidéo)**

La capacité à s'harmoniser émotionnellement à la BEAUTÉ et à la SUBTILITÉ de la nature nous permet d'obtenir l'harmonie intérieure, ce qui est essentiel afin de trouver le BONHEUR DANS LA VIE. C'est également l'un des composants les plus importants du développement spirituel.

Cette BEAUTÉ est un élément de la Création de Dieu.

Il est important de comprendre cela! Seulement si nous avons appris à aimer Sa Création, pourrons-nous être en amour avec le Créateur Lui-même! Et sans un tel amour sincère — est-il possible d'être heureux?

L'amour nécessairement doit être mutuel! L'amour de Dieu seul n'est pas suffisant pour être heureux! Non, nous devons tâcher de devenir non pas *aimés*, mais *aimants*! Et notre amour ne doit pas être une parodie égoïste du vrai amour (je veux dire, désirs sexuels primitifs, que les personnes qui ne sont pas spirituelles appellent *amour*). Non, cela doit être une aspiration à SE DONNER À LUI!

L'amour pour Dieu commence par le désir de Le connaître — d'abord avec l'esprit seulement — et ensuite entièrement — de sorte que les émotions de notre amour fusionnent avec les émotions de Son amour! Et alors, graduellement, vient la plénitude de la Fusion — quand la fusion avec Lui comme conscience s'est développée dans le processus afin de Le rechercher et de Le servir!

... Aussi il est très important d'avoir des amis ayant les mêmes affinités sur ce Chemin. C'est beaucoup plus facile d'être heureux en effectuant un travail créateur si on travaille dans un groupe spirituel, une communauté même petite!

Les personnes moralement en bonne santé sentent de la satisfaction quand elles DONNENT la connaissance, aptitudes, tout d'eux-mêmes — aux autres, cherchant à rendre les autres heureux!

C'est grâce à ce processus de se donner et d'en voir les résultats positifs qu'une telle personne se sent heureuse!

Que doit-on faire afin de trouver de bons amis? — On doit juste s'offrir: montrer aux autres son utilité! Et laisser ensuite chacun partager avec les autres ce que lui ou elle savent et peuvent faire!

... Pour être heureux, il est également important d'avoir une bonne santé.

De quoi dépend une bonne santé?

Il y a une opinion selon laquelle nos souffrances et malheurs sont provoqués par le péché commis par Adam et Ève... Cette fantaisie à même un nom spécial — *le péché originel*... Je suggère de regarder cette opinion comme un signe de faiblesse d'esprit de ceux qui y croient, sans parler de ceux qui prêchent cette idée...

Certains blâment les médecins pour les maladies, blâment la contamination de l'environnement — ou blâment les autres — ceux qui m'ont fait me sentir stressé ou nerveux...

Non, c'est seulement nous qui devons être blâmés pour nos ennuis!

C'est difficile à comprendre pour ceux qui sont ignorants en philosophie religieuse! Pourtant, la vérité est que ces problèmes sont provoqués par Dieu Qui nous aime et que par eux Il précise nos inconformités: l'inconformité à être ce qu'Il veut que l'on soit!

En termes simples, on peut dire que si nous faisons du mal à d'autres êtres de manière injustifiée — nous programmons des situations similaires dans notre propre vie, dans notre propre destinée — et cette fois nous serons les victimes. Cela s'appelle la *loi du karma* — la loi de la formation de la destinée. De cette façon, Dieu nous enseigne à ne pas faire de mauvaises actions, Il nous enseigne à être compatissants envers la douleur des autres — Il nous enseigne par notre propre douleur.

L'effet de la *loi du karma* n'est pas limité à la durée d'une incarnation; son effet peut aussi bien se manifester dans les vies suivantes... C'est pourquoi, en particulier, les enfants malades naissent...

On peut se demander: pourquoi a-t-Il besoin de cela? Pourquoi a-t-Il besoin que nous soyons bons — selon Lui?

Nous avons discuté de ce sujet — de la signification de la vie humaine sur Terre — dans chaque livre que nous avons publié. Maintenant, je dirai seulement brièvement que nous sommes des particules de la Conscience Universelle en évolution, qui s'appelle l'Absolu. C'est dans nos corps, en particulier, que l'Évolution de l'Absolu a lieu! C'est pourquoi Il accorde une si grande valeur à chaque âme! C'est pourquoi Il observe chacun et qu'en tout temps Il essaie de nous corriger, d'aider chacun d'entre nous — excepté ceux qui se sont avérés être des cas complètement désespérés; Il envoie de telles âmes en enfer — dans la "fosse" de l'Évolution...

... Ainsi, afin de contrôler sa propre destinée, on doit apprendre les règles de vie qui nous ont été suggérées par notre Créateur. Il nous a donné ces règles par l'intermédiaire de Ses Messies et prophètes.

Afin d'accomplir ces règles, on doit apprendre à contrôler ses propres émotions.

Nous devons nous accoutumer à vivre dans des états émotifs purs et subtils — indépendamment des circonstances! Alors, nous serons plaisants aux amis; alors, nous assurerons la santé du corps et de l'âme; et par la suite, nous réaliserons le paradis ou même les demeures plus élevées!

Et les émotions grossières comme la colère, l'irritation, l'envie, la jalousie et autres états semblables ne sont pas seulement désagréables et destructrices pour notre propre santé et pour la santé des autres, mais ils prédéterminent également notre vie en enfer après la mort du corps!

Comment peut-on apprendre à contrôler ses propres émotions? Cela est décrit en détail dans nos livres et démontré dans nos films. Maintenant, je mentionnerai seulement que la formation correcte de la sphère émotive est basée sur le développement du cœur spirituel.

Le cœur spirituel, qui est localisé tout d'abord dans le chakra anahata et y amorce sa croissance est un organe bioénergétique qui produit des émotions positives subtiles d'amour.

Plusieurs Enseignants Divins y compris Jésus-Christ ont enseigné au sujet du développement du cœur spirituel.

C'est grâce à son développement que nous pouvons gagner la santé, trouver de bons amis, et approcher l'état d'âme dans lequel Dieu vit — l'état de Dieu dans l'aspect de l'Esprit Saint et l'état de Dieu dans l'aspect du Créateur!

C'est par cela que Dieu devient une Réalité que nous pouvons connaître!

... Je peux me donner comme exemple. Je suis complètement en santé en dépit d'avoir plus de 60 ans. D'ailleurs, mon corps devient plus jeune depuis quelque temps! Quel âge, pensez-vous, mon corps semble-t-il avoir?... Quarante ans? Ou peut-être même trente?

Quand mon corps avait 59 ans, j'entendais, comment les passants disaient: "il est si jeune — et porte déjà une barbe!"...

Je me sens jeune, vigoureux — et mature! Je vis toujours dans un état calme, pur et joyeux!

Depuis longtemps, je n'ai pas senti la colère, l'irritation, l'envie, le chagrin, l'inquiétude, la peur, et ainsi de suite! J'ai vécu et vis maintenant sans colère et désir de vengeance même pour ceux qui ont, il y a des années, tenté de me tuer. Après cet incident, j'ai été entre la vie et la mort pendant environ six mois et deux fois j'ai été dans un état de mort clinique. Je ne sens pas de colère, de crainte et désir de me venger également envers ceux qui ont menacé de "me brûler vivant" pour mes livres — les livres concernant Dieu, au sujet de la joie de Le connaître, Lui.

D'ailleurs, je suis devenu si près de Dieu que je peux librement converser avec Lui. Et je peux remplir mon corps avec Lui.

Voulons-nous tous vivre ainsi?

Si oui, alors marchons ce Chemin qui a bien été exploré et pavé pour tous ceux qui veulent le marcher!

* * *

À des endroits comme cela, il est très bon de méditer, de fusionner avec la subtilité de la beauté de la nature du matin, avec la subtilité de l'Esprit Saint — nos Enseignants Divins, qui contrôlent notre destinée...

Nous devons nécessairement maîtriser cela si nous décidons de marcher le Chemin spirituel, le Chemin du développement de soi, le Chemin de l'amour pour la Création et le Créateur, le Chemin vers Sa recherche — Celui que nous devons trouver et connaître!

À cette fin, nous devons également lire des livres à Son sujet, au sujet du Chemin menant à Lui.

Plusieurs personnes vont aux temples et participent là à des rituels. Cela peut aider au commencement si on ne se laisse pas infecter là par l'idéologie de la haine de mauvaises personnes. Malheureusement, cela se produit très souvent... Mais en général, participer à des vénération publiques aide les débutants à enlever leur attention des objets du monde matériel...

Que doit-on faire ensuite? — on doit comprendre que Dieu n'est pas plus présent à l'intérieur des temples qu'en dehors d'eux. Et, que ce n'est pas dans la foule de personnes qui prient, mais en situation d'être un à un avec Dieu dans la solitude en nature — que nous pouvons sentir les heureux CONTACTS de Dieu, pouvons commencer À ENTENDRE Ses pensées dirigées vers nous et à apprendre À VOIR les Enseignants Divins — Esprits Saints, de les ÉTREINDRE, afin d'entrer dans Leurs corps immatériels, de FUSIONNER avec Eux...

... Que font plusieurs personnes en Russie lorsqu'elles vont en nature? Elles boivent de l'alcool, s'injectent de l'héroïne, tuent et mutilent des êtres vivants, laissent toutes sortes de déchets à l'endroit où ils sont restés, polluent le CALME de la nature avec le bruit fort de la radio ou des lecteurs de CD, ils hurlent eux-mêmes...

Il est évident que cette manière de se comporter amène plus près de l'enfer qu'au bonheur de la connaissance de Dieu...

... Afin de faire la connaissance de Dieu et pour son propre développement, il est très important de maîtriser l'état de CALME INTÉRIEUR. Dans cet état on peut connaître le BONHEUR DU CALME et la QUIÉTUDE trouvée dans la Demeure du Créateur...

Le chant des oiseaux le bruit du roseau ou des feuilles des arbres n'interfèrent pas dans ce processus, mais marquent le CALME DE L'AUBE de manière plus vive, plus lumineuse émotionnellement!

Cependant, le sentiment de la beauté de la nature dans sa plénitude peut être réalisé seulement par un chercheur spirituel bien préparé. Et seulement un tel chercheur peut connaître le Créateur et Ses Représentants — Esprits Saints. On doit se préparer pour cela, dans l'aspect intellectuel aussi bien qu'éthique et par le nettoyage et le développement des structures bioénergétiques de l'organisme — chakras et méridiens.

... Aussi on peut ramasser les dons comestibles de la nature. Ce sont les champignons, baies, et diverses herbes. Ils peuvent être employés comme nourriture au moment même de la récolte ou être stockés pour un usage futur.

Par exemple, au lieu du thé on peut se faire des tisanes à partir d'une variété de plantes. On peut également sécher des herbes afin d'en faire des tisanes en hiver.

Afin de faire les tisanes, on peut employer la menthe, l'épilobe en épi, des feuilles de Corinthe en automne — quand la plante n'a plus besoin d'elles. Si vous trouvez un bouleau qui est tombé — vous pouvez ramasser et sécher ses feuilles. Les aiguilles de conifère et les jeunes cônes qui tombent des conifères sont également appropriés pour en faire des tisanes. (Mais on devrait éviter la fabrication de tisane trop forte avec ceux-ci, parce que nos estomacs humains ne sont pas habitués à une concentration élevée de résine — à la différence des estomacs des coqs de bruyère; les aiguilles de conifère sont l'un des principaux types de nourriture des coqs de bruyère).

Ou prenez, par exemple, l'ortie. Plusieurs personnes détestent l'ortie parce qu'elle pique. Mais elle pique parce que ces personnes ne mangent pas d'ortie! L'ortie est délicieuse quand elle est jeune, et possède des propriétés médicinales importantes: elle stimule le système immunitaire de l'organisme, aidant, en outre, à se débarrasser de plusieurs maladies!

On peut la sécher pour l'hiver — et s'en servir alors.

On peut également l'employer de cette façon: lavez l'ortie, coupez-la en morceaux, mettez-la dans de l'eau bouillante, laissez bouillir pendant une minute, laissez refroidir, et puis manger avec de la mayonnaise! C'est délicieux!

D'une manière semblable, on peut stocker d'autres plantes: l'égo-pode podagraire (herbe aux goutteux), fougère dryopteris. On peut sécher pour l'hiver même l'oxalis (petite oseille commune) — et l'employer ensuite pour faire des soupes.

On peut ajouter aux repas d'autres herbes crues: angélique officinale, le tussilage (pas d'âne), et même les jeunes pousses d'épilobe en épi ou laurier de Saint-Antoine (adulte, elles deviennent amères).

Nous stockons également les baies de la forêt avec du sucre: airelles, canneberges, framboises, myrtilles — sous forme de confiture légèrement bouillie.

Nous faisons le miel à partir des fleurs de l'arbre du merisier à grappe ou de reine des prés. Comment? Je vais vous le décrire.

On doit ramasser des fleurs, remplirent avec elles de grands chaudrons, remplirent ces chaudrons avec de l'eau froide (l'eau ne doit pas être chaude pour permettre aux insectes qui ont été accidentellement ramassés avec les fleurs de s'échapper), amener l'eau à ébullition puis mettre de côté pour la nuit.

Le jour suivant, pressez les fleurs et jetez-les. Filtrez le liquide et versez dans des chaudrons en les remplissant au 2/3 du volume. Apportez à ébullition et ajoutez le sucre de sorte qu'il remplisse 1/3 du volume restant. Remuez pour permettre au sucre de se dissoudre, apportez de nouveau à ébullition et versez dans des pots chauds qui ont été stérilisés avec de l'eau bouillante. Mettre ensuite les couvercles hermétiques.

