

P SOTER

GNOSIS

La connaissance libératrice

Edition AVRIL 2012

La Vérité est ailleurs

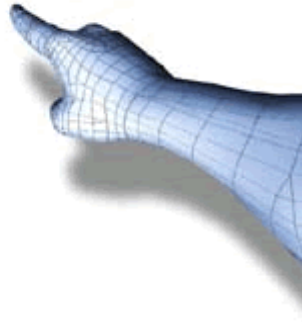
Tous droits de traduction et de reproduction totale ou partielle
Réservés pour tous pays

© Copyright 2012
All Rights Reserved

CopyrightDepot.com

A ceux qui veulent retrouver la Lumière

γ ν ω̃ σ ι ς



Préambule

UN SINGE SUR LA LUNE

Il était une fois, quelque part dans la jungle, un singe pourvu d'une agilité extraordinaire qui lui permettait d'effectuer des bonds incroyables.

Après avoir épaté ses congénères en atteignant d'un seul bond le sommet du plus grand arbre de la forêt, ceux-ci le mirent au défi d'atteindre la lune et de leur dire ensuite si de là-haut, il pouvait les apercevoir !

Ne doutant de rien notre singe déclara qu'il s'élancerait du plus grand arbre de la forêt le soir même après avoir ingurgité quelques bananes supplémentaires.

Et il le fit !

Et tout là-haut, assis confortablement sur son postérieur il observa ... la TERRE.

A sa grande surprise, il ne put apercevoir ni ses copains ni sa jungle natale, mais par contre, il découvrit une nouvelle race de grands singes sur deux pattes qu'on appelait hommes.

Et il en vit des milliards ?

Des milliards de singes à deux pattes qui s'agitaient dans tous les sens, qui vivaient et travaillaient dans des grandes cages de bétons regroupées dans d'immenses cités. Il pensa aussitôt à ces grosses fourmilières que l'on trouve dans la jungle.

A quoi rimait tout ça ?

De plus en plus étonné, il constata que la grande majorité de ces singes à deux pattes habitaient dans de grandes villes tristes ou pire, survivaient dans des taudis insalubres tandis que d'autres très minoritaires, prospéraient dans de somptueuses villas ?

Plus étrange, il fut bientôt submergé par une espèce de lucidité supranormale qui lui permettait de voir toute l'humanité d'un seul coup et plus incroyable encore, de saisir les émotions intimes de chacun de ces singes à deux pattes !

La lune devait inspirer les singes ?

Et le « spectacle » continuait tel un manège fou.

Il contempla le monde tel qu'il était, ni beau, ni heureux avec un cortège interminable de souffrances et de douleurs.

Il y en avait qui riaient pendant que d'autres pleuraient ?

Il y en avait qui jouaient insouciant sur de vertes pelouses tandis que d'autres étaient enchaînés dans de sombres geôles ?

Et le manège tournait toujours, encore et encore.

Il vit toutes les utopies et idéologies des singes à deux pattes avec leurs duperies qui s'écroulaient les unes après les autres.

Il s'amusa des singes beaux parleurs qui promettaient à tous le bonheur tout en se préoccupant d'abord de leur bien-être personnel.

Quel grand cirque cette planète !

Mais ce qui l'étonna le plus, c'était l'incroyable injustice qui régentait tout l'ensemble ?

Les singes à deux pattes qui effectuaient les travaux les plus ingrats ou les plus ennuyeux ne recevaient que quelques bananes en récompense de leur dur labeur ?

Certains singes plus intelligents que les autres faisaient des recherches très pointues et recevaient des milliers de bananes en échange mais ce n'était rien du tout en comparaison des millions de bananes que recevaient les singes qui jouaient au ballon ?

Plus incroyable, certains de ces singes spéculaient sur les cours des bananes et gagnaient des ... milliards de bananes pratiquement sans rien faire ???

Ce monde était tellement effarant et irréel que notre pauvre singe cru faire un cauchemar !

Dans cette société des singes à deux pattes tout était tartuferie, mensonge, opportunisme, égoïsme, fourberie, ruse, hypocrisie, dissimulation, fausseté, supercherie, perfidie, tromperie, comédie, trahison, malice ...

Les récompenses à ceux qui ne les méritaient pas et les méritants qui ne recevaient rien ou presque rien ?

Des montagnes d'injustices ?

Le faux paraissait VRAI et le vrai paraissait FAUX !

Tout un monde de paradoxes !

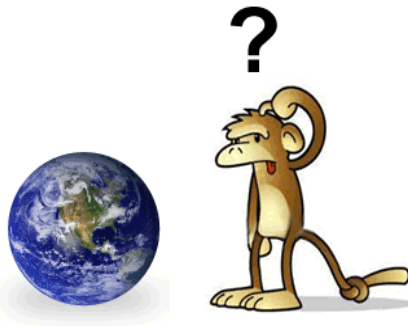
Ce monde ne serait-il donc qu'une immense fumisterie, une farce à l'échelle cosmique définitivement entachée d'une imperfection originelle ?

Un GRAND BUG ?

C'en était trop pour notre pauvre singe.

NON, il ne reviendrait jamais sur cette terre de souffrance.

Il prit son élan et il bondit en direction des étoiles.



*L'idée que ce monde est une vaste farce cosmique
me remplit de joie*

Henry Miller
(Romancier américain)

POUR COMPRENDRE LE TITRE DE CE LIVRE

Ce que vous allez découvrir dans les pages qui suivent s'inspire d'enseignements dont l'origine remonte à la nuit des temps.

Des enseignements que tous les pouvoirs en place, politiques ou religieux se sont efforcés d'effacer au cours des siècles.

Ces enseignements délivrent une connaissance salvatrice appelée **GNOSE** *

* GNOSE provient du grec *gnōsis* qui signifie connaissance. Son équivalent en sanskrit (l'ancienne langue sacrée de l'Inde) est *jnāna*.

Une connaissance totale, incommensurablement supérieure à la foi et à la raison.

« JE NE CROIS PAS, JE SAIS ! »

Une connaissance qui éclaire, illumine et libère celui qui se donne la peine de l'étudier.

Malgré toutes les persécutions, ces enseignements se sont perpétués secrètement jusqu'à nos jours grâce à des gens hors du commun appelé **gnostiques** *.

* Le gnostique est celui qui désire échapper à la fatalité du monde d'ici-bas et récupérer la condition lumineuse qui était sienne avant la chute.



La GNOSE distingue trois sortes d'êtres humains indépendamment de leur sexe, leur race ou leur statut social :

- Les hyliques, des êtres matérialistes préoccupés d'abord par la satisfaction de leurs instincts primaires.

- Les psychiques, dominés par leur mental et assujettis aux croyances de masse (athéisme compris).

- Les **pneumatiques** *, des êtres spirituels qui désirent retrouver leur condition lumineuse.

* Pneumatiques du grec *pneuma* signifiant esprit, souffle vital.

Note : Dans le bouddhisme originel qui est une forme de gnosticisme oriental, on distingue aussi trois sortes d'hommes :

- L'ignorant qui ne sait pas qu'il ne sait pas !

- Celui qui sait qu'il ne sait pas

- L'éveillé, celui qui sait !

On y dit aussi qu'un homme est la fois un dieu par son esprit, un homme par son corps et un démon par son mental.

GNOSIS

C'est à la fois l'être pneumatique

La connaissance libératrice

Et ...

La clé qui ouvre la porte du monde non manifesté.



A QUI S'ADRESSE CE LIVRE ?

Si depuis toujours, vous vous demandez bien ce que vous faites sur cette terre ?

Si dans ce bas-monde dans lequel vous vous débâtez, vous vous sentez souvent comme un étranger (un *allogène*) ?

S'il vous semble avoir oublié quelque chose d'essentiel, une vérité venue d'ailleurs, un vague souvenir qui vous fait penser à un paradis perdu ?

Si vous ressentez confusément qu'il y a un défaut de fabrication (de nos jours on appelle ça, un « BUG ») dans toute cette création ?

Si vous sentez implicitement que toute cette soi-disant réalité n'est constituée que d'illusions, que vous êtes endormi depuis trop longtemps et qu'il est enfin temps de vous réveiller.

Et si au plus profond de vous-même vous percevez une petite lumière qui vous fait pressentir qu'il existe une possibilité de libération.

Alors, ce livre est fait pour vous.

Ce n'est pas un hasard si vous êtes tombé dessus !



A QUI NE S'ADRESSE PAS CE LIVRE ?

Si l'essentiel de votre existence consiste à manger, déféquer, copuler et câliner votre ego !

Si vous préférez suivre le mouvement et que vous ne vous sentez bien qu'au milieu du troupeau !

Si vous vous contentez des contes, légendes, amalgames et petits arrangements avec la vérité que vous servent les religions !

S'il ne vous vient jamais à l'idée de remettre en cause les dogmes de ces religions !

Si vous êtes du genre esprit fort qui ignore qu'il ignore !

CE LIVRE N'EST PAS FAIT POUR VOUS



Si vous êtes hylique

*Allez plutôt jouer aux boules ou à la ba-balle
Allez dans un centre commercial acheter
des choses futiles et inutiles
Regardez la télévision et ses émissions de télé réalité débiles
Entassez-vous dans un stade pour hurler
après 22 milliardaires en culotte courte
Allez dans un endroit branché, exhiber votre nombril ...*

Et si vous êtes psychique

*Apprenez par cœur le livre que vous croyez sacré
Priez une statue, une relique, une image, une icône, des saints,
des anges, des archanges, des bouddhas ...
Prosternez-vous dans un endroit fait pour ça
et implorez le grand responsable de cette création !*

Les occasions ne manquent pas pour vous occuper et « tuer le temps ».

Mais rassurez-vous, peut-être que dans une autre vie,
Ce livre vous parlera ?

SOMMAIRE

Première partie

La GNOSE

Deuxième partie

Les TROIS MONDES

Le monde des vivants, le monde des morts, le monde des esprits
La sphère réfléchissante et la réincarnation

Troisième partie

La Clé qui ouvre la porte de l’Au-delà

Quatrième partie

La PORTE du SOLEIL

Le Jour de la Grande Lumière
Retour dans la Lumière

Cinquième partie

Le Soleil intérieur et ses 2 cœurs

Des nouveaux mutants : Les *pneumosolaires*

AVERTISSEMENT

Pour ceux qui ne sont pas préalablement avertis et préparés, l'enseignement gnostique est plutôt rude, choquant voire même agressif.

Rejeter en bloc les idées reçues, les convenances, la bien pensance, les croyances et les dogmes, la pseudo création, les illusions de lendemains qui chantent, signifie à terme la dissolution de l'EGO.

Et celui-ci fera tout ce qu'il peut pour vous dissuader d'entreprendre cette transformation spirituelle.

La Gnose interpelle le chercheur sincère. La Gnose est une pensée profondément originale, une pensée **mutante**.

Si vous prenez le temps de réfléchir et de méditer les enseignements gnostiques, petit à petit, la Gnose vous parlera et vous éclairera.

Et un jour, quand votre esprit sera prêt, alors la Gnose vous libérera.

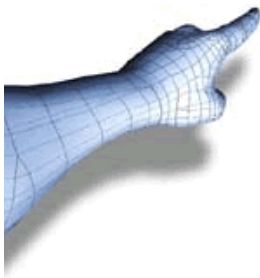
« Toutes choses sont prêtes quand l'esprit est prêt »
Shakespeare

☞ Dans ce livre nous parlerons d'une GNOSE adaptée à notre époque, débarrassée de ses vieux habits et nous resterons simples voire familier en évitant au maximum le verbiage (appelé aussi *charabia*) pour intéresser sans ennuyer.

PREMIERE PARTIE

LA GNOSE

γνῶσις



LA GNOSE

*« Bien peu de gens peuvent posséder cette connaissance,
un entre mille, deux entre dix mille »*

BASILIDE

Exposer la GNOSE en quelques pages dans un langage simple sans emphase ni grandiloquence et sans tomber dans l'académisme pédant est une entreprise périlleuse.

Les rares sources disponibles (les églises ayant fait disparaître la majorité des livres gnostiques) sont disparates, pleines d'allégories compliquées comme il était d'usage dans ces époques antiques (200 ans environ avant et après la naissance supposée du dénommé JC) et qui plus est, traduites avec plus ou moins de bonheur de langues très anciennes maintenant disparues.

Voici néanmoins compilés quelques thèmes gnostiques qui reviennent le plus souvent quel que soit les auteurs (la plupart du temps restés anonymes).

De l'HOMME

L'homme est prisonnier de son corps, prisonnier de son mental et de son ego, et enfin, prisonnier du monde et du temps.

Prisonnier de son corps

Cinq doigts, cinq sens, quatre membres, deux yeux, deux oreilles, un cerveau, une bouche, un anus.

Au départ un misérable fœtus jeté dans les déserts du monde, un ver informe qui ne cesse de répéter le même cri de souffrance marquant sa venue sur terre.

Voici l'homme !

Contraint de se nourrir en détruisant les autres espèces. Obligé ensuite de déféquer, de rejeter par son anus les produits du massacre.

Est-il à l'image de ce que les religions nomment le Créateur ?

Prisonnier de son EGO

Espace, Temps, Masse, trois conditionnements qui engendrent un quatrième, l'individualité appelée EGO.

Et avec l'EGO, la VIE.

Et la vie, c'est l'EGO.

Sans EGO, point de VIE !

L'EGO c'est la force négative qui met les choses en marche.

L'EGO qui nous force à accaparer des biens personnels et à nous y accrocher.

L'EGO qui nous incite à inventer pour avoir toujours plus.

L'EGO qui participe à la création d'une famille, d'une communauté, d'une nation pour nous donner l'illusion de la sécurité.

L'EGO qui nous pousse à écarter les autres pour arriver premier dans la course de la vie.

L'EGO qui nous oblige à défendre notre moi contre les attaques extérieures.

L'EGO dirige le comportement de toutes les espèces qu'elles soient végétales ou animales

De l'EGO naissent tous les PARADOXES !

Prisonnier de son mental

L'homme ordinaire ne fait que refléter son mental, il n'a pas accédé aux premières stases de la spiritualité qui consistent en l'abandon du mental diviseur.

Son esprit s'identifie à autre chose et perd de vue que sa nature est la lumière*.

* Le mot grec pour lumière est *Phôs*. Suivant qu'on l'accentue de telle ou telle manière, ce mot signifie « homme » ou « lumière ».

Prisonnier du monde et du temps

Le monde est une forteresse hermétiquement close entouré par les ténèbres extérieures.

Le véritable enfer est le monde où nous vivons, un lieu de mort, de souffrance, de laideur et de mal.

Le temps est une prison dont il ne s'agit pas de se délivrer car le temps ne finira pas. Il ne finit qu'avec la fin de l'ignorance.

De la VIE

Chaque naissance, chaque perpétuation de la vie accroît le champ de la mort.

C'est un cercle sans fin aussi vertigineux que le tourbillon des étoiles ou le cycle du temps

Dans ce cercle sans fin, le simple fait de vivre, de respirer ou de se nourrir, implique l'existence et l'accroissement du mal.

Les scientifiques appellent cela, la lutte pour la vie par la sélection naturelle !

Les niais y voient l'empreinte du péché originel et en imputent la responsabilité à l'homme

De la CREATION

Au commencement était la Lumière
Et la Lumière était AMOUR
L'AMOUR qui était à la fois le UN et le TOUT

Puis vint ... ce qu'on appelle maintenant le grand BIG BANG

BIG BANG !

L'univers sombre alors s'illumine

Du chaos premier s'organise les galaxies, les étoiles et les planètes
La matière est née !

Et avec elle, l'espace
Et avec l'espace, le temps

Alors le UN devient DEUX
Bien et Mal
Oui et Non
Positif et Négatif
Vrai et Faux
Action et Réaction
Attraction et Répulsion

Attachement et Rejet
Donner et Prendre
Mâle et Femelle
Beau et Laid
Vie et Mort
Une série sans fin ...

Deux principes contraires existent en chaque chose
Telle est la loi de la matière
Sans ces deux principes contraires aucune création n'est possible.

La création ne crée rien mais divise et obscurcit, la matière n'est que limitation.

QUESTIONS GNOSTIQUES

Si ce monde est l'œuvre d'un Dieu de bonté et de justice, il faudrait alors lui attribuer les pensées les plus fourbes, les songes les plus inavouables, les refoulements les plus sales ?

☞ Le gnostique évitera de débiter des niaiseries du genre : « *le mal n'est que l'absence de bien ou encore, le froid, l'absence de chaleur* » ?

Comment un esprit suprême aurait-il pu concevoir tous ces incroyables enchaînements, mécanismes, destructions, massacres, anéantissements qui constituent l'exercice même de la vie ?

Quel esprit retors a-t-il pu concevoir pour la procréation de la mante religieuse, la décapitation du mâle et sa dévoration par la femelle ?

Quel esprit sadique a pu imaginer la subsistance d'une espèce par la destruction d'une autre ?

Quel être pervers a osé façonner l'immonde cloaque de la copulation des grenouilles, des crapauds ou des tortues pour ne citer que ceux-là ?

L'homme dévore l'animal, l'animal d'autres animaux qui eux, dévorent les plantes.

Engrenage maléfique de destructions sans fin que les créationnistes nomment, le « *Design intelligent* » !

Et pourquoi cette succession sempiternellement absurde des naissances et des morts ?

