

Daniel Briez

LA SCIENCE DES CHAKRAS



VOIE INITIATIQUE DU QUOTIDIEN



ÉDITIONS DE MORTAGNE

Daniel Briez

LA SCIENCE DES CHAKRAS



VOIE INITIATIQUE DU QUOTIDIEN



ÉDITIONS DE MORTAGNE

Du même auteur
(en collaboration avec Nadine Briez)

- *La guérison spirituelle par les pierres précieuses*, Éditions de Mortagne.
- *Les Anges*, Éditions de Mortagne.

Daniel Briez

LA SCIENCE DES
CHAKRAS



VOIE INITIATIQUE DU QUOTIDIEN



ÉDITIONS DE MORTAGNE

Édition

Les Éditions de Mortagne
C.P. 116
Boucherville (Québec) J4B 5E6
Tél. : 450 641-2387
Télec. : 450 655-6092
Courriel : info@editiondemortagne.com
Site Web : www.editiondemortagne.com

Tous droits réservés

Les Éditions de Mortagne
© Ottawa 2017

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives Canada
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque Nationale de France
4^e trimestre 2017

Adaptation numérique : [Studio C1C4](#)

ISBN : 978-2-89662-767-7
ISBN (epdf) : 978-2-89662-768-4
ISBN (epub) : 978-2-89662-769-1

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d’impôt pour l’édition de livres – Gestion SODEC.

Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

Membre de l’Association nationale des éditeurs de livres (ANEL)

ASSOCIATION
NATIONALE
DES ÉDITEURS
DE LIVRES

*Ce livre est dédié
Aux Maîtres et aux Enfants de Lumière
qui naissent aujourd'hui.*

Préface

La rédaction d'un premier livre peut se comparer à la conception d'un enfant. Il y a d'abord la phase de préparation, où l'on prend la décision (dans la plupart des cas) de concevoir l'enfant. Puis lui succède la phase de conception, suivie de la grossesse, qui aboutit enfin à l'accouchement d'un être nouveau.

Ma vie ressemble un peu à cela. J'en ai consacré les trente-six premières années à me perdre dans une « boulimie » d'activités professionnelles, pensant que la réalisation personnelle ne pouvait s'acquérir qu'à travers la réussite professionnelle et la reconnaissance sociale.

Ce fut une vie de travail intense et de voyages extérieurs. J'ai ainsi croisé bon nombre de mes collègues qui pourchassaient la même utopie que moi et se sentaient aussi « mal dans leur peau ».

Pendant cette période, j'eus pourtant la chance de rencontrer quelques personnes (le « hasard » ne met-il pas sur notre route certains de ces « messagers divins » ?) qui m'ont livré des « messages » que je ne parvenais pas à déchiffrer. Je ne les compris que bien des années plus tard et je remercie ces « anges gardiens » de m'avoir aidé à le faire.

Alors que je me trouvais en Asie, plus précisément au nord de la Thaïlande, je fus frappé par quelque chose qui me bouleversa. Je rencontrais des gens extrêmement pauvres, selon nos critères occidentaux, mais qui étaient heureux. Ils ne possédaient rien mais ce qui m'impressionnait le plus chez eux, c'est qu'ils ne manifestaient aucune envie pour les biens matériels. Ils avaient toujours le sourire et un formidable sens de l'hospitalité ; ils étaient capables de tout donner, simplement parce que vous étiez là. J'ai pris là une grande leçon d'humilité et, à partir de ce moment, je me suis mis à voir le monde et le système de pensée occidental et matérialiste avec un autre regard. Plus tard, bien plus tard, je compris qu'il existait une autre forme de richesse et de bonheur que celle que je connaissais : c'était une richesse de « l'intérieur ».

Un beau matin d'octobre 1990, accablé par les difficultés financières et fatigué de me battre, je pris la décision de déposer le bilan de la société que je gérais. C'était l'effondrement de dix-sept années de travail, la fin de la course à l'illusion : j'avais essayé de trouver le bonheur à travers une vie matérialiste.

Du jour au lendemain, je me retrouvais sans ressources et découvrais le vrai sens des mots « argent », « amitié » et « famille ». Ma sœur Annie et mon beau-frère Patrick eurent l'extrême gentillesse de m'accueillir.

La remise en question fut très douloureuse. J'étais désorienté, déprimé, inapte à reconnaître ma propre valeur et incapable de savoir si je la retrouverais un jour, s'il s'avérait que j'en eus une.

Ma fuite en avant avait cessé ; le ressort était brisé. Je sentais qu'en aucun cas je ne pourrais reprendre une quelconque activité professionnelle sans avoir compris ce qu'il y avait en moi et pourquoi je n'arrivais pas à accéder au bonheur et à l'harmonie.

Janvier 1991 marque le point de départ d'une recherche personnelle entreprise avec la même énergie que j'avais pu mettre dans ma vie professionnelle. Cette recherche se termine aujourd'hui, avec la rédaction de cet ouvrage.

Ma première démarche fut une chose que je n'avais jamais faite : faire établir, par une astrologue qui m'avait été recommandée, mon thème de naissance. Ce fut une grande aide. J'ai ainsi pu comprendre une partie des énergies qui m'habitaient, et surtout me déculpabiliser par rapport à certaines choses que je me reprochais depuis de nombreuses années.

J'avais un urgent besoin de comprendre le sens de cette existence à partir de la connaissance de mes vies antérieures. Qu'est-ce qui avait pu amener les événements que je vivais ? Je sentais au fond de moi que les causes ne pouvaient être la seule résultante de cette vie. D'autres paramètres appartenaient à mes vies passées et il fallait que je les découvre.

Il se produisit alors, sans que j'aie besoin de faire quoi que ce soit, une ouverture spontanée de mes mémoires. Je pus dès lors saisir pourquoi mon âme avait choisi d'expérimenter cette vie, et quelles étaient les causes fondamentales des événements que je vivais. La culpabilité se leva en grande partie et je pus entamer la phase qui allait se révéler décisive pour cette vie.

Je repris contact avec l'énergie des cristaux – avec laquelle je m'étais familiarisé à différents moments de mon existence, et plus particulièrement en 1985 –, avec l'homme que je considère comme mon père spirituel, Pierre Basquin. Nos chemins se sont malheureusement séparés depuis, mais je lui dois de m'avoir permis d'intégrer la « théorie » de l'incarnation et de rassembler les innombrables éléments du « puzzle » qui était en moi. C'est Pierre qui m'a révélé ce monde des cristaux, mais ce n'est que bien

des années plus tard que j'ai découvert qu'ils étaient la clé de mon incarnation présente.

Voulant en savoir plus sur le sujet, je me jetai corps et âme dans la lecture de tous les livres que je pouvais trouver sur la Tradition ésotérique, le travail des chakras, etc. La lecture a toujours été pour moi une grande source de plaisir et de connaissances. Depuis l'âge de cinq ans, la lecture m'a aidé à me rééquilibrer et à accorder un répit à mon mental « surchauffé ». Il me faut cependant avouer qu'au début, je ne comprenais pas grand-chose à toutes les informations que je lisais, le langage utilisé me paraissant bien hermétique.

C'est alors que j'entendis parler d'une thérapeute demeurant à quelques dizaines de kilomètres de chez ma sœur et mon beau-frère, qui travaillait avec les couleurs et les cristaux. Je pris rendez-vous avec elle pour obtenir plus d'information sur sa méthode de travail.

Ce fut le choc de ma vie. En guise de cristaux (ce n'était, en fait pas du tout sa spécialité), je me retrouvais devant un arc-en-ciel de petites bouteilles de couleurs. Sitôt entré dans la salle de consultation, je tombai en état de catatonie. C'est comme si j'avais reçu un formidable coup de poing dans le plexus solaire. Je restai un moment sans pouvoir respirer ni parler. J'avais les larmes aux yeux.

Ce que je voyais était un outil de thérapie conçu en Angleterre par Vicky Wall et constitué de flacons d'huiles colorées, de « parfums de couleur » permettant de réharmoniser énergétiquement les personnes qui consultaient.

Marie-France eut la gentillesse de me consacrer beaucoup de son temps pendant un certain nombre de mois, ce qui me permit de cheminer très rapidement.

Merci, Marie-France.

Je passai plusieurs semaines en sa compagnie à Tetford, où se trouve le siège de la société Aura-Soma en Angleterre, afin de travailler sur moi-même. A ce moment, je ne pensais pas que je serais un jour amené à parler de ces petites « bouteilles », et que ce serait elles qui me pousseraient à écrire des livres.

Ce fut une période intense et extrêmement douloureuse pour moi, car je mis en conscience tous les barrages que j'avais érigés au-dedans de moi. Je crois que durant ces quelques semaines, j'ai versé toutes les larmes que j'avais retenues pendant plus de trente-sept ans.

A cet égard, je dois une éternelle reconnaissance à Mike Booth, qui m'a accompagné dans ce voyage à l'intérieur de moi-même, alors qu'il devait faire face à une transition difficile pour toute l'équipe d'Aura-Soma, puisque Vicky était décédée quelques semaines auparavant.

Merci, Mike. De tout mon cœur.

Lorsque je rentrai en France, je vécus une fantastique accélération des événements. Je pus enfin recommencer à travailler et regagner ainsi une certaine autonomie financière. C'était en juin 1991.

En septembre de la même année, je rencontrai celle que je connaissais depuis de nombreuses incarnations : Nadine, la muse de mes jours, la tendre compagne de ce chemin de croissance, l'amie affectueusement présente durant les phases de doute et d'interrogation. Celle sans laquelle rien de ce qui constitue actuellement ma vie n'existerait.

En octobre, j'assistai à une conférence sur les couleurs donnée par un « éminent » psychothérapeute, mais j'en ressortis avant la fin, avec un grand nombre d'autres participants. J'étais malade, ayant été

complètement déséquilibré sur le plan énergétique par l'utilisation de techniques de visualisation incohérentes et mal intégrées. Ce fut le « coup de pouce » qui me décida à « sauter le pas ».

Un mois plus tard, je donnais ma première conférence, que j'avais intitulée « causerie », tellement j'avais le trac. Il y eut quinze personnes. Elle fut suivie par la constitution du premier groupe de travail sur les couleurs que j'ai animé. Dès lors, les choses allèrent très vite : formation d'autres groupes, programme de conférences, etc., et enfin, en ce mois d'août 1993, ce premier livre et la fondation d'une école initiatique animée par un conseil d'administration d'une dizaine de personnes, l'École Atlantea.

Ce « mouvement », que je pourrais appeler « accélération karmique », m'a donné la possibilité d'intégrer une infinité de paramètres à travers, notamment, une incroyable transformation physique (vingt kilos en moins, passage d'une alimentation carnée à une alimentation végétarienne), psychique et spirituelle.

Je me suis tout d'abord rendu compte que l'homme ne pouvait, sous « peine de mort », être coupé de sa dimension spirituelle.

J'avais abordé la science ésotérique avec un profond pragmatisme, hérité de ma vie professionnelle. Mais j'ai graduellement compris le profond besoin qu'avaient les gens de trouver un nouveau système de référence. Un système qui serait basé sur l'expérience personnelle de chacun d'entre nous, hors écoles, religions ou philosophies, un système qui serait en prise directe avec la réalité quotidienne, qui ne se perdrait pas dans de « nébuleuses doctrines ».

Très vite s'imposa en moi la nécessité de transmettre l'expérience banale d'un homme comme tous les autres, qui avait peut-être eu la chance

de trouver un fil conducteur et qui pouvait essayer de faire partager aux autres sa vision simple des grandes Lois cosmiques.

Ma démarche s'est effectuée en quatre étapes. Il y eut d'abord la phase où les événements de la vie m'ont fait mûrir, comme un vie qui prend corps en vieillissant. Puis il y eut celle où j'ai réfléchi à la causalité des événements et où j'ai pris conscience d'un certain nombre de paramètres extrêmement importants pour moi. Ensuite suivit celle où j'ai expérimenté cette nouvelle perception. Enfin est arrivée la naissance de l'Homme nouveau, suivie plus tard, du moins je le pense, par d'autres naissances.

Le présent ouvrage est le fruit de cette naissance. S'il permet à quelques personnes de faire le chemin un peu plus facilement et avec moins de souffrances et d'incertitudes, le but poursuivi aura été atteint.

Merci de votre attention !

Daniel BRIEZ

Chapitre I

La Science des chakras

Voie initiatique du quotidien

Pourquoi ce titre ? La compréhension des Lois et des mécanismes qui régissent le passage des énergies à travers les chakras nous permet de nous « réapprendre » nous-mêmes et de nous « redonner » la perception que nous avons perdue, souvent depuis longtemps, de notre place dans l'Univers, ainsi que de notre rôle et de notre responsabilité par rapport à celui-ci.

En suivant cette voie, nous allons entrer peu à peu dans la conscience de chaque chakra. Quand nous aurons assimilé les enseignements relatifs à chacun, nous perdrons notre dualité, qui est le processus de « séparativité » du Divin. Au terme de cette démarche, nous aboutirons au chakra coronal, qui représente le retour à l'Unité, la compréhension du Tout-en-Un, la réintégration de notre identité avec le Tout.

Pourquoi parler de voie initiatique du quotidien ?

Pour de nombreuses raisons, la première étant qu'aucun processus visant à la réconciliation de l'homme avec le Divin ne peut éviter de passer par une intégration des énergies sur le plan physique. Il sera très valorisant

et très satisfaisant pour le mental d'entreprendre une démarche intellectuelle en ce sens, mais cela n'apportera aucune transformation dans notre vie et dans notre état d'harmonie.