De cette façon, nous produisons un miel délicieux et bon pour la santé!

En ce qui concerne les champignons, nous les employons comme nourriture à longueur d'année. À la maison nous stockons et mangeons les champignons salés. Pendant notre camping dans la forêt, quand il n'y a pas de nouveaux champignons qui se développent, nous employons les champignons séchés. Les champignons séchés sont légers; donc, il est facile de les apporter dans nos sacs à dos et ensuite de les faire bouillir ou même frire dans un chaudron sur un feu.

Comment fait-on sécher des champignons?

À cette fin, on a besoin d'un séchoir à champignons. Si on fait sécher les champignons sur un feu, le séchoir peut être fait repliable de sorte qu'il soit commode de le mettre dans un sac à dos: par exemple, il peut être fait de deux larges plaques de fer de toiture. Un tel séchoir doit avoir un fond, autrement les champignons brûlent. Pour le séchage, nous embrochons les champignons sur des broches faites de broche d'acier.

Les champignons comestibles se développent pratiquement partout: dans la toundra, dans la forêt, dans les montagnes, dans les prairies. Ils sont non seulement délicieux, mais nous fournissent également des protéi-

nes importantes. Le témoignage de cela est notre propre santé: nous avons employé les champignons comme nourriture pendant plusieurs années! Et cela nous permet non seulement de survivre en conditions d'insuffisance financière, mais également D'ÊTRE HEUREUX!

On peut même faire frire des champignons sur un feu, les piquants sur une branche. En premier on doit chauffer le champignon jusqu'à ce qu'il produise du jus. Ensuite, ajouter du sel sur lui: le sel colle au jus et ne tombe pas. Ensuite on a juste besoin de faire bouillir le champignon dans son propre jus. De cette façon, ils deviennent très délicieux!

... Dans la saison où les champignons ne poussent pas dans la forêt, nous faisons frire des sandwiches au fromage sur un feu. Pour cela, on peut employer des fourchettes spéciales comme ceci. Naturellement, nous ne faisons jamais de telles fourchettes en coupant des branches vivantes à partir des arbres. Nous employons des branches sèches. Essayer! C'est également très bon!

... C'est la manière que nous vivons — dans la VRAIE joie!

Pourquoi est-ce que je souligne le mot VRAI? — parce que la joie ne concerne pas seulement les champignons et les sandwiches frits! Mais on doit amener toute la vie dans l'HARMONIE AVEC DIEU. Notamment, on doit vivre:

- sans causer de mal aux autres, autant que possible,
- se développer constamment spirituellement,
- vivre sous les directives de Dieu,
- offrir aux autres tout le bon que nous pouvons partager!

Je vous souhaite du succès sur ce chemin!

Sattva de la Brume **(Conférence en forêt pour captation vidéo)**

Paix à vous, amis!

Avez-vous aimé cette beauté? Avez-vous réussi à en faire *l'expérience*, de vous y *adapter*, de *fusionner* avec elle?

... Un jour, nous avons rencontré près d'un lac en forêt un photographe professionnel et avons admiré avec lui pendant une longue période

une brume semblable, qui dansait doucement dans les rayons du soleil levant...

Il nous dit, "après avoir vu *cela*, je suis maintenant prêt à mourir!"

Son émotion (l'émotion d'un athée, malheureusement) était compréhensible! Mais serait-il juste d'en finir avec cette incarnation, ayant connu cette *superbe beauté* de la Création, mais n'ayant pas connu le Créateur?

... Pensons-y ensemble: quelle est la signification de la vie humaine?

Ce n'est pas une pseudo-question, c.-à-d., une question à laquelle il n'y a aucune réponse, comme cela a été proclamé par certains philosophes matérialistes!

Non, il y a une réponse complète à cette question — une réponse du point de vue de la science biologique moderne, la science de la VIE. Je vais parler avec vous à ce sujet en tant que scientifique et biologiste, qui, avec des collègues, ont consacré leurs vies à l'étude de cette question.

Pour commencer, on peut formuler la réponse comme suit: la signification de la vie consiste dans le développement de soi en tant qu'âme, comme conscience.

Et maintenant, parlons de cela plus en détail. En particulier, on doit répondre aux questions suivantes: À quoi cela est-il nécessaire? Pourquoi devons-nous nous développer? Pour quelles raisons doit-on devenir meilleur?

En premier lieu, nous devons détruire en nous les fausses idées religieuses qui affirment que nous sommes séparés de Dieu par un abîme infranchissable et que Dieu n'est qu'un terrible Juge Qui nous punit, nous pauvres pécheurs. Ensuite, nous devons nous débarrasser de l'idée que le rêve le plus élevé et presque irréalisable de l'homme est celui d'aller au paradis... Et qu'afin de réaliser cela, on doit seulement consacrer sa vie à supplier avec zèle la rémission de Dieu (ils appellent cela "prier") et participer à certains rituels; il y a également un point de vue selon lequel on doit également torturer et tuer les "infidèles" et les "hérétiques"...

Mais en réalité, tout cela n'est pas vrai.

Nous ne sommes pas séparés de Dieu. Afin de rendre cela plus clair, nous devons clarifier la signification du mot *Dieu*: car même en cela, parmi les gens, il n'y a aucune compréhension commune; les gens comprennent ce mot différemment.

Ce mot signifie *l'Absolu* — c'est-à-dire, *Absolument Tout*: le Créateur coessentiel avec Sa Création multidimensionnelle. Et chacun d'entre nous

est Sa partie intégrale, comme une cellule sanguine, par exemple, a une certaine liberté à l'intérieur du corps, où elle vit et à qui elle sert; mais, en même temps, c'est une partie de ce corps.

L'autre signification du mot *Dieu* est le Créateur, la Conscience Primordiale, qui s'appelle également Dieu le Père et par d'autres noms. Il demeure dans *la profondeur* même de l'Absolu multidimensionnel. Il est infini. Il remplit de Sa présence l'immense espace universel. Il est présent à l'intérieur de nos corps. Cependant, Il existe dans *l'autre dimension de l'espace* — par rapport aux dimensions où la plupart d'entre nous vivons.

Il n'est pas perceptible pour les personnes qui Le cherchent aux mauvais endroits: dans le ciel, sur d'autres planètes, etc.

Mais Il est perceptible pour ceux qui suivent Ses directions au sujet de la façon dont nous devrions vivre sur Terre, ceux qui aiment vraiment leur Créateur, qui sont tombés amoureux de Lui et qui cherchent à devenir semblables à Lui en s'accroissant en tant qu'amour...

“Dieu est Amour” — a enseigné Jésus-Christ!

Ce qui veut dire, en particulier, qu'afin de devenir plus près de Lui en tant qu'âme, nous devons grandir en tant qu'amour.

Et ceux qui s'accroissent en tant que grossièreté, haine, dédain et arrogance envers les autres manifestations de la Vie de l'Absolu — ceux-là vont en enfer. L'enfer est la dimension spatiale la plus grossière, l'endroit habité par les âmes qui ont développé en eux les qualités à l'opposé des qualités de la Conscience Primordiale.

Au contraire, le paradis est une dimension spatiale subtile, l'endroit où vivent les âmes qui se sont développé sur la voie de la subtilité, de la tendresse, de la compassion, caresse: c'est-à-dire, sur la voie de l'amour.

Mais *comment* se développer sur la voie de la subtilité?

Le fait est que nos *états émotifs* sont nos états en tant que consciences, en tant qu'âmes. Et nous pouvons nous accoutumer à vivre dans certains états émotionnels: plus grossiers ou plus subtiles. Par cela, nous pré-déterminons notre place dans l'Absolu multidimensionnel: enfer, paradis, la Demeure du Créateur...

C'est ce que Jésus-Christ a enseigné à Ses disciples. Et cette partie de Son Enseignement a été décrite par un disciple personnel de Jésus — l'Apôtre Philippe, dans Son Évangile.

L'Apôtre Philippe écrit que les gens qui se développent eux-mêmes dans la bonne direction sont acceptés par le Créateur en Sa Demeure; ils fusionnent par la conscience développée en Lui, deviennent une partie intégrale de Lui.³²

Et alors, Ceux, Qui ont atteint cela, peuvent sortir en dehors de la Demeure avec une partie d'eux afin d'aider les personnes incarnées. Venant en dehors ainsi, Ils Se manifestent en tant qu'Esprits Saints. (Ces *Manifestations* du Créateur S'appellent, dans le sens global, l'Esprit Saint).

Parfois, Ils S'incarnent de nouveau, avec le même but, dans des corps humains...

Une telle incarnation de Dieu dans un corps humain est appelée, dans différentes langues, — Messie, Christ, Avatar.

* * *

Que doit-on faire afin de progresser dans cette direction? Cela est également décrit dans l'Enseignement de Jésus-Christ et dans les Enseignements d'Autres Enseignants Divins.³³

D'abord, on doit accepter le principe de ne pas faire de mal autant que possible: ne pas engendrer de souffrance à d'autres êtres incarnés.

Nous ne causons pas une telle souffrance seulement en tuant ou en causant de la douleur physique. Nous causons de la souffrance en calomniant, en trompant et d'autres manières, en volant, en traitant les autres sans le dû respect, en commérant, en étant jaloux, en refusant d'aider sans raison, et même en étant dans des états émotifs grossiers! Après tout, avec nos émotions nous créons des champs d'énergie — favorables ou défavorables, pour les autres êtres! Par conséquent, nos états "intérieurs" ne sont pas nos "affaires à nous seulement"!

La deuxième étape est la maîtrise de la régulation volontaire de nos propres émotions. Cela s'appelle l'art de *l'autorégulation psychique*. Et cela n'est pas difficile si on sait comment le faire.

Le contrôle efficace de la sphère émotive peut être réalisé seulement par la maîtrise des fonctions des chakras, parce que ce sont les chakras — organes bioénergétiques, — qui déterminent nos états psychiques, nos émotions, nos capacités physiques, mentales, etc.

³² [6, 11].

³³ [6, 11].

Et le niveau du développement des chakras et le niveau de leur pureté énergétique déterminent, en grande partie, notre santé...

Tous les chakras et méridiens principaux de l'organisme doivent être purs et fonctionner correctement. Le chakra principal est l'anahata. C'est dans ce chakra que *le cœur spirituel* peut se développer — Il est le plus important sur le Chemin spirituel de l'organisme multidimensionnel. Puisque c'est seulement *le développement du cœur spirituel* qui nous permet de nous transformer en Amour, de nous développer à l'état où nous recevons le droit de devenir plus près du Créateur et d'entrer dans Sa Demeure.

Tout cela a été décrit par nous en détail dans les livres et les films créés par notre groupe de recherche.

Et en aucun cas, devrait-on essayer d'employer des drogues avec des buts "mystiques", par exemple, pour entrer dans *d'autres mondes*! Vous entrerez sous l'emprise d'êtres démoniaques; vous détruirez le corps et l'âme! On ne doit pas aspirer aux *autres mondes*, mais à la Demeure du Créateur! Et pour cela, on a besoin d'autres méthodes! Nous avons étudié ces méthodes, les avons décrites, et les avons même démontrés dans nos films.

* * *

Il y a un principe important et vrai de l'Islam: "Il n'y a aucun Dieu excepté (Un) Dieu!" Cette courte formule reflète le principe *du monothéisme*. Par rapport à cela, il est approprié de considérer s'il y a une contradiction entre ce principe et ce que j'ai dit auparavant.

Considérons cette question en rapport aux deux significations du mot *Dieu* mentionné auparavant.

En ce qui concerne la première signification (Dieu comme Absolu) — tout est clair à ce sujet: l'Absolu est Un Organisme Vivant Universel, et il ne peut y en avoir aucun autre — cela suit la définition même de ce concept.

En ce qui concerne la deuxième signification (Dieu comme Créateur, Dieu le Père, la Conscience Primordiale) — de nouveau, nous devons abandonner les fausses notions primitives de Dieu le Père sous forme d'un vieil homme s'asseyant sur un nuage! Ce mensonge au sujet de Dieu est présenté à beaucoup de gens comme étant, prétendument... le Christianisme! Cependant, c'est une description païenne des plus primitives, c.-à-d. croyance "folklorique" absurde et fausse, qui s'oppose à la véritable connaissance scientifique!

En réalité, le Créateur est aussi infini que l'Absolu. Il est vraiment *Akbar*, c.-à-d., grand, immense, infini!

Et cette formule de l'Islam: "*Allah Akbar!*" stimule directement les disciples *raisonnables* à étudier la GRANDEUR INFINIE DU CRÉATEUR, et — par cela — à *diriger la croissance quantitative des âmes*, vers l'adoration de Lui, à "*s'enfoncer*" avec la conscience dans l'Océan Illimité de la Conscience *Divine!*

Le Créateur est *au plus profond* (dans le sens de la multidimensionalité de l'espace) et Est la partie *fondamentale* de l'Absolu. Il S'appelle — le *Cœur de l'Absolu* (le mot *Cœur* ici ne signifie pas un organe anatomique, mais le Cœur Spirituel, la Partie la plus Essentielle).

Le critère d'appartenance à ce *Cœur de l'Absolu* est de demeurer en Lui constamment. Car, Tous Ceux Qui demeurent là vivent en état *mutuellement dissous, fusionné*. C'est-à-dire, le *Cœur de l'Absolu* est en effet une Structure commune de l'Absolu tout entier.