Toutes ces réincarnations, ces renaissances sans fin qui d'après les « ésotéristes », permettraient de se purifier et d'évoluer (ou régresser !) au travers de centaines de vies faites d'expériences plus ou moins heureuses, de souffrances, de frustrations, de douleurs ?

CETTE CREATION MATERIELLE EST-ELLE L'ŒUVRE
D'UN DIEU BON et OMNISCIENT OU CELLE
D'UN DEMIURGE IRRESPONSABLE ?

« La naissance est souffrance, l'existence est souffrance, la décrépitude est souffrance, la maladie est souffrance »

Bouddha (la première noble vérité, sermon de Bénarès)

L'ESPERANCE GNOSTIQUE

Cette critique radicale de la création s'accompagne chez les gnostiques d'une certitude tout aussi radicale de savoir qu'il existe un espoir de libération.

SAVOIR qu'il subsiste en l'homme une vérité venue d'ailleurs, une petite lumière qui échappe à la malédiction de ce monde et qui donne l'espoir de retrouver le paradis perdu.

A la triple question : « D'où venons-nous ?, qui sommes-nous ?, où allons-nous ? », le gnostique répond :

**Je viens de la lumière – Je suis lumière
Je retourne à la lumière.**

☞ La gnose existe depuis la nuit des temps. On la retrouve dans les écrits de l'ancienne Egypte, dans les civilisations sumériennes, mazdéennes, zoroastriennes comme dans la Grèce et la Rome antique.

En Judée, nombre de juifs ne s'identifiaient pas dans la bible de l'ancien testament comme ceux de la secte des Esséniens, une

communauté monastique juive pratiquant le partage des biens, l'ascétisme et les disciplines contemplatives.

Il exista un gnosticisme judaïque comme il exista aussi un gnosticisme chrétien dès les premiers siècles du christianisme qui faillit bien compromettre l'expansion de l'église romaine si celle-ci ne s'était pas acharnée à faire massacrer et brûler tous les gnostiques pendant plusieurs siècles !

Plus tard, les cathares, les manichéens et les templiers s'inspirèrent des écrits gnostiques. Ils périrent tous sur le bûcher !

Comme quoi la Vérité dans ce bas-monde a du mal à s'exprimer librement !

Déclaration gnostique fondamentale :
Nous sommes au monde, mais pas de ce monde !



La chouette, symbole de la connaissance

Sources bibliographiques sommaires

- Les GNOSTIQUES de Serge HUTIN collection « Que sais-je ».
- Les GNOSTIQUES de Jacques LACARRIERE Albin Michel.
- Les livres secrets des gnostiques d'Egypte de Jean DORESSE, Plon.
- Phénoménologie de la Gnose d'Henri-Charles PUECH.
- L'Évangile de Thomas de Jean Yves LELOUP Albin Michel.
- Anthology of Gnosticism de Robert M GRANT.
- Pistis Sophia (foi et sagesse)
- Corpus hermeticum
- Bibliothèque de Nag Hammadi

+

- Sources sumériennes, mazdéennes, zoroastriennes, manichéennes, indiennes et bouddhistes.

Addenda

GNOSTIQUES et BOUDDHISTES, les différences

Le bouddhisme dans sa forme la plus authentique et épurée, est une forme de gnosticisme.

Le bouddha historique Gautama Siddhârta (préssumé né vers 558 av. J-C) appelé aussi *Sâkyamuni*, après une longue recherche personnelle connaît enfin l'éveil et déclare dans son premier enseignement à Bénarès : TOUT EST SOUFFRANCE !

« *Tout est insatisfaisant, impermanent, toute existence est souffrance* »

VIPASSANA qui signifie « vue pénétrante » est la forme de méditation qui conduisit le bouddha à l'éveil. Elle est enseignée dans le *theravada* (l'enseignement des anciens) ou bouddhisme du petit véhicule « Hinayana » comme dans le zen japonais.

Après la disparition de son fondateur, le bouddhisme originel s'est divisé en plusieurs doctrines, écoles et ramifications souvent antagonistes : Hinayana, Mahayana, Tantrisme, Vajrayana, bouddhisme chinois, vietnamien, birman, coréen, japonais, tibétain (bonnets rouges et bonnets jaunes) etc.

De l'extinction des désirs pour atteindre le *nirvana* (appelé *satori* dans le zen) s'est progressivement ajouté les notions de vacuité, de compassion, de bodhisattvas et suivant les écoles, une multitude de cultes, rites, offrandes et pratiques quasi « magiques » de plus en plus éloignés de l'enseignement originel !

➔ Si les gnostiques tentent d'expliquer les causes de la misère de ce monde matériel, de ce grand vice de fabrication qui entache toute cette création par l'existence d'un faux créateur appelé démiurge* ou pour les plus mystiques, par l'éternel combat des forces de lumière contre celles des ténèbres, le bouddha lui, a toujours refusé de répondre aux questions posées sur l'existence et préféré se taire et sourire ?

* Un démiurge que le « petit peuple » de tout temps appelle, le BOUC !

Tous les grands maitres bouddhistes supposés avoir connu l'éveil et réalisé la nature de bouddha (et pour certains, réincarnés volontaires ?) qu'ils soient indiens, tibétains, chinois,

japonais, reconnaissent que ce monde est misérable (nommé *samsara*, cycle de la vie et de la mort qui engendre le *karma*). Mais, aucun d'eux ne se risque à aborder l'épineux sujet de la cause de toute cette création ? ? ?

☞ Lors d'une conférence internationale, un grand maître tibétain fut interrogé sur l'origine première de l'ego. Autrement dit, sur l'origine de l'origine de l'ego, à sa création même !

Après avoir longuement réfléchi, il répondit par cette pirouette (traduite de l'anglais) :

« Avant l'ego, il n'y avait rien à dire. Après l'ego, l'histoire a commencé ! »



A SAVOIR :

Ce n'est seulement que SOIXANTE ANNEES après la mort de l'éveillé que son enseignement a été porté par écrit ! Primitivement en langue pâli puis traduit en sanskrit, du sanskrit en chinois, puis en tibétain, en japonais, en vietnamien etc.

Le Bouddha s'il revenait, serait bien étonné de constater que son enseignement s'est transformé en religion, que sa vie est devenue une légende et que ses disciples ont créé une quantité d'écoles différentes, codifié, arrêté, établi des dogmes, des croyances, des rites et pratiques, des exercices, construit des temples, des monastères, élevé des statues, brûlé de l'encens, transcrit puis récité sans fin ses (présumées) paroles et finalement fait de lui un ... DIEU !



*Le mal n'est pas seulement séparation
Il est aussi mélange et confusion de deux natures opposées
A la suite d'une catastrophe cosmique,
La lumière s'est trouvée emprisonnée dans les ténèbres*
Texte gnostique anonyme

Le jour où les yeux se dessilleront, le choc sera rude
Prédiction Cathare

DEUXIEME PARTIE
LES TROIS MONDES



LES TROIS MONDES

LE MONDE DES VIVANTS, LE MONDE DES MORTS ET LE MONDE DES ESPRITS

Les civilisations primitives considéraient l'existence de trois mondes (comme le font encore certaines tribus amazoniennes de nos jours) : Le monde des vivants, le monde des morts et le monde des esprits.

Plus tard, les civilisations sumériennes, égyptiennes, grecques et d'autres ont ajouté le monde des dieux qui en fait n'est qu'une subdivision de monde des esprits (dieux, démons ...).



Pour le gnostique le **monde des vivants** est ce monde « *mal ficelé* » appelé *samsara* par les bouddhistes dans lequel il se débat depuis sa naissance.

Un monde qui contrairement aux idées optimistes n'évolue pas autrement que sur le plan de la science.

L'homme reste égal à lui-même au fil du temps.

Il y avait déjà de grands philosophes et de grands humanistes dans les temps très anciens. Il y avait comme maintenant des pacifistes, des gens de bonne volonté et des vauriens et dans les mêmes proportions !

La faute à ce satané EGO ?

☞ Aux dires de certains chercheurs, des sociétés plus avancées que celles de notre civilisation actuelle auraient même existées puis disparues (Atlantide, Mu) ?

Un monde qui se porte de plus en plus mal : inégalités abyssales, injustices croissantes, pollutions graves sur toute la planète, fraudes et corruptions en séries, hypocrisies et mensonges médiatiques, abrutissement généralisé par la société du spectacle et des jeux, glorification de l'ego, consommation

démence, délinquances, drogues, misère, surpopulation, urbanisation délirante, nouvelles maladies, etc.

Plus le progrès va, plus le processus d'individualisation se parfait et plus l'entité humaine devient hylique ☹



Le **monde des morts** a fait l'objet d'études sérieuses sur les expériences de mort imminente EMI (en anglais les NDE *Near Death Experiences*)

De nombreux récits permettent de dégager des constantes de l'expérience de mort imminente (EMI), étudiée par de rares scientifiques.

Des gens en état de mort cérébrale ont vu ce qui se passait en salle d'opération ou autour d'eux, avec des détails très précis. Il ne s'agit pas d'hallucination puisque c'était bien réel.

Ce sont des personnes qui ont frôlé la mort, soit par accident, soit lors d'opérations, et qui ont rapporté de leur coma un récit qui sort de l'ordinaire. Ils sont au-dessus de leur corps, ont entendu ce que les médecins disaient d'eux, ont été aspirés dans un tunnel sombre au bout duquel se trouve une lumière intense mais pas aveuglante.

Alors que leur encéphalogramme est plat, ils se promènent en pensée, lisent parfois celles des autres, et rencontrent souvent au bout du tunnel des êtres de lumière ou des proches défunts qui leur disent que ce n'est pas le moment pour eux de partir !

Nous reviendrons plus longuement sur le processus de la mort et ses étapes successives dans la quatrième partie de cet ouvrage.



Mais de ces trois mondes, celui qui est le plus sujet aux affabulations et interprétations erronées est sans conteste celui du **monde des esprits**.

Rappelons d'abord la structure occulte de l'homme.

On trouve tout d'abord le **corps physique**, bien connu. Celui-ci est entouré, interpénétré, doublé par une matrice éthérique qui fournit l'énergie.

Cette matrice subtile peut être vue comme formée de l'ensemble des ramifications de plus en plus ténues de notre système nerveux. Dépassant légèrement le corps physique, elle relie le système nerveux physique et le milieu extérieur dans lequel elle puise les forces éthériques nécessaires à la vie matérielle.

C'est dans cette matrice éthérique que commence tout déséquilibre physiologique, toute maladie, avant de se manifester dans le corps physique (ce qui explique les manipulations de certains magnétiseurs pour tenter de rétablir un équilibre au moyen de leur propre état éthérique).

On trouve ensuite le **corps astral**, appelé aussi corps sentimental ou corps des désirs. Un corps qui se nourrit de nos émotions et nos sentiments. La matière subtile qui le forme a une vibration plus élevée. Ce corps, que l'on peut voir comme un nuage susceptible de prendre diverses apparences, dont celle de la personnalité physique, donne forme aux désirs et convoitises de toutes sortes, qu'il transmet au corps physique et à sa matrice éthérique en vue de leur satisfaction.

C'est dans ce corps astral que, la nuit, notre conscience fait des expériences dans les domaines de l'astral terrestre, les domaines invisibles de notre planète, dont certains rêves nous rapportent des bribes de souvenirs.

C'est au moyen de ce corps que l'occultiste pratique le dédoublement, tâchant ainsi de soulever le voile qui masque l'au-delà, et que certains décédés, encore fort liés à la matière, provoquent apparitions et phénomènes divers, cause de maints récits relatifs à cet aspect peu connu de notre monde.

Par l'ensemble des désirs qui s'y manifestent (les désirs forment la base de notre ego), le corps astral exerce une influence dominante sur l'orientation de notre vie.

Il existe enfin un troisième corps, le **corps mental**, alimenté par nos idées, nos pensées ainsi que par les égrégores, des formes pensées qui vivent de manière autonome

Voici le récit d'une expérience de mort imminente qui nous explique cette notion de forme pensée :

« Une pensée s'impose, rapide comme l'éclair : - je suis réveillé par ma mort -. Je suis surpris par l'étrange lucidité qui m'anime. Tout était simple, incroyablement simple, il suffisait d'observer. J'étais conscient que les difficultés terrestres venaient des pensées des hommes. Je comprenais que ces pensées prenaient des formes physiques, matérielles, de la même façon qu'un ver à soie produit sa matière. Je voyais sortir d'une pensée, sa FORME ou son produit. Cela se matérialisait comme l'eau que l'on met à bouillir et qui se transforme en vapeur. »

Ces égrégores ou formes pensées sont le produit d'une création mentale. Les peuplades (dites) primitives, les sorciers, les chamans, les occultistes et certains croyants les appellent aussi, **entités, déités, démons ou bien encore ESPRITS !**

→ REMARQUE : En français on emploie le mot ESPRIT pour parler des facultés intellectuelles, de la manière de penser, du sens de l'humour tout comme pour désigner des entités immatérielles ou bien encore pour se référer à l'esprit divin qui résiderait à l'intérieur d'une personne. Toutes ces définitions bien différentes les unes des autres sont sources de nombreuses confusions à la différence de l'anglais qui utilise le mot *mind* pour l'intellect, le mot *spirit* pour les entités et les mots *holy spirit* pour l'esprit divin.

Ces esprits peuvent se manifester spontanément lors d'assemblées religieuses ou spirituelles et cela fait souvent l'affaire du gourou ou des organisateurs de la réunion.

Ainsi dans une telle assemblée où l'on invoquera indifféremment Dieu, Jésus, Krishna, Saint Machin ou Machine, Satan, l'esprit des ancêtres ou bien encore un quelconque égrégoire issu d'une croyance collective, une personne influençable sous l'emprise de personnalités multiples entrera inévitablement en transe. On parlera alors de phénomène de possession.

Cette personne pourra se rouler par terre, hurler, gémir, arracher ses vêtements, lancer des obscénités et même parler une langue qu'elle n'a jamais apprise ou s'exprimer dans un jargon

incompréhensible, c'est de la *glossolalie*, une déconstruction totale du langage.

Dans le même registre on peut aussi délibérément chercher à communiquer avec les esprits comme le fait le shaman ou le spirite.

Le spirite est un adepte du **spiritisme**, une doctrine très à la mode au 19^{ème} siècle qui admet la possibilité de communiquer avec les esprits des défunts baptisée maintenant **channelling** * depuis la vogue américaine du « *New Age* ».

* Channelling (ou channeling), mot anglais signifiant canalisation, terme utilisé pour décrire la communication entre un humain et une entité.

☞ A la différence du spiritisme qui considérait les messages reçus comme provenant d'esprits humains désincarnés, le *channelling* a la prétention de délivrer des messages d'ordre spirituel et métaphysique.

Ainsi avons-nous vu ces dernières années fleurir de nombreux livres écrits par des prétendus « *channels* » (traduction, canal ou médium) qui prétendent avoir une ligne directe avec DIEU ou son fils chéri, Jésus, ou bien encore avec des anges, des archanges, des maîtres ascensionnés et autres entités aux noms pompeux ☺

Plus curieux est l'engouement suscité par ce genre de livres qui se vendent « *comme du petit pain* ». Comme si DIEU appelé dans ces livres, père créateur de toute chose et souvent imaginé comme un vieillard barbu (*allô papa bobo*) et son fils Jésus avaient spécialement sélectionné ces auteurs pour délivrer leur message ?

☞ Soulignons aussi le fait que nos « *channels* » modernes ont quand même, beaucoup moins de succès que leurs « anciens » dont certains furent à l'origine de nouvelles religions.

Nous vous laissons le soin d'élucider par vous-même lesquels d'entre eux ont été baptisés saints, envoyés *ou* messagers ou encore, prophètes suite à leurs « *canalisations* » ☺

Nous reviendrons à la fin de ce chapitre sur les illusions et les dangers du channelling (et du voyage dit astral), mais avant il nous faut d'abord comprendre le phénomène de la sphère réfléchrice, cause première des réincarnations.

LA SPHERE REFLECTRICE

Toutes ces activités émotionnelles, sentimentales, de la pensée, du désir et de la volonté de l'homme ordinaire, donnent naissance dans son champ de respiration à un immense espace d'images-pensées qui collectivement constituent une véritable sphère astrale et mentale qui englobe toute la création matérielle.

Il s'est édifié dans cet espace, au cours des millénaires, un véritable reflet de tout ce qui se pense et se rêve ici-bas. Paradis comme enfers de toutes sortes, constructions astrales merveilleuses, palais et cathédrales lumineuses, forment un immense piège où, après la vie ici-bas, le décédé retrouvera un illusoire au-delà conforme à ses conceptions, avec un panthéon de dieux et de déesses, de célébrités, de christs, saints et gourous.

C'est ce vaste espace, ce monde en miroir qui renvoie les images du nôtre en les amplifiant, en les déformant, cette toile virtuelle qui est appelée la **sphère réfléchrice** dans laquelle les corps subtils des décédés, essentiellement le corps astral et le corps mental finissent de se dissoudre suivant un temps plus ou moins long avant toute nouvelle incarnation.

La sphère réfléchrice et le processus de mort

Lorsqu'une personne vient à décéder, son corps physique meurt, mais, outre le corps physique, la personnalité comprend encore d'autres parties, la matrice éthérique, le corps astral et le corps mental.

Toutes ces parties ne disparaissent pas immédiatement mais au contraire se dissolvent lentement à l'intérieur de la sphère réfléchrice.