Il est donc indispensable d'intégrer les énergies universelles sur le plan physique, au moyen d'exercices pratiques et de prises de conscience successives visant l'assimilation des énergies en présence. Pour pouvoir comprendre le plan universel, il faut d'abord comprendre les mécanismes qui régissent notre corps physique et les énergies qui transitent par lui. Ainsi, nous pourrons accéder peu à peu, par la Loi cosmique d'analogie, à la compréhension du plan divin.

On peut donc parler d'initiation puisque, au fil d'un processus évolutif d'apprentissage de notre propre corps et des énergies, nous aboutissons à certains paliers et à certaines portes qu'il nous faudra franchir pour continuer dans cette voie royale. Ce faisant, il nous sera parfois nécessaire d'obtenir l'aide d'un instructeur. Mais il ne faut absolument pas s'inquiéter quant à la découverte ou au choix de cet instructeur.

Les Lois universelles sont ainsi faites qu'au moment où nous en avons besoin, nous croisons sur notre route l'être qu'il nous faut pour poursuivre notre évolution.

La règle à suivre doit être la foi et la confiance absolues dans le Divin.

Grâce à ce « lâcher-prise », tout nous sera donné pour réaliser notre évolution, quand ce sera le moment.

L'INITIATION, AUJOURD'HUI

Le franchissement de ces paliers, notamment les quatre premiers, est une véritable initiation puisqu'il y a intégration des quatre éléments composant notre corps physique. Je voudrais cependant apporter ici une précision, qui me semble très importante pour l'ère qui s'annonce, concernant l'Initiation.

Auparavant, l'Initiation était un processus individuel s'effectuant par le biais d'un rapport privilégié entre Maître et Disciple ; elle avait un caractère occulte, élitiste.

Aujourd'hui, les Maîtres nous enseignent que nous sommes amenés à passer l'Initiation en groupe. Les disciples forment donc des groupes d'étude et de travail qui s'acheminent ensemble sur la Voie de la Connaissance. C'est une grande chance pour l'humanité qu'un plus grand nombre d'entre nous ait ainsi accès aux enseignements qui étaient autrefois réservés aux membres des écoles occultes ou initiatiques.

Nous assistons actuellement à une accélération de la transmission de ces enseignements qui s'échelonnaient autrefois sur toute une vie, voire sur plusieurs vies.

Aujourd'hui, le processus est considérablement accéléré, et c'est en quelques années, voire en quelques mois, que certains d'entre nous peuvent passer cette Initiation.

Ainsi, l'humanité a désormais à sa disposition les outils qui lui permettent de transmuter un certain nombre de paramètres, que nous allons étudier tout au long de ce livre.

Nous pouvons donc parler de véritable « voie initiatique du quotidien », puisqu'il s'agit de l'utilisation journalière de ces énergies et de la mise en conscience des énergies qui nous régissent et qui régissent

l'ensemble de l'Univers. Notre être en ressortira transformé et en total état d'harmonie.

Chapitre II

Introduction à la Science des chakras

Notre histoire est imprimée dans toutes nos composantes physiques, mentales et spirituelles. Ce bagage est relié à nos expériences, mais aussi à notre héritage génétique et généalogique. Nous recevons de ce fait une perception déformée de « notre » réalité, ce qui oblitère nos chances de vivre réellement dans l'« Ici et maintenant ».

Les multiples événements vécus au cours de nos incarnations nous ont amenés à ériger une structure énergétique formée d'ensembles composites de croyances et d'archétypes émotionnels qui ont abouti à un mode de perception personnel et unique. C'est cette relation privilégiée avec l'Univers qui nous permet de cheminer vers la conscience. L'homme qui souhaite se développer en conscience doit donc analyser ses propres composantes afin de cerner une partie de son histoire et de se connaître lui-même. Ainsi, il se mettra en vibration avec les archétypes divins qui sont une expression des Lois universelles.

Cette « mise en phase » de notre être vibratoire avec les Lois cosmiques nous permettra de retrouver l'Unité avec le Divin, autrement dit, de devenir un être réalisé. À travers un très grand nombre de phases intermédiaires, nous aurons simplement atteint un état d'harmonie et de

bonheur. Cette recherche ne peut cependant s'effectuer en solo. En effet, notre monde matérialiste, avec son système d'éducation et ses schèmes sociaux, nous a coupés de notre dimension spirituelle et a fait de nous des « hommes tronqués ».

Une analyse personnelle, effectuée seul ou à l'aide d'une quelconque méthode d'observation scientifique du corps ou du comportement humain, ne peut nous apporter qu'une compréhension tronquée d'une partie de notre être : la dimension « matière », prise ici dans un sens physique et psychologique, c'est-à-dire faisant totalement abstraction de sa réalité en tant que représentation des énergies cosmiques.

Il est donc nécessaire de recourir à un enseignement spirituel ou ésotérique pour pouvoir restituer son unité à notre Être intérieur et lui permettre de retrouver les fondements, les buts et les sources qui ont présidé à sa création.

L'étude, l'analyse, la compréhension et l'intégration de la Science des chakras répondent aux deux nécessités actuelles du monde occidental :

1. Le besoin de relier les Lois universelles qui nous régissent à une dimension plus matérialiste, plus physique de notre être, afin de pouvoir expérimenter les schémas qui nous définissent.
2. Le besoin de « retrouver » une voie spirituelle en dehors des religions ou des grands courants philosophiques, lesquels ont démontré leur incapacité à pouvoir répondre aux attentes de l'homme de demain.

La Science des chakras est une médecine du XXI^e siècle ; elle permettra à chacun de créer sa propre « religion » (« religion », prise ici dans son sens étymologique : du latin *religare*, qui signifie « relier »). Celle-ci nous permettra de nous « relier », de nous « lier à nouveau », au

plan divin. Cette re-liaison nous fera comprendre pourquoi nous avons choisi ce cycle d'incarnation et ce type d'expérimentation. Nous pourrons alors réaliser le but profond de cette démarche : relier notre être physique à notre être divin et relier la matière au Divin.

Nous sommes plusieurs, à l'heure actuelle, à avoir saisi l'importance de cette science, et nombreux sont les ouvrages qui, les uns après les autres, ont apporté leur pierre à l'édifice de la connaissance. Le présent ouvrage propose à cet effet :

1. une approche symbolique des chakras, grâce à laquelle chacun pourra se relier à l'énergie des archétypes correspondants, à l'aide de la méditation. Se produira ainsi une énergie de réharmonisation entre son être énergétique et les Lois cosmiques ; ce sera une véritable science énergétique ;
2. une approche technique qui, par une expérimentation scientifique et personnelle, nous fera mettre en conscience les mécanismes de fonctionnement de ces énergies et la façon de les stabiliser.
3. une approche pratique, à partir de certains exercices, qui nous aideront à acquérir un mode virtuel d'action sur la réharmonisation de ces énergies.

Chapitre III

Les différents plans de conscience (ou corps)

Avant de commencer notre étude sur les chakras, il nous faut replacer notre être au sein du Cosmos. Nous allons donc tenter de définir de quelle façon l'Univers nous perçoit et de quelle façon notre être vibratoire entre en communication avec lui.

Pour ce faire, nous allons définir les différents plans de conscience que nous appelons plus communément corps. Ils représentent un « pont » vibratoire, un « chemin » de conscience entre nous – en tant qu'être physique ou « véhicule » physique – et l'Univers.

Nous allons donc rappeler certaines notions relatives à la biologie ésotérique qui ont été puisées dans différents ouvrages. Il nous semble en effet important de définir clairement ces points, avant d'aborder l'étude des chakras.

Tous les renseignements ésotériques ou spirituels font référence à une hiérarchie d'énergies subtiles qui composent l'être humain-divin. Ces énergies, appelées communément « corps », correspondent également à des niveaux de conscience qui nous permettent de comprendre et,

éventuellement, de « voir » ces corps. Ces niveaux de conscience nous donnent des « clés » pour comprendre ces formes et leurs différentes manifestations au travers de couleurs, de sons ou de lumière qui reflètent les phénomènes physiques, émotionnels ou mentaux qui nous animent.

Selon les grands enseignements occultes, l'homme possède un corps de manifestation (ou véhicule), dit « corps physique », et ce corps est reproduit sur sept niveaux majeurs de conscience. Pour prendre un exemple simple de visualisation, imaginez des poupées russes qui s'emboîtent les unes dans les autres, la plus grande contenant toutes les autres. C'est un peu l'image de ces corps et de leur interaction.

Trois de ces niveaux de conscience constituent le Soi inférieur, ou Personnalité ; trois autres constituent le Soi supérieur, et le septième sert de liaison entre ces deux plans.

Nous allons maintenant tenter de les définir.

Le corps physique

Le corps physique constitue le plan le plus dense de la manifestation. Il est la reproduction du macrocosme, au niveau du microcosme. Cette notion est parfois un peu difficile à « digérer » pour les matérialistes que nous sommes, mais notre corps est l'image holistique de l'Univers.

Autrement dit, la compréhension et l'analyse des ressentis ou des phénomènes physiques que nous vivons quotidiennement mettent à notre disposition le principal et le plus fondamental outil de compréhension de l'Univers qui soit. Cette affirmation peut paraître insensée ou incompréhensible pour l'étudiant qui fait ses débuts en sciences occultes. Mais notre corps physique nous fournit le plus fantastique banc d'essai de la conscience.

En comprenant les interactions qui existent entre les différentes parties du corps, nous pouvons mettre en pratique la Loi cosmique d'analogie. Ainsi, nous pouvons comprendre l'Univers qui nous entoure, les lois qui le régissent, la place que nous occupons et l'itinéraire que nous empruntons durant notre cycle d'incarnations.

Point n'est besoin d'aller chercher dans de complexes enseignements ésotériques cette mise en conscience globale. Il suffit, à un tournant de notre chemin, de croiser un instructeur qui nous fera mettre le doigt – « mettre la conscience » – sur cet énorme champ d'investigation. Celui-ci a malheureusement été extrêmement mal perçu par le passé et il a été oublié à cause de deux millénaires de culture judéo-chrétienne qui nous ont désappris à être à l'écoute de notre corps.

Nous saisissons donc l'importance du corps physique, qui est la manifestation des autres plans d'existence ou de conscience et qui, par cela même, représente un puissant outil de connaissance et de transformation. Nous pouvons ainsi déceler systématiquement, à travers nos maladies et nos malaises physiques, l'état énergétique dans lequel se trouvent nos corps subtils et apprendre à décoder le « chemin de conscience » qui est le nôtre.

L'étude et l'expérimentation des chakras va donc passer, en tout premier lieu, par la connaissance du corps physique.

Le corps éthérique

Dès que nous dépassons le corps physique, nous commençons à entrer en contact avec les autres plans d'énergie subtile, le plus dense, après le corps physique, étant celui qui se trouve le plus près de lui, soit le corps éthérique. On l'appelle aussi corps vital ou double éthérique, cette

dernière appellation définissant parfaitement ce corps, puisqu'il est le reflet exact, le double du corps physique sur les plans subtils.

Il est formé d'une couche d'énergie subtile qui épouse complètement la forme du corps physique et se situe, selon la vitalité de la personne concernée, à une distance de cinq à quinze centimètres du corps physique.

Ce double éthérique est la charpente sur laquelle se construit le corps physique, au moment de l'incarnation. C'est ce double énergétique qui, sur les plans subtils, donne la forme aux énergies, une forme qui se manifesterait ensuite par la création de la forme « matière », ou corps physique.

Avant de se concrétiser dans la matière, toute forme physique doit se constituer sur le plan éthérique. C'est ce corps, cette énergie qui permet au corps physique de vivre, car c'est celui-ci qui le vitalise par l'énergie du prana. Sans lui, les fonctions vitales du corps physique cesseraient, ce qui entraînerait la mort en quelques instants.

Le corps éthérique est celui grâce auquel les cinq sens peuvent œuvrer et l'homme fonctionner, dans le temps et l'espace, sur le plan physique.

C'est cette énergie qu'a mise en évidence Kirlian avec son procédé photographique, il y a plus d'un demi-siècle. Les sept chakras majeurs qui font l'objet de cette étude se situent sur ce plan.

Les chakras ont également leur correspondance sur chaque plan de conscience, c'est-à-dire qu'ils existent sur les plans astral et mental ainsi que sur tous les autres plans.

Mais notre étude se limitera aux chakras présents sur le plan éthérique, un domaine plutôt vaste, comme vous serez à même de le

constater. En fait, le corps éthérique est le plan au sein duquel les mondes physiques et subtils (ou spirituels) se rencontrent.

Le plan éthérique permet d'ailleurs l'accès à la clairvoyance, qui n'est rien d'autre, dans son premier aspect, que la « vision éthérique ». Il nous servira également de « porte » pour entrer dans d'autres plans de perception et d'autres niveaux d'information.

Le corps émotionnel

Au-delà du plan éthérique se trouve un niveau d'énergie plus fine et plus subtile, le plan émotionnel. On l'appelle aussi « corps astral », « corps des désirs » ou « corps des émotions ».