Leurs individualités sont reconstituées quand Ils sortent avec une Partie Eux-mêmes de ce *Cœur de l'Absolu*.

(Ceci ne vient pas simplement de mon imagination ou de celle de quelqu'un d'autre: tout cela peut être observé directement si on le mérite.

Et nous observons cela!)

En d'autres termes, le Créateur est *Un*, mais est constitué de *Plusieurs*. Et ces *Plusieurs* sont constamment supplémentés par Ceux qui viennent au Créateur et L'enrichissent avec Eux-mêmes.

Ceci constitue *la Vie* de l'Organisme Universel appelé *l'Absolu*; cela constitue Son *Évolution*.

Et si nous aimons Dieu, nous devons tâcher de participer dans ce processus en nous développant et en aidant d'autres à faire de même.

L'amour pour Dieu est semblable à l'amour entre deux personnes: il implique d'essayer de connaître l'aimé, d'essayer de fusionner avec Lui, d'essayer de se donner à Lui.

L'opposé de cela est un pseudo-amour, que certaines personnes perverses appellent "amour". Il consiste à *vouloir* quelque chose de l'objet de sa convoitise (c'est-à-dire, passion égoïste primitive) et du désir *de posséder* personnellement cet objet...

* * *

Ainsi, cela constitue *la signification* la plus élevée *de nos vies*. Et maintenant, nous devons clarifier certains détails méthodologiques.

L'amour pour Dieu implique nécessairement de L'étudier. Sans connaître l'objet de notre amour, nous ne pouvons pas L'aimer totalement!

La connaissance initiale au sujet de Dieu peut être obtenue dans des livres, des conférences, ou des conversations avec d'autres. Et il est bon que les débutants dans la religion cherchent des personnes semblables à elles, converse avec elles, en particulier, pendant des services divins, réunions religieuses, qui sont souvent accompagnées de rituels.

Pendant les rituels l'esprit, qui habituellement erre d'une pensée futile à une autre, est distrait d'un vagabondage et devient calme — et cela nous permet de recevoir la première expérience *de contacts* mystiques par lequel *les êtres non incarnés* essaient d'attirer notre attention. Et en réponse aux questions que nous nous posons en de tels moments, on peut recevoir des réponses venant comme si de "nulle part".

(En passant, elles ne sont pas nécessairement des réponses et des contacts d'Enseignants Divins — Esprits Saints; elles peuvent être des signes d'âmes peu développées ou des représentants de l'enfer: cela dépend du statut moral de *l'objet* d'une telle influence).

Mais ensuite — après qu'un certain temps ce soit écoulé — il serait bon qu'un chercheur développé de façon positive entre dans l'étape suivante, la troisième, afin d'étudier Dieu — en dehors des temples matériels, sur l'étendue de la Création: dans les champs, les bois, les plaines, étendue d'eau — là où on peut augmenter et inonder avec le cœur spirituel de tous les côtés — dans l'environnement favorable à cela! Avec l'aide de telles possibilités, on peut s'accroître tout à fait rapidement comme cœur spirituel à une taille de kilomètres et ensuite — à la taille de centaines et de milliers de kilomètres...

C'est dans de telles conditions que nous apprenons à aimer non seulement la nature avec toutes ses meilleures manifestations, mais également — par cela — son Créateur. Il n'est pas possible de tomber amoureux du Créateur sans aimer d'abord Sa Création!

C'est dans ces conditions et par les relations avec nos compagnons que nous apprenons de la meilleure manière, l'éthique et l'amour vrais, ainsi qu'à se soucier des autres!

Là, nous apprenons également à surmonter des difficultés, gagnons la force nécessaire de la conscience et du corps.

Là, nous avons la meilleure occasion afin de développer correctement la sphère émotive par l'harmonisation avec *la beauté* de la nature.

D'ailleurs, en étudiant les énergies de l'espace environnant, en trouvant *des lieux de puissance* positifs et négatifs, en s'exerçant de la sorte dans l'étude pratique des principales différences à l'intérieur de l'espace multidimensionnel — nous gagnons graduellement la vision au sujet de la structure de l'Absolu.

Et sur plusieurs *lieux de puissance* positifs, nous trouvons pour nous-mêmes la possibilité de communication directe et facile — verbal et visuel — avec les Représentants de l'Esprit Saint, Qui deviennent nos Enseignants Divins et nous guident plus loin dans Leur Demeure: dans la Demeure du Créateur.

Cette direction de la recherche est l'une des branches de l'écologie — la science au sujet des rapports d'un organisme avec son environnement. Cela s'appelle la *psychologie écologique (écopsychologie)*.

* * *

Laissez-moi répéter encore une fois:

En lisant des livres, assistant à des conférences et à des réunions religieuses, nous recevons l'occasion d'obtenir de l'information préliminaire (vraies ou fausses) sur Dieu.

En passant, qu'est-ce que je veux dire par fausse information au sujet de Dieu? Par exemple, qu'Il n'est pas l'Océan illimité de Conscience, mais une personne volante, très sanguinaire dans certaines sectes, et qu'Il est notre serviteur, qu'Il doit satisfaire tous nos caprices terrestres... Et par conséquent, tout ce que nous devons faire est de Le harceler avec nos demandes: "Seigneur, donnez-moi ceci! Seigneur, donnez-moi cela!..."

Cependant, cela est un mensonge répugnant! Le vrai amour envers n'importe qui y compris Dieu n'est pas de *vouloir des choses* d'eux! L'amour est, en premier lieu, une aspiration sincère à se donner, servir pour le bien du Bien-aimé!

Et Dieu est prêt à amener plus près de Lui non pas ceux qui ont réalisé la "perfection" dans le développement des qualités parasites en soi, mais ceux qui renoncent aux intérêts personnels et Le sert Lui sans penser à eux!

* * *

Considérons les possibilités supplémentaires du développement spirituel de l'homme.

La maîtrise de l'art de l'autorégulation psychique dans des classes, qui peuvent être conduites dans une maison ou en d'autres conditions, permet de nous améliorer et de nous préparer pour le travail spirituel vraiment sérieux — c'est-à-dire, pour l'état où l'on possède pas *la foi*, mais *la connaissance* au sujet de Dieu!

Cependant, la connaissance directe de Dieu et la vraie communication avec Lui-Enseignant deviennent vraiment et pleinement possibles seulement dans le travail écopsychologique.

C'est seulement, sur les divers *lieux de puissance* dans la nature, que l'on reçoit l'occasion de développer pleinement les chakras et les méridiens, et de guérir toutes les maladies physiques, de développer le cœur spirituel en dehors du corps, et apprendre davantage avec des Représentants concrets du Créateur, qu'on entend et voit clairement, et alors communiquer avec Eux devient aussi facile qu'avec des personnes incarnées!

Et il est absolument impossible de réaliser cela à l'intérieur de bâtiments!

C'est également impossible — autrement que sur *des lieux de puissance*, correspondant — de connaître le paradis (comme lieu de vie) pendant la vie dans le corps matériel et maîtriser la vie en lui! Et il est encore plus impossible de maîtriser les diverses variations afin d'entrer dans la Demeure du Créateur, d'apprendre non seulement à y vivre, mais aussi d'en sortir!

* * *

Et le dernier conseil pour vous aider à éviter de vous méprendre: n'oublions pas les mots du Nouveau Testament: "Dieu est *Lumière*, et en Lui il n'y a aucune obscurité" (1 Jean 1:5). Oui, les Représentants du Créateur, quand Ils viennent à nous, prennent des Formes se composant de *lumière* blanche des plus subtiles, parce que la Conscience du Créateur et des Esprits Saints est l'état *le plus subtil* de tout ce qui existe dans l'univers.

Et seulement, les âmes qui sont devenues près de Lui sur la voie de la subtilité peuvent le contempler et communiquer avec Lui directement. Cela peut être fait, en particulier, par l'harmonisation avec les brumes semblables imprégnées avec la lumière tendre du soleil du matin!

(Laissez-moi vous rappeler que vous pouvez lire, entendre, et voir au sujet de tout cela dans nos livres et films).

Je vous souhaite du succès sur ce Chemin!

Notre Créateur est très près de nous — à l'intérieur et en dehors de nos corps et nous avons simplement à faire les efforts afin de devenir convaincus de cela, afin de Le connaître... et fusionner avec Lui!

Jésus, en particulier, a dit (ceci est écrit dans *Le Livre de Jésus* de Ben Cullen) que la distance de chacun d'entre nous nous séparant du Créateur n'est pas plus grande que l'épaisseur du papier le plus fin. Et cela est la vérité: cela devient également évident sur *les lieux de puissance* correspondants dans le travail sur le programme d'écopsychologie!

Jésus a également dit à ce sujet ce qui suit: "Bénis sont les purs de cœur, parce qu'ils verront Dieu" (Matt 5:8).

Et Krishna dans la Bhagavad-Gîtâ (11:54) a indiqué la même chose: "Seulement l'amour peut Me contempler dans Mon Essence la plus intime et fusionner avec Moi".

"La chose la plus importante est *un cœur affectueux*. La première méditation est la méditation *de l'amour*; en elle vous devriez établir votre cœur aspirant au bien-être de tous les êtres," — ces mots sont de la prédication de Gautama Buddha.

La même chose a été dite par l'entremise d'Enseignants Divins dans *L'Essence de l'Éthique* de l'agni yoga: "d'abord, on doit s'accoutumer à la subtilité des émotions, afin de remplir l'esprit d'aspiration au monde de la beauté. De cette façon, le concept conventionnel du standard (de beauté) est remplacé avec la véritable compréhension *de la beauté*...

La "subtilité des émotions doit être introduite dans la vie.

"Dans la forêt, recherchez Mes instructions.

"Dans les montagnes, écoutez Mon appel.

"Dans le murmure d'un ruisseau, entendez Mon murmure.

"Aimez-Moi — et votre puissance se développera avec *l'amour*!

"Le monde entier est le Corps de Dieu. Et Mon Cœur est *une Maison* pour vous."

La même chose est enseignée par notre Avatar Contemporain, Sathya Sai Baba: "Il n'y a rien au monde qui ne soit pas une Manifestation de Dieu. Ne doutez pas que le cosmos entier soit imprégné de Dieu et que

tout (ce qui existe) soit contenu en Lui. Il n'y a aucun atome dans l'univers qui ne soit imprégné du Divin!

"Je vous parle au sujet de l'Amour; Je vous guide sur le Chemin de l'Amour.

"Le cœur est la chose la plus importante!

"... La destinée de l'homme est d'aller de l'humain au Divin.

"Le but de la vie est de se développer dans l'amour, de multiplier cet amour, et de fusionner avec Dieu, Qui est l'Amour même; et la meilleure manière de réaliser cela est par le service. Il n'y a aucun moyen plus efficace de se débarrasser de l'égoïsme que le service.

"Nous devons... aimer jusqu'à ce que nous devenions nous-mêmes Amour et fusionnions avec Dieu Qui est Amour. Tout est aussi simple.

"Dieu est Amour, et le chemin le plus rapide et le plus droit menant à Lui passe par l'amour en action, par le service désintéressé aux gens.

"Cherchez-Le avec votre cœur et pas avec les yeux tournés vers l'extérieur."³⁴

Sattva du Printemps (Introduction au Film)

Paix à vous, amis!

Maintenant, nous allons vous saturer avec une beauté subtile!

Pour quelle raison? La raison est que c'est l'une des méthodes les plus importantes du travail spirituel.

Du point de vue évolutionnaire chacun commence leur histoire personnelle dans le paradis. Cela sera plus clair si vous étudiez le schéma de la structure de l'Absolu.³⁵ Les âmes sont formées et commencent à se développer dans le paradis. Elles ne sont pas encore des âmes humaines; elles sont des germes d'âmes humaines qui passent par les étapes initiales de leur évolution dans des corps de végétaux et dans celui d'animaux.

Mais après avoir atteint, après plusieurs incarnations de la sorte, la possibilité de devenir humains, nous, pour certaines raisons, commen-

³⁴ [6, 11].

³⁵ Voir à la fin de ce livre.

çons à développer des attachements aux objets matériels et faisons grandir l'égoïsme en nous-mêmes. Cela se manifeste par l'arrogance, une attitude méprisante envers les autres êtres vivants, et ainsi de suite.

Puisqu'il est impossible de satisfaire complètement les désirs vicieux de posséder les objets dont nous avons envie, cela provoque en nous des émotions négatives persistantes et mène à la formation de caractéristiques telles que l'irritation, la colère, la jalousie, la susceptibilité, et ainsi de suite.

De cette façon, la plupart des personnes perdent le paradis...

... Et les âmes qui vivent au paradis sont celles qui se sont accoutumées aux états purs, subtils, aimants et tendres de la conscience.

Et l'enfer est le destin des personnes grossières, qui se sont habituées à vivre pendant leur existence dans le corps physique dans des états émotionnels grossiers.

Les états paradisiaques s'appellent parfois sattviques, les états infernaux — tamasiques, et les intermédiaires — rajasiques.

Ainsi, pour revenir au paradis — une fois que nous venons à connaître ces lois — nous devons maîtriser l'autorégulation psychique en vue de déraciner tous les états grossiers en nous-mêmes et ainsi cultiver les états subtils par tous les moyens.

Plus de détails au sujet des méthodes les plus efficaces d'autorégulation psychique peuvent être trouvés dans nos livres. Et maintenant — une des méthodes les plus importantes d'autorégulation psychique — *l'harmonisation à la Beauté!*

Nous trouvons la beauté, en premier lieu, dans la nature.