Nombreux sont ceux qui croient que cette sphère réfléchrice constitue l'au-delà alors que ce n'est qu'une vaste illusion créée par les formes mentales des disparus comme des vivants !

La sphère réfléchrice et le sommeil

De même, lorsqu'un homme s'endort, il se produit une division de sa personnalité. Son corps physique reste étendu sur le lit tandis que les parties subtiles en sortent de la même manière

que lorsque la mort survient. Ces parties subtiles (corps astral et mental) peuvent se déplacer plus ou moins loin du corps physique. La conscience humaine alors se divise, la conscience diurne reste près du corps physique dans un état d'inconscience plus ou moins profonde tandis que la conscience nocturne voyage !

Nombreux encore sont ceux qui pensent avoir ainsi transféré leur conscience dans les mondes subtils pendant leur sommeil et faits des découvertes extraordinaires. Ils n'ont à vrai dire que rencontré des esprits désincarnés qui au passage leur ont siphonné leur énergie.

IL N'Y A AUCUNE SPIRITUALITE DANS CES REVES et VOYAGES ASTRAUX ☹

ILLUSIONS et DANGERS du CHANNELLING Et des VOYAGES ASTRAUX

Ainsi des multiples entités ont-elles peuplé la sphère réfléchissante au fur et à mesure que les hommes rêvaient leur vie au lieu d'agir et de se changer. Et ce panthéon virtuel est aujourd'hui plein à craquer.

Il faut aussi savoir qu'au moment de la mort, l'être uniquement intéressé par le monde matériel fera tout pour s'opposer à la volatilisation de sa matrice éthérique, au moyen de laquelle il garde quelque contact avec le monde des vivants. Il tentera même de combler ses pertes d'éthers pour prolonger artificiellement son séjour dans le domaine de passage.

Lors d'un dédoublement (voyage astral ou channelling), notre conscience fait ainsi des expériences avec toutes ces « créatures » des mondes de l'astral et du mental dont certaines savent très bien prendre le « masque » du bien pour mieux nous tromper !

Cette sphère réfléchissante est la cause du spiritisme et de tous les phénomènes annexes : Apparitions, trances, cultes magiques du type vaudou et chamanisme, langage médiumnique, rencontres astrales, channelling, etc.

Il ne s'agit pas d'autre chose que du parasitage des êtres vivants par ces êtres désincarnés, et ces entités liées à la terre, en vue de capter les éthers dont ils ont besoin pour ne pas disparaître.

Et même si nous donnons aux forces ainsi évoquées des noms pompeux comme Dieu, Maître, Anges, Guides, Esprits de Lumière, elles n'en sont pas moins le fait de la médiumnité et du parasitage.

Il ne s'agit point-là d'illumination ou d'une quelconque initiation mais d'un **ASSERVISSEMENT** aux entités rencontrées ou évoquées.



Quelques observations complémentaires :

→ Les anges et archanges sont une invention récente. Ils ont commencé à apparaître environ 200 ans avant JC dans différentes traditions.

→ Le voyage dit astral est avant tout une expérience subjective et l'individu dédoublé ne verra que ce qui est accepté par son système de croyance qu'il soit conscient ou inconscient.

→ Aux dernières nouvelles, aucun de ces explorateurs du passé ou du futur (ou de ces *channelers*) n'a pu rapporter de ses voyages une quelconque découverte exploitable dans notre société pour les voyageurs du futur ou une information pertinente pour éclairer l'histoire en ce qui concerne les voyageurs du passé !

Aucun de ces « cosmonautes intersidéraux » n'a pu donner une quelconque information crédible sur l'existence d'extraterrestres, sur ce qui se passe dans les fameux trous noirs (s'ils existent

réellement ?), aucun n'a découvert une nouvelle galaxie, encore moins une étoile inconnue !

Les channelers ne peuvent fournir l'information que nous avons réellement besoin, simplement parce que l'enseignement provient d'eux, et non d'entités spirituelles.

Ce n'est donc pas surprenant que tout ce qui provient du channelling soit toujours de l'information qui existait sous une forme semblable, ailleurs, dans un autre livre.

Enfin, aucun d'entre eux n'a la faculté de se dédoubler pour aller visiter votre coffre-fort, vérifier vos comptes ou aller espionner votre beau ou belle voisin(e).

Pour clore ces illusions, ajoutons qu'aucune de ces entités même parées des plus beaux noms n'est en mesure de retrouver les personnes disparues. Il en va de même pour leurs prophéties qui ont la même probabilité de réalisation que celle données par un « voyant » ordinaire.



Addenda

Le monde des esprits contient un nombre incalculable d'habitants réunis sous le vocable d'entités.

Outre les **déités** (dieux, anges, archanges, guides, maîtres, êtres lumineux, fées etc.) et les **démons**, les « spécialistes » distinguent aussi des larves, des schèmes, des **élémentaux**, etc.

Les élémentaux sont des entités créées consciemment ou non par les pensées intenses et répétées des êtres humains. Ce sont des pensées devenues autonomes dotées d'un instinct de conservation.

Tout sentiment d'autant plus s'il est puissant comme la colère, l'angoisse, la haine, l'envie, l'émotivité comme toute pensée ou activité mentale, rêverie ou obsession provoque une émission «

d'éthers » par le cerveau qui nourrit ce vaste espace mental qui nous environne.

Certaines de ces entités de la sphère réfléchissante ont même intérêt à exciter ces activités (elles créent des situations dans ce but) jusqu'à faire perdre à l'individu tout ou partie du contrôle de soi.

C'est ce qui se passe en particulier dans les groupes spirites et autres, qui se servent de la médiumnité, c'est-à-dire de la grande sensibilité naturelle au domaine de l'astral

Le médium le plus apte au contact est relié par les centres cérébraux à un esprit, celui-ci est alors en mesure de lire dans l'éther réfléchissant des personnes présentes et provoque facilement un intérêt et une émotion intense en évoquant des événements de la vie personnelle des assistants, en transmettant des « messages » de la part de défunts, en faisant des promesses ou des prédictions. Il s'ensuit alors, une forte émission d'éthers et une liaison accrue entre ces parasites de l'au-delà et les participants, dont l'intense fatigue nerveuse montre bien les dangers de ces séances de « pillage » pour la santé physique et psychique.

Pensées humaines, pensées résiduelles des désincarnés, élémentaires, tout ce « petit monde » constitue le vaste espace des entités



A propos de la Réincarnation

La réincarnation n'est pas seulement la base de l'hindouisme et du bouddhisme, des anciennes religions maintenant disparues y croyaient fermement ainsi que de nos jours de nombreux mouvements philosophiques ou religieux. En fait les deux tiers de l'humanité admettent la réincarnation.

Car la réincarnation reste une des rares manières d'expliquer les paradoxes de la vie. De plus en plus de chrétiens y adhèrent, pensant sincèrement que beaucoup de choses changeraient si tout le monde croyait à la réincarnation.

Si celui qui torture savait qu'il sera torturé à son tour dans une autre vie, celui qui viole, qui vole, abuse de ses pouvoirs et de ses richesses savait qu'un jour il sera violenté, volé ou misérable, il n'aurait certainement pas le même comportement.

Comment être raciste quand on sait que, dans une autre vie, on a peut-être été ou l'on sera noir, jaune, blanc, juif ou arabe ?

Il y a trop d'injustices, trop d'inégalités sur cette terre, comme il y a trop de possibilités en nous pour que son destin soit définitivement scellé en une seule vie.

Mais si la réincarnation est présentée comme une possibilité d'évolution, de purification progressive à travers des existences successives avec son corollaire qu'on appelle **karma** ou loi de compensation qui nous fait supporter dans une autre vie les conséquences des actes que nous avons commis dans la précédente avec leur sanction si besoin, elle est aussi considérée comme un véritable drame et le but suprême est alors la délivrance définitive de l'obligation de ne plus se réincarner afin de ne plus jamais revenir sur cette terre de misère.

Vu sous l'angle pertinent de la **Gnose**, la réincarnation devient alors un plan proprement machiavélique pour retenir indéfiniment sur terre les parcelles de lumière que sont les êtres humains.

Par ailleurs, la théorie de la réincarnation pose de nombreuses interrogations et elle est mise à mal sur bon nombre de points.

A titre d'exemple :

- Quid de la première réincarnation (donc sans karma préalable) ?
- Nombreux sont ceux qui régressent au lieu d'évoluer dans cette vie ?
- Les individus qui ont une très belle vie (amour, gloire, richesse et beauté) seraient donc des gens qui ont un bon karma à cause de leur vie précédente exemplaire et ils vont alors passer cette vie présente à jouir de leurs privilèges et satisfaire leur ego !
Quid alors de leur évolution ?
Voici un manège infernal !



☞ Un jour, un journaliste proche du bouddhisme posa cette question au Dalaï-Lama, le chef spirituel des tibétains : « *Si demain la science démontre que la réincarnation est impossible, que ferez-vous ?* »

Réponse pragmatique du Dalaï-Lama : « *Dans ce cas on renoncera à cette doctrine* » !

Source : Emission *Sagesses bouddhistes* France 2 Dimanche 4 septembre 2011.

Cette réponse est grave de conséquences car en tout état de cause elle signifie pour le moins, que ce grand maître spirituel **NE SAIT PAS, IL CROIT !**

Est-il alors véritablement un éveillé comme le Bouddha ?

Est-il l'incarnation volontaire d'un maître réalisé (un *tulku* *) ?

* *Tulku* terme tibétain désignant l'incarnation d'un maître qui ayant maîtrisé les lois du karma et atteint la réalisation choisit de renaître pour aider les autres.





Le symbole qui représente le mieux les trois mondes est le **triskell**.

Le triskell (orthographié aussi triskel ou triskèle) représente trois spirales qui divergent à partir d'un même point central, appelé aussi triquètre ou triscèle (du grec τρισκελης, « triskélès » qui signifie à « trois jambes »)

Symbole des pays celtes comme la Bretagne ou l'Irlande, on retrouve ce symbole un peu partout dans le monde.

Trois spirales représentatives du monde des vivants, du monde de morts et du monde des esprits avec au centre, le point central qui suggère le monde non manifesté, le **véritable AU-DELA DIVIN** qui fera l'objet du prochain chapitre.

Note : Ces trois spirales peuvent aussi représenter le corps physique, le corps astral, le corps mental et le point central, le corps spirituel hors du temps et de l'espace appelé aussi corps de lumière.

➔ L'ensemble spirales et cercle qui les contient représente aussi le **soleil intérieur** dont nous parlerons dans la cinquième et dernière partie.

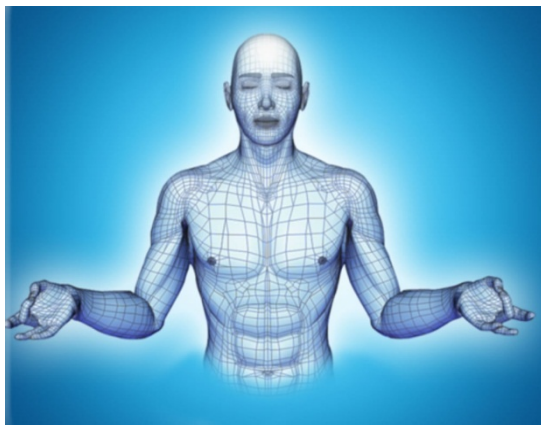


TROISIEME PARTIE

LA CLE QUI OUVRE LA PORTE DE L'AU-DELA



LA CLE QUI OUVRE LA PORTE DE L'AU-DELA



Cette clé est une méditation particulière qui utilise le souffle, le « *pneuma* » en grec.

Une méditation « pneumatique » qui ouvre la porte de l'au-delà, celle du **monde non manifesté**.

Une méditation rarement évoquée dans les livres car c'est une méditation purement gnostique.

Avant de la décrire en détails, donnons quelques rappels utiles sur la ou plutôt les différentes méditations.

La méditation est une pratique millénaire devenue maintenant très tendance dans nos sociétés occidentales ces dernières décennies surtout depuis l'identification de l'ennemi suprême : le STRESS, cause première de toutes les maladies contre lequel la méditation serait l'arme suprême.

Le plus célèbre méditant fut Gautama Siddartha plus connu sous le nom de Bouddha qui connut l'éveil, il y a déjà 2500 ans et ce, grâce à la méditation.

Tous les livres de méditation ont un caractère commun : Aucun d'eux n'explique clairement et précisément quel est le but de la méditation souvent confondue avec relaxation !

Conséquence, des milliers de gens méditent tous les jours, certains plusieurs fois par jour et comble, ne savent pas vraiment dans quel but, si ce n'est d'atteindre un hypothétique éveil et illumination comme le Bouddha. Un objectif que 99,99% d'entre eux n'atteindront ... JAMAIS !

Il existe des dizaines et des dizaines de formes, de techniques ou de méthodes de méditation, toutes aussi peu explicites les unes que les autres.

Voici une timide classification pour s'y retrouver.

La plus ancienne forme est issue du Yoga Indien et consiste en trois phases : le *Dhâranâ* ou apprentissage de la concentration avec une attention toute particulière sur la respiration, puis le *Dhyâna*, la méditation proprement dite et stade suprême le *Samâdhi*, la contemplation dans laquelle penseur, pensée et objet se fondent en une seule unité.

Seul un maître y parvient après toute une vie consacrée à la méditation et à rien d'autre.

Hyperactifs, occidentaux impatients, pressés et stressés s'abstenir !

Plus récemment introduite en Occident, la méditation pratiquée par les Lamas Tibétains que l'on approfondit durant la célèbre retraite de trois ans, trois mois et trois jours, ni plus, ni moins (qui inclut cent mille prosternations rituelles !).

Elle consiste d'abord en l'apaisement des pensées et des agitations par la méditation dite « *Chiné* » pour amener progressivement l'esprit à un état de quiétude et de grande clarté. *Chiné* conduit à une deuxième phase de méditation appelée « *Lhakthong* » ou « vue pénétrante » qui permet de s'engager dans le processus de la reconnaissance de la nature de l'esprit. Tout cela sous la direction spirituelle d'un Lama si vous en avez un sous la main !

Ajoutons pour la petite histoire que la simple méditation ne suffit pas, il faut aussi digérer l'enseignement de ces Lamas, un enseignement basé sur des textes anciens écrits en Pali, en Sanskrit ou en Tibétain.

Des écrits contenant moult répétitions, métaphores et histoires* à dormir debout comme il était d'usage dans ces pays il y a bien

longtemps pour expliquer des principes simples en les compliquant au maximum pour faire savant.

* Et cela vaut aussi pour les vieilles histoires gnostiques ☺

Des écrits qui plus est, « sacrés » que des exégètes passeront toute leur vie à lire, relire et même pour certains à apprendre par cœur afin de se les réciter à longueur de journée !

Le fait n'est pas unique, on le retrouve dans toutes les religions.

Et encore plus radicale, la méditation ZEN issue du Bouddhisme Japonais qui enseigne de méditer dans un esprit « *Mushotoku* » c'est-à-dire sans but ni esprit de profit, et plus fort, de méditer sans méditer et de penser sans penser !

Cette méditation est très simple à apprendre car il n'y a tout simplement pas d'enseignement mais très compliquée à pratiquer !

Pour résumer : On s'assoit tant bien que mal dans la position du yoga dite du « lotus » ou du « demi-lotus » qu'on appelle *zazen*, les genoux doivent toucher le sol, c'est obligatoire. Une position assez facile à prendre pour un Indien ou un Asiatique et une vraie torture pour on occidental, les hommes en particulier beaucoup moins souples que les femmes. On regarde droit devant soi, les yeux ouverts et le dos bien droit et ... c'est tout !

Article 22 : Débrouillez-vous comme vous pouvez !

Il existe une multitude d'autres formes de méditation comme la célèbre Méditation baptisée Transcendantale (abréviation MT) introduite en Occident par l'Indien Maharishi Mahesh Yogi dans les années soixante et qui a fait le tour du monde.

Elle consiste à s'asseoir confortablement dans un bon fauteuil, fermer les yeux et répéter sans cesse un mantra c'est-à-dire un son sans signification afin de ne pas occuper le mental sur une quelconque réflexion et cela deux fois par jour pendant vingt minutes, la durée officielle de la méditation en Occident ☺

Les caciques de la méthode vous expliquent qu'il s'agit d'un quatrième état de conscience, un état d'éveil au repos et que si seulement UN POUR CENT de la population mondiale pratiquait quotidiennement la MT, la paix mondiale serait assurée !

Il est vrai que si chacun d'entre nous s'accordait chaque jour une période de repos contemplatif pour décompresser, les relations humaines ne s'en porteraient que mieux.

Voilà pour le rapide tour d'horizon.

PNEUMATIKOS : La méditation pneumatique

C'est une méditation basée sur l'observation de sa respiration.

La légende prétend que le Bouddha l'aurait utilisée pour parvenir à l'éveil puis l'aurait enseignée à ses disciples en la baptisant « *Technique du va et vient du souffle* ».

Le principe de cette technique consiste à réduire au maximum l'inspiration et l'expiration jusqu'à quasiment arrêter sa respiration.

C'est en quelque sorte une respiration invisible ☺

Voici comment la pratiquer.

Fermez les yeux pour vous retrancher dans votre for intérieur.

Assis sur le sol en position de yoga dite du lotus ou du demi-lotus pour les puristes ou plus simplement assis sur une bonne chaise le dos bien droit, commencez par faire de profondes respirations.