Il est situé, selon l'évolution spirituelle de l'individu, à une distance variant entre vingt centimètres et plusieurs kilomètres du corps physique, le dernier cas étant celui des Maîtres spirituels ou des Maîtres de sagesse. Les ésotéristes vont jusqu'à affirmer que le corps astral peut atteindre la face cachée de la Lune. N'étant pas allé voir, je ne puis confirmer cette assertion. Cela pour indiquer que ses dimensions peuvent être très variables. Elles dépendent de la somme de travail spirituel accompli par l'individu. En règle générale, ce corps se trouve à une distance variant entre vingt centimètres et un mètre du corps physique.

Comme son nom l'indique, il est la forme, l'énergie subtile dans laquelle vont se refléter les émotions et les désirs de l'être. Pour ceux qui possèdent le don de clairvoyance, c'est principalement à ce niveau que vont se manifester, autour du corps physique, les mouvements de couleur très variés et extrêmement changeants que l'on appelle l'aura. C'est également par ce corps que nous entrons en contact avec notre environnement et que nous le ressentons. (L'environnement est pris ici

dans son sens large, c'est-à-dire les autres, la nature, les éléments, les planètes, les étoiles, le cosmos ; en un mot, tout ce qui nous entoure.)

Les mouvements énergétiques du corps émotionnel ont de profondes répercussions sur le corps éthérique, pouvant même aller, en cas de déséquilibres graves, jusqu'à des lésions physiques, voire des maladies. (Le fonctionnement de ces mécanismes sera traité plus en détail dans le chapitre consacré au chakra solaire.)

Ici s'arrête la constitution du Soi inférieur qui est composé de l'énergie dominante des trois premiers plans. Je voudrais pourtant attirer votre attention sur un point extrêmement important : Le « découpage » des plans, tel que nous le proposons, ne vise qu'à faciliter notre compréhension de cette « mécanique subtile ». En aucun cas, ces concepts ne doivent être analysés en « coupant en tranches » nos énergies subtiles.

Il faut comprendre que l'homme est un être « holistique » (de *holos*, terme grec qui signifie « entier »). C'est-à-dire que comme dans une image holographique, chaque fois que nous considérons une fraction de notre être, une parcelle de notre énergie, tout le reste est présent et représenté dans cette fraction.

Il faudra donc garder ce postulat en mémoire tout au long de notre étude sur les chakras ; car la tentation sera grande de fractionner les informations et d'en faire une étude à l'image de la médecine allopathique qui nous découpe en morceaux, en « spécialités médicales », ne soignant qu'un symptôme et transférant souvent le problème à d'autres organes.

Le corps mental

Une fois dépassé le corps astral, nous commençons à aborder des énergies beaucoup plus fines. Le plan suivant est le corps mental, et son

énergie se présente comme une sorte d'« ovoïde » entourant la tête et s'arrêtant au niveau des épaules.

Ce niveau d'énergie régit en tout premier lieu la faculté raisonnante de notre être, autrement dit l'intellect. Pris dans sa dimension inférieure, il nous permet de développer notre aptitude à raisonner. Par ailleurs, c'est lui qui transmet les ordres et les « commandes » aux autres corps.

Si cette dimension du raisonnement est accentuée (et c'est le cas pour l'immense majorité de la population occidentale, pragmatique et cartésienne), elle fera de nous des « esclaves du réel », selon le terme utilisé dans certaines traditions. Nous serons ainsi incapables d'accéder à toute la dimension intuitive et instinctuelle de notre être.

Pris dans sa dimension supérieure, le corps mental est le transmetteur de la dimension spirituelle, le contact avec le Divin. Ce plan, nous le verrons au moment de l'étude du chakra cardiaque, est le plan de l'union, de la transition entre les plans de la matière et ceux de l'esprit, autrement dit entre les énergies terrestres et les énergies spirituelles.

Le plan causal

En dépassant le plan mental, nous entrons dans une autre « dimension », qui se situe au-delà de notre « réalité ». Lorsque nous aborderons l'étude du chakra laryngé, nous pourrons voir qu'il s'agit d'un tout autre système de référence, qui nous permettra d'accéder à un autre type d'information. Autant dire qu'à partir de ce plan nous entrons dans l'« intangible » ; il nous est donc un peu plus difficile de nous faire une idée précise de cette énergie. Cependant, la Loi cosmique d'analogie (ou de résonance) va nous aider à en comprendre le fonctionnement.

Le plan causal, comme son nom l'indique, nous fait pénétrer sur le plan des « causes ». Pour schématiser, disons que le plan causal, ou plan des causes, est celui qui détermine les « effets », c'est-à-dire les événements tangibles de notre existence : rencontres, maladies, accidents, mariage, haine, profession, etc. En fait, tout ce qui constitue notre mode d'existence.

En accédant en conscience au plan causal, nous allons donc pouvoir non seulement décoder les causes des événements de notre vie quotidienne, mais nous pourrions éventuellement les modifier et, par cela même, modifier nos rapports avec le monde.

C'est dans le plan causal que nous abordons la notion de « karma », une notion bien mal comprise du monde occidental, qui en a fait une retransposition de la notion de « péché originel », avec sa connotation souvent négative, ou culpabilisante. Cette notion sera traitée plus en détail dans les chapitres suivants.

Le plan bouddhique

Peu d'êtres humains peuvent accéder au sixième plan, qui est le plan bouddhique. On l'appelle souvent le plan supramental. Ce stade énergétique correspond à ce que la Tradition appelle « le Plan » ou « le Plan divin ». Il s'agit du niveau de conscience qui régit toutes les interactions et toutes les actions de l'ensemble des membres de tous les règnes du cosmos.

Ce plan dépasse notre capacité d'imagination. Essayons pourtant de nous représenter un gigantesque programme informatique qui engloberait tous les membres des règnes humain, animal, végétal et minéral, et qui s'appliquerait également à chacune des planètes, connues et inconnues de l'Univers, c'est-à-dire des milliards de milliards d'éléments, compte tenu

des plans invisibles qui échappent à notre perception. Vous saisissez déjà l'infinité de combinaisons possibles, mais vous n'aurez appréhendé qu'une infime partie de ce qu'est le Plan.

Le Plan gère et coordonne toutes les interactions et les interrelations existant pour tous les paramètres précédemment énoncés, un peu comme un colossal ordinateur qui aurait la taille de plusieurs Soleils.

Le plan bouddhique est le plan énergétique qui contient le Plan divin, et c'est par lui que nous pouvons y accéder. Disons qu'à ce stade, nous nous trouvons très proches de la Conscience de Dieu qui a conçu tout cet ensemble.

Le plan atmique ou plan nirvanique

Le plan atmique est le plan de Dieu ; il va nous permettre de retrouver, de réintégrer la Conscience de Dieu, et Dieu Lui-Même. Une fois atteint ce plan ultime, nous serons en mesure de nous dégager du cycle des incarnations et de réintégrer l'état divin. Ce n'est qu'à ce moment que nous acquerrons la conscience que nous sommes Un dans le Tout et Tout dans l'Un, et que nous faisons partie intégrante de chaque molécule, de chaque cellule et de chaque atome existant dans l'Univers.

Pour avoir une idée globale de notre « être subtil », il nous faut prendre conscience que les mouvements d'énergies et les manifestations se produisant sur ces différents plans ont tous des répercussions sur le corps physique.

Il est donc parfaitement utopique de penser que l'on peut atteindre la santé, l'équilibre et le bonheur en faisant abstraction des concepts associés à ces différents plans. Nous nous attacherons donc à pénétrer un peu plus profondément au sein de la conscience propre à ceux-ci afin de jeter les

bases d'une pratique de mise en conscience de nous-mêmes, dans une optique d'autoguérison.

Chapitre IV

Définition des chakras

Dans la tradition hindoue, le nom « chakra » est donné à certains centres de force d'énergie subtile situés dans les différents plans que nous venons de définir. Le concept de chakra nous relie, par l'intermédiaire des formes-pensées (dont nous expliquerons le mécanisme dans le chapitre portant sur le chakra solaire), à une énergie plusieurs fois millénaire. Cette énergie facilitera l'accession à la compréhension de l'énergie de ces centres de force.

« chakra » signifie « roue », en sanscrit, ce qui correspond à la forme de ces centres, lorsqu'on les voit à la vision clairvoyante. Ils portent également d'autres noms :

- ◆ padmas, qui signifie en sanscrit « fleur de lotus » ;
- ◆ centre de force éthérique ;
- ◆ centre de force vitale ;
- ◆ rose mystique (dans la tradition hermétique chrétienne) ;
- ◆ cathédrale (dans la tradition rosicrucienne).

Les chakras sont en fait des centres de conjonction de courants d'énergie qui circulent le long de méridiens, sorte de « système nerveux subtil », que l'on appelle *nadis*. C'est par eux que circule l'énergie vitale (prana). Ce sont des « points de rencontre » et d'interprétation du physique et du psychisme. Les chakras se créent au point d'intersection de ces *nadis*.

- ◆ Lorsque 21 *nadis* s'entrecroisent, il y a création d'un chakra majeur ou principal. Il en existe 7 de ce type. Ce sont ceux que nous étudierons dans cet ouvrage.
- ◆ Lorsque 14 *nadis* s'entrecroisent, il y a création d'un chakra mineur ou secondaire. Ils sont au nombre de 21.

Lorsque 7 *nadis* s'entrecroisent, il y a création des points d'acupuncture. Il existe plusieurs centaines de ces points.

C'est cette jonction qui permet à l'énergie d'être émise en direction du plan physique. C'est dans ces centres de force que se rencontrent le plan terrestre et le plan cosmique.

Nous sommes donc constitués d'un ensemble de courants de force. Lorsque ces courants se rejoignent, il se crée des points de force énergétiques sur lesquels nous pouvons intervenir pour affecter l'ensemble du corps, ou plutôt les corps, devrions-nous dire.

Ces courants de force animent l'être humain et sa conscience ; ils le dirigent vers une voie bien délimitée, un chemin bien défini qui correspond à la polarité du chakra correspondant. Nous pouvons presque parler ici de préprogrammation des chakras ; une préprogrammation due à notre éducation, à notre legs génétique et à tous les événements de nature émotionnelle ou autre qui sont survenus tout au long de nos incarnations. Cette préprogrammation détermine nos conditions de vie et notre façon de réagir aux événements de la vie.

Il est donc extrêmement important aujourd'hui d'accéder à la connaissance de cet outil et surtout à la mise en action de cette connaissance, afin d'acquérir l'état de bonheur et de félicité auquel chacun de nous aspire et qu'il est en droit d'obtenir. Mais il nous faut bien comprendre que l'accession à cet état légitime ne nous sera pas accordée comme une quelconque « récompense » dispensée par Dieu, le destin ou les Seigneurs du karma. C'est par un travail en profondeur sur nous-mêmes, de mise en conscience de nos énergies et par leur ajustement conscient à la vibration des archétypes divins que nous parviendrons à cet état de félicité. Ces archétypes qui nous régissent ne sont en fait que des « étalons » vibratoires vers lesquels nous tendons pour atteindre l'état d'harmonie et de bien-être.

L'étude des chakras majeurs nous permettra de faire cette mise en conscience, après quoi nous pourrons poursuivre notre route vers la découverte de nous-mêmes. Nous pourrons ainsi rencontrer notre Être intérieur, que certaines traditions appellent le « Christ intérieur » et que nous appellerons plus communément l'« Âme ».

Chapitre V

L'emplacement des chakras

Les chakras que nous allons maintenant définir sont situés au niveau du corps éthérique. Ils ne sont donc pas visibles à l'œil physique, sauf si nous avons réalisé sur nous-mêmes un travail initiatique qui a activé notre nerf optique et nous a donné la vision des corps subtils.

Les chakras sont situés le long de la colonne vertébrale ; ils se présentent sous la forme d'un entonnoir, avec une partie dans le dos qui réceptionne l'énergie et une partie sur le devant du corps qui l'émet.

Les chakras majeurs comprennent :

- ◆ Le chakra de base, situé entre l'anus et les organes génitaux ;
- ◆ Le chakra sacré, situé à environ quatre doigts au-dessous du nombril ;
- ◆ Le chakra solaire, situé au niveau du plexus solaire, soit au point de jonction des côtes flottantes ;
- ◆ Le chakra cardiaque, situé à peu près au milieu de la poitrine ;
- ◆ Le chakra laryngé, situé au milieu de la gorge ;
- ◆ Le chakra frontal, situé au milieu du front, légèrement au-dessus de la racine du nez ;

- ◆ Le chakra coronal, situé au milieu du sommet du crâne, à l'emplacement de la fontanelle.

Chapitre VI

Le rôle des chakras

Sur le plan physique, les chakras sont reliés au système endocrinien. Ainsi donc, à partir du moment où nous commençons, en conscience, à travailler sur nos énergies subtiles par l'intermédiaire des chakras, il se produit des modifications dans le fonctionnement de notre système endocrinien, sur les plans chimique et hormonal, et cela se répercute sur le fonctionnement de notre métabolisme physique et psychique.

La démarche d'harmonisation des chakras n'a donc rien d'anodin. Je voudrais d'ailleurs insister sur un point extrêmement important à ce sujet. Tout d'abord, certains livres et enseignements ou encore certaines personnes parlent d'« ouverture ou de fermeture de chakras ».

Vous avez certainement compris, en lisant les chapitres précédents, que les chakras existent pour chacun d'entre nous, même le plus humble, et qu'ils sont toujours plus ou moins en action. Ce qui différencie chaque individu est l'état de conscience qu'il a de ses propres chakras. Donc, personne ne peut « ouvrir » ou « fermer » un chakra, et celui qui se livrerait à de telles pratiques – et cela est évidemment possible par le biais de certains rituels ou exercices – opérerait une véritable intrusion, une

violation des corps énergétiques de la personne concernée et de son intégrité.