... D'ailleurs, il est possible de connaître Dieu dans l'aspect du Créateur seulement à partir de sattva — de l'état paradisiaque de l'âme.

Après tout, le Créateur est la partie la plus subtile de la Conscience Universelle!

Et sattva, est l'état d'âme le plus proche de la Divinité!

Dieu peut vraiment être connu par les personnes qui suivent cette connaissance!

Et Il ne peut en effet être connu par ceux qui vivent dans les gunas tamas et rajas!

... Et un autre point très important — Dieu est Amour! Et on ne peut L'approcher qu'en cultivant en soi les émotions d'amour — d'abord

pour les êtres et les phénomènes sattviques, et ensuite pour Lui, pour Dieu.

Ainsi, commençons à nous immerger dans le sattva en nous harmonisant avec cela, en fusionnant avec cela, en devenant cela!...

Clefs aux Secrets de la Vie. Accomplissement de l'Immortalité (Conférence en Forêt pour Captation Vidéo)

Pourquoi vivons-nous sur Terre? Quelle est la signification de nos vies?

À partir de l'histoire de la philosophie, nous connaissons certaines tentatives infructueuses afin de trouver des réponses à ces questions.

Par exemple, les fondateurs de l'existentialisme ont affirmé que la vie de chacun d'entre nous sur Terre n'est rien de plus qu'un événement fortuit. D'ailleurs, personne de nous n'a demandé à vivre ici. Ils ont déploré la vie sur Terre et ont considéré le suicide comme seule sortie correcte à cette situation.

Ils étaient des athées.

Mais plusieurs croyants contemporains, les gens qui croient dans l'existence de Dieu, ne posent jamais cette question. Ils... rêvent juste au sujet du bien-être terrestre et essaient d'éviter d'aller en enfer après la mort du corps... Et que doit-on faire pour cela? Ils croient que l'on doit participer à divers rituels religieux, se repentir des vrais péchés et de ceux imaginaires et également de prier — ce qui signifie, en premier lieu, de prier pour le salut de l'enfer, Dieu, ou diverses déités et saints inventés par certains mouvements religieux.

Ce genre d'absurdité a toujours été prêché par certains mouvements religieux. Les prêtres instillent dans les esprits de leur "troupeau" l'idée au sujet d'un Dieu enragé qui punit les personnes; donc, on doit le craindre! Et nous, prêtres, sommes vos médiateurs: nous "prions" Dieu afin qu'il vous pardonne et nous vous enseignons comment "prier" de la bonne manière...

Pourquoi est-ce que j'appelle une telle forme de pseudo-religiosité — absurde? Parce qu'en réalité, nous, selon la volonté de Dieu, devons

NOUS DÉVELOPPER NOUS-MÊMES en tant qu'âmes selon Ses Enseignements — plutôt que de gémir à Lui au sujet de notre immoralité! Et nous n'avons pas à prier des faveurs terrestres de Lui, mais tâcher de devenir "parfait comme notre Père Céleste est parfait" — comme Jésus-Christ l'a ordonné!

Et un autre point: est-ce la peur qui aide à établir de bons rapports? Non! C'est l'amour! Ce n'est pas par hasard que Jésus et tous les Autres Enseignants Divins nous enseignent à ne pas avoir peur, à ne pas détester, mais à **AIMER!**

Il y a une autre tentative afin d'expliquer la signification de nos vies. Elle est également erronée, cependant d'un niveau plus élevé. Je considère qu'elle est d'un niveau plus élevé parce qu'elle a une certaine signification positive, bien que faible. Selon elle, nous sommes apparus sur Terre parce que Dieu était las d'être seul dans Sa Demeure... et a ainsi décidé de diviser une partie de Lui en petites particules — âmes. Pourquoi? Juste pour le plaisir, juste afin de pouvoir Se regarder de l'extérieur, afin de Se divertir de cette façon... Et que devons-nous faire alors? Nous devons juste nous rendre compte de notre coexistence avec Lui.

Comment devrions-nous considérer ces idées naïves?

Elles ressemblent légèrement à la vérité... cependant d'une manière très pauvre!

Pourquoi pauvre? Parce que ce conte ne donne pas la **DESCRIPTION DE DIEU**. Par conséquent, cela ne donne pas le moindre indice à savoir où on doit chercher Dieu afin de réaliser cette coexistence avec Lui...

La raison de ce genre de malentendu est que la plupart des personnes incarnées sont des âmes psychogénétiquement jeunes, qui ne sont pas capables de comprendre avec l'esprit, par exemple, les phénomènes tels que la multidimensionnalité de l'espace. Et sans une compréhension correcte de ce concept, on ne peut pas comprendre l'essence de Dieu et la manière de Le connaître Lui.

Nous avons discuté à ce sujet dans nos livres; nous vous prions de les lire! Maintenant je vais juste vous dire brièvement que les dimensions spatiales sont des strates de l'Absolu, qui diffèrent entre elles par les niveaux sur l'échelle *de la grossièreté-subtilité*.

Le Créateur (ou Dieu le Père, la Conscience Primordiale, Ishvara, Tao, Allah et ainsi de suite — Il peut s'appeler différemment dans différents langages humains) est la Partie la plus subtile de l'Absolu — Sa Partie **PRINCIPALE** est **INFINIE** en taille et existe **ÉTERNELLEMENT**.

À l'autre bout de l'échelle de la *grossièreté-subtilité*, il y a l'enfer — la demeure des âmes les plus méprisables: agressives, malveillantes, se composant d'énergies sombres.

* * *

En réalité, les âmes individuelles ne proviennent pas de particules de la Conscience Primordiale, mais de particules d'un autre composant de l'Absolu — qui se nomme protopurusha.

La tâche de ces âmes (y compris chacun d'entre nous) est d'avancer dans leur développement jusqu'à la Conscience Primordiale, le Créateur.

Cela sera plus clair pour vous si vous regardez le schéma afin d'étudier la structure de l'Absolu, qui montre en particulier la dynamique des processus dans l'Absolu.

À l'extrémité, les âmes qui ont réalisé la Perfection se fondent dans le Créateur et L'enrichissent ainsi avec elles-mêmes. Ayant réussi à s'établir pour toujours dans la Demeure du Créateur et vivant maintenant en Fusion avec Lui en tant que Parties intégrantes, ces Âmes Divines continuent à travailler en apportant de l'aide aux autres êtres qui évoluent. Dans le monde des personnes incarnées, Elles apparaissent en tant que Représentants du Créateur, Qui s'appellent Esprits Saints (dans le sens agrégé, Elles s'appellent Esprit Saint).

Cela constitue la signification de l'existence de la Création entière, incluant la signification de notre vie et celle de tous les êtres!

Quant à ceux qui ne suivent pas ce chemin, qui au contraire développent en eux-mêmes la grossièreté, l'agressivité, la cruauté — leur destinée est l'enfer.

Je n'ai pas inventé l'information que je vous donne présentement. Non, cette connaissance a été donnée aux gens par Dieu; les Esprits Saints ont enseigné cette connaissance aux personnes incarnées dans le passé et l'enseignent encore aujourd'hui.

Parmi de tels Enseignants nous connaissons, en particulier, Thoth l'Atlante (Il était Hermès Trismégiste dans Son Incarnation Divine subséquente), Pythagore, Krishna, Gautama Buddha, Jésus-Christ, les Enseignants Divins des époques plus lointaines et de nos Contemporains. (Cette information est présentée d'une manière plus complète dans notre livre *Classique de la Philosophie Spirituelle et Aujourd'hui*).

* * *

Ainsi, que devons-nous faire afin d'avancer avec succès vers notre vrai But?

Nous devons:

- étudier la volonté de Dieu et aspirer à la pureté éthique,
- nous développer intellectuellement,
- prendre soin de la pureté et de la santé énergétique de l'organisme, tâcher de le rendre aussi pur que possible,
- maîtriser les méthodes d'autorégulations psychiques qui nous permettent, en particulier, de nous transformer en cœur spirituel grandissant, ainsi qu'à nous raffiner comme conscience. L'invulnérabilité de la conscience, d'ailleurs, est son incapacité à sortir des états subtils et purs, indépendamment des circonstances,

ensuite nous devons:

- acquérir la capacité de vivre dans l'état de calme intérieur (hésychia), parce que le travail méditatif réussi ne peut être effectué qu'avec cela comme arrière-plan,
- ensuite, on doit se développer quantitativement (comme conscience); une conscience individuelle peut être développée à une taille géante — des milliers ou des millions de fois plus grande que la taille d'un corps humain,
- ensuite, on doit explorer la structure de l'Absolu avec la conscience développée, nous établir dans des strates de plus en plus subtiles de l'Absolu jusqu'à la Demeure du Créateur,
- et aider les autres sur ce Chemin.

Laissez-moi vous faire remarquer immédiatement que les tentatives d'employer des drogues dans le but d'aller vers "d'autres mondes" sont mauvaises: ils mènent à la destruction de la santé du corps et de la conscience.

Probablement, certains points mentionnés ci-haut ont besoin d'être commentés.

Par exemple, quelqu'un pourrait dire: "maintenant, tout est devenu clair! Maintenant j'irai à Dieu! J'apprendrai à méditer! Maintenant je comprends qu'il n'y a aucun besoin de terminer des études, il n'y a aucun besoin d'aller à l'université!" Cependant, cela serait de tirer de fausses conclusions. Toutes formes d'éducation nous enrichissent non seulement

avec diverses informations, mais elles développent également LA FONCTION DE LA PENSÉE DE LA CONSCIENCE. Et sans un intellect bien développé, on ne peut pas traverser le Chemin dans son entier: on s'en éloignera INÉVITABLEMENT et nous perdrons.

* * *

En ce qui concerne l'hygiène générale de l'organisme afin d'éviter des contaminations et le garder en bonne santé, ce qui suit est utile. On doit:

— laver le corps quotidiennement avec du savon si possible,

— manger de la nourriture contenant un ensemble complet d'acides aminés et de vitamines nécessaires; la nourriture faite à partir des corps d'animaux tués doit être exclue complètement: une telle nutrition est mauvaise du point de vue éthique ainsi qu'au point de vue énergétique, car elle empêche l'amélioration de la conscience et cause la manifestation de la goutte et autres maladies,

on doit également:

— éviter des rapports émotifs étroits avec des personnes énergétiquement grossières; de tels rapports sont en particulier défavorables dans les rapports sexuels,

— on doit être en nature souvent, particulièrement au matin et en soirée; l'harmonisation de la conscience avec la beauté subtile de la nature est un puissant purificateur de l'âme; nous avons démontré cela dans nos films précédents,

— il y a également des techniques spéciales de raja yoga, qui permettent de réaliser rapidement la pureté des structures énergétiques de l'organisme, qui sont les chakras et les méridiens,

— et ensuite, à l'étape du buddhi yoga, nous devons continuer le travail afin d'enlever les mauvaises énergies de l'organisme et RENDRE LES CELLULES DU CORPS DIVINE.

* * *

D'ailleurs, quelle est la différence entre le raja yoga et le buddhi yoga?

Le raja yoga est l'étape afin de nettoyer l'organisme et de nous perfectionner davantage dans le corps physique et le cocon énergétique autour de lui.

Quand tout ce qui est nécessaire est fait à cette étape — nous pouvons alors continuer le travail à l'étape du buddhi yoga, c'est le travail concernant le développement de soi en tant que conscience en dehors du corps et *du cocon*. Ce sont les méthodes du buddhi yoga, qui nous aident à devenir un Mahatma — une Grande Atman. Elles nous permettent également d'entrer dans la Demeure du Créateur — pourvu que l'on sache comment faire cela et que le Créateur nous laisse y entrer. Après cela, nous continuons à vivre dans la Demeure en état de FUSION ÉTERNELLE AVEC LE CRÉATEUR.

Il est important de comprendre que l'on peut sortir du corps physique et entrer dans les strates Divines de l'Absolu seulement si le corps est nettoyé au degré de pureté nécessaire. Si le corps est souillé avec des énergies grossières, alors on peut seulement en sortir dans des dimensions immatérielles grossières. Par conséquent, il est préférable de ne pas tenter de sortir du corps s'il n'a pas été assez bien nettoyé.

Les méthodes de raffinement et de croissance de la conscience, d'augmentation des capacités d'agir dans les mondes immatériels, également les méthodes d'exploration directe de l'Absolu multidimensionnel sont appelées méditations. Il y en a plusieurs. Des méditations les plus élevées décrites dans les littératures anciennes, on peut mentionner la méditation de la *Croix*, que Jésus-Christ a enseignée à ses disciples les plus proches (cette méditation est mentionnée par l'Apôtre Philippe dans son Évangile), la méditation *Pyramide* décrite par Thoth l'Atlante, la méditation de Krishna de la Bhagavad-Gîtâ *Soutenir tous les êtres vivants avec les mains de l'amour*, la méditation *Océan* de Lao Tseu. (Vous pouvez lire à ce sujet dans *Classiques de la Philosophie Spirituelle et Aujourd'hui*). Naturellement, afin d'exécuter ces méditations on a besoin d'un entraînement préparatoire sérieux.

D'ailleurs, les capacités de la conscience qui est libre du corps matériel (bien que le corps, en fait, reste vivant, sain et capable) — dépend en premier lieu de la taille de la conscience. La taille d'une conscience individuelle définit également ce qui est appelé la *puissance personnelle*.

Il est très important de comprendre que sur le Chemin d'accomplissements spirituels élevés, seulement les consciences qui sont subtiles peuvent s'accroître et se développer avec succès; l'état de subtilité doit devenir normal, de base. Si on n'a pas atteint ce statut, il est très facile de tomber de nouveau dans la grossièreté — et alors, une telle personne va en enfer plutôt qu'à la Demeure du Créateur. Dans ces cas, très souvent on ne perçoit pas notre propre dégradation et abrutissement...