Vous inspirez longuement en portant toute votre attention sur cette inspiration.

Gardez un moment cette inspiration dans vos poumons, cela s'appelle faire de la rétention (surtout sans jamais forcer).

Puis expirez longuement toujours en observant bien cette expiration.

Continuez ainsi deux à trois minutes. Vous nettoyez vos poumons.

→ Imaginez un ballon à l'intérieur de votre poitrine, vous inspirez et le ballon se gonfle. Vous expirez et le ballon se vide.

Inspirez maintenant moins longuement puis expirez un peu plus vite que précédemment.

Observez votre respiration sans faire de commentaire mental.

☞ Les Hindous disent que la respiration est le véhicule de l'esprit, ils l'appellent le **prâna** et les anciens grecs le **pneuma** (littéralement le souffle) que le nouveau testament a traduit par « saint esprit ».

Entre chaque mouvement d'inspiration et d'expiration (flux et reflux), il existe une phase neutre, un intervalle.

C'est sur ce moment d'arrêt, ce point d'équilibre qu'il faut focaliser son attention afin que ce moment dure le plus longtemps possible.

Reposez-vous dans cet intervalle.

Restez calme, détendu, tranquillisez toute l'activité de votre corps et de votre mental.

Maintenant deux possibilités s'offrent à vous.

Vous comprendrez au fur et à mesure de votre pratique laquelle choisir suivant les circonstances du moment.

● Première possibilité : L'extinction progressive du souffle.

Respirez calmement en réduisant petit à petit l'étendue de vos mouvements respiratoires.

Contrôle et lâcher prise sont ici les maîtres mots : Un minimum de contrôle au travers d'un lâcher prise global afin de diriger lentement le souffle vers son extinction.

Continuez ainsi.

Ne forcez pas et laissez faire les choses naturellement avec calme et fluidité, le souffle s'approche alors de l'extinction.

Par la pratique, chacun peut atteindre des états plus ou moins profonds durant cet exercice.

Ce mode de respiration agit sur la conscience qui progressivement s'étend hors des limites habituelles et permet alors d'accéder à des niveaux de connaissance supérieure et d'obtenir ainsi des réponses à de nombreuses questions.

La respiration complète (inspiration et expiration longues) élève le niveau d'énergie tandis que la respiration invisible élève la conscience.

● Deuxième possibilité : La respiration rythmée et étouffée.

Vous respirez de moins en moins profondément, de manière courte, rapide et régulière **comme si vous aviez l'impression de sans cesse manquer d'oxygène.**

A un moment votre respiration va finir par se caler sur le rythme *une-deux, une-deux, inspir-expir, inspir-expir ...* et ainsi de suite.

Continuez ainsi.

Au bout d'un certain temps, une délicieuse volupté commencera à vous envahir. Votre visage va se mettre à sourire tandis que toutes les réactions biologiques de votre corps vont ralentir.

Bientôt vous ne serez plus que respiration et plus rien d'autre.

Et alors sans aucun effort, vous serez transporté dans un océan de sérénité et de bien-être.

Vous allez tout naturellement sourire, « sourire aux anges ».

C'est cela, la **méditation pneumatique** 😊

☞ Cette respiration avec légère « soif d'air », c'est-à-dire, une légère privation d'air constante de manière à respirer de façon courte et régulière est qualifiée par certains pratiquants comme la « porte étroite », le passage, le gué qui conduit dans les mondes spirituels.

Il faut sans cesse reprendre un peu d'air pour avoir sans interruption l'impression d'en manquer.

➔ C'est à ce moment qu'il faut placer une pensée précise associée à la légère privation d'air pour obtenir de nombreux bienfaits dans tous les domaines (comme des réponses à de nombreuses questions ou encore de dépasser des blocages anciens).

Citons une phrase relevée dans un livre paru en 1966 aux éditions Berger Levrault intitulé : « Magie et Chasse au Cameroun » de Henri Koch :

« Hommes parviennent aimer après respiration étouffée »

La méditation pneumatique, pratiquée quotidiennement peut vous conduire à des merveilleux états de supra conscience ou d'illumination.

Avant d'aborder ces états, donnons quelques précisions sur les états de conscience, l'art des souffles et la pratique de la méditation.

Les états de conscience

Le tableau ci-dessous résume quatre états de conscience en fonction du corps (au repos ou non) et de la conscience.

CONSCIENCE → REPOS ↓	<i>OUI</i>	<i>NON</i>
<i>NON</i>	VEILLE Conscience réfléchie, de l'Ego	REVES Sommeil paradoxal
<i>OUI</i>	EVEIL Quatrième Etat de conscience	SOMMEIL Sommeil profond

L'état d'éveil est un état de grande quiétude autrement dit, un calme mental, une conscience pure débarrassée des pensées parasites.

☞ Ce moment unique est appelé en anglais le STILL POINT, le point immobile, le point tranquille, objectif de toute bonne méditation.

L'art des souffles, le « *Chi Kung* »

La technique du va et vient du souffle est utilisée par les maîtres Taoïstes Chinois de Kung-Fu qui accumulent l'énergie provenant du *prâna* ou *Chi* (ou *Ki* en Japonais) dans trois centres* principaux : le centre inférieur à trois travers de doigt au-dessous

du nombril (le *hara* ou *tan t'ien* en chinois), le centre médian dans la région du cœur et le centre supérieur, dans la tête derrière le front (*voir aussi page 78).

L'énergie s'accumule d'abord dans le centre inférieur, de là elle peut pour l'homme commun, s'extérioriser dans l'acte sexuel ou remonter de façon désordonnée dans la région du cœur ou de la tête, dans la colère ou la peur ou bien être consciemment dirigée pour l'accomplissement de tâches précises.

C'est en effet lors de l'expiration maîtrisée que l'on peut contrôler la circulation de l'énergie.

L'utilisation de mantras

Mantra est un terme sanskrit qui signifie arme ou outil de l'esprit. Formule (souvent sans signification) répétée régulièrement pour évacuer les nombreuses pensées parasites qui interviennent durant la méditation.

Le plus célèbre mantra est celui du son primordial OM, le mantra sacré du Tibet (différentes prononciations OMMM, AOMM, AOUMM).

Si cela vous aide, vous pouvez au début utiliser un mantra dont le son vous plaît.

Par exemple, vous prononcerez mentalement OOO ou AAA et imaginerez l'air (le *prâna*) qui gonfle vos poumons et à l'expiration vous prononcerez MMM ou OUMMM en imaginant l'air qui ressort.

D'autres mantras :

AAA (inspir) – OUMMM (expir)

Chi (inspir) – Ringggg (expir)

Chi (inspir) – Oummm (expir)

Vous pouvez aussi inventer un mantra qui vous convient (qui vous parle) comme :

Pneu (inspir) – Maaaa (expir)

AAA (inspir) – MOURRR (expir)

Etc.

La durée de la méditation

Il n'y a pas de durée établie. Disons que vingt minutes est un minimum, mais c'est généralement après 45 minutes de méditation que des expériences particulières se déclenchent. Par contre au-delà d'une heure il survient souvent une envie irrésistible de faire autre chose, inutile alors de continuer.

Et il y aura des jours où, quand ça ne veut pas, ça ne veut pas ! Alors, n'insistez pas, c'est comme ça et il faut faire avec ?

C'est comme pour les marées, il y a des périodes de grandes marées et des périodes de petites marées ! Surtout ne soyez pas déçu, vous vous êtes reposé mentalement et physiquement, vous en avez profité pour vous suggérer des motivations positives, votre corps et votre santé vous en sauront gré.

Et puis d'autres jours seront bénis, pourquoi, mystère ?

Mais ces jours-là, vous irez très loin dans le calme mental, dans l'expérience du point immobile, du *Still Point*, un moment idéal pour implanter une suggestion, le monoïdéisme, l'idée unique qui se réalise.

Durant ces moments, vous avez orienté votre mental vers les régions silencieuses de la conscience pure pour finalement devenir conscient de la conscience elle-même.

C'était l'objectif, vous avez accédé au **monde non manifesté**.

Vous pourrez alors vous détendre totalement et vous ressourcer dans cet état de conscience sublime ou en profiter pour implanter dans votre conscience latente (votre inconscient, pas si inconscient que ça) des suggestions choisies à l'avance.

Des suggestions d'amélioration, thérapeutiques, de changement etc. Le mental fonctionne au ralenti, il n'y a plus aucune résistance, alors ne vous gênez pas.

La méditation pneumatique devient alors auto hypnotique et vous permet ainsi de prendre avantage de deux méthodes, la méditation et l'autohypnose ☺

A propos du monde non manifesté

Espace – Temps – Conscience – Vibrations

N'oublions pas que l'espace et le temps sont un état particulier de conscience, il n'existe pas d'espace sans temps, pas de temps sans espace.

Les structures et les phénomènes que nous observons dans la nature ne sont rien d'autre que les créations de notre esprit mesurant et catégorisant.

Les lois fondamentales de la nature ne sont que des créations de l'esprit humain.

En fait le monde extérieur est un monde abstrait, ce sont des ondes et des vibrations, il faut la présence d'un cerveau pour que s'installe une situation concrète.

L'œil ne voit rien, il capte des ondes, tout comme l'oreille capte des vibrations.

Une onde est une vibration d'un nombre de fois par seconde, c'est un modèle vibratoire dans l'espace et le temps.

Et si le temps n'existe pas il n'y a pas d'onde donc pas de création.

C'est seulement en se situant par-delà le temps que l'on transcende le monde des causes et des effets et que l'on accède au ... Non Manifesté.

Le **Non Manifesté** est la source invisible de toute chose d'où émane la conscience.

Un royaume de paix profonde, un vide dépourvu de forme sur lequel s'épanche à n'en plus finir la philosophie Bouddhiste :

« La forme est le vide, le vide est la forme »

Comme le dit le célèbre sutra de la grande sagesse, le sutra du cœur.

Une formule qui ressemble étrangement à celle des gnostiques :

« Le vide est plénitude »

L'essence de toute chose c'est le vide, qu'on appelle aussi vacuité et qu'il ne faut pas confondre avec le néant.

Un monde immobile et vide mais néanmoins plein d'énergie, de CHI en Chinois. Et comme le dit le TAO :

*« Quand on sait que le Grand vide est plein de chi,
alors on sait que le néant n'existe pas. »*

Le chi (le **pneuma** en grec) est le lien entre l'univers physique et le Non Manifesté.

Un monde sans temps, sans espace et sans matière et un monde de silence.

Pour prendre conscience de l'espace il faut un objet ou au moins deux points de référence pour que les concepts de distance et d'espace puissent exister.

Le silence, c'est pareil, il faut un son pour donner vie au silence. Tous les sons naissent du silence.

Le vide et le silence sont deux aspects de la même chose, ils sont la manifestation du monde non manifesté !

Ce qui faisait dire aux Gnostiques :

Au VERBE IGNORANT répond le SILENCE

L'homme immortel est appelé silence, il n'est besoin de voix ni pour connaître, ni pour former un concept, ni pour l'illumination, mais où toutes choses sont lumière et n'ont ainsi pas besoin d'être illuminées

Pistis Sophia

☞ La physique moderne qui étudie la structure des atomes nous confirme que la matière prétendument solide est constituée presque en totalité de vide, tellement les distances entre les atomes sont immenses comparativement à leur taille.

Pour mieux comprendre le non manifesté, pensons à la création de l'univers comme nous l'explique la théorie du « *Big Bang* » d'où est né notre univers après une gigantesque explosion Il y a de cela, quinze milliards d'années.

Avant il n'y avait pas d'espace attendant d'être rempli, il n'y avait rien, que le non manifesté !

Un vide, mais un vide plein d'énergie !

Et soudain l'UN est devenu multiplicité ?

Le non manifesté est un monde de vide, de silence et de conscience pure. Chaque nuit vous avez accès au monde non manifesté, quand vous dormez très profondément durant la période de sommeil sans rêves, une période où il n'y a rien à dire pour la bonne raison qu'il n'y a aucun contenu. Mais une période essentielle pour votre survie puisqu'elle est consacrée à la récupération et à la réparation des tissus endommagés de votre corps.

→ Profitons de l'occasion pour tordre le cou encore une fois à toutes ces innombrables histoires d'apparitions, de visions de guides spirituels, d'archanges, d'anges ou de démons, de saints, de christes, de bouddhas, de vierge marie, de fantômes, de proches disparus, etc. La liste est ... interminable.

Toutes ces visions ne proviennent pas du non manifesté mais de votre mental et ses croyances et des formes pensées toujours vivifiées produites par une création mentale individuelle ou collective.

Elles n'ont de réalité que celle que votre mental veut bien leur accorder.

Le véritable éveil, c'est la découverte du monde NON manifesté. Un monde où il n'y a rien à dire pour la bonne raison qu'il n'a pas de contenu !

Un monde de pure énergie, un monde de paix et de sérénité appelé « *Nirvana* » par les yogis, « *Amour divin* » par les soufis, « *Lumière divine* » par les gnostiques, « *Satori* » par les adeptes du Zen ou encore, « *Eveil* » par les bouddhistes

Deux expériences merveilleuses parmi d'autres

→ Certains jours, très rares il faut l'avouer, si vous persévérez dans la pratique de la méditation pneumatique, vous ferez peut être, nous vous le souhaitons, l'expérience de l'ILLUMINATION. Ce pourra être durant la séance de méditation ou plus tard la nuit, généralement le matin dans le demi-sommeil.

Au même moment vous pourrez aussi entendre depuis votre nuque, un bruissement, un bourdonnement semblable au vol d'une abeille.

Cette expérience extraordinaire est recherchée par les adeptes du yoga et les yogis qui l'appellent « *Réveil de la Kundalini* ».

C'est ce phénomène appelé « éveil » que connut le Bouddha 500 ans avant JC.

Dans cet état, on sait tout, on comprend tout, on devine tout, on peut tout !

☞ Ce bruissement est connu en physique moderne, on l'appelle bruit de photons ou encore « bruit de grenaille » (en anglais « *shot-noise* »). Les photons, ces petits paquets d'ondes énergétiques de la lumière expliquent la sensation d'illumination.

➔ D'autres jours encore, toujours sans avertissement et sans aucun effort, vous serez transporté dans un océan de sérénité et de bien-être, vous allez tout naturellement sourire, « sourire aux anges ».

Et soudain ... « *Clic !* »

Arrivera un instant béni. Votre corps sera tout endormi à un point tel que vous ne le sentirez plus, seule votre conscience sera parfaitement éveillée. Tout alors devient lumineux, le temps n'existe plus, tout devient beau, tout devient clair.

Et sans aucun effort votre visage sera tout sourire, la lumière se répand dans toute votre conscience.

Vous êtes bien, merveilleusement bien, vous êtes au Royaume du Cœur.

Et soudain dans un élan incomparable d'AMOUR, la Lumière va vous sourire.

« *L'Amor che muove il sole e l'altre stelle* »

Ecrivait Dante dans sa Divine Comédie. L'amour qui fait mouvoir le soleil et les autres étoiles.

L'amour, le Grand Amour Universel, à ne pas confondre avec l'amour galvaudé, vous savez ce mot qu'on emploie en lieu et place du mot copulation.

C'est une expérience extraordinaire qu'on ne peut décrire parfaitement avec des mots mais une expérience que vous n'oublierez jamais.

Malheureusement bien vite, trop vite, un bruit, une présence, une pensée, vous feront revenir « sur terre », mais vous aurez gardé de façon indélébile une toute petite idée de ce qu'est ...
l'autre rive !

☞ Il faut signaler que les victimes enfermées dans les étages supérieurs des deux tours du World Trade Center à NEW YORK lors de l'attentat du 11 Septembre 2001, sentant leur fin prochaine, ont envoyé avec leurs portables des messages d'amour à leurs proches.

Aucun message de haine ou de rancœur n'a été enregistré.

L'AMOUR est présent partout dans notre monde.



Ce qu'il faut aussi savoir :

Quand vous atteignez de tels états de félicité, cela signifie que vous avez trompé la surveillance et les défenses de votre EGO.

Au début votre ego trouvera cette méditation très amusante et il vous incitera à méditer toujours plus, jusqu'à ce qu'il réalise (très vite malheureusement) que cette méditation risque bien de le réduire à « une peau de chagrin ». Sa réaction ne tardera pas. Par l'intermédiaire de votre corps et de votre mental, votre ego fera tout pour vous dégoûter à jamais de la méditation.

Votre corps d'abord, va s'exprimer par de nombreux effets désagréables, tels les picotements, les démangeaisons, les chatouillements et autres nuisances qui perturberont votre concentration et par suite la relaxation exigée pour atteindre les états recherchés.

S'ajoutera aussi la tendance à l'endormissement surtout si vous êtes en position allongée et les yeux fermés, résistance commandée par votre inconscient et donc votre ego alors acculés dans leurs ultimes retranchements.

Votre satané mental ensuite, avec des pensées disparates destinées à vous faire oublier le but de votre méditation.

Notre conseil : Si une pensée parasite qui n'a rien à voir avec votre méditation survient, souriez et « sermonnez » au besoin votre mental puis revenez à votre thème toujours et encore.