On ne peut donc parler d'ouverture ou de fermeture des chakras, mais plutôt de l'état de conscience que nous en avons. Ce qui signifie qu'à partir du moment où nous faisons un travail de mise en conscience de la « mécanique » des chakras – ce que nous effectuons depuis les premières pages de cet ouvrage –, nous sommes déjà en train d'en activer et d'en harmoniser les énergies.

Tous nos états de conscience sont conditionnés par l'état énergétique de nos chakras. C'est-à-dire qu'à partir du moment où nous entamons un « chemin de conscience » par rapport à ces énergies, c'est toute notre « vision » du monde qui va changer. Il en résultera des modifications de notre environnement familial, social et spirituel, ainsi que des modifications de notre mode d'existence. Tout cela pour tendre vers une harmonisation plus profonde de notre vie par rapport au Divin.

Je voudrais maintenant faire une importante mise en garde. Certains d'entre vous pourraient être tentés de forcer l'activation de certains chakras pour parvenir plus rapidement à l'acquisition de perceptions extrasensorielles. Il s'agit là d'une pratique extrêmement dangereuse.

L'harmonisation, la mise en conscience et le développement des chakras doivent être effectués à partir d'un entraînement progressif, adapté au rythme de chacun, qui commencera par le chakra de base, pour finir par le chakra coronal. Pourquoi ? Si nous brûlons certaines étapes (certains chakras) et activons les chakras supérieurs qui régissent ces perceptions, sans avoir harmonisé les chakras inférieurs, c'est un peu comme si – et excusez l'image – nous branchions un appareil de 12 volts sur du 220 volts. L'appareil brûlerait.

Pour nos centres énergétiques, c'est la même chose. Le niveau vibratoire énergétique de chaque chakra est différent, le chakra de base correspondant au niveau le plus bas et le chakra coronal, au plus élevé. Donc, si nous sautons des étapes, nous ne ferons pas les prises de conscience qui correspondent à chaque état. Nous allons ainsi créer un tel changement de niveau de conscience, une telle distorsion sur le plan énergétique que nous n'arriverons plus à canaliser cette force. Il pourra alors s'introduire en notre être toutes sortes d'éléments énergétiques extérieurs susceptibles de nous faire perdre le libre choix de nos actes. Les asiles psychiatriques sont remplis de personnes ayant fait ce type d'erreur.

Ce travail d'évolution doit donc s'effectuer à son propre rythme. Cela prend des années. Mais progressivement nous pourrons, à partir du chakra de base, atteindre un jour – dans quelques vies si cela est nécessaire – l'état de réalisation apporté par l'énergie du chakra coronal.

Chapitre VII

Compréhension et intégration de l'énergie des chakras

– Méthode –

L'intégration des énergies des chakras passe par des états de conscience successifs. Ainsi, chaque fois que nous parlons de chakra ou que nous faisons certains exercices, nous modifions la perception que nous avons de nous-mêmes, de notre place dans notre environnement et de notre place dans l'Univers.

En fait, deux possibilités s'offrent à nous : soit notre démarche est uniquement intellectuelle, se faisant au niveau du mental, et alors aucun processus de transformation ne se mettra en mouvement ; soit notre démarche se fait au niveau de l'expérimentation et du ressenti, et alors nous mettons en mouvement un processus dont nous ne soupçonnons pas au départ la portée et la puissance. Mais au bout d'un certain temps, nous serons émerveillés de voir le chemin parcouru et la magnificence du mécanisme cosmique.

Comme vous le voyez, ce travail n'a rien d'anodin. Il va nous entraîner dans des transformations profondes de nos états d'être, de nos

modes de vie et, par conséquent, de nos objectifs de vie.

Il faut comprendre qu'un entraînement occulte ou ésotérique ne se réalise pas à travers des choses complexes. Il s'effectue avant tout dans le quotidien, par une prise de conscience de chaque petit geste porteur d'une réalité, d'une force spirituelle. Ce n'est donc pas la lecture de dizaines d'ouvrages qui permettra un apprentissage, mais plutôt le fait de devenir un individu rayonnant, parce que chacun de nos gestes et chacune de nos attitudes seront rayonnants.

Les changements apportés devront toujours aller dans le sens d'une corrélation de plus en plus étroite avec l'objectif de notre âme ; aussi profonds puissent-ils être, ces changements apporteront toujours bien-être et harmonie.

Mode d'application de la Science des chakras

Le travail relatif aux chakras comportera sept chapitres principaux, qui traiteront des sept chakras majeurs et comporteront les sections suivantes :

1 - Définition et fonctions

Nous allons d'abord tenter de donner une définition du chakra et de son mode de fonctionnement. Ainsi, nous pourrons nourrir notre mental et modifier notre état de conscience par rapport à l'énergie du chakra concerné.

Nous allons également donner le nom sanscrit du chakra, qui fonctionne comme un mantra. En nous reliant à ce nom, nous activerons l'énergie de ce chakra. En en-tête de ce premier sous-chapitre, nous donnons également un mot de pouvoir (mantra) extrait de la Bible qui,

lorsque prononcé de façon récitative ou incantatoire, permettra d'activer et d'harmoniser le chakra en question.

La Bible est un livre initiatique qui contient de nombreuses indications énergétiques concernant le fonctionnement des chakras. Il nous a donc semblé important de faire le lien entre la tradition hindoue, qui a depuis longtemps codifié cette science, et la Bible, qui a transmis ces mêmes enseignements, mais de façon plus « occulte ».

Dans les subdivisions suivantes, nous allons travailler selon la Loi d'analogie. Nous méditerons sur l'élément constitutif de l'analogie et nous essaierons de découvrir de quelle façon cela résonne en nous et quels parallèles nous pouvons faire entre cet élément et nous-mêmes.

2 - Élément correspondant à chaque chakra

Nous étudierons l'élément correspondant à chaque chakra, jusqu'au cinquième, car ensuite nous changerons de plan de perception. Nous pourrons ainsi activer, par le plan mental, l'énergie du plan correspondant.

En effet, l'énergie de la symbolique de chaque élément contribue à apporter en nous la dimension énergétique du chakra correspondant, qui nous manque peut-être. Si tel n'est pas le cas, nous découvrirons probablement une « dimension » supplémentaire à cette énergie qui viendra l'affermir et la stabiliser.

3 - Nombre associé à chaque chakra

La Science sacrée des nombres étant un peu mon « dada », il m'a semblé intéressant de vous livrer un travail personnel concernant la correspondance entre la numérologie et la Science des chakras ; c'est-à-dire entre la vibration du nombre et la vibration du chakra. Ce travail n'engage que moi, mais il peut être utilisé comme outil supplémentaire par ceux qui s'intéressent à la numérologie.

La vibration du nombre, en tant qu'expression de l'énergie cosmique, nous permet elle aussi d'activer le chakra correspondant. Nous développons donc la symbolique du nombre lié au chakra. Sur le plan subtil, l'étude du nombre et de sa symbolique active, par effet de résonance, l'énergie du chakra en question.

4 - Couleur correspondant à chaque chakra

L'ensemble des enseignements traditionnels établit une correspondance entre la couleur et les chakras. On la retrouve aussi bien dans la tradition bouddhique que dans la tradition hermétique chrétienne ou la tradition rosicrucienne. Cette correspondance se réfère à un archétype divin, puisqu'il s'agit des sept couleurs de l'arc-en-ciel, selon l'ordre de décomposition du spectre de la lumière.

La correspondance est donc la suivante :

- ◆ Rouge : chakra de base ;
- ◆ Orange : chakra sacré ;
- ◆ Jaune : chakra solaire ;
- ◆ Vert : chakra cardiaque ;
- ◆ Bleu : chakra laryngé ;
- ◆ Indigo : chakra frontal ;
- ◆ Violet : chakra coronal.

La symbolique des couleurs nous donne, par le biais de la Tradition, des éléments pour comprendre l'énergie du chakra correspondant. Voici, à ce sujet, les propos du Maître Djwal Khul, tels qu'ils ont été rapportés par Alice Bayley, dans son livre *Les Rayons et les Initiations* : « Les mystères rétabliront la couleur et la musique à leur juste place dans le monde et le feront de telle manière que l'art créateur contemporain sera à l'art créateur

nouveau, ce que la construction, avec des cubes de bois de l'enfant, est à une grande cathédrale telle que celle de Durham ou de Milan. » (p. 266)

Nous utiliserons également la couleur par la visualisation, dans une méditation guidée liée à chaque chakra. Nous sommes d'ailleurs en train de rédiger un livre qui s'intitulera *La lecture des couleurs, miroirs de l'âme*, qui donnera aux lecteurs un outil pratique pour diagnostiquer et comprendre l'énergie qui se trouve en eux-mêmes.

5 - Éléments psychologiques reliés à chaque chakra

Selon le degré d'harmonisation et la qualité de fonctionnement de chaque chakra, l'énergie dispensée par celui-ci pourra créer de profondes modifications de nos états mentaux et psychologiques. Nous verrons donc dans cette section que le fonctionnement des chakras fait partie intégrante des éléments et des événements de la vie quotidienne.

La mise en conscience de ces énergies constitue une partie très importante du travail de ce livre, et je pense que nous nous retrouverons tous un peu dans la lecture de cette section. Il s'agit de faire de cette étude une approche pratique et quotidienne, afin de nous rendre compte que la vie n'est pas le résultat fortuit de concours de circonstances, mais bien l'expression des énergies en action dans notre « être énergétique ».

6 - Glande endocrine reliée à chaque chakra

Chaque action et chaque prise de conscience entraîne des modifications chimiques et hormonales qui ont de profondes incidences sur notre équilibre. Dans la section 6, nous aborderons quelques notions concernant le fonctionnement psycho-endocrinien afin d'en expliquer, le plus simplement possible, les répercussions.

Les spécialistes en endocrinologie voudront bien excuser le caractère sommaire de ces explications.

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement de chaque chakra

Nous donnerons ici un aperçu des maladies ou des symptômes résultant du dysfonctionnement des chakras ou du fonctionnement dysharmonieux. (Ces indications ne seront que partielles, le sujet par lui-même nécessitant un ouvrage complet.) Nous pourrions ainsi faire un lien entre la maladie et le système énergétique des chakras.

8 - Ange associé à chaque chakra

Nous abordons là un sujet qui nous tient fort à cœur. Il s'agit de l'ange qui est plus particulièrement associé à chaque chakra. Ces anges font partie de la Hiérarchie des Principautés, dans l'Arbre séphiroतिक de la Kabbale. Ils sont également connus sous le nom d'« Elohim ».

Le nom que nous leur donnons est le nom hébraïque, tel qu'il fut transmis par la Kabbale, mais nous en ajoutons la traduction en français.

En invoquant un ange, nous nous mettons en présence d'énergies précises. Nous pouvons demander à l'ange de nous aider, en lui manifestant tout le respect, l'amour et le discernement que l'on doit à ces Énergies de lumière. Il suffit de prononcer son nom à voix haute, en étant parfaitement calme et centré.

Nous n'aborderons que sommairement le sujet puisqu'il fera l'objet d'une étude ultérieure plus approfondie.

Cette section servira d'introduction à l'« angéosophie ». Les Êtres de lumière nous indiquent que la survie de l'humanité est liée à sa capacité d'entrer en contact avec les anges, ou « devas », afin de réaliser un étroit travail de coopération entre les deux mondes et de trouver ainsi des solutions pour sauver la planète.

Cette section constituera la première approche de cette démarche. Celle-ci sera inspirée du magnifique travail réalisé depuis trente ans par la Communauté de Findhorn, en Écosse, dont je vous recommande les ouvrages.

9 - *Mudrâ* associé à chaque chakra

Nous terminerons cette étude en donnant un certain nombre d'outils pratiques.

L'efficacité de ces outils repose sur deux principes fondamentaux :

- ❖ La régularité. Il n'est pas nécessaire de consacrer beaucoup de temps à ces exercices, mais plus nous les ferons régulièrement, plus vite nous obtiendrons des résultats.
- ❖ La conscience. Chaque fois que nous faisons un exercice lié à un chakra, il faut relier cet exercice au chakra concerné au moyen de la conscience.

Le *mudrâ* lié à chaque chakra consiste en une position particulière des mains, que nous pourrions appeler « yoga des mains » et qui est destiné à activer et à réharmoniser ce chakra.

Cette position devrait être maintenue pendant quinze à vingt minutes par jour. Nous vous conseillons de commencer par quelques minutes, puis d'allonger progressivement la durée de l'exercice.

Un certain nombre de règles doivent être respectées dans la pratique des *mudrâs* :

- ❖ Travailler les *mudrâs* simultanément avec les deux mains ;
- ❖ Adopter une position assise ou couchée ;
- ❖ Laisser s'écouler cinq heures entre la pratique de deux *mudrâs*

différents ;

- ◆ Si des symptômes négatifs apparaissent, cesser de pratiquer le *mudrâ* pendant quelques jours, et ne pas persister dans cette méthode.

10 - Méditation sur le son associé à chaque chakra

Le son est l'un des outils les plus puissants pour travailler sur les chakras. À ce sujet, nous indiquons une correspondance entre les chakras et les Bijas-Mantras, laquelle est issue du bouddhisme tantrique.