Cependant, il y a des techniques spéciales qui aident à développer une conscience subtile. Une des techniques consiste à travailler avec ce qu'on appelle les Mahadoubles, des Enseignants Divins. Un Mahadouble est une Conscience Divine qui prend une forme anthropomorphique géante se tenant au-dessus de la terre. Sous cette forme, nos Enseignants Divins nous apparaissent.

Une conscience raffinée à Leur niveau Divin de subtilité est capable de VOIR ces Mahadoubles et de PARLER avec Eux. Pour un tel chercheur spirituel avancé, Ils deviennent des Enseignants Spirituels Divins personnels. Remplir la forme de Leurs Mahadoubles de soi-même fournit une expérience d'une valeur initiale inestimable de Fusion avec Dieu.

Pourtant, c'est seulement le commencement du Chemin de l'accomplissement de la Divinité.

Ensuite, nous devons apprendre — avec l'aide des Enseignants Divins — à vivre en commun dans Leur Demeure: dans la Demeure du Créateur, dans l'état de Fusion ferme avec Lui.

Ce But peut être et doit être réalisé pendant la vie dans le corps physique. Cela ne peut pas être fait après la mort du corps, parce que c'est le corps physique qui permet de transformer l'énergie dérivée de la nourriture ordinaire en énergie de la conscience qui se développe.

* * *

Dans les travaux laissés par certains Enseignants Divins incarnés — Messies, Avatars — il y a des informations au sujet de la possibilité pour l'homme d'atteindre l'Immortalité. Que cela signifie-t-il?

Il y a deux formes d'une telle Immortalité.

Dans la première forme, on abandonne le cycle des naissances et de la mort, c.-à-d., on n'a plus besoin de naître dans un corps sur Terre et de mourir à nouveau. Cette forme d'Immortalité est réalisée par la Fusion ferme et entière avec la Conscience Primordiale dans Sa Demeure. D'autres incarnations de telles Âmes Divines peuvent avoir lieu — mais seulement de manière volontaire et pas pour l'autodéveloppement personnel, mais en vue de fournir une aide plus efficace aux personnes incarnées.

Cependant, il y a une autre forme d'Immortalité — quand, sur la base des accomplissements mentionnés ci-dessus, on réalise également l'immortalité du corps physique. Cela exige que les cellules du corps matériel soient amenées au niveau Divin de subtilité.

Cela a été décrit dans notre livre *Classique de la Philosophie Spirituelle et Aujourd'hui*. Parmi ceux possédant de tels corps immortels nous connaissons Jésus-Christ, Adler, Thoth l'Atlante. Ils nous ont expliqué comment nous pouvons réaliser ce but — et cela semble tout à fait réalisable.

* * *

En espérant que je suis parvenu à vous inspirer à faire des efforts sur le Chemin spirituel. Marchez-le! En faisant cela, nous réalisons la Volonté du Créateur, Qui nous a envoyés pour vivre sur Terre!

Maintenant, une fois que nous avons compris la signification de nos vies — ne fait-il pas sens, de consacrer tout notre temps et effort à la réalisation de cette signification?

Marchez ce Chemin! Même si nous ne parvenons pas à traverser le Chemin dans son entier, mais parcourons seulement une certaine partie de celui-ci — de toute manière, cela rend notre vie plus heureuse dans l'incarnation courante, et il sera beaucoup plus facile de continuer à marcher ce Chemin la prochaine fois!

Conclusion Générale

1. Au Sujet de l'Histoire de la Religion

1:1. Dans toute l'histoire de l'humanité sur la planète Terre, les personnes capables de pensée philosophique ont assurément soulevé des questions au sujet de la signification de leurs vies, au sujet de la possibilité de vivre dans l'état désincarné, et au sujet de l'existence de Dieu.

De tels penseurs ont inventé des concepts philosophiques plus ou moins adéquats, organisant des groupes philosophiques et ésotériques, écoles, et même des mouvements religieux.

1:2. Dieu — de Son côté — leur a donné à plusieurs reprises Ses Enseignements par Ses Messagers (Messies, Avatars) et prophètes. Chaque fois, l'information a été présentée sous la forme qui était adéquate pour le groupe de personnes en particulier — selon le niveau de leurs connaissances philosophiques et religieuses et des conditions de vie dans cette période historique particulière (si cela se déroulait en période de guerre ou

de paix, s'ils en étaient aux premières étapes de la formation de religion ou s'il y avait existence d'une tradition religieuse établie dans la région en question).

1:3. Mais à chacun de ces épïcètres de la connaissance religieuse établis par Dieu, les personnes ont inévitablement déformé Ses Enseignements. Par exemple:

— les devoirs religieux des personnes ont été réduits à la seule participation aux rituels "salvateur"; les mouvements corporels et les prières standard sont graduellement devenus l'occupation religieuse principale des croyants, remplaçant de vrais efforts sur le chemin de l'évolution spirituel personnel;

— ce qu'on appelle des fondamentalismes religieux sont apparus là où la vie religieuse a été considérée non pas en tant qu'accumulation de connaissance au sujet de Dieu et du sens de notre vie, pas dans la maîtrise des méthodes d'autodéveloppement spirituel et de l'aide aux autres afin d'accomplir cela, mais par ceux qui ont été réduits à la rude, violente obligation à maintenir certaines "règles de conduite" qui n'ont aucune valeur religieuse;

— de faux concepts de "religions nationales" et de "Dieux nationaux" se sont formés, tandis qu'en réalité Dieu est Un — non seulement pour toutes les personnes de la Terre, mais pour l'Univers entier;

— une telle dégénération a très souvent eu comme conséquence la haine des "hérétiques" et des "infidèles" devenant l'essence principale de l'idéologie religieuse, qui a mené à la terreur et aux guerres agressives.³⁶

1:4. Pour toutes les personnes raisonnables de notre planète, il devrait être clair qu'il y a nécessité d'étudier, d'accepter, et d'instiller dans la mentalité des gens de tous les pays un concept religieux basé sur la connaissance scientifique moderne et sur la récapitulation de l'expérience religieuse accumulée à travers toute l'histoire de l'humanité, aussi bien que sur ce que Dieu nous enseigne maintenant.

³⁶ La manière dont les mouvements religieux se dégradent est décrite dans le livre [9].

Il est aussi important de mentionner que la succession des traditions (parampara) de certains enseignements religieux n'implique pas que ces enseignements soient vrais. En fait, on observe la situation contraire — les Enseignements originaux deviennent déformés et pervertis même pendant la vie de leurs Fondateurs et encore plus après qu'ils soient décédés.

2. Comment le Mot *Dieu* Doit Être Compris

2:1. Tout d'abord, il est nécessaire d'accepter le fait que l'Univers est multidimensionnel — en réalité (et non seulement mathématiquement). Ses dimensions (plans, lokas) peuvent être connues par une conscience humaine avancée. Un tel niveau de conscience peut être atteint par une formation spirituelle appropriée. Un des composants de cette formation devrait être une pratique à plusieurs étapes de méditation.

2:2. Il y a les dimensions de l'enfer et du paradis et ceux servant comme "dépôts de matériaux de construction" afin de former la matière et les âmes. Il y a également une dimension qui représente la Demeure du Créateur.

2:3. Historiquement, il est arrivé que le mot *Dieu* ait plusieurs significations et les gens ont souvent été confus par cela.

2:4. La signification principale de ce mot est le Créateur, la Conscience Universelle Primordiale, demeurant dans la dimension spatiale fondamentale. Cette Conscience représente l'état le plus subtil de tous les états énergétiques dans l'univers — sur l'échelle de la *grossièreté-subtilité*. Les habitants de l'enfer sont à l'extrémité opposée de cette échelle: ils vivent dans les états les plus grossiers de conscience.

2:5. La deuxième signification du mot *Dieu* inclut le Créateur avec Son entière Création multidimensionnelle qui est amenée à exister par Lui, est fondée sur Lui et sans Qui nous sommes incapables d'exister, séparé ou hors de Lui. Dans ce sens, Dieu est *Absolument Tout* (l'Absolu) — Tout, excepté l'enfer et ses habitants. (Par la définition de Jésus-Christ, l'enfer est *l'obscurité extérieure* — extérieur par rapport à l'Absolu de Dieu).

2:6. Le concept *de Dieu* inclut également les Manifestations du Créateur dans la Création que les gens appellent Esprit Saint (Brahman).

L'Esprit Saint Se manifeste le plus souvent pour les personnes incarnées sous forme d'Enseignants Divins qui sortent de la Demeure du Créateur.

Ils peuvent, en particulier, condenser l'énergie de la Conscience à des niveaux perceptibles pour nous ou même visibles à la vue régulière.

2:7. La manifestation d'un Enseignant Divin sur le plan matériel par l'incarnation dans un corps humain s'appelle Messie, Christ, Avatar.

Un tel Enseignant en tant qu'Esprit Saint, est une partie intégrale du Créateur (Conscience Primordiale).

2:8. L'expression "Dieu est Un" est vraie. Tous Ceux demeurant dans la Demeure du Créateur sont des Parties intégrales fusionnées d'Une Conscience Primordiale.

Le critère ici est que Leur demeure est la dimension spatiale primordiale. Chacun d'entre Eux sort de celle-ci afin de venir au monde de la Création seulement avec une partie de Lui, restant coexistant avec le Créateur.

2:9. De nombreuses manifestations dans le monde de la création (objets; corps, y compris le nôtre; les âmes incarnées et non incarnées, excepté les habitants de l'enfer) devraient être considérées comme étant des cellules de l'Organisme Universel multidimensionnel infini de Dieu dans l'aspect de l'Absolu.

2:10. L'essence de tous les processus qui ont lieu dans l'univers est l'Évolution de la Conscience Divine Universelle.

2:11. Le concept *de Dieu* ne doit pas inclure les personnages mythologiques (conte de fées) et fictifs de folklore religieux nationaux (ceux qui partagent une telle conception naïve et essentiellement fausse s'appellent *les païens*, signifiant ceux qui ont une croyance folklorique primitive.)

Les tentatives de présenter Dieu comme un homme volant invisible ayant un aspect humain sont également naïves et fausses.

Dieu ne devrait pas être considéré en tant "qu'information" ni comme "champ d'information", ou "intelligence humaine collective", et l'on ne devrait pas Lui donner d'autres définitions semblables superficielles et incompetentes.

La connaissance de Dieu n'a rien à voir avec des "Conversations avec des extra-terrestres", "voyage astral", spiritisme, rituels magiques ou fantaisies astrologiques.

Décrire Dieu en tant que monstre malveillant punissant les personnes pour leurs péchés est une perversion saisissante qui empêche les personnes de L'aimer et gêne leur avancement sur le Chemin spirituel.

De la même manière, introduire le diable et d'autres facteurs d'intimidation dans le centre d'attention est une déformation religieuse grossière. Cultiver la crainte mystique — en opposition à celle de l'Amour créatif — est la cause première de la dégradation spirituelle et du développement de psychopathologie de masse parmi les disciples de telles formes de pseudo-religion.

2:12. Ainsi, le concept de Dieu inclut:

- le Créateur, qui s'appelle dans d'autres langues et autres écoles religieuses Dieu le Père, Conscience Primordiale, Allah, Ishvara, Tao, etc.,
- l'Absolu,
- non incarnés (Ils sont innombrables) aussi bien qu'incarnés, les Enseignants Divins sortants de la Demeure du Créateur.

C'est l'essence de la vraie conception monothéiste de ce qu'est Dieu.

2:13. De Sa Demeure le Créateur crée des "îlots" de matière dans tout l'espace infini de l'univers et après un certain moment — où ils ne sont plus nécessaires — Il les dématérialisent.

Le but de ce processus est de créer des conditions afin d'incarner de nouvelles âmes sur le substrat matériel afin de les présenter avec une occasion de se développer.

S'étant développé au niveau Divin, ces Âmes fusionnent dans le Créateur L'enrichissant d'Eux-mêmes.

2:14. Les incarnations dans le monde matériel sont nécessaires pour le développement des âmes, puisque c'est dans le corps physique que l'énergie requise pour la croissance "d'amoncellement" de conscience est produite. Cette énergie est dérivée principalement de la nourriture — celle que nous mangeons.

Mais ce n'est pas n'importe quel genre de nourriture matérielle qui fournit à l'organisme l'énergie éminemment appropriée pour la croissance de l'âme dans la direction appropriée: la qualité énergétique la plus adéquate est assurée par un régime *sans-tuer*, c.-à-d. celui qui ne contient pas de viande, de poissons, et autres produits faits de corps d'animaux tués.

La nutrition qui implique le massacre des animaux est incompatible avec les principes éthiques élevés et mène souvent à la situation où les âmes des animaux tués entrent dans les corps des personnes qui les ont tuées ou de ceux qui ont mangé leur chair. De telles entrées (appelées *possessions*) causent divers désordres psychiques et somatiques, et des maladies, y compris le cancer.³⁷

³⁷ Le mécanisme des maladies oncologiques est une distorsion locale du génotype d'un groupe de cellules. Cela mène à la formation de tumeur et autres genres de pathologies.

Les facteurs causant de tels désordres peuvent être l'exposition à la radiation, désordres génétiques héréditaires, carcinogènes chimiques, possiblement une influence virale, mais également les possessions. Dans ce dernier cas, l'esprit animal commence à s'ajuster à la partie de l'organisme humain, où il s'établit, pour faire un "nid" pour lui-même. Il le fait en changeant et en adaptant pour lui-même les tissus du corps.