Surtout ne vous laissez pas distraire par votre mental, il utilisera de multiples stratégies pour reprendre la direction des opérations. La distraction est son arme favorite. Vous passerez d'une pensée à une autre et au bout d'un certain temps vous serez complètement ailleurs. Où ? Nous n'en savons rien, mais bien loin en tout cas de votre méditation. Pas d'énerverment, souriez-lui, montrez-lui que vous n'êtes pas dupe et revenez à la méditation en l'obligeant à vous donner les suggestions pour l'approfondir. Ce doit être un monologue dirigé.

Il vous faudra aussi contrôler vos sentiments et ne pas vous laisser emporter par eux. Les sentiments sont une réaction de l'âme, de votre mental au monde extérieur, ils sont la porte de la folie. Il vous faudra apprendre à domestiquer vos sentiments

simplement en les observant, en devenant le spectateur de vous-même et du monde qui vous entoure.

Contemplez les sentiments dans leur nature, leur cause et leurs effets. Alors vos sentiments qui étaient source de faiblesse, une fois transmutés deviennent source de pouvoir.

Plus vous avancerez sur la voie gnostique et plus vous constaterez l'apparition de résistances de plus en plus pernicieuses pour contrarier votre évolution.

En plus de la résistance de votre ego (et de votre mental infernal) et beaucoup plus étrange et inquiétant, vous aurez très vite l'impression que de puissantes forces maléfiques et angoissantes vous agressent pour vous faire abandonner cette voie de libération ?

➔ De même que les guerriers utilisent des armures pour se protéger pendant les batailles, les méditants ont besoin d'une armure psychique pour se défendre contre les obstacles et les entraves.

☞ Tout ce qui fait obstruction à l'accomplissement de la libération est nommé **Mara** par les bouddhistes.

Mara (sanskrit, pâli) est dans le bouddhisme, l'esprit tentateur (démon) qui essaya d'empêcher Gautama Bouddha d'atteindre l'éveil.

Notre conseil : « *un mal qui se reconnaît, se détruit* ». Reconnaissez ces forces comme ténébreuses, chassez-les en pensée et « rayonnez » encore plus la lumière. Surtout ne cédez pas à la peur.

☞ Voyez aussi en page 71 une technique de purification par la lumière.

C'est un véritable combat spirituel que vous devez engager

Voilà pourquoi ces états suprêmes de béatitude sont très rares mais peuvent revenir à condition de continuer inlassablement vos méditations (que certains appellent ... prière)

Le gnostique pneumatique a détruit son mental tandis que l'hylique s'est totalement identifié aux choses qui le fascine et l'entraîne dans la destruction.



QUATRIEME PARTIE

LA PORTE DU SOLEIL

Titthakara est un vieux mot indien qui signifie « *celui qui a trouvé un gué* ».

Il s'applique à ceux qui ont découvert ce que d'autres cherchent en vain : un gué, un passage vers l'au-delà.

Le gué, c'est ce qui permet de franchir les abîmes ténébreux qui s'ouvrent devant les lunaires et les séparent des réalités qu'ils ne peuvent connaître qu'après leur mort, bien qu'ils se posent déjà l'éternelle question : Comment acquérir dès maintenant l'expérience de cet abîme et de cet au-delà et à la lumière de cette expérience saisir la signification du monde d'ici-bas ?

LE JOUR DE LA GRANDE LUMIERE

ALLER, ALLER, ALLER ENSEMBLE

AU-DELA DU PAR-DELA, SUR L'AUTRE RIVE

Sutra de la grande sagesse

« Tu es poussière et tu retourneras en poussière »

Telle est la loi de la nature qui par essence est impermanente.

La mort que vous soyez riche ou pauvre, puissant ou humble ne vous épargnera pas. Sujet tabou en Occident, nous évitons d'en parler, nous y pensons quand nous en sommes trop près ou lorsqu'un proche nous quitte, elle fait par contre partie du paysage quotidien en Orient, où la mort est considérée comme une transition, un changement d'état, un passage.

Pour les uns, la naissance est une fête et une grande espérance, alors que la mort est une échéance terrible à laquelle on s'efforce de ne pas penser.

Pour les autres, la mort est une libération et la fin des épreuves alors que la naissance est appréhendée comme un recommencement sans fin de la vie terrestre.

Deux conceptions radicalement opposées.

Deux philosophies qui séparent l'Orient de l'Occident dans leurs manières d'être et de penser et au milieu la croyance en la réincarnation.

Mais pour le gnostique, la réincarnation est considérée comme un drame et le but suprême devient la délivrance définitive de l'obligation de ne plus se réincarner afin de ne plus jamais revenir sur cette terre de misère.

Car c'est la vie et non la mort qui est malheur.

C'est la mort qui redonne à l'âme sa liberté et lui permet de repartir pour le pays du cœur, patrie des âmes, là où le malheur n'existe pas.

Au contraire durant la vie, l'âme reste enchaînée au corps humain, qui par essence est mortel contrairement à l'âme qui provenant du noyau divin est immortelle. Et quand le corps vieillit, commence à devenir débile, ne peut plus exécuter les mouvements dont il avait l'habitude auparavant, alors on comprendra combien il tarde à l'âme de quitter ce corps pour la mort qui est délivrance et redevenir ainsi libre de toute entrave.

Comment alors ne plus revenir sur terre et échapper ainsi à la réincarnation ?

C'est au moment de votre mort que tout se décidera ou plutôt que vous en déciderez car le libre choix vous est donné, comme le choix vous a été donné au cours de votre vie de suivre ou ne pas suivre un chemin qui ait du cœur.

Voici le récit d'un gnostique qui nous donne

LA CLEF DE LA SORTIE VERS LA LUMIERE



Texte anonyme dans lequel le tutoiement est employé pour éviter le style impersonnel

Ton heure est arrivée, te voilà aux portes de la mort, quelle qu'en soit la cause, maladie, vieillesse, accident ainsi en aura décidé le destin.

Le temps s'est arrêté et ton corps est maintenant sans vie, mais tu n'as pas perdu conscience comme le pensent les vivants, au contraire, ta conscience n'a jamais été aussi lucide, c'est une supra conscience qui t'envahit et te submerge.

Tu te sens bien, très bien même, tu baignes dans une atmosphère de paix et de sérénité.

Laisse-toi bien aller à cette agréable sensation de passivité, de détente qui t'envahit.

Tu as la sensation d'avoir toujours un corps mais pas au sens physique que tu y étais habitué.
Et très vite tu as l'impression de quitter ce corps mortel, de flotter au-dessus, de t'envoler.

Tu montes de plus en plus dans ce qui t'apparaît comme un tunnel, une immense voûte dans laquelle tu t'engouffres à grande vitesse sans pourtant en être perturbé tant tu es bien, tant tu es calme.

Et au loin, très loin, tu aperçois une tache lumineuse, une petite lumière qui grossit au fur et à mesure que tu avances le long du tunnel.

Cette lumière est la luminosité fondamentale.

C'est à ce stade que tu vas décider si tu tiens à revenir sur terre dans une autre vie ou la quitter définitivement. C'est à ce moment que tu vas revoir d'un seul coup, toute ta vie terrestre avec une lucidité surnaturelle.

Toutes tes actions, toutes tes pensées, tous tes comportements, les bons comme les mauvais vont défiler.
Rien n'est caché, rien ne t'est épargné, tu te vois tel que tu as vécu sans concession ni indulgence.

Alors peut-être vas-tu regretter de n'avoir pu finir telle ou telle chose, accomplir ce que tu n'as pas accompli, faire ce que tu n'as pas fait. Peut-être les joies terrestres et matérielles vont t'assaillir.

C'est ce dynamisme puissant de vouloir vivre, cette soif d'exister, ce désir lié au plaisir qui conduit l'homme à renaître pour en goûter à nouveau les voluptés trompeuses.

Et paradoxe, plus tu as été heureux sur cette terre plus tu vas regretter de la quitter.

C'est à ce moment et à aucun autre que ton sort sera réglé.
Et tu hésites à quitter ce monde humain. Malheureusement voilà que tu t'attardes autour du corps de la terre, tu pleures d'avoir perdu ceux qui te sont chers et tu restes attiré par cette lueur terne de la vie terrestre.

Prends garde, si tu écoutes tes inclinations égocentriques, alors tu renaîtras et devras souffrir à nouveau la naissance, la vieillesse et une autre mort.

Car il existe deux portes ouvrant sur deux chemins :

- La porte de la LUNE qui ouvre le chemin du retour sur la terre. La lune est une fausse lumière, c'est en fait un astre éteint, elle n'est simplement que le reflet du soleil

- Et la **porte du SOLEIL** qui ouvre le chemin des Dieux, le chemin de la grande lumière. La Porte de l'AMOUR DIVIN.

Peu d'êtres humains sont préparés à suivre ce chemin divin et la grande majorité choisit de revenir sur terre car ils sont trop attachés aux biens et aux voluptés terrestres, ayant vécu d'illusions, ils ne peuvent croire qu'à l'illusion.

Ainsi l'athée, il a cru au néant, il se retrouve dans un néant et voudra revenir vite sur terre, le croyant qui a cru au purgatoire sera entouré de flammes et voudra lui aussi revenir.

Mais si tu as cru à l'amour, alors l'amour t'accueillera.

Et si tu décides de t'engager résolument du côté de la lumière comme une minorité de mourants ce sera la libération définitive de la réincarnation qui t'attend.

Tu comprends maintenant la phrase des évangiles :

« *Beaucoup d'appelés, mais peu d'élus* » au Royaume du Ciel.

Tu as maintenant fait ton choix, ne t'attache pas aux joies terrestres, ton voyage n'est pas terminé.

Dirige-toi vers la lumière, monte, monte plus haut, monte toujours plus haut.

Tout au long de ton ascension, des multitudes d'esprits et de faux guides vont tenter de t'égarer pour te faire rebrousser chemin.

Ne t'en inquiètes pas, car telle est leur fonction. Une seule chose doit t'obséder, la lumière.

Cette lumière qui grandit, immense lumière éblouissante qui cependant ne te blesse pas.

C'est la lumière du monde divin.

Continue, monte, toute ta conscience doit vouloir appartenir à cette lumière.

Tu dois redevenir comme un petit enfant avec un cœur pur et non un cœur faux.

Oublie le mal qu'on t'a fait, tous tes ressentiments, pardonne et oublie, cette vie est un songe et la mort un réveil.

Qu'importe si ta vie n'a pas été exempte de mauvaises actions, tu dois à ce moment les reconnaître sincèrement, car c'est la sincérité qui compte avant tout.

Sache qu'au seuil de la porte des lumières tu dois être sincère et véridique, car le plus grand de tous les péchés est le mensonge et son corollaire l'hypocrisie, c'est le mal suprême celui que la lumière ne peut pardonner.

Quel que soit ton passé, si tu es resté éloigné de la fausseté et si à ce moment tu es véritablement sincère, alors la lumière va t'accueillir avec un amour incommensurable, un amour incomparable avec tout ce que tu as pu connaître, un amour total et infini.

Une fois dans cette lumière, tu sauras tout, tu seras à la fois le UN et le TOUT.

Peut-être vas-tu penser qu'il serait injuste que celui qui s'est mal comporté sur terre puisse passer la porte des lumières s'il est sincère.

Rassure-toi cela lui sera impossible, par son fait même et il reviendra sur terre car il aime trop ses défauts. Il n'est pas possible d'être sincère, vraiment sincère et en même temps, continuer de se comporter en salaud.

C'est toi-même qui possèdes la clef de la porte du soleil qui ouvre sur la béatitude et le monde où le temps n'existe plus.

Dans ce lieu, le mensonge est impossible.

La porte des lumières s'ouvre maintenant à toi, tu as réussi triomphalement le jugement de la pesée du cœur ou si tu préfères la pesée de ton âme, tu as brisé ton karma.

Te voilà maintenant arrivé au royaume de la lumière.

Quand l'homme véritable réussit à se confondre avec la lumière, il devient immortel.

Tu es revenu dans le **plérôme**.



Addenda

A propos du PLEROME

Plérôme est un terme grec qui signifie **Plénitude**, monde de la non division, de la Paix, de la Sérénité, de l'Eternité et de la Félicité. C'est le royaume du cœur et de la lumière.

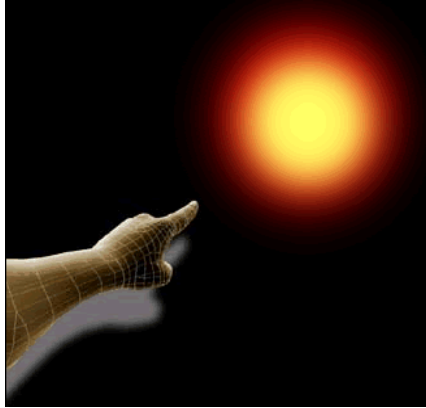
Il désigne le monde de l'Esprit pur ou encore le monde céleste formé par l'ensemble des éons que le gnostique atteindra à la fin de son aventure terrestre.

Le plérôme englobe l'Un et le Tout. Il diffuse sa lumière par-delà le monde et embrasse tout ce qui concourt et contribue à la création et à sa cosmologie (dualisme du monde d'en haut qui est lumière et du monde d'en bas qui est ténèbres).

☞ La GNOSE est NON DUALISTE en ce sens qu'elle considère comme inexistant tout ce qui est hors du plérôme.

RETOUR DANS LA LUMIERE

APPRENDRE A RECONNAITRE LA LUMIERE DE L'AU-DELA



La Grèce antique est réputée pour avoir été une période d'épanouissement unique en son genre de l'intelligence humaine.

Athènes était alors la capitale intellectuelle du monde, le lieu du savoir qui attirait tous les esprits en quête de connaissance. Et la connaissance à cette époque passait obligatoirement par une initiation, mot qui signifiait début, commencement et transformation.

C'est à Eleusis, un sanctuaire situé à 25 kilomètres d'Athènes que se déroulaient des cérémonies rituelles et secrètes connues sous le nom de **Mystères d'Eleusis**, cérémonies auxquelles étaient conviés tous les citoyens.

L'initiation aux mystères avait lieu dans une grande salle appelée le *Téléstérion*.

Au cours de cérémonies restées secrètes, on montrait aux initiés le voyage des âmes aux enfers et on leur enseignait le moyen de triompher de tous ses pièges et en particulier, **comment reconnaître la lumière** pour parvenir aux « *Champs Elysées* ».

* Champs Elysées dans le sens de paradis céleste, de plérome pour les gnostiques.

Toute personne qui divulguait les secrets initiatiques enseignés à Eleusis était immédiatement mise à mort.

Heureusement pour nous et pour l'histoire, un secret ne dure jamais bien longtemps et il se trouve toujours quelqu'un pour parler un peu trop.

C'est ainsi qu'une partie des enseignements d'Eleusis ont été au fil des siècles petit à petit dévoilés par des familles qui en pratiquaient les rites de génération en génération.

Par exemple, durant les rites d'initiation aux mystères majeurs, le candidat devait observer la lumière d'un flambeau puis une fois celui-ci éteint, observer la tache de couleur qui persiste en obscurité durant ce que l'on appelait alors le temps obscur en pensant à un sujet précis.

Cette tache de couleur est une **image de persistance rétinienne**

Cette technique qui utilise l'énergie lumineuse donne des résultats étonnants pour l'amélioration des capacités cérébrales. Elle permet le développement de la mémoire, de l'intelligence, du sens de l'initiative, de l'intuition artistique, de la créativité par le mélange des pensées avec ces images de persistance.

La plupart des Philosophes Grecs de l'époque d'Eleusis ont été initiés à ses mystères et par conséquent connaissaient cette méthode d'amélioration des capacités cérébrales par la lumière.

On comprend alors mieux le rayonnement intellectuel considérable de la philosophie grecque antique.

☞ Ces images de persistance rétinienne sont encore appelées **phosphènes** par le corps médical. Mais nous n'emploierons pas ce mot de phosphènes qui au même titre que les acouphènes sont une pathologie très désagréable pour ceux qui en souffrent et pour lesquels il n'existe aucun traitement à ce jour.

Produire une bonne image de persistance rétinienne est très facile à faire avec une simple lampe de poche fonctionnant sur piles comme les nouvelles torches équipées de diodes électroluminescentes LED.

Pour ce faire, vous tiendrez la torche à bout de bras et vous fixerez *le ou les* ampoules LED durant une trentaine de secondes. Vous pouvez cligner des paupières, mais sans bouger les globes oculaires pour que l'image soit stable et que ses bords soient précis.

Passé ces trente secondes, éteignez la torche et observez la tache de couleurs qui apparaît devant vos yeux dans la pénombre.

Cette tâche est une image de persistance rétinienne.

La première phase de cette image dure environ une minute et trente secondes, elle est constituée par une tache plus ou moins circulaire de couleur jaune entourée de rouge, après plusieurs images consécutives la couleur jaune se transforme en un jaune – vert translucide toujours entouré d'un liseré rouge.

Durant la deuxième phase de même durée, la couleur rouge va progressivement s'étendre en direction du centre pour finalement l'envahir totalement. Ensuite le rouge s'assombrit graduellement jusqu'à devenir un bleu très sombre.

Enfin l'image disparaît lentement sous la forme d'un nuage bleu foncé, gris et noir pour finalement finir en un nuage blanc entourant un noyau sombre de **lueur diffuse**.

➔ Contre-indications à la fixation de sources lumineuses

Les personnes qui souffrent de glaucome (hypertension des liquides de l'œil) doivent éviter de fixer des sources lumineuses, ainsi que les personnes ayant subi une opération chirurgicale aux yeux depuis moins d'un an. Nous leur recommandons de demander l'avis de leur médecin.