Une mise en garde doit être faite à ce sujet : si vous ressentez un malaise à un quelconque moment de l'exercice, cessez-en la pratique. N'insistez pas, car vous pourriez créer un déséquilibre que vous auriez ensuite de la difficulté à réharmoniser.

Donc, comme avec le *mudrâ*, travaillez au « ressenti », sans forcer.

11 - Méditation sur la couleur associée à chaque chakra

Contrairement à la méditation sur le son, vous ne pouvez créer de déséquilibres graves avec la couleur, même s'il s'agit d'un outil extrêmement puissant. Vous ressentirez peut-être des sensations « étranges », mais vous ne pourrez pas faire « sauter » une énergie avec la couleur. Par contre, son action est très profonde. Lorsqu'elle est pratiquée assidûment, cette méditation entraîne des transformations rapides de votre être.

C'est notre outil préféré, car il a le mérite d'être doux et d'agir en profondeur. Nous espérons que vous aurez le loisir d'en faire l'expérience.

12 - Cristaux

Les cristaux ont un champ d'application considérable, et ma compagne et moi utilisons la cristalothérapie pour réharmoniser l'énergie des chakras.

Nous sommes d'ailleurs en train de préparer un ouvrage complet sur le sujet, qui fera suite au présent ouvrage et s'intitulera *Cristaux et chakras*. Pour cette raison, nous n'aborderons pas ici ce sujet.

Voilà, le plan de travail étant tracé, nous vous souhaitons maintenant un bon voyage le long de la voie des chakras.

Chapitre VIII

Le chakra de base

Pour une approche de l'incarnation

1 - Définition et fonctions

Mûlâdhâra chakra

Mot de pouvoir : « Je suis la Vie ». (Jean 14, 6)

Mûla signifie « racine », en sanscrit. Par les « racines » du chakra de base, nous allons matérialiser, ancrer dans la matière notre essence spirituelle.

Âdhâra signifie « support », en sanscrit. Le chakra de base représente le travail sur lequel repose tout le reste de notre démarche ; sans lui, rien ne peut exister. Si nous construisons une maison sans faire de fondations, notre maison s'écroulera à un moment donné. C'est l'expérience dramatique que vivent des « spiritualistes » qui, pour s'affranchir d'une « matière » qui leur pèse, se lancent dans une « course spirituelle », dans une « débauche de service aux autres », et qui se retrouvent souvent après de nombreuses années devant le vide.

Jésus a dit : « Tu es Pierre, et sur cette pierre je bâtirai mon Église ».

LE CHAKRA DE BASE OUTIL D'INCARNATION

Le travail à effectuer sur l'énergie du chakra de base en est un de réflexion sur notre incarnation, sur notre corps physique et sur notre présence sur terre. C'est grâce à lui que nous poserons les bases sur lesquelles reposera tout notre travail d'évolution.

L'énergie du chakra de base sert en quelque sorte d'appui et de fondement à l'énergie de tous les autres chakras. Sans elle, rien ne peut exister. C'est elle qui va générer l'énergie qui assurera la liaison et la cohérence avec les champs d'énergie des six autres chakras et qui les alimentera en énergie première.

Sur le plan de la conscience, le chakra de base représente :

- ◆ la volonté d'exister ;
- ◆ la volonté d'être ;
- ◆ la volonté d'être incarné ;
- ◆ la volonté de se manifester ;
- ◆ la volonté d'exprimer quelque chose.

LE CHAKRA DE BASE FONDEMENT DE L'ENSEIGNEMENT SPIRITUEL ET SYMBOLE DE DUALITÉ

Le chakra de base est le chakra de l'union de l'Esprit et de la matière, de la matérialisation de l'Esprit dans la matière. Il nous fait comprendre que chaque manifestation sur le plan matériel, chaque événement de notre vie quotidienne est en correspondance avec une manifestation de l'Esprit.

Mais il arrive que la matière crée l'illusion, la *maya*, ainsi que l'appelle la Tradition, et qu'elle nous empêche de voir l'Esprit. Ce chakra est donc également celui de la dualité primordiale.

Avant de nous incarner, nous ne vivions pas cette dualité, cette séparation d'avec le Divin. Nous étions UN avec DIEU, UN avec le TOUT. Un jour, nous avons choisi d'entrer dans le cycle des incarnations pour vivre l'expérience de la séparation de la dualité, du jour et de la nuit, du vrai et du faux, du chaud et du froid, etc.

Cette expérience de la dualité est destinée à éveiller le JE en nous pour atteindre la Soi-Conscience, l'individualisation, l'individuation. Avant de nous incarner, nous étions dans le Tout, l'Universel, l'Absolu. Nous ne connaissions pas l'alternance et la dualité complémentaire entre l'homme et la femme. Nous étions Unité. Mais il nous manquait l'expérience de l'altérité, c'est-à-dire l'opposition à quelque chose. Tant que nous ne nous sommes pas opposés à quelque chose, nous ne vivons pas l'expérience du développement de notre conscience. Nous devons donc méditer sur cette dualité.

L'énergie du chakra de base nous permet de prendre conscience que chaque manifestation du plan terrestre représente une « extériorisation » des plans spirituels. Selon la Tradition, cette extériorisation se réfère à la concrétisation des énergies spirituelles dans la matière.

L'action de ce chakra permet la connaissance « physique ou matérielle » de toutes les sensations, de toutes les images et de tous les symboles, autrement dit des « visions » que nous recevons des autres plans.

« JE SUIS CE QUE JE SUIS. »

Autant dire que sans lui, il est impossible de relier nos perceptions à notre réalité physique, par exemple par la méditation.

Nous allons donc méditer sur les questions suivantes, qui sont reliées à la dualité entre l'esprit et la matière :

- ◆ Comment nous percevons-nous par rapport aux éléments qui ne sont pas « nous », qui sont extérieurs à nous ?
- ◆ Quelle est la relation entre l'Esprit et la matière ?
- ◆ Comment percevons-nous la relation entre l'Esprit et la matière ?
- ◆ Comment intégrons-nous dans notre corps physique et dans notre vie de tous les jours cette coexistence de l'Esprit et de la matière ?

En fait, l'énergie du chakra de base, ou chakra racine, est celle de l'éveil de la polarité, de l'éveil de l'opposition, du développement du JE.

C'est le début de l'évolution de l'humanité.

LE CHAKRA DE BASE ET L'INDIVIDUATION

Travailler en harmonie avec le chakra de base nous amène à méditer sur le JE.

- ◆ Qui sommes-nous ?
- ◆ Quels sont nos devoirs et nos responsabilités envers nous-mêmes ?
- ◆ Quelle est notre volonté d'exister ?
- ◆ Comment nous plaçons-nous dans l'Univers ?
- ◆ Quel est notre état de conscience sur les conséquences que nos

actes, nos paroles et nos pensées ont sur l'Univers ?

- ◆ Sommes-nous conscients de cette interrelation qui existe entre nos actes, nos paroles, nos pensées et l'Univers ?

Le but profond de notre cycle d'incarnation est d'affirmer ce JE, cette Soi-conscience et d'être capable de la développer, même si cette manifestation peut parfois ressembler à une crise d'adolescence.

L'énergie du chakra de base nous amène à méditer sur la notion du Soi, qui est une notion de permanence. C'est une Étincelle divine immortelle qui nous suit à travers le temps et l'espace. Nous allons donc méditer sur cette immortalité.

Sur le plan vibratoire, le chakra de base est celui qui possède la fréquence la plus basse ; on peut la percevoir par notre « vision » des couleurs. C'est lui qui transmet et régit les énergies venant de la terre. Comme tel, il commande notre rapport avec la matière, nos moyens d'existence, notre famille.

Son énergie représente donc le rapport que nous avons avec le quotidien, la vie professionnelle, la vie familiale, l'organisation de notre vie matérielle et l'argent. Elle constitue la manifestation de la conscience individuelle dans la forme, c'est-à-dire la naissance physique.

L'aspect « vie » prédomine dans le fonctionnement du chakra de base, sa principale fonction étant de participer à la formation du corps physique. Il vise donc le développement et la recherche de perfectionnement du corps physique. Il exprime la qualité de cohésion.

LE CHAKRA DE BASE ET LA MAYA

L'énergie du chakra de base sert de liaison entre l'Esprit et la matière, dans tous les moments de notre existence.

Selon les Orientaux, la Terre, qu'ils appellent « Mère divine », est voilée. Ce voile, ils le nomment *maya*, qui signifie « illusion », en sanscrit.

Nous devons dépasser l'illusion et comprendre que chacun des éléments qui nous entourent est en fait le symbole d'une force spirituelle.

L'occultiste qui travaille sur le chakra de base est quelqu'un qui met en conscience, au travers de toutes les réalités extérieures, l'énergie de la réalité invisible qui se cache derrière le visible ; il aide à soulever le voile de la *maya*. Ainsi, on cessera de prendre la matière pour la matière, cette matière n'étant que le symbole de quelque chose qui se manifeste par elle, au-delà de l'esprit.

En fait, la matière est probablement la moins réelle des réalités qui nous entourent. La matière est une expression exotérique de la force de l'Esprit. Quand nous arrivons à nous libérer de l'illusion de la matière, nous pouvons en maîtriser la force. La Tradition appelle cette connaissance la « magie ».

En maîtrisant la matière, on peut acquérir, par exemple, la force de lévitation, la capacité de transformer les objets ou celle d'en tirer l'énergie nécessaire à différentes réalisations. Nous devons donc nous interroger sur cette relation entre le visible et l'invisible. Nous commencerons alors à prendre conscience que le visible est une manifestation symbolique de l'invisible et nous pourrons tenter de percevoir cette relation. Nous chercherons aussi à prendre conscience de la façon dont nous nous sommes incarnés dans un corps et du type de relation que nous établissons avec ce corps. C'est un travail d'alchimie au niveau de l'être.

Selon moi, personne mieux que Rudolph Steiner n'a défini le fonctionnement du chakra de base. Il l'a fait à travers ce poème :

*Si tu veux te connaître toi-même,
Ouvre les yeux de tous côtés sur l'Univers.
Mais si c'est l'Univers que tu voudrais connaître,
Jusqu'au fond de toi-même plonge alors ton regard.
Veux-tu te connaître toi-même ?
Cherche-toi dans le vaste monde.
Veux-tu connaître l'Univers ?
Plonge aux profondeurs de toi-même.
Comme une mémoire du monde,
Ces profondeurs te livreront la clé,
La clé des secrets du Cosmos.*

QUALITÉS ET DÉFAUTS ASSOCIÉS AU CHAKRA DE BASE

Les qualités que permet d'acquérir le chakra de base sont :

- ◆ la confiance en soi ;
- ◆ la maîtrise de soi ;
- ◆ la pureté, qui est l'union juste avec la matière ;
- ◆ le désintéressement ;
- ◆ la libération de l'illusion (*maya*) ;
- ◆ l'équilibre mental et moral.

Les défauts associés à un dysfonctionnement du chakra de base sont :

- ◆ une imagination faible ;
- ◆ une perception psychologique déficiente ;

- ◇ l'instinct de domination ;
- ◇ la tendance à l'esclavagisme ;
- ◇ une faible moralité ;
- ◇ le manque de foi ;
- ◇ la peur de la mort ;
- ◇ le matérialisme outrancier ;
- ◇ la négation de l'existence du spirituel.

Le processus initiatique nous permettra d'acquérir les qualités du chakra de base, à condition que l'on prenne conscience de l'énergie mise en place et que cette énergie soit vécue en conscience dans le quotidien.

2 - Élément correspondant au chakra de base : la terre

La Genèse nous dit :

« Et l'Éternel Dieu forma l'homme, **POUSSIÈRE DU SOL**, et souffla dans ses narines, et l'homme devint une âme vivante. »

La terre s'oppose symboliquement au ciel. Elle représente l'aspect féminin de la manifestation. Selon les écrits sacrés orientaux, l'origine du chakra de base est la Mère du Monde. Cette force féminine est souvent connue sous le nom oriental de *Kundalini*. Ce nom signifie, en sanscrit, « serpent » ou « force du serpent ». La Tradition nous dit qu'il s'agit là d'une force spirituelle qui dort enroulée à la base de la colonne vertébrale de tout être humain. Si nous la réveillons, elle remonte de chakra en chakra et se manifeste sous la forme d'expansion de conscience et de « visions » d'autres plans. La terre est symbole de densité, de fixation et de condensation. Elle est la perfection passive. Tout être humain lui doit sa

naissance, laquelle est complètement soumise au principe de fécondation du ciel.

La terre est la substance universelle, le chaos primordial, la matière primordiale avec laquelle le Créateur façonne l'homme. La terre est la matrice qui reçoit les sources, les minéraux, les métaux. Elle symbolise la fonction maternelle ; c'est elle qui donne et reprend la vie.

Dans la religion védique, elle représente la mère, la source de l'être et de la vie, la protectrice contre toute force d'anéantissement Elle est symbole de fécondité et de régénération.

Dans la Kabbale, la terre est liée à Malkhuth, matrice universelle mère de toute vie. Elle est la force germinative qui exalte la puissance divine. Elle matérialise pour nous ses archétypes abyssaux, que sont le reflet des archétypes divins où s'opèrent les lents processus de mort et de résurrection. Malkhuth signifie « Le Royaume ». Sur le plan des Énergies divines, Malkhuth est le réceptacle de toutes les énergies. Il est le germe de toute la Création.