La nourriture naturelle pour les gens sont les diverses plantes comestibles, le lait et les produits laitiers et les œufs d'oiseaux.

2:15. L'évolution de chaque âme individuelle commence quand son germe est formé dans un minéral. Suivent alors de nombreuses incarnations dans des corps de plantes — petites au commencement, puis de taille plus grandes; ensuite — dans le corps d'animaux croissant en taille et en espèces de plus en plus complexes; et finalement — dans des corps humains.

Chacun d'entre nous humains, avons précédemment vécu dans le corps de divers plantes et animaux.

Et maintenant, dans le corps des plantes et des animaux, nous devrions voir d'autres âmes en développement. Nous devons apprendre à respecter leurs vies et de toutes les manières possibles éviter de leur faire du mal inutilement.

Le style de vie *sans-tuer* en ce qui a trait aux personnes et aux animaux, aussi bien que de se retenir de nuire aux plantes inutilement doit être une norme pour chaque individu.³⁸

2:16. Dieu dans l'aspect du Créateur — et cela est vraiment perceptible par une conscience humaine développée — peut être décrit comme un Océan de Lumière, des plus Gracieux, Tendre et Subtil de la Conscience.

L'homme doit apprendre à L'aimer, à tomber amoureux de Lui — c'est en fait un préalable afin de Le connaître et de fusionner avec Lui. En conséquence de cette évolution personnelle, chaque âme individuelle doit fusionner dans l'Âme Universelle du Créateur, qui est la Partie Principale de l'Absolu.

3. Qu'est-ce que l'Homme

3:1. L'homme n'est pas un corps. L'homme est un amas d'énergie de conscience (une âme), capable d'autocompréhension, se souvenant, pen-

Cette déclaration n'est pas une fantaisie ou une "hypothèse scientifique", mais un fait observé par clairvoyance dans plusieurs cas de personnes malades. La repentance pour les massacres commis et pour les gestes de glotonnerie résulte en la libération de la possession et dans un rétablissement rapide — particulièrement si elle est combinée avec des mesures curatives et thérapeutiques (incluant la natation hivernale).

³⁸ Excepté dans les cas d'autodéfense, par exemple, contre les animaux ou des insectes agressifs.

sant, se déplaçant, s'accroissant qualitativement et quantitativement, et capable de dégradation.

Une incarnation consiste à lier une âme avec un corps (devant bientôt naître) exécuté par Dieu.

La mort consiste en une séparation complète d'eux.

3:2. Les gens sont incarnés dans des corps physiques par Dieu afin de faire l'expérience d'étapes consécutives d'évolution personnelle. Ils possèdent une quantité considérable de libre volonté, c.-à-d. le droit de choisir la direction stratégique de leur évolution personnelle (menant à la Demeure du Créateur — ou à l'enfer), aussi bien que des manières de régler les problèmes et tâches quotidiennes.

Dieu — dans l'aspect de l'Esprit Saint — suggère constamment à chacun des manières de s'améliorer, de devenir meilleur. De cette façon, Il exprime Son Amour-Attention à chacun.

Mais Il interfère extrêmement rarement "par la force" aux personnes réalisant leurs désirs.

De cette façon, Dieu — en tant que Berger Suprême — "nous garde" sur la surface de la planète Terre — comme Son "pâturage". Il est intéressé à ce que nous nous développiions dans la direction préférable à Lui: à savoir, nous devons devenir des Âmes Parfaites et fusionner avec Lui dans Sa Demeure, et ainsi l'enrichir de nous-mêmes.

Et si quelqu'un ne vit pas la vie terrestre de la manière Lui étant préférable, Il inflige alors de la douleur à cette personne par des maladies ou diverses calamités. En conséquence, certains d'entre nous commençont à réfléchir à ce sujet et puis commençont à nous réformer. Mais d'autres développent seulement en eux plus d'amertume, malheureusement, et se dégradent encore davantage.

De cette façon — par la réalisation de la *libre volonté* — la sélection naturelle continue parmi les âmes incarnées par Dieu.

Il prend les meilleurs dans Sa Demeure. Les bonnes âmes vont au paradis pendant un certain temps, et ensuite elles sont incarnées de nouveau dans des conditions favorables à un développement ultérieur. La demeure des plus mauvaises âmes est l'enfer. Certaines de ces âmes ont l'opportunité d'être incarné de nouveau, afin d'essayer une fois de plus, alors que les plus mauvaises d'entre elles, sans espoir dans l'opinion de Dieu, sont détruites, annihilées pour toujours (c'est d'où provient l'idée "de l'enfer en feu" et "du feu de l'enfer consumant les pécheurs").

3:3. Nous devons prendre conscience de nous-mêmes, non pas en tant que corps, mais en tant qu'âme incarnée (conscience): seulement de ce point de vue, est-il possible de comprendre la manière correcte de vivre sur Terre.

L'expression "mon âme", "son âme", "leurs (nos) âmes" ou autres semblables sont incorrects. Réalisons — nous *sommes* âmes.

3:4. Les gens de toutes les nationalités et races, et des deux sexes — sont égaux face à Dieu. Ce qui les rend vraiment différentes les unes des autres est l'âge de l'âme et le degré auquel elles ont développé certaines qualités positives et négatives.

Les principes de base de l'avancement spirituel sont les mêmes pour toutes les personnes indépendamment du sexe, de la nationalité, et autres caractéristiques semblables, et bien que les méthodes de travail spirituel doivent être différentes selon: a) l'âge d'une personne dans l'incarnation courante, b) l'âge psychogénétique (âge de l'âme), c) le niveau actuel du développement éthique et intellectuel, et d) la partie du Chemin spirituel qu'une âme individuelle a déjà parcouru avec succès.

3:5. La tâche éventuelle suprême de chaque être humain est de connaître Dieu dans tous Ses aspects et Manifestations, puis, au moment de réaliser la Perfection spirituelle, de fusionner avec le Créateur dans Sa Demeure, et ensuite prendre part au Processus Évolutionnaire Universel de là, en aidant en particulier les êtres incarnés.

Mais ce par quoi l'on devrait commencer est le développement intellectuel et l'autotransformation éthique.

4. Principes Méthodologiques de l'Autodéveloppement Spirituel

4:1. La Perfection du Créateur a trois aspects principaux. Ils sont — Amour, Sagesse, et Puissance. Par conséquent, chacun d'entre nous doit développer au cours de son évolution personnelle ces trois qualités.

4:2. Chacun devrait commencer par l'acceptation des principaux principes éthiques suivants:

"Ne faites pas aux autres ce que vous ne voudriez pas qu'il vous soit fait!"

Et "Aidez chacun dans tout ce qui est bon!"

Ensuite, il serait approprié de commencer à maîtriser les fonctions du cœur spirituel — un organe produisant les émotions de l'amour.

4:3. Le cœur spirituel est une structure bioénergétique située à l'origine dans la poitrine. La première étape de son développement est maîtrisée quand il a rempli la poitrine en entier, ce qui rend une personne capable de vivre dans un état stable de concentration de la conscience dans le cœur spirituel, de percevoir le monde extérieur avec lui, et d'agir à *partir de lui*, y compris de parler.

Quand cela est accompli, et aussi longtemps qu'on demeure dans le cœur spirituel avec la concentration de la conscience, on ne peut plus entrer dans des états émotionnels autres que des variations d'amour sincère.

Cela change radicalement les rapports avec l'environnement, y compris avec les autres. Aussi notre santé s'améliore spectaculairement.

Ceux qui se sont établis dans ces états et qui s'y sont habitués et continueront à y vivre jusqu'à la fin de leur incarnation, après avoir laissé le corps, apparaîtront parmi d'autres âmes heureuses au paradis.³⁹

Les méthodes de réalisation de tout ce qui a été dit ci-dessus ont été développées par nous; elles sont décrites en détail dans nos livres et démontrées dans nos films.

4:4. Afin de réussir dans le développement spirituel, on doit se transformer en grande âme, consistant principalement en cœur spirituel.

On doit apprendre à vivre de sorte que l'on ne laisse presque jamais l'émotion d'amour: de la tendre fraîcheur, d'attention avec tact, de la bonne volonté afin d'aider les autres dans chaque chose qui est bonne sincèrement et sans penser à soi, de respecter tous ceux dignes, d'avoir de la gratitude envers tous ceux qui nous aide, de pardonner ceux qui nous ont offensés, d'être prêt à s'abandonner et à se sacrifier pour les autres. Et même en combattant pour défendre les autres, on ne doit pas sortir de l'état d'amour.

Laissez chacun, tenter de se débarrasser de toutes formes d'arrogance, d'égoïsme, d'avarice, de violence et de toutes formes de colère, y compris

³⁹ Il devrait être clair au lecteur que la compréhension incorrecte du terme cœur en tant qu'agrégat de toutes les émotions incluant la passion sexuelle (convoitise), la haine, et ainsi de suite n'a rien à voir avec la spiritualité. Façon de parler "vivre selon le cœur", "vivre avec cœur" doit être compris comme "vivre dans l'amour, avec amour et non en tant que "suivre des émotions non contrôlées par l'esprit".

Malheureusement, la dernière signification est devenue une partie de la littérature "classique", et ceci ne contribue pas à la culture spirituelle des lecteurs de tels livres.

les émotions de condamnation, de vengeance, d'irritation, d'envie et de jalousie. Ces états émotifs doivent être considérés comme étant contraires à l'amour.

Gagner le plein contrôle de ses propres émotions est possible par le travail intellectuel et par la lutte contre ses propres vices (par le repentir) et par la culture des qualités positives manquantes. À cette fin, il est très utile de maîtriser les méthodes d'autorégulation psychique, qui sont basées sur le travail avec les structures de l'organisme humain responsable de la génération des émotions.

4:5. "Dieu est amour", a enseigné Jésus-Christ. Il était Lui-même Amour. Et Il a commandé que nous, aussi, devenions Cela.

Afin de pouvoir approcher notre Créateur — Qui est Amour — nous devons nous transformer en Amour. Il n'y a aucune autre manière.

Et ce n'est pas simplement un slogan composé de mots gentils cependant impraticables, mais un système complet de connaissances et de méthodes complètement examinées et vérifiées par de nombreux chercheurs spirituels.

4:6. Le développement de l'intellect est un élément crucial de l'avancement spirituel. Les enfants doivent avoir une éducation de la plus haute qualité possible. Les adultes devraient toujours chercher des manières afin d'acquérir de nouvelles connaissances — qui seront de préférence utile sur le Chemin spirituel.

4:7. Il fait sens de consacrer l'activité professionnelle, non pas à essayer d'obtenir de l'argent et à accumuler de la richesse matérielle, mais à apprendre autant que possible au début de notre vie afin d'employer les connaissances et qualifications acquises à l'avenir, afin de servir Dieu en servant les autres.

4:8. Faire de bonnes actions en aidant les autres âmes dans leur évolution — laissez cela être la motivation première de l'activité sociale de chacun!

Laissez une telle activité être un don sincère! Ensuite d'autres personnes — les meilleurs d'entre elles — commenceront à répondre en donnant en retour. C'est de cette façon que des groupes d'amis sincères et dignes de confiance avec des buts spirituels communs se forment.

4:9. Donner naissance à des enfants et les éduquer est également un service à Dieu.

4:10. En éduquant les enfants, des techniques spéciales peuvent être employées avec succès et se démontreront tout à fait utiles afin de les préparer pour un travail spirituel sérieux dans le futur.

4:11. Les enfants devraient être impliqués dans un travail créatif de niveau proportionnel à leur âge.

Laissez-les aider les parents dans leur travail, laissez-les prendre un travail payé en dehors du temps d'école. Laissez l'enseignement de divers travaux devenir une partie des programmes éducationnels des écoles.

Par cela, les enfants doivent apprendre à créer et à apprécier tout ce qui est bon créé par les autres.

Autrement, plusieurs enfants deviennent destructifs quand ils grandissent.

4:12. Le mariage et l'éducation des enfants fournissent de nombreuses excellentes occasions d'autoperfectionnement, tel que le développement d'aspects tels que l'amour, la tendresse, l'altruisme ainsi que prendre soin des autres.

Cette expérience contribue également de manière significative au progrès intellectuel d'une âme individuelle en fournissant en particulier de nombreuses leçons psychologiques.

Dieu — en tant qu'Enseignant — Est le "Psychologue Suprême". Ainsi, nous devons maîtriser la psychologie nous aussi.

4:13. L'opinion qui règne à savoir que la principale tâche de l'homme par rapport à Dieu consiste simplement à Le prier et que rien d'autre n'est nécessaire est profondément erronée et nocive. On doit se rendre compte que Dieu n'a pas besoin de nos prières, qui sont en essence, de la mendicité.

Ce que Dieu veut de nous en premier lieu est la droiture exprimée dans l'attitude moralement correcte envers tous les êtres vivants, y compris les autres personnes, ainsi qu'envers Lui. En particulier, Il veut que nous Le cherchions, Le servions, apprenions à L'aimer, et essayions de nous développer à un tel degré que nous puissions nous offrir à Lui comme cadeau, aussi parfait que possible.

C'est ce cadeau que Dieu sera heureux de recevoir en tant qu'offrande de l'homme.

4:14. Il n'a besoin d'aucun massacre d'animaux ou de plantes en tant "qu'offrande à Lui". Ces massacres ne sont que des actes criminels et ne sont pas de quelque façon que ce soit "agréable à Dieu".