La courte fixation de sources lumineuses ne présente aucun danger si l'on tient compte des précautions que nous indiquons, en particulier la durée de fixation qui ne doit pas excéder trente secondes et le type d'ampoules électriques à utiliser : Uniquement des ampoules LED de lampes torches.

☞ Au contraire elle constitue une excellente gymnastique oculaire conseillée dans le cadre de certaines méthodes de rééducation visuelle.

A savoir : Vous pouvez aussi produire des images de persistance rétinienne en fixant le soleil, à **condition que la durée de fixation n'excède pas DEUX SECONDES**. En effet sa lumière est 5000 fois plus puissante que celle d'une ampoule électrique.



Comment reconnaître la lumière de l'au-delà et communiquer avec elle

L'image de persistance rétinienne se termine dans sa dernière phase par un nuage blanc entourant un noyau sombre, une espèce de « lueur diffuse » qui disparaît progressivement du champ visuel.

Cette lueur diffuse est en quelque sorte, « l'interface » qui nous rattache à l'autre monde *.

* On peut aussi dire que cette lueur diffuse est le « cordon ombilical » qui nous relie à l'autre monde.

➔ Tous les soirs au coucher, produisez une image de persistance rétinienne et observez-la jusqu'à son extinction totale tout en lui parlant mentalement.

C'est un exercice totalement mystique et une excellente préparation pour le jour du grand passage.

C'est une véritable prière qui s'adresse à la lumière de l'au-delà et en ce sens elle diffère absolument de toutes ces prières qui sont adressées à une statue, une icône, une idole, une représentation religieuse et qui ne sont rien d'autre que de l'idolâtrie.

Au contraire, cette prière face à l'image de persistance rétinienne est une prière intérieure, plus exactement à la petite

lumière intérieure qui brille en chacun de nous car l'image de persistance rétinienne provient de notre cerveau.

☞ Vous pouvez pratiquer la méditation pneumatique tout en observant (et en communiquant par la pensée) avec cette lueur diffuse après avoir produit une image de persistance rétinienne.

C'est une expérience qui ne se raconte pas !

Rappel : Le but de tout gnostique est de retrouver la condition lumineuse qui était sienne avant la chute.

Comment ?

En reconnaissant la luminosité fondamentale ou claire lumière au moment de la mort et ainsi échapper au cycle infernal et machiavélique de la réincarnation voulue par la fausse création pour retenir éternellement dans la sphère réfléchissante les parcelles de lumière contenues dans les êtres humains

Une technique de purification par la lumière

Si vous pensez être possédé ou pollué par une entité, ne serait-ce qu'une simple pensée parasite et aliénante (nous le sommes tous à des degrés divers), vous pouvez vous en débarrasser avec la lumière.

Voici comment :

Le soir au coucher (c'est le meilleur moment pour le nettoyage spirituel) produisez une image de persistance rétinienne puis les yeux fermés, projetez-vous en pensée à l'intérieur en imaginant que toutes les entités néfastes qui vous contrarient et vous perturbent sont absorbées dans l'image de persistance rétinienne et transmutes en lumière.

Aidez-vous par le geste, vos deux mains autour de votre tête, faites-les glisser lentement un peu à la manière d'un magnétiseur qui effectue des passes en imaginant collecter toutes ces larves pour les envoyer se dissoudre dans l'image de persistance en face de vous.

Finalement, expirez brièvement et fortement 2 à 3 fois (comme une explosion) tout en imaginant expulser les résidus de la combustion lumineuse dans l'univers (les scories psychiques qui n'ont pas été transmutes en lumière).

Méditez ensuite durant quelques minutes dans la paix et le silence pour rétablir l'équilibre dans votre corps.



Addenda

Le mélange lumière et pensée : Une véritable alchimie mentale

Le mélange d'une pensée avec une image de persistance lui donne une consistance particulière qui transmute l'énergie de la lumière en une énergie mentale directement utilisable par le cerveau.

Le Mélange lumière et pensée consiste à conserver pendant la présence de l'image de persistance rétinienne une pensée visuelle ou auditive.

L'image de persistance rétinienne agit alors un peu comme un ciment qui va mouler la pensée qui lui est associée en lui donnant une densification exceptionnelle. C'est en quelque sorte un catalyseur de pensée qui focalise votre attention sur la pensée retenue et l'amplifie considérablement.

De plus, il semble se produire entre la pensée et la lumière un phénomène comparable à une combinaison chimique de telle sorte que, d'une part, la pensée devient plus dense, ce qui l'aide à se graver dans la mémoire, d'autre part, il y a dégagement d'énergie qui augmente le nombre des associations d'idées et par conséquent l'intelligence.

Lumière, photons et GNOSE

La lumière n'est pas seulement une onde, elle se comporte aussi comme une particule lorsqu'elle interagit avec des atomes. En effet, si on fournit de l'énergie à un atome, il devient « excité » et ses électrons « sautent » sur des orbites supérieures.

En revenant à son état initial, l'électron dégage son excès d'énergie sous la forme d'un quantum de radiation électromagnétique appelé **photon** en émettant de la lumière.

La particule élémentaire de lumière est un quanta d'énergie, ancienne dénomination pour les photons que l'on peut assimiler à des petits paquets d'ondes énergétiques de lumière.

En physique, le photon est représenté par le symbole gamma



C'est le G minuscule de l'alphabet grec.
G comme ...Gnose !

Gnose et suicide : Une mise au point

Si le gnostique désire retrouver la condition lumineuse qui était la sienne avant sa chute dans cette création matérielle et sait que cette possibilité lui sera offerte lors du grand passage en choisissant de prendre la Porte du Soleil ...

JAMAIS, sauf en de très rares occasions, un véritable gnostique choisira délibérément d'écourter sa vie par le suicide.

Au contraire, il utilisera le temps que durera sa vie matérielle pour se perfectionner et se purifier par l'étude, la réflexion et la méditation et surtout pour se préparer au grand examen de passage lors du Jour de la Grande Lumière ☺

☞ Le suicide est rituellement pratiqué par les japonais (le *hara-kiri*) pour expier une faute tout comme par les bonzes, des moines bouddhistes qui s'immolent par le feu pour protester contre la guerre ou de graves injustices.

Les **cathares**, ces gnostiques occitans se sont jetés volontairement dans les flammes des bûchers de Montségur plutôt que de renoncer à leur foi. Par ailleurs certains cathares (mot qui signifie purs ou parfaits) quittaient volontairement ce monde en pratiquant l'*endura*, un procédé qui consistait à ne plus s'alimenter jusqu'à ce que la mort s'ensuive, mais cette solution radicale tenait plus du rituel de purification que du suicide.

➔ Remarquons au passage que la condamnation du suicide ne repose sur aucune base sérieuse mis à part les habituelles bigoteries dogmatiques et les inquiétudes politiques des puissants soucieux d'assurer leur domination sur les peuples. Quid en effet de la pérennité de leur pouvoir si leurs « *ouailles* » se mettaient à se suicider plutôt que de continuer à subir leurs caprices ?

L'important, c'est de partir dans la PAIX et la SERENITE et à ce titre le **DROIT DE MOURIR DANS LA DIGNITE** est impératif. Rien en effet, n'est plus désolant que de finir sa vie « *comme un légume* » avec en plus, le malheur de subir des souffrances intolérables comme c'est malheureusement encore trop souvent le cas dans nos mouroirs modernes ☹

CINQUIEME PARTIE

Le soleil intérieur et ses deux cœurs

Les PneumoSolaires : *Des nouveaux mutants*

La Voie Solaire



LE SOLEIL INTERIEUR



Pour finir, nous allons maintenant aborder l'enseignement le plus secret et le plus énigmatique de tous les enseignements gnostiques.

Celui qui révèle l'existence d'un **soleil intérieur** et ses **deux cœurs** chez l'homme.

Pour découvrir l'emplacement de ce soleil, il nous faut revenir sur la méditation pneumatique.

Cette méditation repose sur la respiration, sur le souffle que les anciens grecs des écoles de mystères nommaient le ***pneuma*** et que les initiés de l'Inde appellent le ***prâna***.

☞ Le ***prâna*** désigne ainsi la force de vie ou encore le souffle de vie. En chinois c'est le *chi*, en japonais le *ki*, le *pneuma* en grec et le *mana* en polynésien.

Les trois sources principales de prâna sont : L'air, le soleil et la terre.

- Le prâna de l'air est absorbé par les poumons (et aussi par les chakras) durant la respiration.
- Le prâna solaire provient des rayons du soleil. On peut le capter par simple exposition au soleil ou en buvant de l'eau y ayant été exposée. Attention, toute surexposition du corps au soleil est dangereuse.
- Le prâna contenu dans la terre peut être absorbé en marchant pieds nus sur de la terre et non sur du bitume !

Si vous pratiquez assidûment la méditation pneumatique, vous ressentirez assez vite des sensations particulières provenant de votre poitrine.

Vous aurez l'étrange impression que quelque chose se réveille au niveau de votre sternum ?

➔ Et c'est justement à cet endroit que les enseignements gnostiques les plus secrets situent le soleil intérieur :

Au centre de la poitrine au niveau du sternum, un os plat sur lequel s'articulent les côtes et les clavicules.

Sternum signifie « le rayonnant ».

Pourquoi désigner un simple os de rayonnant ?
Une source de lumière rayonne mais pas un os ?

Pourquoi les anciens ont-ils appelé cet os, " *le rayonnant* " à moins de ne posséder une connaissance secrète ?

☞ Tout aussi curieuse est cette appellation de « *plexus solaire* » donnée à ce centre neurovégétatif situé entre le sternum et le nombril ?

Parce que les multiples nerfs qui en sortent évoquent les rayons du soleil ?

Nous avons vu précédemment que la structure occulte de l'homme comprenait plusieurs corps.

Mais en plus du corps physique doublé d'une matrice éthérique, du corps astral et du corps mental, il faut aussi ajouter **trois centres de conscience particuliers** :

- Le centre de conscience de la tête, siège de la vie intellectuelle, en relation avec le corps mental.

C'est le **centre du cœur divin** et de l'illumination.

- Le centre de conscience du cœur qui régit la vie sentimentale et affective, en relation avec le corps astral.

C'est le **centre du cœur émotionnel**, de la compassion, de la joie et de toute autre émotion pure.

- Le centre de conscience du bassin, relié au *plexus solaire*, qui forme l'égo de base, animal, dirigé par les instincts ordinaires.

A propos du plexus solaire

Le **plexus solaire** est souvent considéré par les ésotéristes comme le siège du subconscient, un mot ignoré par les psychologues qui préfèrent parler d'inconscient. C'est au niveau du plexus solaire que les personnes stressées ont cette désagréable sensation de boule ou de nœud qui les bloque.

Il faut savoir que chaque pensée qui traverse le cerveau affecte l'action du plexus solaire.

Les pensées et donc les émotions désagréables le contractent alors qu'à l'inverse, les pensées agréables l'ouvrent et le dilatent.

C'est pourquoi le plexus solaire est parfois appelé le « *petit soleil* » quand il est équilibré et par conséquent ouvert et rayonnant ☺

☞ **L'inconscient**, partie instinctive de notre personnalité, régule et coordonne de façon autonome toutes les fonctions végétatives du corps sans que nous en soyons conscients. Il fonctionne comme un ordinateur, ses réponses dépendent des données qui ont été entrées.

L'inconscient, fonctionne selon le principe du plaisir qui consiste à rechercher le plaisir et éviter la douleur. L'inconscient ne comprend pas la négation.

Par conséquent les suggestions à son encontre doivent impérativement être affirmatives et orientées vers le plaisir.

Un plexus solaire ouvert et rayonnant est le gage d'une bonne santé.

Retenez ces conseils et votre vie peut être transformée :

PENSEZ POSITIF



☞ Ces 3 centres expliquent aussi la classification des êtres en pneumatiques, psychiques et hyliques par la Gnose (voir page 10).



Le yoga désigne ces centres par le mot « *chakra* », un terme sanskrit qui signifie roue.

Les chakras sont des centres énergétiques appelés aussi nœuds, vortex, ou encore plexus qui absorbent le *prâna*.

Et c'est justement dans la zone du sternum que se situe le chakra cardiaque appelé ANAHATA !

D'après les vieux enseignements de l'Inde, ce chakra contrôlerait le **thymus**, une glande située derrière le sternum et dont la fonction reste encore très mystérieuse. Nous y reviendrons plus loin en parlant des cathares.

☞ Les adeptes du yoga affirment par ailleurs, que c'est le premier chakra perceptible. Quand il s'éveille, on y ressent un tourbillon comme une roue qui tourne tantôt très vite, tantôt très lentement avec une sensation de vide au centre, un vide très voluptueux qui donne une sensation intense de notre moi profond !

Quant au centre de conscience de la tête, il est lui piloté par le chakra coronal appelé SAHASRARA, le chakra sublime !

☞ Ce chakra contrôlerait la **glande pinéale** dont les anciens grecs pensaient qu'elle était le siège de l'âme ?

Ces deux chakras *Anahata* et *Sahasrara*

Sont les deux cœurs du soleil intérieur

Nous allons donc concentrer notre attention sur notre poitrine et sur le sommet de notre tête en imaginant un cercle symbolisant un soleil ayant pour centre le sternum et qui couvre le haut des poumons et le cœur et un autre cercle de lumière juste au-dessus de notre tête.

C'est notre soleil intérieur.

Vous pouvez l'imaginer en deux dimensions comme un cercle ou en trois dimensions comme une sphère rayonnante.

La procédure d'éveil

- Commencez par faire de profondes inspirations pour nettoyer votre corps et votre esprit.
- Pratiquez la méditation pneumatique comme nous vous l'avons expliqué en troisième partie de cet ouvrage.
- Au bout d'un certain temps, concentrez-vous sur votre soleil intérieur (région du cœur et des poumons autour du sternum et au-dessus de la tête) pour l'activer.

VOUS DEVEZ VERITABLEMENT SENTIR UN SOLEIL A L'INTERIEUR DE VOTRE POITRINE

- Pour renforcer cette sensation, pratiquez l'autosuggestion (transformation des mots en énergie) avec des phrases positives et courtes comme : « *Maintenant, je rayonne la joie et la lumière - Je suis soleil - etc.* ».

A vous de construire la ou les phrases invocatrices qui vous conviennent le mieux et, surtout :

SOURIEZ ☺

C'est très important, rayonner comme un soleil, c'est rayonner la joie ☺

Et ce mental qui ne cesse de penser et bien vous l'utiliserez durant toute votre séance de méditation pour approfondir votre état, encore et encore.

Faites parler votre mental mais toujours sur le même thème, celui de la méditation solaire.

Parlez à vous-même, jouez-vous là comme on dit, n'hésitez pas à vous faire du cinéma en vous persuadant que votre état s'approfondit encore et encore, comme les enfants qui jouent à faire semblant et qui finissent par y croire.

☞ Donnez-vous toujours des suggestions orientées vers le calme, la détente et le plaisir, c'est très important. : « *Je sens mon soleil intérieur vibrer - j'ai de plus en plus de plaisir à méditer - mon soleil intérieur est de plus en plus perceptible – je ne suis plus que soleil, joie et amour – je ressens la présence de la grande source divine dans mon cœur etc.* ».

N'hésitez pas à donner un nom à votre soleil intérieur, par exemple, PNEUMATIKOS ☺

RETENEZ CETTE REGLE : Il n'y a pas de bonne méditation sans plaisir. Ceci est fondamental pour persévérer.

Une bonne méditation doit vous apporter du plaisir. Vous devez avoir plaisir à méditer, c'est essentiel. Si vous abordez votre séance de méditation comme une corvée, alors arrêtez tout et passez à une autre occupation. Vous éviterez des tonnes de désillusions et beaucoup de frustrations et finalement du stress !

L'ouverture des deux cœurs

Vous avez maintenant tous les éléments pour ouvrir vos deux cœurs.

Ce n'est pas tant le cœur comme organe qui nous intéresse (bien que cet organe se situe dans la zone du soleil intérieur) mais le sens de ce mot comme synonyme des mots amour, compassion et sagesse.

Alors méditez encore et encore, sentez votre soleil intérieur vibrer.

Aidez-vous par des suggestions appropriées comme nous l'avons déjà dit.

→ Et aussi par des **mantras respiratoires** (voir en pages suivantes)

Faites marcher votre imagination.

Visualisez simultanément un soleil rayonnant au milieu de votre poitrine et une lumière brillante au-dessus de votre tête.

Visualisez votre cœur qui s'ouvre comme une fleur au soleil. Ancrez-vous dans votre cœur.

En un mot, soyez créatifs ☺

→ L'intention du méditant est primordiale, ainsi que son état d'esprit durant sa pratique.

L'ingrédient essentiel, c'est l'AMOUR dans son essence, le retour à la source divine et l'union à cette source.

On entre en soi et on se branche sur le cœur de notre être et on amplifie son rayonnement avec **le sentiment très concret de s'unir la source de TOUT**, de quelque chose qui nous dépasse totalement et qui embrasse tout ce qui existe. On s'oublie totalement pour s'unir au DIVIN.

Prenez **REFUGE** dans votre soleil intérieur.

Soyez persuadé que votre soleil intérieur s'éveille et il s'éveillera.

Vous devez avoir confiance, avoir la FOI.

Ici le mot FOI prend toute sa signification, vous le comprendrez très vite.