La terre est l'élément le plus dense, et nous allons tenter de comprendre comment cet élément permet à l'esprit de s'exprimer Pour ce faire, il nous faudra saisir la correspondance qui existe avec l'élément sensoriel, la terre correspondant au sens du toucher.

Je vous propose à ce sujet une petite expérience. Touchez votre main, celle qui tient ce livre, mais touchez-la en conscience, pas machinalement comme nous le faisons presque toujours. Touchez votre main et prenez conscience de sa présence. Fermez les yeux et prenez de nouveau conscience de la présence de votre main pendant quelques instants...

Je vous demande maintenant de faire la même chose avec le livre que vous tenez. Touchez-le, en conscience. Percevez le grain du papier, son

épaisseur, la souplesse de la couverture... Poursuivez l'expérience, mais cette fois avec le fauteuil dans lequel vous êtes assis. Ressentez le contact du tissu, la texture du bois verni, etc.

Vous constatez maintenant que le toucher peut être vécu de manière différente. Vous venez de saisir ainsi, par le toucher, un des aspects de l'élément Terre.

Vous pouvez faire la même expérience avec tous les autres sens. En prenant conscience de chaque sensation perçue, vous renforcerez en vous l'énergie du chakra de base.

3 - Nombre associé au chakra de base : le 4

Le nombre 4 est le nombre de la maison, de la structure ; il construit, établit, protège et bâtit ; il est le nombre de la pierre.

Il représente le monde physico-éthérique ; c'est par lui que nous entrons dans la matière, dans la construction ; c'est le nombre de l'organisation et de la force.

Les significations symboliques du nombre 4 sont reliées au carré et à la croix. Ce nombre symbolise le terrestre, la totalité du créé et du révélé, cette totalité qui représente en même temps la totalité du périssable.

En japonais, le mot *shi* signifie « quatre » et « mort ». Dans les Védas, le monde est divisé en quatre parties. Dans l'Apocalypse de saint Jean, le nombre 4 représente le principe de l'universalité ; les quatre couleurs, les quatre points cardinaux, les quatre anges destructeurs debout aux quatre coins de la terre, les quatre murailles de la Jérusalem céleste qui font face aux quatre points cardinaux, symbolisant les quatre Évangélistes.

Quatre est le nombre qui caractérise l'Univers dans sa totalité. L'Apocalypse parle des quatre extrémités de la Terre d'où soufflent les quatre vents et distingue quatre grandes périodes qui embrassent toute l'histoire du monde.

Le nombre 4 joue également un rôle déterminant dans la culture amérindienne. Il est un principe d'organisation et une force.

L'espace se divise en quatre parties. Le temps se mesure selon quatre unités. Les plantes sont composées de quatre éléments. Les espèces animales se classent en quatre sous-groupes (les volantes, les rampantes, celles qui marchent à quatre pattes, celles qui marchent sur deux pattes). Les corps célestes comptent quatre subdivisions (le Soleil, le Ciel, la Lune et les Étoiles) et les vents qui « marchent autour du cercle du monde » sont au nombre de quatre.

Le nombre 4, à l'image de la Terre, ne crée pas, mais il contient tout ce qui se crée à partir de lui. Sa valeur est un devenir potentiel. Quatre est le nombre de la Terre, mais si l'on extrapole, il est Dieu puisqu'il contient tout.

Dans la tradition soufie, 4, le nombre des éléments, est aussi le nombre des « portes » que doit franchir l'adepte de la voie mystique.

Comme vous pouvez le constater, la liste est longue et elle pourrait être prolongée à l'infini, tant il est vrai que le nombre 4 se retrouve dans toutes les traditions et dans tous les grands enseignements comme symbole du Tout.

Ne devrions-nous pas méditer sur ce nombre qui représente l'incarnation, en plus d'être le symbole du Tout ?

MOTS CLÉS RELIÉS AU NOMBRE 4

Travail, Matière, Concret

Structure, Organisation

Terre, Pierre

Socle, Cheville Ouvrière

Responsabilité, Force

Limitation, Réalisation

Incarnation, Manifestation

Famille.

4 - Couleur correspondant au chakra de base : le rouge

La symbolique attribuée à la couleur rouge comprend deux parties :

- ◆ le rouge vif (vermillon) ;
- ◆ le pourpre.

LE ROUGE VIF

Principe masculin, il incite à l'action, au courage et à la prise de décisions. Il représente la force impulsive de la jeunesse, la santé, le triomphe, le désir et l'ardeur.

Pour Kandinsky, il possède « un caractère corporel et témoigne d'une irrésistible puissance, presque consciente de son but. » Pour les iconographes du Moyen Âge, il est le symbole de l'incandescence, de l'activité. Pour les chrétiens, il symbolise le Saint-Esprit se présentant sous la forme du Feu et étant chargé du pouvoir de régénération et de purification des âmes. Il est à la fois Amour et Sagesse. En Grèce, il représente l'amour régénérateur ; c'est le symbole de l'Amour divin. En Chine, c'est la couleur de l'immortalité.

Le rouge peut également exprimer la double polarité : l'égoïsme ou l'Amour de Dieu, le courage ou la colère, la cruauté. C'est aussi la couleur de la puissance, de l'autorité et de la royauté. Royauté, pouvoir de droit divin. Le rouge est sublime lorsque toutes ses forces d'expression sont tournées vers Dieu.

LE POURPRE

Principe féminin, il retient l'énergie.

Le pourpre est composé de rouge et de bleu, le rouge représentant l'Amour divin et le bleu, la Volonté de Dieu. Il symbolise donc l'Amour de la Volonté de Dieu, qui traduit l'harmonisation du plan physique avec les archétypes divins. Nous pouvons également le nommer « Amour de la vérité ».

Le pourpre évoque le mystère de la vie. C'est la couleur de la germination dans les entrailles de la terre, celle de l'enfantement et de la matrice qui touche à l'essence même de la vie. Il symbolise la couleur de la Terre-Mère, le feu central de l'homme. C'est la couleur de la Science et de la Connaissance ésotérique, interdite aux non-initiés.

Le pourpre est porteur d'une vibration initiatique.

5 - Éléments psychologiques reliés au chakra de base

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA DE BASE

Quand le chakra de base fonctionne de façon harmonieuse, nous sentons qu'un lien profond et étroit nous relie à toutes les créatures de la

terre. Nous communiquons totalement avec les règnes animal, minéral et végétal, et nous nous reconnaissons en chacun de ses membres. Nous retirons de la terre toutes les énergies qui nous sont nécessaires, en établissant non pas une relation de lutte avec elle, mais d'harmonie.

Et, évidemment, la terre nous donne tout ce dont nous avons besoin pour avancer sur le chemin de l'évolution : argent, nourriture, sécurité, famille et protection. Nous devenons pleins de force et de générosité, et nous manifestons une très grande activité. En fait, nous nous sentons en sécurité totale ; rien ne peut nous atteindre.

Nous faisons preuve d'une remarquable objectivité et d'un solide sens pratique. Notre force devient illimitée, car nous puisons dans l'inépuisable réservoir d'énergie de notre Mère la Terre. Nous faisons montre d'une très grande stabilité intérieure, et les buts que nous nous fixons sont atteints sans difficulté.

Nous trouvons, dans l'expression de notre vie « matérielle », le reflet de l'incommensurable Amour divin. Nous sentons que chaque chose, chaque être et chaque situation de notre vie terrestre est l'expression de la Puissance divine.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA DE BASE

Lorsque le chakra de base ne fonctionne pas de façon harmonieuse, toute notre activité terrestre est focalisée sur l'acquisition des biens matériels. Nous recherchons à tout prix la sécurité matérielle et la satisfaction de nos besoins physiques. Cette quête insatiable peut même nous conduire à abuser des plaisirs des sens, par la boisson, la nourriture, le sexe, etc.

Notre imagination est déficiente, notre sensibilité, atténuée et notre psychologie, sommaire. Par contre, notre mémoire est énorme mais elle ressemble à un véritable capharnaüm, sans ordre ni logique intellectuelle. Nous saisissons mal les abstractions, et ce qui est différent de nous ne nous attire pas. Nous avons tendance à penser que l'analyse et la compilation sont les aboutissants d'une science qui ne sert qu'à asservir la matière.

Nous sommes impatients d'obtenir ce que nous désirons et nous ne nous préoccupons aucunement des conséquences que nos actions peuvent avoir sur notre entourage, pas plus que de leurs répercussions sur notre corps physique. C'est le « tout ou rien ».

Ce manque de « lâcher-prise » aboutit souvent à des phénomènes de surpoids, pouvant même aller jusqu'à des maladies cardiaques ou au cancer.

Nous avons tendance à avoir des idées fixes qui, lorsqu'elles sont contrariées, sont source de colère. Nous pouvons alors devenir brutaux et méchants, avec tendance à l'agressivité. Nous avons une peur panique de l'insécurité et nous ne nous rendons pas compte que c'est justement cette peur qui va nous amener à perdre ces mêmes éléments de sécurité : travail, famille, etc.

Nous sommes également effrayés par la mort. Si ce sentiment se manifeste par la combativité, nous pourrions être portés à l'homicide ou avoir des idées suicidaires.

En fait, l'humanité, dans son ensemble, est affectée par la disharmonie de l'énergie du chakra de base, car les êtres humains considèrent la terre comme un lieu de lutte et de combat, où il faut se battre pour survivre. Nous créons ainsi une énergie de disharmonie qui nous amène à exploiter la terre d'une manière éhontée en nous

préoccupant uniquement du profit immédiat, sans nous soucier des conséquences et du déséquilibre que nous provoquons.

Il en résulte une désertification galopante qui se traduit, entre autres, par la perte de 650 hectares de terres productives à l'heure, par une déforestation effarante, au rythme de plus de 20 hectares à la minute.

La liste des incohérences de l'homme est très longue et elle est digne des pires scénarios catastrophe.

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA DE BASE

La marque d'un dysfonctionnement du chakra de base est une constitution faible sur les plans physique et psychique.

Nous pouvons donc être extrêmement influençables et soumis à des volontés extérieures. Tout problème quotidien et matériel prend des proportions énormes, et tout nous cause du souci. Tout nous fatigue, et la vie sur terre est pour nous un véritable calvaire.

Nous sommes affectés par un manque constant de stabilité et de force, et par l'incapacité de nous imposer.

La carence de cette énergie de base nous donne l'impression de perdre pied et de ne pas être là où nous sommes. Si le chakra sacré et le chakra solaire sont également affectés par un dysfonctionnement, nous pouvons avoir des réactions de boulimie ou d'anorexie (réactions de fuite). Et si, de plus, les chakras frontal et coronal sont développés, nous pouvons être soumis à des phénomènes de dédoublement ou d'absence, qui nous donnent l'impression de ne pas être incarné et de ne pas faire partie de ce monde.

Il nous faut donc prendre conscience de ceci :

Tant que nous n'aurons pas compris qu'il nous faut accepter tous les problèmes de la vie terrestre comme facteurs et étapes d'évolution, nous resterons aux prises avec nos problèmes matériels.

6 - Glandes endocrines reliées au chakra de base : les surrénales

Le chakra de base est lié, sur le plan physique, à l'action des glandes surrénales. Celles-ci se composent de deux parties situées au-dessus de chaque rein : la glande médullo-surrénale et la glande corticosurrénale.

LA GLANDE MÉDULLOSURRÉNALE

La glande médullosurrénale sécrète la noradrénaline et l'adrénaline. Ces hormones agissent sur la tension artérielle, par effet de vasoconstriction. Elles agissent aussi sur la respiration en abaissant son rythme.

L'adrénaline neutralise l'acide lactique provenant de l'oxydation du sucre dans les fibres musculaires.

La surrénale ne peut fonctionner sans la thyroïde. Cette dernière est liée au fonctionnement du chakra laryngé. C'est à cet endroit que se manifeste, sur le plan physique, la preuve de l'union de la matière et de l'esprit. (Nous verrons, dans le chapitre consacré au chakra laryngé, que la thyroïde est liée au Plan divin et à la compréhension des énergies subtiles.)

La cellule musculaire a besoin d'oxygène pour fonctionner. Elle le capte dans les globules rouges entraînés par la circulation sanguine. Mais

elle a besoin d'une hormone thyroïdienne, la thyroxine, pour l'aider à effectuer le transfert.

Quand les cellules musculaires ont été sollicitées par une activité quelconque, elles doivent se désoxyder ; sinon elles entraîneront fatigue et intoxication. C'est le rôle que joue l'adrénaline. Grâce à ce mécanisme, elle possède la faculté d'abaisser ou d'augmenter la température corporelle. Cette faculté est coordonnée par l'hypophyse (le chakra frontal) au niveau cérébral.

LA GLANDE CORTICOSURRÉNALE

La glande corticosurrénale sécrète l'aldostérone et la cortisone – deux hormones qui possèdent surtout une action anti-inflammatoire –, ainsi que des corticoïdes sexuels qui agissent sur la pilosité.

Le cortisol a de nombreuses propriétés. Dans le cas d'un déficit, par exemple, il peut induire des risques de désordres émotionnels, intériorisés ou extériorisés. Un taux de cortisol équilibré est un facteur d'équilibre et de calme pour la personnalité.

Quant à l'aldostérone, son absence entraîne une déshydratation qui évolue vers la mort subite, à cause de la perte de potassium.