4:15. L'introduction des idées de la nature humaine irrémédiablement pécheresse, de l'insignifiance de l'homme destiné à rester à l'antipode de Dieu éternellement est une erreur et une transgression face à Dieu. Cela contredit l'Intention même que le Créateur a pour nous. Cela engendre un obstacle énorme pour la croissance spirituelle.

4:16. Il vaut mieux commencer le développement de l'aspect de la puissance de l'âme en s'engageant dans des travaux manuels. Si cela est présentement impossible, alors différents types de formations sportives peuvent être utiles.

Il est nécessaire d'avoir un corps fort et en bonne santé afin d'avancer avec succès sur le Chemin spirituel.

L'aspect de la puissance de la conscience peut être développé davantage par des méthodes spéciales de développement des structures énergétiques de l'organisme et de méditations spéciales. Mais elles ne peuvent être enseignées qu'à des personnes intellectuellement matures, qui ont acquis la subtilité appropriée de la conscience et la capacité de rester longtemps dans l'état émotif d'amour.

4:17. L'opinion que les gens atteignent le paradis ou vont en enfer en raison d'une certaine action particulière (ou d'actions) est incorrecte. Les actions significatives du point de vue éthique déterminent notre destinée seulement pour les périodes incarnées — dans l'incarnation actuelle ou future.

Mais ce qui détermine l'endroit, où nous demeurons après la mort du corps — que ce soit l'enfer, le paradis, ou d'autres dimensions spatiales (y compris la Demeure du Créateur) — est l'état de conscience dans lequel nous nous sommes accoutumés à vivre dans le corps.

Les gens qui s'habituent à vivre dans des états émotionnels grossiers au moment de laisser le corps continuent à exister dans ces états avec d'autres êtres semblables à eux.

Ceux qui vivent (incluant la période avant de quitter le corps) dans l'amour cordial subtil et pur après la mort du corps se retrouvent au paradis.

Mais afin d'atteindre la Demeure du Créateur du point de "départ" de l'état paradisiaque, on a besoin de passer par une longue et difficile pratique méditative guidée par un ou plusieurs Enseignants Divins.

On doit consacrer toute sa vie à cela afin de réussir.

Soulignons que personne ne peut passer cette partie du Chemin seul. Les erreurs faites ici peuvent avoir des conséquences graves. Par exemple, il est possible de “se perdre” dans les dimensions spatiales... Ou de s’effondrer en raison d’un certain facteur stressant et se retrouver ainsi dans des états émotifs grossiers... Cela peut nous enlever tous nos accomplissements méditatifs positifs et mener à des maladies sérieuses.

4:18. Le travail spirituel ne peut être réussi pour les personnes qui utilisent des substances appelées drogues, incluant les produits contenant de l’alcool et du tabac.

4:19. L’organisme humain est multidimensionnel, et à cet égard il est semblable à l’Absolu multidimensionnel. Par conséquent, le processus de l’autoconnaissance coïncide avec le processus de la connaissance de l’Absolu.

4:20. Une des tâches principales du travail spirituel est de transformer l’égoïsme humain en Dieucentrisme — mentalement et dans la réalisation méditative.

4:21. Les étapes finales de la montée spirituelle ne peuvent être maîtrisées que dans la vie monastique.

4:22. La vie monastique signifie la concentration de l’attention du chercheur spirituel sur un seul But — la pleine connaissance de Dieu afin de fusionner avec le Créateur dans Sa Demeure, ainsi qu’aider tous ceux qui en sont dignes à marcher sur ce Chemin.

4:23. Les tâches d’un vrai moine ne peuvent pas être accomplies simplement en portant des habits spéciaux, en acceptant de nouveaux noms, en se prosternant et en disant des prières. Tout cela n’a rien à voir avec la véritable vie monastique.

4:24. Mener une manière de vivre parasitique, ce qui est parfois véhiculé comme vertu par les adeptes de certaines écoles religieuses dégénérées, est en fait une mauvaise pratique qui a un effet néfaste sur la destinée des disciples participants à cette distorsion.

Dieu considère la mendicité comme une occupation indécente [6, 11].

4:25. Le célibat (s’abstenir complètement de contacts sexuels) n’est nullement un attribut nécessaire à la véritable vie monastique. Cela nuit plutôt qu’aider sur le Chemin spirituel, créant une “dominante” sexuelle (une idée dominante de mécontentement sexuel) — au lieu d’avoir le Créateur et le soin des personnes comme seules dominantes. Le célibat gêne le développement de variations d’amour importantes comme la ten-

dresse teintée sexuellement, l'attention et le soin dans les relations avec le conjoint et les enfants.

Le célibat peut également être nocif à la santé causant parfois la prostatite (adénome prostatique) chez les hommes et des névroses basées sur le mécontentement sexuel chez les hommes et les femmes.

4:26. Avoir des relations sexuelles n'est pas un "péché" par lui-même, pourvu que

- a) aucune violence n'est impliquée,
- b) les partenaires sont adéquats,
- c) le sexe n'éclipse pas les aspects plus importants de la vie.

Une vie sexuelle harmonieuse est absolument normale pour tous les adultes en bonne santé et même pour ceux qui ont dévoué complètement leurs vies, à l'accomplissement des buts spirituels les plus élevés.

Mais les personnes qui se marient devraient être aux étapes semblables dans leur avancement spirituel [11].

4:27. La vulgarisation récente de l'idée "plus de sexe — équivaut à être plus spirituel" est un autre extrême, non moins nocif pour le développement spirituel. Dans ce cas-ci, le sexe est mis au centre d'attention au lieu du Créateur, l'autodéveloppement comprenant plusieurs aspects et la participation au Processus Évolutionnaire par le service à Dieu, qui consiste à aider les autres dans leur existence terrestre et à faciliter leur progrès spirituel.

"Là où est votre trésor là sera également votre cœur", a enseigné Jésus-Christ (Luc 12:34).

5. Structure de l'Organisme Humain et Structure de l'Absolu

5:1. L'homme n'est pas un corps. L'homme est une conscience (une âme) incarnée dans un corps matériel pour un temps limité.

5:2. L'organisme (mais pas le corps!) de l'homme incarné est multidimensionnel. (Il devrait être noté que le concept des "sept corps", qui est décrit dans certains livres, est méthodologiquement faux. Il serait plus correct de parler d'une représentation potentielle de chaque humain dans toutes les principales couches de l'Absolu multidimensionnel; c'est ce potentiel que l'homme doit réaliser. D'ailleurs, c'est le concept décrit dans la

Bible comme étant la similarité entre l'homme et Dieu — Dieu dans l'aspect de l'Absolu multidimensionnel.

5:3. Ce qui a été dit ci-haut peut être plus facile à comprendre si on prend connaissance du schéma afin d'étudier la structure de l'Absolu présenté à la fin de ce livre.⁴⁰

Ce schéma n'est pas facile à comprendre puisqu'il est impossible d'illustrer de façon juste en image la multidimensionnalité de l'espace. Ainsi, afin de le comprendre, on doit maintenir à l'esprit que chaque couche de multidimensionnalité représentée sur le schéma comme plus bas est en réalité localisée *plus profondément* sur l'échelle multidimensionnelle. Et, plus profonde est la couche, *plus subtile* elle est.

La Demeure du Créateur est située dans *la plus profonde*, c'est-à-dire *la plus subtile* des couches énergétiques de l'Absolu multidimensionnel. C'est là où nous devrions le chercher.

Et le raffinement de la conscience (commençant par la maîtrise de la régulation de la sphère émotive) est la direction méthodologiquement correcte de travail ici.

5:4. Le travail ésotérique supplémentaire peut consister dans l'apprentissage à se déplacer avec la concentration de la conscience entre toutes les couches de ce schéma (pas en imagination, mais dans le vrai espace multidimensionnel), comme on se déplace avec la concentration de la conscience à l'intérieur du corps.

5:5. Ce processus éducatif entier qui nous est propre (incluant les études théoriques et pratiques, aussi bien que les examens) est conduit sous la guidance de l'Esprit Saint; Il ne laisse personne sans Son attention et Son aide, et rien ne peut se produire qui serait au-delà de Sa conscience ou de Son contrôle.

6. Ce que Devraient Faire les Associations Religieuses

6:1. Les formes rituelles de pratique religieuse peuvent être bien utilisées par les débutants. Mais on devrait comprendre que les rituels sont utiles seulement afin d'aider les personnes à se rappeler au sujet de l'existence de Dieu.

⁴⁰ Ce schéma a été édité pour la première fois dans le livre [10].

Participer à des rituels — quels que soient leurs noms ou la valeur que les personnes leur assignent — ne peut pas par eux-mêmes résoudre la tâche de la réalisation de notre dessein dans la vie.

6:2. Les activités des associations religieuses ne devraient pas être limitées simplement à exécuter des rites. Il est nécessaire d'expliquer aux personnes ce qu'est Dieu de leur dire au sujet de la signification de leur vie et sur la manière d'en arriver à sa réalisation. Une grande importance devrait être mise sur le travail éthique comprenant des discussions sur les principes éthiques, pratique de repentance consciente et sincère, et d'analyse collective des problèmes éthiques — l'utilisation d'exemples spécifiques de la vie, des livres, des journaux, des films, et autres sources.

L'esthétique, y compris l'harmonisation aux manifestations les plus subtiles de la nature et à certaines œuvres d'art, peut être extrêmement utile. L'inspiration sublime de la beauté du corps humain peut également jouer un rôle important dans ce travail.

Le travail spirituel sera beaucoup plus efficace s'il est complété par des leçons sur l'écologie, entraînements sportifs, et discussions au sujet du style de vie sain, aussi bien que la maîtrise de méthodes de guérison et d'autoguérison.

Les méthodes d'autorégulation psychique devraient être enseignées avec l'emphase sur la maîtrise des fonctions du cœur spirituel.

6:3. On ne doit pas enseigner les techniques méditatives sérieuses aux enfants et aux adultes éthiquement et intellectuellement non matures, particulièrement les méthodes liées à l'aspect de puissance du développement de la conscience. Briser cette règle peut mener à de sérieux désordres mentaux, qui arrêtent l'évolution positive de l'âme.

L'initiation à la connaissance spirituelle doit être faite strictement sur une base d'étape par étape — les nouvelles étapes doivent être données seulement après que les disciples aient maîtrisé celles précédentes.

6:4. Les qualités principales de Dieu sont l'Amour, la Sagesse, et la Puissance.

Ainsi, celui qui cherche la Perfection doit développer ces qualités en lui.

À cette fin, il y a trois directions étroitement liées de travail spirituel: éthique, intellectuel, et psychoénergétique.

L'aspect éthique du développement est le plus important sur le Chemin spirituel.

Par conséquent, ce sont les principes éthiques de base d'une organisation religieuse qui servent de critère afin de juger si son orientation religieuse est correcte ou incorrecte.

La devise "Dieu et Amour!" est vraie.

La haine, envers qui que ce soit, la prédication de la violence, faire du massacre de personnes et d'animaux une "norme", l'alcoolisme et l'emploi d'autres genres de drogues, aussi bien que l'intérêt personnel, l'agressivité, l'admiration de soi, la fausseté et l'arrogance des dirigeants — cela est incorrect, ce n'est pas de Dieu et ne mène pas à Dieu.

6:5. Ainsi, le principe principal du développement évolutionnaire de l'homme est plusieurs aspects de L'AMOUR, qui

— commence par une attitude compatissante à l'endroit de toutes les manifestations de la vie,

— est guidé par la vraie compréhension de l'aspect religieux et philosophique de notre existence,

— est basé sur le développement de soi en tant que cœur spirituel,

— nous guide — par l'amour pour la Création — à l'amour pour le Créateur.

6:6. L'amour pour le Créateur nous permet de connaître Dieu dans tous Ses aspects et Manifestations et nous permet ainsi de fusionner avec Lui.

6:7. Cette Victoire conclut l'évolution individuelle de l'âme à l'étape humaine de développement.

Tous Ceux Qui ont Réalisé cela continuent à vivre en tant que Parties Intégrales du Créateur.

6:8. Une des Manifestations de l'activité de Ceux Qui Ont Réalisé cela est l'aide qu'Ils, en tant qu'Esprits Saints, fournissent aux êtres incarnés.

Dans certains cas, des Représentants du Créateur s'incarnent dans des corps humains de nouveau — afin d'aider les personnes incarnées plus efficacement.