Et un jour surviendra ce qu'on appelle l'illumination, une explosion de lumière dans votre poitrine et à l'intérieur de votre tête, une véritable extase divine.

Vous aurez réalisé la **fusion** du cœur et de l'esprit.

Votre corps, votre mental n'existent plus. Vous n'êtes plus VOUS. Vous êtes le TOUT !

Aucun mot ne pourra exprimer convenablement ce que vous ressentirez tant vous serez transporté dans un océan de paix et de sérénité.

Vous serez parvenu au royaume du cœur, au **plérôme** des gnostiques.

C'est la transe solaire, l'AMOUR TOTAL*

VOUS AVEZ OUVERT VOS COEURS

VOUS ETES DEvenu UN SOLEIL

* Nous parlons ici du vrai amour, de l'Amour Divin qui n'a rien à voir avec l'amour sentimental égoïste ou égotique et encore moins avec la copulation !

DIEU = AMOUR affirment tous les êtres réalisés et libérés.

En attendant cette merveilleuse expérience divine (si elle se produit ? Mais surtout n'y pensez pas !), pratiquez tous les jours, ne serait-ce que cinq petites minutes.

Même si vous ne ressentez aucune sensation bénéfique particulière, cette simple méditation quotidienne transformera votre vie à votre insu sur tous les plans (environnemental, émotionnel, affectif, relationnel, curatif etc.).

Si cela vous aide, ajoutez un mantra solaire et respiratoire

Comme pour la méditation pneumatique vous pouvez vous aider avec un mantra utilisé sous de nombreuses formes : vibré, visualisé, récité (sans commentaire intérieur) ou répété de façon sonore ou silencieuse ou encore intégré au souffle vital.

Par exemple en associant le son à la respiration :

OM à l'*inspir* et **SOL** à l'*expir*

OOOMMMMM

C'est la note infinie, la fréquence originelle de l'existence, elle est prononcée mentalement durant l'inspiration.

→ Il n'est pas possible de prononcer de façon sonore une lettre quelle qu'elle soit pendant l'inspiration.

O est une lettre circulaire, vos lèvres forment un cercle quand vous la prononcez de façon sonore.

En prononçant mentalement le O (suivi du M), vous imaginez (et vous ressentez) votre soleil intérieur se dilater durant l'inspiration (comme un ballon qui se gonfle).

Durant l'inspiration c'est sur le cœur émotionnel (région du cœur physique émotionnel et du sternum) que vous vous concentrez.

SOOOLLLLLL

S c'est le souffle divin créateur.

OL est un mantra tourbillonnaire (comme le tourbillon des chakras).

On imagine un tourbillon qui tourne en sens contraire des aiguilles d'une montre (comme la rotation de la terre) et qui produit ainsi une force centrifuge qui vous élève vers le haut par le sommet de votre crâne là où se situe le chakra coronal, centre du cœur divin et de l'illumination.

Un tourbillon qui produit une illumination sur votre tête (visualisez cette lumière au-dessus de votre tête).

Ce mantra SOL se prononce à l'expiration, au **souffle**.

Concentrez-vous sur les intervalles (moments de silence) entre deux mantras tout en maintenant le point de lumière sur votre tête.

Lorsque vous serez capable de vous concentrer totalement sur le point lumineux et sur les intervalles entre les mantras, vous éprouverez une « explosion interne de lumière ».

Ce sera votre premier aperçu de l'illumination et de l'extase divine.

➔ Ne soyez surtout pas obsédé par le résultat. Méditez tous les jours sans rien attendre de particulier et l'illumination finira par survenir à un moment où vous ne vous y attendez pas du tout 😊

S associé à OL = SOL comme SOLEIL ☺



Sur cette image le personnage montre le son primordial OM
Majeur et pouce joints en forme de O
Les 3 autres doigts tendus pour symboliser le M

☞ **OM** est un **mantra solaire**. C'est le son que produirait le soleil si on pouvait y placer un microphone à sa surface.
C'est aussi le son que l'on entend à l'intérieur d'un coquillage lorsqu'on le porte à son oreille.
Le son M est un son blanc qui contient à lui seul toutes les notes de l'univers. C'est comme un bourdonnement qui ferait vibrer le sommet du crâne.

Ce que cette méditation solaire peut vous apporter

En persévérant quotidiennement dans cette pratique, vous prendrez l'habitude de penser et de vivre non pas avec votre tête mais avec votre cœur (vos deux cœurs), c'est-à-dire, avec votre soleil intérieur.

→ Vous devez arriver à placer votre conscience non pas dans votre mental comme vous en aviez l'habitude mais dans votre soleil intérieur. Votre vision des choses et de la vie changeront totalement.

Par exemple vous finirez par perdre cette désagréable habitude de juger les autres au profit d'une certaine distance compatissante (la non-violence absolue en est l'aboutissement).

Vous comprendrez ce que signifie avoir de la joie dans le cœur comme ces prières chantées dans les églises et qui disent « *et mon cœur est plein de joie* » ☺

Plus étonnant, vous vous apercevrez que certains de vos désirs les plus sincères (ceux qui viennent du cœur) ont tendance à se réaliser ?

☞ On appelle cela, la **LOI D'ATTRACTION**, un mécanisme inexpliqué qui attire comme le ferait un aimant, les forces, les gens, les circonstances qui s'accordent à vos pensées.

Vous pouvez alors guérir d'une maladie, rencontrer le grand amour, réaliser un rêve, concrétiser un projet etc.

A condition de penser avec une émotion sincère et surtout, D'AVOIR LA FOI nous l'avons déjà dit.

Retenez que richesse comme pauvreté sont toutes deux filles de la foi. Sachez donc ce que vous voulez ☺

SURTOUT ne pensez pas sans arrêt à votre désir car alors, il ne se réalisera jamais.

Plus vous pensez à ce que vous voulez obtenir et plus vous placez d'obstacles à son accomplissement et en rendez ainsi le résultat improbable. Vous devez donc apprendre à **LACHER PRISE**.

➔ La réalisation de votre désir surviendra toujours à un moment où vous ne vous y attendez pas !

Voilà !

Vous possédez maintenant toutes les clés pour l'ouverture du cœur avec le soleil intérieur.

Alors, « allumez votre cœur » et faites-le grésiller, vibrer, crépiter, trembler, frémir, pétiller, en un mot, **RAYONNER**.

➔ Votre soleil intérieur, c'est votre four alchimique, votre centrale nucléaire personnelle, votre **FEU purificateur** ☺

Retenez que l'intention claire de vouloir rayonner l'AMOUR et la JOIE fait vibrer automatiquement votre soleil intérieur.

Quand vous serez arrivé à un certain niveau à force de pratique, vous sentirez constamment votre cœur ou plutôt votre soleil intérieur vibrer et rayonner.

Il vous semblera être connecté en permanence à une petite lumière qui brille au-dessus de votre tête et sans vous en rendre compte vous serez toujours souriant ☺

Vous serez alors devenu un **être solaire**, un **être mutant**,

Un PNEUMOSOLAIRE



A propos du Prana

Tout ce qui vit sur terre se nourrit de *prâna*.

Dans l'air respiré existerait une « énergie lumière » qui proviendrait du soleil. Certains individus prétendent même se nourrir exclusivement de cette énergie ?

On parle alors de **pranisme** ou encore de *respirianisme* (le terme *inédie* est parfois utilisé).

☞ Plusieurs cas de personnes prétendant ne plus s'alimenter depuis des années autrement que par l'absorption du *prâna* de l'air ambiant ont été rapportés mais aucune validation scientifique sérieuse n'a encore pu aboutir !

Il existe aussi une pratique appelée « **sungazing** » qui signifie en français « fixation du soleil » à son lever et à son coucher.

Cette pratique quotidienne apporterait de nombreux bienfaits à l'organisme tant pour la santé physique que mentale, un bien être général de paix et de sérénité ainsi qu'un développement remarquable de la mémoire et des capacités tant intellectuelles que spirituelles.

Le *sungazing* est même qualifié par certains pratiquants comme le « yoga du soleil ».

Addenda

ZOROASTRISME **Religion de la lumière et de la franchise**

Contrairement à ce que voudrait nous faire croire la mensongère civilisation dite judéo-chrétienne, le judaïsme n'est pas la première religion monothéiste.

Le Zoroastrisme est la plus ancienne des religions révélées. Elle prend ses sources dans les très lointaines croyances des peuples indo-aryens.

A l'origine, un dieu solaire appelé **Mitra** par les Indiens et **Mithra** par les Perses. Mithra deviendra **Ahura Mazda** dieu unique des peuples Mèdes et Perses de l'antiquité qui vivaient sur le territoire actuel de l'Iran.

Le Zoroastrisme appelé aussi **Mazdéisme** tire son nom du prophète **Zoroastre** (7ème siècle av JC), nom grec de **Zarathustra**.

C'est une religion monothéiste qui ne vénère donc qu'un seul dieu tout en acceptant un dualisme opposant la lumière aux ténèbres, le bien au mal, la vérité au mensonge. Dualisme symbolisé par deux êtres mythiques, les jumeaux **Ohrmuzd**, le bien et **Ahriman**, le mal, tous deux fils de l'espace-temps déployé par Ahura Mazda comme protection et piège contre Ahriman, le mauvais principe afin de l'empêcher de pénétrer dans le royaume divin.

Zoroastre enseigne que le bien se développe par la force centrifuge des pensées, paroles et actions positives, tandis que le mal se manifeste par l'égoïsme et la volonté de division.

Un zoroastrien doit être généreux envers ceux qui le méritent, être amical envers tous, être juste, sincère et véridique et se tenir loin de la fausseté.

Dans le zoroastrisme le pire des péchés, c'est le **mensonge** et sa conséquence immédiate, l'**hypocrisie** qui représentent le MAL suprême.

Notre société dite judéo-chrétienne ferait bien de s'en inspirer et nos bien-pensants aussi !

Note : Il reste encore quelques milliers de zoroastriens en Iran. L'islam envahisseur les tolère et les reconnaît comme une des religions du livre. Beaucoup de zoroastriens vivent en Inde dans la région de Bombay et sont connus sous le nom de **Parsis**. (Pour l'anecdote le grand industriel indien **Tata** est un parsi)

Les zoroastriens vénèrent « la lumière infinie » dans des temples appelés « *fire temples* », les **temples du feu**.

Ce qu'il faut savoir et que l'on lit rarement :

- Les grands philosophes grecs comme Platon et Aristote ont été fortement inspirés par le zoroastrisme.

- Le zoroastrisme influença considérablement l'évolution de la démonologie, de l'angéologie, et de l'eschatologie judéo-chrétienne. Influence mentionnée dans le manuel de discipline trouvé parmi les rouleaux de la mer morte.

- Zoroastre enseigne la croyance en un seul dieu. A la fin des temps dit le zoroastrisme, le « messie rédempteur » présidera à la résurrection le jour du jugement dernier !

Ressemblances ou plagiat judéo-chrétien ? (de nos jours on dirait un *copié-collé*)

L'eschatologie zoroastrienne est antérieure à l'arrivée des hébreux à Babylone. Bien sûr, la religion juive est déjà le ciment du peuple hébreu au VI^{ème} siècle, mais c'est seulement à cette époque, à Babylone, que l'essentiel de la **Torah** (en gros l'Ancien Testament repris par les chrétiens) est écrit !

- Les prêtres de la religion des Mèdes s'appelaient **mages**. **On les retrouve dans la légende de Noël sous le nom de rois mages**.

Le jour de Noël, le 25 décembre juste après le solstice d'hiver est en fait la fête du soleil invaincu « **Sol invictus** » et célèbre la naissance du dieu **Mithra** (dieu solaire, dieu de la lumière) devenu par la suite **Ahura Mazda** !

Si le judaïsme a servi de transmetteur, il semble bien devoir nombre de croyances qu'il s'attribue au zoroastrisme.

Il serait farfelu de qualifier l'Europe de pays " *zoroastro-chrétien* ". Il l'est tout autant de lui demander d'assumer le qualificatif de " *judéo-chrétien* " !



Addenda

Une religion martyrisée puis oubliée :

Celle des CATHARES

Un peu d'histoire

Au cours du grand bouillonnement spirituel de l'An Mil, des communautés de clercs, moines et laïcs, partout en Europe, hommes et femmes mêlés commencèrent à réclamer un retour aux idéaux de l'église chrétienne primitive. Celle de Jésus et de ses apôtres qui enseignait la simplicité, le partage et l'amour du prochain.

Tous ces affamés de Dieu critiquaient ouvertement les fastes de l'église romaine, ses richesses, sa complicité avec les puissants de l'époque. Ils rejetaient en bloc tous les sacrements de l'église catholique et ses pratiques considérées comme superstitieuses, les cultes idolâtres des reliques, des statues de saints et toutes les bénédictions ou malédictions diverses destinées à enrichir encore plus cette église de plus en plus éloignée à la fois de ses sources et du peuple.

Ces contestataires furent appelés **Cathares** (du grec katharos signifiant purs)

Comprenant vite le danger, les conservateurs de l'église romaine bien établis et nantis dans leurs privilèges les qualifièrent d'hérétiques. Les bûchers de l'intolérance firent leur apparition. On commença à brûler en Angleterre, en Rhénanie, en Lombardie, en Champagne, en Bourgogne, en Aquitaine.

Partout sauf dans le royaume de Bulgarie où on les appelle bogomiles qui signifie « aimés de dieu » et dans le sud-ouest de la France en pays occitan où les gens du peuple les appellent les bons chrétiens et les fidèles, les bons hommes et les bonnes dames. Dans ces régions les seigneurs locaux les tolèrent et les protègent.

Pendant trois générations, les maisons des communautés cathares se multiplient entre Toulouse et Carcassonne, entre Agen, Albi et Foix. Dans ces maisons situées au cœur des bourgs et des villages, les chrétiens et chrétiennes cathares prient et travaillent.

Cette église mixte qui se faisait appeler l'église des amis de dieu n'emploie pas de serfs, ne perçoit ni dîme, ni taxes comme l'église romaine.

Les cathares travaillaient de leurs mains pour vivre, ils partageaient la vie des hommes qu'ils côtoyaient et recevaient malades, indigents et visiteurs dans leurs maisons.

Ils priaient là où ils pouvaient de jour comme de nuit. Ils n'avaient ni église, ni temple, ni autel car disaient-ils, Dieu n'a nul besoin de ces artifices pour le célébrer. De jour c'est en direction du soleil qu'ils célébraient Dieu et la nuit en direction des étoiles, car Dieu est avant tout lumière et amour.

Ils sortaient toujours par deux, bâton de pèlerin à la main, besace à l'épaule pour aller prêcher par les routes et villages. Ils étaient des prédicateurs très convaincants par leur culture et leur simplicité. Ils ne proposaient pas un prêchi-prêcha pour sacristies, mais une parole vraie, insérée dans la vie de chacun.

Il ne faut pas croire que malgré leur vie d'ascètes, ces pauvres du Christ étaient des pisse-vinaigres et des rabat-joie, bien au contraire ils possédaient cet humour qui caractérise les gens intelligents.

Ainsi par exemple à ceux qui leur reprochaient de ne pas adorer la croix, ils répondaient : « *Si ton père avait été pendu, adorerais-tu la corde qui l'a fait mourir ?* ». Et pour le signe de croix, ils affirmaient que c'était un très bon moyen l'été, pour chasser les mouches de son visage.

Quand ils rencontraient des paysans s'en remettre à Dieu pour les récoltes, ils leurs rétorquaient : « *Ce n'est pas Dieu qui fait les bonnes récoltes mais le fumier que l'on met dans la terre* »

C'est dire à quel point ils étaient redoutés par les prédicateurs catholiques qui ne leur arrivaient pas à la cheville et qui reconnaissaient malgré eux, un ennemi beaucoup plus fort spirituellement.

Une piété simple, sobre, authentique, naturellement solennelle et sans emphase, telle était l'expression religieuse de ces cathares

Jusqu'en 1209, année de grand malheur où le pape Innocent III appelle à la croisade contre les hérétiques appelés « Albigeois ». La répression catholique est féroce, le cauchemar des cathares commence. Sac de Béziers, prise de Carcassonne, bûcher de Minerve où 140 cathares sont brûlés, puis la cité de Lavaur avec cette fois 400 cathares brûlés. L'inquisition s'installe, on massacre, on torture et on brûle au nom de Dieu !

En 1242, les chevaliers occitans qui pour majorité d'entre eux avaient une sœur, une mère chrétienne brûlée vive à venger se révoltent contre le joug papal. Un certain nombre d'entre eux gagne Montségur,

un village fortifié demeuré inviolé. Des cathares survivants les accompagnent et reconstituent l'église interdite.

Montségur constitua durant douze années un pôle de résistance militaire et religieux à Rome et au roi de France. Qualifiée d'hydre de l'hérésie par le pape, la forteresse de Montségur finit par capituler après un siège d'une année. Plus de deux cents bons chrétiens et bonnes chrétiennes, auxquels s'étaient joints une trentaine de dames, soldats et chevaliers volontaires pour le martyre furent précipités dans un enclos fait de pals et de pieux auquel on mit le feu. Le bûcher des parfaits de Montségur illumina les pentes vertigineuses de la montagne refuge. L'église cathare devint clandestine et finit par disparaître.

En 1321 le dernier "parfait" cathare connu, Guillaume Bélibaste est arrêté et brûlé vif à Villerouge -Termenès.