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra de base

Les problèmes et les maladies résultant du dysfonctionnement du chakra de base sont :

- ◆ l'hypertrophie et l'artériosclérose ;
- ◆ l'hypertension artérielle ;

- ◇ l'asthme et l'emphysème ;
- ◇ les tendances suicidaires ;
- ◇ le besoin excessif de sommeil ;
- ◇ la maladie d'Addison (hypofonction surrénalienne) ;
- ◇ les problèmes de circulation sanguine ;
- ◇ les ulcères variqueux ;
- ◇ la phlébite ;
- ◇ les problèmes aux pieds et aux jambes ;
- ◇ les mains ou les pieds froids ;
- ◇ les menstruations peu abondantes et douloureuses ;
- ◇ la stérilité ;
- ◇ l'impuissance ;
- ◇ les problèmes de fonctionnement des organes génitaux ;
- ◇ les problèmes de structure osseuse ;
- ◇ les problèmes de la colonne vertébrale ;
- ◇ la constipation ;
- ◇ les problèmes urinaires et intestinaux ;
- ◇ l'anémie ;
- ◇ l'anorexie ;
- ◇ la boulimie.

8 - Ange associé au chakra de base : Poïel

« Dieu soutient l'univers »

La fonction première de cette catégorie d'anges appelés « Elohim » est de sensibiliser l'être humain à l'expérience de l'amour, de l'esthétisme et de la beauté. Cet amour sera caractérisé par le développement, en

l'homme, d'un amour faisant preuve de tendresse, de douceur, d'une forte émotivité et d'une grande réceptivité à l'autre.

Sa plus belle expression se trouve dans l'amour maternel, cet amour inconditionnel d'une mère qui porte son intérêt non plus sur elle-même, mais sur son enfant. Elle répond aux besoins de son enfant avec le plus complet désintéressement.

L'ange Poiel lutte également contre toute tendance à la nonchalance, à la paresse et à l'abandon. Selon la Tradition, les personnes qui ont un comportement amoureux marqué par une grande instabilité et un manque de maturité trouveront auprès de cet Elohim les énergies nécessaires pour se transformer.

L'Elohim Poiel nous enseigne que l'amour inconditionnel est toujours l'état privilégié qui apportera sans aucun cas d'exception un enrichissement mutuel. Il commence par l'acceptation d'un amour de soi, amour sans condition de ce que nous sommes. Il se crée alors une magnifique alchimie de l'amour par laquelle, en donnant, nous recevons.

L'ange Poiel nous aide à développer la persévérance dans l'action et un engagement indéfectible dans le travail, malgré tous les obstacles qui peuvent surgir. Nous pouvons donc lui demander de nous aider dans tous nos problèmes matériels. Rappelons-nous cependant que c'est par l'acte de « lâcher-prise » que nous recevrons ce qui nous est nécessaire pour poursuivre notre chemin d'évolution.

Lorsque nous voulons gagner à la loterie, il nous faut acheter un billet. Le jeu des Lois cosmiques fonctionne de la même façon. La fortune est le résultat d'un long apprentissage ; elle s'acquiert par le don total et sans limites de nos valeurs humaines. Ce n'est qu'à ce prix que la fortune et la prospérité nous sont données.

L'énergie de l'ange Poiel se manifeste de la façon suivante. D'abord, il sème en nous les graines d'un futur talent ou d'une fortune prochaine et il nous transforme en un « terrain » capable d'assimiler tout ce qu'il y a d'utile et de bon dans l'Univers. Ensuite, il fait en sorte que ces graines germent et s'enracinent profondément en nous. Lorsqu'elles commencent à bourgeonner et à fleurir, nous devenons des récepteurs potentiels du talent ou de la fortune qui nous sont destinés. Soutenus par les forces cosmiques, nous récoltons enfin les fruits de cette semence.

La dernière étape consiste à manifester personnellement les vertus de l'ange Poiel et à devenir nous-mêmes des transmetteurs de talent ou de fortune.

L'ange Poiel nous aide à développer la modestie et la modération. La modération consiste ici à adopter une attitude physique, mentale ou émotionnelle qui fera que l'autre ne se sentira pas exclu ni blessé par ce que nous faisons ou disons.

L'ange Poiel nous aide à comprendre que, dans la vie, l'ambition n'est pas forcément nécessaire pour atteindre les plus hauts sommets. Ce sont nos qualités intérieures qui nous placent automatiquement dans le lieu qui est le nôtre et dans la ligne de l'Univers qui nous correspond.

9 - Mûdra associé au chakra de base

Ce *mudrâ* stimule les cinq sens ; il renforce toutes les structures : osseuse, cellulaire et sanguine ; il permet de « réveiller » les énergies de la terre et de les renforcer, apportant ainsi au corps de l'énergie vitale ; il renforce le corps éthérique, ce qui augmente notre protection éthérique contre les agressions vibratoires extérieures.

Sur le plan mental, il permet d'élargir la conscience tout en facilitant les changements d'états de conscience. Le *mudrâ* est formé en réunissant le bout de l'annulaire et le pouce.



10 - Méditation sur le son associé au chakra de base

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules détendues mais non avachies...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Paumes de mains posées sur les genoux, dirigées vers le ciel...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Regardez simplement le mouvement de l'air dans vos poumons...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Vous sentez peut-être des picotements, un échauffement...

Ressentez-les simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Regardez-les...

Acceptez-les...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au niveau de votre chakra de base...

Il est situé entre l'anus et les organes génitaux...

Observez-le simplement...

Regardez-le...

Vous sentez peut-être un échauffement, une certaine chaleur qui se répand à la base de votre colonne vertébrale...

Regardez-la...

Observez-la...

...

Une couleur rouge apparaît doucement à l'emplacement de votre chakra de base...

Cette couleur commence à rayonner de plus en plus fort...

Elle est d'un rouge vif...

Vermillon...

...

Vous voyez maintenant apparaître des filaments qui partent de cette couleur...

Des racines...

Comme les racines d'un arbre...

Vous ÊTES un arbre...

...

Les racines descendent doucement le long de vos jambes et elles passent dans vos pieds...

Elles s'enfoncent progressivement à l'intérieur de la Terre...

Profondément...

...

Vous allez chercher dans le centre de la Terre l'énergie qui vous emplit...

Ressentez-la...

Acceptez-la...

...

La Terre vous transmet sa force...

Sa générosité...

Sa protection...

Ressentez-la...

...

Vous respirez maintenant profondément pendant quelques minutes, en ressentant la force et la générosité de notre Mère la Terre...

Vous portez maintenant doucement votre attention au niveau de votre front...

Sur un point se situant entre les sourcils, un peu en arrière du front...

Et là, vous visualisez un carré...

Carré, symbole de l'élément Terre...

...

En visualisant ce carré, vous vous mettez en correspondance avec l'énergie de tous les archétypes reliés à la Terre...

En continuant à visualiser ce carré, vous prononcez intérieurement, sur la note de musique *do*, le mot LAM...

...

Vous le prononcez plusieurs fois, pendant tout le temps de l'expiration, sans forcer l'expiration...

Vous faites sept expirations, en prononçant plusieurs fois le mot LAM...

...

Vous vous laissez porter quelques instants par l'énergie de ce mantra...

...

Vous revenez maintenant doucement à la conscience de l'« Ici et maintenant ».

Vous ouvrez doucement les yeux...

Vous vous étirez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

11 - Méditation sur la couleur associée au chakra de base

Asseyez-vous confortablement...

Votre corps est bien installé...

Vous êtes assis, le dos droit, les épaules détendues mais non avachies...

Vous occupez tout l'espace dont vous avez besoin...

Vous posez vos pieds bien à plat sur le sol...

Paumes de mains tournées vers le ciel, posées sur les genoux...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Ressentez-la...

Elle s'installe maintenant doucement dans votre ventre...

Doucement...

Profondément...

Votre souffle descend de plus en plus bas, dans votre ventre...

...

Vous sentez que votre corps devient lourd...

Pesant...

De plus en plus lourd...
Vous sentez vos jambes devenir lourdes...
De plus en plus lourdes...
...
Vous sentez vos pieds devenir lourds...
De plus en plus lourds...
...
Votre corps se fait pesant...
De plus en plus pesant...
...
Vous sentez, petit à petit, que vous vous enfoncez dans la Terre...
Doucement...
...
Vous sentez la fraîcheur de la Terre...
Peut-être avez-vous peur ?
Regardez simplement cette peur et laissez-la passer...
Elle ne vous appartient pas...
Regardez-la simplement et laissez-la passer...
...
Vous descendez maintenant de plus en plus profondément à
l'intérieur de la Terre...
Vous sentez cette Terre ; elle est fraîche...
Elle est accueillante...
...
Laissez-vous accueillir par cette Terre...
C'est votre Mère...
La Mère nourricière, qui vous apporte tout ce dont vous avez
besoin...
...
Elle vous nourrit...
Elle vous protège...

Elle vous rassure...
...
Acceptez sa nourriture...
Acceptez son réconfort...
Vous descendez maintenant toujours plus profondément...
Peu à peu, vous voyez, au-dessous de vous, apparaître un petit point
rouge...
Un rouge vif...
Très lumineux...
...
Ce point grossit de plus en plus...
...
C'est un point de couleur rouge sang...
Il grossit de plus en plus...
...
Une couleur rouge vif vous enveloppe...
Elle est chaude, très chaude...
Vous pénétrez complètement dans ce rouge...
...
Ce rouge est le rouge de la Matrice...
La Matrice des Forces originelles...
Vous vous sentez bien dans ce rouge...
...
Vous vous laissez bercer par ce rouge...
Vous vous laissez porter par ce rouge...
Vous le vivez pleinement...
Vous sentez ce rouge pénétrer tous vos organes...
La moindre de vos cellules...
...
Ressez sa présence...
Ressez sa chaleur...

...

Vous garderez désormais ce rouge en vous...

Vous ne serez plus jamais pareil...

Vous serez toujours capable de vous reconnecter à l'énergie de la Terre nourricière...

...

Vous remontez maintenant doucement à la surface de la Terre...

Vous reprenez contact avec vos perceptions physiques...

Vous vous étirez doucement...

Vous ouvrez doucement les yeux...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

Chapitre IX

Le chakra sacré

Comprendre son karma par le travail sur le centre, la redécouverte de son identité

1 - Définition et fonctions

Svâdhistâna chakra

Mot de pouvoir : « Au milieu de toi je suis le Saint ». (Ps. 11, 9)

« Une création nouvelle. » (1 Cor. 5, 17)

Le terme *svâdhistâna* est composé de deux mots sanscrits : *svâ*, qui signifie « Soi-Même », et *adhistâna*, qui signifie « siège » ou « domaine ». *Svâdhistâna* chakra est donc le domaine du Moi.

Nous comprenons donc immédiatement que le chakra sacré est le domaine de notre Identité profonde, le point de connexion entre notre corps physique et notre âme. Une énergie défaillante au niveau du chakra sacré amènera, entre autres problèmes, une profonde crise d'identité.

Le chakra sacré est lié à ce que la Tradition appelle la « monade ». Il s'agit, si je puis me permettre de simplifier aussi outrageusement ce grand concept, d'une cellule, je devrais plutôt dire de LA cellule, présente sur le

plan physique, qui contient la totalité des informations nous concernant depuis le début de notre cycle d'incarnations.

Entrer en contact avec la monade équivaut à mettre en conscience et en mémoire la totalité de notre histoire, depuis le début des temps. L'énergie que nous avons mise en conscience, au niveau du chakra de base, s'affine progressivement, en arrivant au niveau du chakra sacré, pour se transformer en énergie de création.

La mise en conscience de l'énergie du chakra sacré nous permet de transformer les énergies vitales fournies par le chakra de base en une énergie de création.

Le chakra sacré est donc également le chakra de la force créatrice. Il est responsable de la vitalité et de la créativité, et notamment de sa plus belle expression, l'énergie sexuelle.

LE CHAKRA SACRÉ ET LE CORPS ÉTHÉRIQUE

Le chakra sacré commande le plan éthérique ; il l'alimente de l'énergie vitale fournie par le chakra de base et donne ainsi la force de cohésion au corps physique.

Le corps éthérique, ainsi que nous l'avons vu dans le chapitre consacré aux différents corps, est la charpente sur laquelle se construit le corps physique. Il transmet à celui-ci les énergies du prana, afin de le vitaliser. Le corps éthérique est le champ au sein duquel se rencontrent les mondes physique et spirituel ; l'action du chakra sacré nous permet d'entrer en communication avec les différents plans de notre corps et de faire la liaison entre ceux-ci et notre ressenti physique. Les chakras majeurs dont il est question dans cet ouvrage se situent sur ce plan.

Le plan éthérique se divise en quatre sous-plans :

- ◆ l'éther chimique, qui permet l'assimilation des substances fournies par l'alimentation ainsi que l'excrétion de certains déchets de l'organisme ;
- ◆ l'éther vital, qui véhicule l'énergie sexuelle ;
- ◆ l'éther lumière, qui véhicule l'activité sensorielle ;
- ◆ l'éther réflecteur, qui véhicule l'activité mémorielle et le contact avec le plan mental.

Il est important de rappeler que lorsque le chakra sacré s'arrête de fonctionner, la mort physique est inéluctable, le corps physique n'étant plus alimenté par les énergies du prana qui transitent par le corps éthérique. Les fonctions vitales s'éteignent donc.

De nombreux dysfonctionnements peuvent être diagnostiqués sur ce plan ; si l'harmonisation des énergies ne s'effectue pas, il s'ensuivra des maladies, qui sont toujours la matérialisation d'une mauvaise écoute de notre être profond.