Bibliographie

1. Agni Yoga. La Communauté. "Detskaya Literatura", Novosibirsk, 1991 (*en russe*).
2. Agni Yoga. Monde Ardent. III. "Detskaya Literatura", Novosibirsk, 1991 (*en russe*).
3. Agni Yoga. Hiérarchie. Naberezhnye Chelny, 1991 (*en russe*).
4. Agni Yoga. Surmondain. "Sfera", Moscou, 1995 (*en russe*).
5. Akinfiév I.Y. — Végétarisme du Point de Vue Biologique. Ekaterinoslav, 1914 (*en russe*).
6. Antonov V.V. — Paroles Divines (Manuel de Religion). "Polus", Saint-Pétersbourg, 2002 (*en russe*).
7. Antonov V.V. — Comment Dieu Peut Être Connue. Autobiographie d'un Scientifique, Qui a Étudié Dieu. "Polus", Saint-Pétersbourg, 2002 (*en russe*).
8. Antonov V.V. — Sexologie. "Finder-Plus", Saint-Pétersbourg, 2002 (*en russe*).
9. Antonov V.V. — Cœur Spirituel. La Religion de l'Unité. "Polus", Saint-Pétersbourg, 1999 (*en russe*).
10. Antonov V.V. — Le Nouveau Upanishad: Structure et Connaissance de l'Absolu. "Polus", Saint-Pétersbourg, 1999 (*en russe*).
11. Antonov V.V. (ed.) — Classiques de la Philosophie Spirituelle et Aujourd'hui. "Drouk", Odessa, 2007 (*en russe*).
12. Antonov V.V. (ed.) — Dobrynya. Byliny. "Drouk", Odessa, 2006 (*en russe*).
13. Antonov V.V. (ed.) — Paroles Divines. Livre 2. Enseignants Divins — au Sujet d'Eux-mêmes. "Vilna Ukraina", Lvov, 2005 (*en russe*).
14. Antonov V.V. (ed.) — Comment Dieu Peut Être Connue. Livre 2. Autobiographies des Disciples de Dieu. "Vilna Ukraina", Lvov, 2005 (*en russe*).
15. Antonov V.V. (ed.) — Pratique Moderne de l'Hésychasme. "KP OGT", Odessa, 2004 (*en russe*).
16. Antonov V.V. (ed.) — Cœur Spirituel: le Chemin Menant au Créateur (Poésie-Méditations et Révélations). "Reality", Saint-Pétersbourg, 2003 (*en russe*).
17. Antonov V.V. (ed.) — Travail Spirituel avec les Enfants. "Reality", Saint-Pétersbourg, 2001 (*en russe*).

18. Antonov V.V. (ed.) — Tao Te Ching. "Drouk", Odessa, 2007 (*en russe*).
19. Babaji l'Insondable. "Libris", Moscou, 1997 (*en russe*).
20. Bennett T.G. — Concernant Subud. "Hedder & Stoughton", 1958.
21. Bezobrazov P.V. — Sur les Droits des Animaux. Moscou, 1904 (*en russe*).
22. Blofeld J.E. — Le Mysticisme Tantrique du Tibet. "Dutton", N.Y., 1970.
23. Castaneda, Margaret — Un Voyage Magique avec Carlos Castaneda. "Myth", Kr, 1998 (*en russe*).
24. Chertkov V.G. — Divertissement Malveillant. Réflexions sur la Chasse. "Posrednik", 1890 (*en russe*).
25. Cullen B. (compil.) — Le Livre de Jésus. "Polus", Saint-Pétersbourg, 1997 (*en russe*).
26. Danilov B.A. (compil.) — Aspects de l'Agni Yoga. Vol. 7. "Algim", Novosibirsk, 1995 (*en russe*).
27. David-Neel A. — Magie et Mystère au Tibet. "Univ. Books", N.Y., 1958.
28. Demin V.N. — Voie Secrète des Tribus Slave. "Fair-Press", Moscou, 2002.
29. Dowling L.H. — L'Évangile du Verseau de Jésus le Christ. "Society for Vedic Clture", Saint-Pétersbourg, 2001 (*en russe*).
30. Dymshits E.O. — Sur le Végétarisme. "Izdatelstvo Rozenberga", Yekaterinoslav, 1911 (*en russe*).
31. Gorki M. (Peshkov A.M.) — Confession. Travaux rassemblés en 30 volumes. Vol.8. "Khudozhestvennaya Literatura", Moscou, 1952 (*en russe*).
32. Grenader A.B. — Impact de l'Acclimatation au Froid et de la Natation Hivernale sur l'Organisme Humain, 2ème Conférence Scientifique et Méthodologique sur l'Acclimatation au Froid et à la Natation Hivernale, Minsk, 1967 (*en russe*).
33. Haich E. — Initiation. "Sfera", Moscou, 1998 (*en russe*).
34. Haig A. — Diète et sa Relation avec la Force, l'Endurance, l'Entraînement, et l'Athlétisme. Kiev, 1908 (*en russe*).
35. Harmonie par le Végétarisme. "Society for Vedic Culture", Saint-Pétersbourg, 1996 (*en russe*).
36. Hislop J.S. — Conversations avec Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. "Society for Vedic Culture", Saint-Pétersbourg, 1994 (*en russe*).
37. Hislop J.S. — Mon Baba et Moi. "Sri Sathya Sai Books and Publications Trust", Prasanthi Nilaym, 1985.
38. Keesling Barbara — Sexe Thérapeutique. "Piter", Saint-Pétersbourg, 1997 (*en russe*).

39. Khindhede M. — La Réforme de Notre Nutrition. "Novyi Chelovek", Saint-Pétersbourg, 1914 (*en russe*).
40. Klyuchnikova M.Y. (compil.) — Éthique Vivante. "Respublika ", Moscou, 1992 (*en russe*).
41. Lu Quan Yui — Yoga Taoïste. Alchimie et Immortalité. "Oris", Saint-Pétersbourg, 1993 (*en russe*).
42. Perkins M., Hainsworth P. — La foi Bahá'í. Moscou, 1990 (*en russe*).
43. Platine M. — Nouvelle Méthode Thérapeutique. "Prosveschenie", Saint-Pétersbourg, 1902 (*en russe*).
44. Radugin V.V. — Végétarisme et les Raisons pour Lesquelles les Gens le Laisse Tomber. 1908 (*en russe*).
45. Sandweiss S. — Sathya Sai — L'Homme Saint et... le Psychiatre. Saint-Pétersbourg, 1991 (*en russe*).
46. Sathya Sai — Paroles. "Center Sathya", Saint-Pétersbourg, 1991 (*en russe*).
47. Sathya Sai Baba — Jnana Vahini. Le Courant de la Sagesse Divine. "Society for Vedic Culture", Saint-Pétersbourg, 1997 (*en russe*).
48. Sathya Sai Baba — Prashanthi Vahini. Le Courant de la Paix la Plus Élevée. "Sathya", Saint-Pétersbourg, 1996 (*en russe*).
49. Sathya Sai Baba — Prasnotara Vahini. Réponsesaux Questions Spirituelles. "Society for Vedic Culture", Saint-Pétersbourg, 1993 (*en russe*).
50. Sathya Sai Baba — Prema Vahini. Le Courant d'Amour Divin. "Society for Vedic Culture", Saint-Pétersbourg, 1993 (*en russe*).
51. Sathya Sai Baba — Sandeha Nivarini. Enlèvement des Doutes Spirituels. "Society for Vedic Culture", Saint-Pétersbourg, 1993 (*en russe*).
52. Sathya Sai Baba — Sutra Vahini. "Sai Veda", Saint-Pétersbourg, 1996 (*en russe*).
53. Sathya Sai Baba — L'Art de la Vie. "Sai Veda", Saint-Pétersbourg, 1999 (*en russe*).
54. Sathya Sai Baba — Yoga de l'Action. Signification du Service Désintéressé. "Centre Sathya Sai Baba", Saint-Pétersbourg, 1997 (*en russe*).
55. Shyam R. — Je Suis Harmonie. Un Livre au Sujet de Babaji. "Peace Through Culture", Moscou, 1992 (*en russe*).
56. La Vie de Saint Issa: Meilleur des Fils des Hommes, dans: Autour de Jésus, "Society for Vedic Culture", Kiev, 1993 (*en russe*).
57. Le Philokalia. "Molodaya Gvardia", Moscou, 1992 (*en russe*).
58. La Religion des Sikhs. Dieu Est Un et Seulement Un. "Sikh's Missionary Center", 1997 (*en russe*).

59. La Voie d'un Pèlerin. Kazan', 1911.
60. Tolstoy L.N. — Critique de la Théologie. Dans : Beeryukov P.I. (ed.) — L'ensemble Complet de Travaux de L.N.Tolstoy. "Izdatelskoye Tovarischestvo Sytina", 1913 (*en russe*).
61. Tolstoy L.N. — Diète Sans Cruauté ou Végétarisme. Pensées de Divers Auteurs. "Posrednik", 1911 (*en russe*).
62. Uspensky P.D. — À la Recherche du Miraculeux. "Izdatelstvo Chernysheva", Moscou, 1966.
63. Yogananda — Autobiographie d'un Yogi. "The Philosophical Library", N.Y., 1946.
64. Zalmanov A.S. — Sagesse Cachée de l'Organisme Humain. "Nauka", Moscou-Léningrad, 1966 (*en russe*).
65. Zhbankov R.G. — Les Tâches et Perspectives de l'Acclimatation au Froid et la Natation Hivernale. 2ème Conférence Scientifique et Méthodologique sur l'Acclimatation au Froid et la Natation Hivernale. Minsk, 1967 (*en russe*).

Nos films vidéo:

1. **Immersion dans l'Harmonie de la Nature. Le Chemin vers le Paradis. (Présentation), 90 minutes (sur CD ou DVD).**
2. **Cœur Spirituel. 70 minutes (sur DVD).**
3. **Sattva (Harmonie, Pureté). 60 minutes (sur DVD).**
4. **Sattva des Brumes. 75 minutes (sur DVD).**
5. **Sattva du Printemps. 90 minutes (sur DVD).**
6. **L'Art d'Être Heureux. 42 minutes (sur DVD).**
7. **Clefs aux Secrets de la Vie. Accomplissement de l'Immortalité. 38 minutes (sur DVD).**
8. **Bhakti Yoga. 47 minutes (sur DVD).**
9. **Kriya Yoga. 40 minutes (sur DVD).**
10. **Écopsychologie Pratique. 60 minutes (sur DVD).**
11. **Yoga de Krishna. 80 minutes (sur DVD).**

Vous pouvez commander nos livres et films au magasin en ligne Lulu:

<http://stores.lulu.com/spiritualheart>

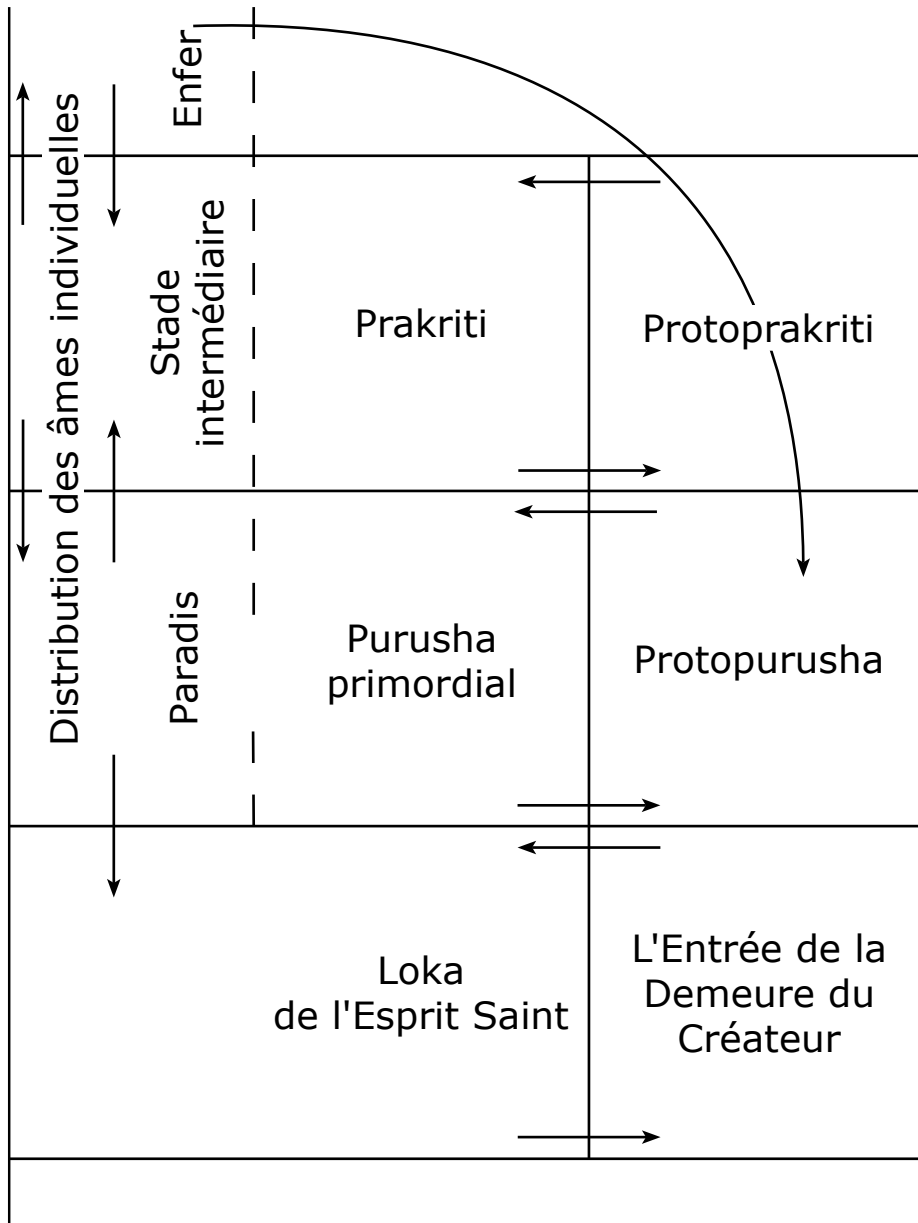
Vous pouvez également télécharger gratuitement nos films vidéo, écrans de veille, calendriers imprimables, etc. sur le site:

www.fr.spiritual-art.info

Voyez sur le site www.swami-center.org nos livres, galeries photo, et autres matériaux en différentes langues.

**Design par
Ekaterina Smirnova**

SCHÉMA AFIN D'Étudier LA STRUCTURE DE L'ABSOLU



Commentaire: les flèches montrent la dynamique du processus dans l'Absolu.