En 1309, celui-ci après une longue méditation, prédisait :

“ Au cap de sept cents ans, le laurier reverdira “



Croyances et rites Cathares

Le catharisme était une religion fondée sur la révélation d'un christ envoyé sur terre pour transmettre un message et non pas pour racheter les péchés des hommes.

C'était donc bien un christianisme mais en totale opposition avec celui de l'église romaine.

Le catharisme primitif est d'inspiration gnostique et dualiste, il suppose deux principes, celui du bien, émanation du vrai dieu infiniment bon et celui du mal produit par un démiurge irresponsable, créateur du monde matériel.

Les cathares n'ont laissé aucune construction, temple, monument ou église dans ce monde matériel qu'ils considéraient comme fondamentalement mauvais. La plupart de leurs écrits ont été brûlés.

Parmi les rares témoignages à propos de leurs rites et enseignements, on peut en retenir quelques-uns qui ont un rapport avec la lumière et l'éveil du soleil intérieur.

→ Les cathares priaient en direction du soleil le matin à son lever et le soir à son coucher. Alors qu'ils rejetaient toute création matérielle, les cathares vénéraient le soleil, non pas comme astre matériel mais comme symbole de la lumière et par-delà ce symbole, comme une allusion au **soleil intérieur**.

→ Plus étrange, les cathares parlaient d'une ouverture du cœur et représentaient le Christ avec le cœur ouvert et une lumière rayonnante au centre de la poitrine !

C'est l'indication que la libération passe par le cœur. Si sternum signifie «rayonnant», on comprend mieux la notion d'amour rayonnant,

On peut voir ce genre de représentation sur des vitraux de cathédrales, preuve que les compagnons bâtisseurs connaissaient l'enseignement du christianisme primitif !

➔ Certains cathares parlaient aussi d'une renaissance de la glande du **thymus** comme certains adeptes de la tradition hermétiste occidentale. C'est un courant initiatique très secret.

☞ Les adeptes de l'alchimie interne disent que le thymus peut se réveiller et produire à nouveau des hormones qui vont servir à édifier un être éternel à l'intérieur de la créature mortelle que nous sommes. Il s'agirait d'une renaissance.

Certains chercheurs pensent que les cathares ont été massacrés parce qu'ils pratiquaient cette initiation ?

Une chose est sûre, les cathares ont tous été massacrés et leur religion a totalement disparue de la surface de la terre !

Pourquoi un tel acharnement ?

Leurs enseignements étaient-ils si dérangeants ou trop révolutionnaires ?

Addenda

Jésus un gnostique ?

Si l'on étudie bien les écritures, le véritable Jésus semble avoir été un initié de très haut niveau et non pas le « *filis de Dieu* » comme en décida l'assemblée générale des évêques au concile de Nicée (en ... l'an 325 après JC !).

Assemblée qui décréta que le dénommé Jésus Christ serait dorénavant appelé « fils de Dieu » alors qu'auparavant il était seulement considéré comme un prophète envoyé par DIEU ! Une procédure radicale décidée par l'empereur chrétien Constantin pour faire du christ un dieu à l'égal des dieux grecs et romains et en finir ainsi définitivement avec les anciennes religions polythéistes.

En fait le dénommé Jésus était un gnostique éclairé, un envoyé de la lumière qui venait annoncer aux hommes la bonne nouvelle, à savoir : Le véritable royaume de DIEU ne se trouve pas sur cette terre de misère, mélange de lumière vampirisée par les ténèbres mais là-haut dans la lumière.

Pour preuve lisons l'évangile de Jean, chapitre 8 :

Jn 8:23 - Et il leur dit : " *Vous êtes d'en bas ; moi, je suis d'en haut. Vous êtes de ce monde ; moi, je ne suis pas de ce monde.*"

Comparons cette phrase avec la déclaration fondamentale des gnostiques : « *Nous sommes au monde mais pas de ce monde* »

Le véritable symbole de la CROIX

Jésus Christ a-t-il réellement existé ou bien est-il le produit de plusieurs croyances ?

A-t-il bien été crucifié sur cet instrument de supplice antique composé de deux pièces de bois croisées ?

Sur ces deux questions et d'autres encore, les historiens de cette période débattent vigoureusement sans qu'un consensus ne puisse être établi !

Et si le symbole de la croix était un formidable message adressé à l'humanité ?

→ Sur un homme debout les bras en croix, si vous tracez une ligne verticale de la tête au milieu des pieds et une ligne horizontale juste sous les bras tendus, que trouvez-vous à l'intersection de ces deux lignes droites ?

Réponse : La position exacte du **sternum**, « *le rayonnant* » autrement dit, l'emplacement du soleil intérieur !



Nous pouvons alors comprendre cette phrase énigmatique de Jésus-Christ :

*« Mon royaume est plus proche de toi
que ne le sont tes mains et tes pieds »*

Nous savons maintenant où se trouve ce royaume, c'est notre **soleil intérieur** 😊

☞ Avez-vous remarqué que dans bon nombre d'églises, au lieu de montrer le corps du christ crucifié on le remplaçait par un soleil rayonnant situé juste au centre de la croix !

Note : Les églises comme les cathédrales ont été construites par des compagnons bâtisseurs, les véritables francs-maçons 😊

Addenda

Le MANICHEISME

La religion de la lumière

Le manichéisme est une religion aujourd'hui disparue, dont le fondateur s'appelait **Mani** (ou Manès).

Issu d'un milieu chrétien gnostique, Mani est né en 216 de notre ère, en Babylonie du Nord (l'actuel Iran).

C'était un syncrétisme de Bouddhisme, de Zoroastrisme et de Christianisme.

Mani était persuadé d'être « *le sceau des prophètes* », Bouddha, Zoroastre et Jésus.

Le prophète Mahomet reprendra plus tard ce titre.

C'était une religion basée sur un dualisme absolu.

- D'un côté le royaume de la lumière, le royaume de la Vie divine.

- De l'autre le royaume des ténèbres, le royaume de la matière, le royaume des "morts" limité par l'espace / temps.

A l'origine, la lumière et les ténèbres coexistaient sans jamais se mêler. Mais suite à un événement catastrophique, les ténèbres envahirent la lumière. De ce conflit est né l'homme, son esprit appartient au royaume de la lumière et son corps, appartient au royaume des ténèbres

Mani mourut en l'an 277 après 26 jours d'emprisonnement, mais sa religion se propagea très rapidement à l'Ouest, jusqu'à Rome et à l'Est, dans toute la Chine et le Tibet.

Le manichéisme détient le record peu enviable d'avoir été la religion la plus persécutée de toute l'histoire et dans tous les pays où elle s'était implantée. Cette religion finit par disparaître assez rapidement en Europe et vers 1300 en Chine.

Malgré toutes les persécutions, les enseignements manichéens se perpétuèrent au sein des sociétés secrètes chinoises tandis qu'en Occident, les hérésies chrétiennes reprirent le flambeau dont le catharisme en fut le plus remarquable fleuron.

Il est de bon ton de nos jours de qualifier de manichéenne, toute pensée ou action sans nuance, voire simpliste, dans laquelle le bien et le mal sont clairement définis et séparés.

C'est oublier un peu vite l'influence considérable de la pensée dualiste ! Une pensée théorisée dès le VI siècle avant JC en Chine avec l'apparition du Taoïsme (le *yin* et le *yang*).

On a depuis, trop souvent tendance à considérer que le mal fait partie de la vie au même titre que le bien et qu'il faut transcender les contraires pour accéder à la sagesse !

Pourtant si vous persévérez sur la voie gnostique, vous remarquerez assez vite l'influence terriblement malfaisante de forces négatives qui s'acharneront à vous faire abandonner cette voie de libération ?

Le Bouddha lui-même en parla lors de son éveil !

Et si Mani avait eu raison d'envisager deux forces, deux mondes absolument antagonistes en tous points ?

On comprend alors aisément pourquoi sa religion après avoir été totalement détruite fut tournée ensuite en dérision !

*A l'origine, il y avait deux substances divisées par nature
Il y avait Dieu et la matière
La lumière et l'obscurité, le bien et le mal
En tout, les plus contraires possibles
Au point de ne communiquer en rien
Bienheureux celui qui connaît les deux arbres
Et les sépare l'un de l'autre,
Et qui sait qu'ils ne sont pas nés l'un de l'autre, issus l'un de l'autre
Et qu'ils ne sont pas non plus sortis d'une seule souche*
Mani

POUR CONCLURE

Frères et Sœurs Gnostiques ☺

Il est temps maintenant de se quitter.

Relisez régulièrement chaque chapitre, vous apprendrez à chaque fois quelque chose de nouveau qui vous avait échappé à la lecture précédente.

Sachez aussi que ce petit livre n'est pas un « prêt à penser » ou un « prêt à gober », il ne vous délivrera jamais de cette responsabilité à penser et à réfléchir par vous-même.

Approfondissez votre pratique de la méditation pneumatique et solaire. N'hésitez pas à en changer le protocole pour l'adapter au mieux à votre personnalité.

Nous vous souhaitons « *Bon vent* » sur le sentier de la GNOSE.

Que la LUMIERE du PLEROME rayonne en VOUS



Il était une fois ...

Au commencement des temps quand le temps n'était pas encore le temps ...

L'AMOUR

*L'amour qui seul régnait en souverain absolu
L'amour qui était l'énergie fondamentale maintenant l'univers tout
entier en existence*

*L'Amour qui était la conscience de toute chose et l'intelligence
universelle qui assurait l'harmonie du cosmos
L'amour qui était à la fois UN et TOUT.*

*Puis au moment où le temps devint le temps,
L'amour se cacha au fond du cœur des hommes et des choses.*

Et arriva ... le règne du PARADOXE.

*L'amour était toujours là pour maintenir les mondes en existence, mais
on ne le reconnaissait plus que sous des formes dégradées comme,*

L'indifférence qui est une formidable déception d'amour

L'égoïsme qui est de l'amour emprisonné

La toxicomanie qui est de l'amour qui ne peut s'extérioriser

La misanthropie qui est un immense besoin d'amour

La haine qui est l'envers de l'amour

La jalousie une combinaison d'amour et de haine

La tristesse un manque d'amour

L'envie un mélange de haine et de tristesse

Les complexes de l'amour refoulé

L'orgueil un besoin d'être aimé

Quant à l'amour pour lui-même, il devint suspect.

Il n'était plus UN mais deux et la diversité.

Et la peur s'installa

Pourtant l'amour est toujours bien là et seul réel !

*Pourquoi alors se cache-t-il derrière tous ces masques hypocrites et
quand reparaitra-t-il au grand jour ?*

Mais ceci est une autre histoire !



La VOIE SOLAIRE

Le véritable gnostique ne se fait aucune illusion quant à la possibilité de transformer cette création matérielle en un jardin d'Eden ☹

Face à cette imposture créationniste, il a fait le choix entre trois voies :

- Combattre le mal, une voie illusoire et sans espoir : Plus on combat le mal, plus le mal empire !
Un gnostique ne résiste pas au mal, il le laisse glisser.
La non résistance réussit là où la pire des résistances échoue.

- Attendre une hypothétique libération, des lendemains qui chantent mais qui n'arrivent jamais !

Une voie par trop déprimante, le gnostique ne croit plus à la providence, il a trop vu de gens attendre jusqu'à la mort des jours meilleurs ☹

- La **voie solaire** celle que le gnostique choisira en toute connaissance.
Fusionner avec la lumière et devenir un soleil et ainsi retrouver la condition lumineuse qui était la sienne avant la chute.

C'est cette troisième voie que ce petit guide sans prétention a tenté de vous faire entrevoir.

Faites-nous part de vos expériences sur la méditation solaire en nous envoyant un mail à :

Solarisfraternitas@yahoo.com

A propos d'une Fraternité Solaire ?

Il existerait une Fraternité Solaire peut-on lire çà et là ?

Les allusions à cette mystérieuse fraternité existent depuis la nuit des temps et dans toutes les civilisations dans lesquelles un culte solaire dominait.

On la trouve ainsi mentionnée furtivement dans l'Égypte antique (culte du dieu solaire RA), la Grèce et ses écoles de mystères (dieu Hélios), la civilisation romaine (culte de Mithra), les antiques civilisations nordiques comme celle d'Hyperborée et le royaume de la mythique Thulé, dans les cultes solaires celtiques (dieu Bélénos) sans oublier les civilisations amérindiennes Incas et Mayas (L'Inca signifiant fils du soleil) comme dans certaines traditions africaines.

On en trouve aussi trace dans les cultures Tibétaines, Indiennes et Chinoises (les sociétés secrètes chinoises appelées *triades*).

Une chose est certaine, il n'est jamais fait mention de cette fraternité solaire dans les trois religions du livre (judaïsme, christianisme et islam) ?



The GNOSTIC CLUB

Considérant que cette terre et toute cette création matérielle n'était pas d'essence divine, les gnostiques de toutes les époques (cathares et manichéens inclus) n'ont laissé aucune trace physique excepté quelques rares écrits !

Aucun temple, église, monument, sculpture ou statue n'a jamais été construit par eux ?

Par conséquent il serait ridicule de vouloir bâtir une quelconque église qui se réclamerait du gnosticisme !

Et encore moins un quelconque ordre ou organisation !

Non seulement, les gnostiques sont des hérétiques mais ce sont aussi des anarchistes existentiels et spirituels.

Prétendre vouloir regrouper les gnostiques dans une espèce de confrérie relève de l'utopie ☺

Mais pourquoi pas un CLUB ?

Un club sans règlement, exempt de grades, de hiérarchie, sans anthropomorphisme, ni idolâtrie, SANS DOGME, sans superstition, croyance, sans astreinte, sans sectarisme, sans SAINTS, sans GOUROU.

Le BIG PANARD QUOI !

Un club ouvert à tous les paumés, les mal-aimés, les désespérés, les découragés de la vie.

A tous ceux qui ont toujours reçu l'envers de l'endroit et pour qui, la couleur du temps est invariablement grise.

Un genre de ROTARY gnostique ou mieux, une **Société Universelle de Sauvetage Terrestre** (S.U.S.T) pour les naufragés de la vie !

Bref, un club ouvert aux gens heureux comme aux malheureux, qui viendraient y donner ou recevoir un SOURIRE.



Comment imagineriez-vous un tel club ?

Si vous avez une idée originale, folle, amusante, surprenante ...

CONTACTEZ-NOUS

Envoyez-nous vos commentaires, questions,
Vos images, dessins, projets ...

Gnostic.club@yahoo.com



APPENDICE

VIVRE DANS LE PLEROME !

Faire l'expérience de l'absolu, du divin, du TOUT (ou du UN ?) c'est expérimenter un **état modifié de conscience**.

Exprimer cette merveilleuse expérience avec des mots est plus qu'hasardeux.

Le philosophe André Comte Sponville s'y est essayé en établissant six critères :

1 - Suspension du déjà pensé ou du déjà vécu : Ce qu'il appelle le **mystère**.

2 - Suspension des questions et des interrogations : Le sentiment d'**évidence**.

3 - Suspension du manque : On possède tout, on ne manque de rien, c'est la **plénitude**.

4 - Suspension du langage : Le vide mental, la **paix** intérieure, le **silence**.

5 - Suspension du temps : Plus de passé ni de futur, l'éternel présent, l'**éternité**.

6 - Suspension des émotions, plus de crainte, plus d'espoir : La **sérénité**.

On pourrait aussi ajouter l'Amour total, la joie profonde :
La **félicité**.



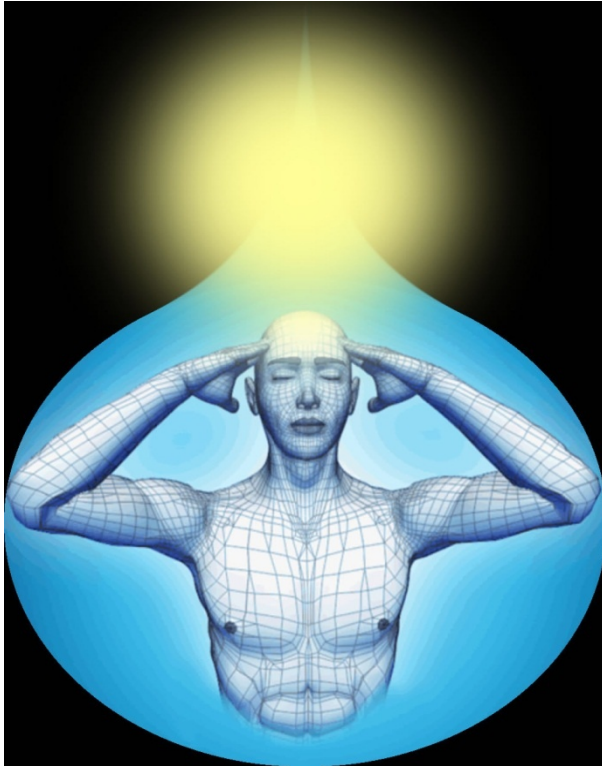
Vivre cette expérience en permanence, c'est ce que à quoi le gnostique s'emploiera de son vivant.

En pratiquant régulièrement la méditation solaire et pneumatique, vous finirez par avoir constamment :

« Un pied dans le Plérôme ».

Nous vous le souhaitons.





Si vous aimez ce livre,
Faites le connaître, parlez-en autour de vous
Sur le net, dans les forums, les réseaux et les blogs



Retrouvez les gnostiques sur le site
www.gnostic-club.com