Le chakra sacré est donc toujours associé au corps éthérique, à notre cohésion et à l'énergie qui nous habite. Cette énergie de création trouve son expression dans l'activité sexuelle, qui stimule notre force de reproduction, et également dans notre créativité et notre activité sensorielle. (C'est lui, en effet, qui sert de véhicule à l'activité sensorielle.)

LE CHAKRA SACRÉ ET LA LOI D'ATTRACTION

Le chakra sacré est également rattaché à la circulation des fluides dans le corps physique ainsi que dans les autres plans. Il est donc relié au

sens du goût et à l'élément Eau.

Le chakra de base nous a fait réfléchir sur la relation entre l'Esprit et la matière, alors qu'avec le chakra sacré, nous portons notre attention sur la Loi d'attraction, c'est-à-dire sur la relation avec les choses, l'attraction exercée par les choses matérielles, mais aussi l'attraction affective, physique et sexuelle.

À ce sujet, nous pouvons donc nous poser les questions suivantes :

- ◇ Quel est mon mode de relation par rapport au monde ?
- ◇ De quelle façon est-ce que je comprends les forces d'attraction et de répulsion qui se manifestent dans ma relation avec l'environnement ?
- ◇ Comment est-ce que je ME perçois par rapport aux forces d'attraction qui m'habitent ?
- ◇ Est-ce que je suis soumis à celles-ci ? Ou bien est-ce que je les ai intégrées ?
- ◇ Quels sont mes rapports avec l'autre sexe ?
- ◇ Sont-ils harmonieux ? Tendus ?
- ◇ S'ils sont tendus, ces tensions seraient-elles dues à une relation mal comprise avec mon Être intérieur ?

LE CHAKRA SACRÉ SOURCE DE NOTRE DIVINITÉ

Le chakra sacré nous ramène sans cesse à son sens premier : le mot « sacré ».

C'est le seul chakra qui se nomme sacré. Il est sacré parce qu'il est le siège de notre Moi. Et notre Moi est sacré. Notre Moi est l'Étincelle divine

qui nous accompagne tout au long de nos incarnations. Notre Moi est la monade.

En nous reconnectant à notre Moi, à notre Identité, nous rétablissons la connexion avec la monade (ou l'atome-germe, selon le nom donné par certaines autres traditions). Nous nous remettons ainsi en relation avec tout le capital d'expériences que nous avons accumulées au fil de nos incarnations.

La Connaissance et la Sagesse sont présentes en chacun de nous. Nous n'avons pas besoin d'essayer de les chercher à l'extérieur, dans des enseignements ésotériques ou philosophiques, ou dans de périlleux itinéraires de recherches.

Nous avons tous commencé notre cycle d'incarnations par l'expérience et l'état d'ÊTRE DIVIN. Nous connaissons donc bien cet état. La Connaissance et la Sagesse sont LÀ, au centre de notre corps physique, au creux de notre ventre ; elles n'appartiennent qu'à nous, car nous sommes les seuls et uniques à avoir accumulé ce capital d'expériences.

Ainsi que nous l'avons vu dans le chapitre précédent, l'étude de la relation existant entre notre corps physique et l'Univers nous amène à la compréhension de celui-ci, à la compréhension du macrocosme, par le biais du microcosme, qui est notre corps. L'énergie du chakra sacré nous ramène de nouveau à cette source.

Nous pouvons donc faire nôtre l'aphorisme suivant :

Connais-toi toi-même, et je te dirai qui tu es,

ou plutôt Dieu te dira qui tu es.

Mais il n'aura pas à te le dire, car tu es Dieu.

Il te suffit donc de te connaître toi-même,

et tu retrouveras Dieu.

LE CHAKRA SACRÉ ET LE CENTRAGE

Le chakra sacré constitue probablement l'une des principales sources d'harmonie. En faisant un travail de mise en conscience des énergies de ce chakra, nous apprenons à ramener nos forces vitales au centre de notre corps, au centre de notre ventre.

Depuis des siècles, l'homme matérialiste vit en ce sens un énorme paradoxe, car il faut bien se rendre compte que la reconnaissance du Moi n'est pas un quelconque concept ou une fugace idée que nous nous faisons de notre identité et que nous allons chercher quelque part dans notre tête ou dans notre intellect. La reconnaissance (prise dans son sens étymologique : « naître-de nouveau-avec ») du Moi se trouve dans la connexion avec notre ventre, le ventre, cette partie de notre anatomie tant honnie par la culture judéo-chrétienne.

Le ventre, source de vie et source d'énergie sexuelle, bannie et omise de notre enseignement chrétien.

En entamant cette démarche, nous découvrons le paradoxe de l'« homme pragmatique et scientifique » qui, pour avoir perdu le contact avec son ventre, a perdu son Identité.

L'Occident a publié des milliers de livres sur la recherche de l'Existence, a écrit des millions de pages sur la notion d'être. Sans jamais trouver la réponse. Simplement parce que l'Occident a oublié que cette réponse se trouvait dans le ventre, et non dans la tête.

Les Orientaux n'ont jamais fait cette erreur fondamentale, et ce, pour une bonne raison. C'est que tous les enseignements traditionnels, aussi

bien la pratique de la méditation que les arts martiaux, privilégient le travail sur le *hara*, sur le *ki* ou *tchi*, autrement dit sur le centre.

Lorsque nous sommes centrés, nous gardons le contact avec notre Source intérieure, avec notre Moi, avec notre âme. Nous trouvons alors l'attitude juste, la parole juste, la décision juste et l'acte juste, car notre position nous met en complète harmonie avec le programme de vie, avec la voie d'expérimentation que notre âme a choisi de vivre dans la présente incarnation.

Par conséquent, lorsque nous prenons une décision, il n'y a plus en nous ce petit pincement, ce léger doute, cette pointe d'insatisfaction qui nous laissent dans un état de malaise larvé et nous font comprendre que nous ne sommes pas réellement sur la voie de notre âme. Étant centrés, nous sommes en communication avec notre « banque de données intérieure » (la monade) ; nous ne sommes donc plus tentés de répéter les expériences que nous avons déjà faites dans cette incarnation ou dans les vies précédentes. Nous expérimenterons réellement le plan de vie que notre âme a conçu avant de s'incarner dans le véhicule physique qui est le nôtre.

Par conséquent, quel que soit le type d'expérience ou de difficultés que notre âme nous demande d'expérimenter, nous sommes toujours en totale harmonie et en parfaite plénitude avec les événements que nous vivons, aussi difficiles puissent-ils être, car nous avons la conviction intérieure, profonde et inébranlable que nous avons choisi de vivre cette expérience. Nous prenons alors conscience que cette expérience constitue un fantastique facteur d'évolution.

Cet état d'être nous donne un formidable recul par rapport aux événements que nous vivons. Nous les considérons de façon détachée,

comme spectateur de notre vie. Quand nous sommes devant une situation difficile, nous ne nous engageons plus sur le plan émotionnel.

LE CHAKRA SACRÉ ET L'ALIMENTATION

Un autre aspect du chakra sacré est relié aux fonctions qu'il assume, c'est-à-dire l'alimentation, la régulation et l'harmonisation des fluides qui parcourent nos corps. Je dis bien « nos corps », car le chakra sacré a, sur le plan subtil, par l'intermédiaire du rein, la même action de drainage que celui-ci. Il active le rein, en pompant les toxines du corps physique, en même temps que celles des corps subtils.

Si nous devons utiliser une métaphore, nous dirions que le chakra de base représente les briques de notre corps physique, et le chakra sacré, le ciment qui les lie. Or, une des principales énergies qui composent ce ciment est l'alimentation.

Nous allons donc maintenant voir que l'un des principaux modes de transformation et de régulation de l'énergie du chakra sacré passe par la compréhension et la gestion de notre alimentation.

Nous pouvons aborder le travail avec le chakra sacré par une ascèse sur l'alimentation.

L'alimentation est l'ingestion de produits qui nous apportent soit une énergie éthérique (autrement dit, une énergie vivante) convenable et efficace sur tous les plans de vie, soit une énergie éthérique médiocre, selon le choix des aliments consommés.

C'est ici que se situe le débat très controversé du végétarisme.

Mais il ne saurait être question de sectarisme, dans un sens ou dans l'autre. L'alimentation est un choix personnel et nous ne serons pas plus spirituels parce que, du jour au lendemain, nous aurons décidé de devenir végétariens.

En fait, le passage d'une alimentation carnée à une alimentation végétarienne ou végétalienne doit se faire au rythme propre à chacun et selon le choix personnel de chacun. Il convient ici de faire une mise en garde concernant une quelconque contrainte à ce sujet. Je voudrais partir de ma propre expérience, de mon vécu personnel en ce domaine.

Depuis de nombreuses années, j'avais compris et retenu les arguments prônés par les partisans d'une alimentation végétarienne mais ce, seulement sur le plan intellectuel. J'en admettais le bien-fondé, sans pouvoir toutefois les intégrer dans ma vie quotidienne. Je n'avais aucune envie d'abandonner mon alimentation carnée et je restais fidèle au mode d'alimentation qui avait été le mien depuis mon plus jeune âge.

À un moment donné de ma vie, soit quelques semaines après m'être engagé de façon consciente sur le chemin spirituel, j'ai senti que je ne pouvais plus manger de viande. Non pas à la suite d'une quelconque analyse intellectuelle, mais avant tout parce que je n'en avais tout simplement plus envie.

En fait, et cela je l'ai compris bien plus tard, mon corps physique changeait de niveau vibratoire, et le niveau vibratoire de la viande n'était plus en harmonie avec celui auquel j'accédais alors. Pour plus d'information à ce sujet, référez-vous à l'excellent livre de Gabriel Cousens, publié aux Éditions Soleil et intitulé *Nutrition spirituelle*. Cet ouvrage explique parfaitement le processus du passage d'une alimentation carnée à une alimentation végétalienne.

La conclusion que l'on peut tirer de cette expérience est que chacun doit faire selon son ressenti. Le corps a des besoins, et il nous les fait sentir. À nous de l'écouter.

Trop de gens se sont retrouvés aux prises avec de graves carences alimentaires pour ne pas avoir tenu compte de ces indications. Du jour au lendemain, ils ont pris la décision de changer radicalement leurs habitudes alimentaires, sans respecter ni écouter les « messages » de leur corps.

Une règle : faire les choses progressivement en écoutant les messages de son corps et ses envies.

Revenons maintenant au mécanisme qui régit notre alimentation.

Sur le plan chimique, les différences sont minimales entre les végétaux et la chair animale. Les deux apportent à notre organisme un certain nombre de nutriments ayant des composantes qui ne sont pas fondamentalement différentes. Il en est cependant tout autrement en ce qui concerne le plan énergétique.

Prenons l'exemple des végétaux crus. Ceux-ci possèdent une très importante charge de force éthérique, qui est directement proportionnelle au type de méthode utilisée pour leur culture (industrielle ou biologique) et au temps écoulé entre leur cueillette et leur consommation.

Lorsque nous les consommons, nous absorbons une quantité importante d'énergie vitale (ou éthérique), qui va alimenter notre propre énergie éthérique et « cimenter » ou lier les « briques » de notre corps.

Le problème, dans notre société, c'est que nous assimilons énormément de chimie, c'est-à-dire des substances de base pour construire notre organisme, mais pas suffisamment d'énergie vitale. Conséquence : à un moment donné, les briques manquent de ciment, et l'édifice s'écroule.

Nous avons là l'une des principales causes occultes de l'effondrement de notre organisme, qui peut survenir sans qu'il y ait de raison précise apparente. Il s'agit simplement d'usure de la « mécanique ». C'est pourquoi il est recommandé d'adopter une alimentation qui va privilégier des produits fortement chargés en énergie vitale, au détriment des viandes qui en sont plutôt dépourvues.

Ici se pose un autre problème. Comme tout système cellulaire, la viande comprend un corps éthérique, un corps astral et, bien évidemment, une mémoire cellulaire. Dans ce corps astral et cette mémoire cellulaire se trouvent inscrits tout le stress, toutes les émotions que l'animal a pu emmagasiner tout au long de sa vie, tant par les conditions d'élevage industriel que par les conditions d'abattage, toujours très éprouvantes. Tout cela sans parler des substances biochimiques ingérées par ces animaux et encore présentes dans leur chair.

Lorsque nous mangeons cette viande, nous en absorbons toutes les composantes, c'est-à-dire les mémoires et les substances biochimiques. Inutile d'insister sur les dommages qui en résultent pour nos plans vibratoires. Notre organisme est alors obligé de puiser dans ses propres réserves énergétiques pour rééquilibrer le déficit occasionné par l'ingestion de viande et pour éliminer le « parasitage astral » assimilé par les corps subtils.

Par contre, lorsque nous mangeons un végétal cru, nous ne consommons pas un aliment mort. Le végétal cru est toujours vivant. Ce végétal contient une force vitale, une force invisible. Si bien qu'à partir du moment où nous nous nourrissons de cet organisme, nous absorbons en même temps cette force de vie. Celle-ci va être captée puis distribuée dans l'ensemble du corps, renforçant notre corps éthérique et lui donnant une vitalité plus grande. Ce corps éthérique va alors pouvoir nous protéger des interférences extérieures, donc des maladies, des états dépressifs et de

l'influence vibratoire négative des autres personnes. Il va augmenter notre force morale et notre capacité d'affronter les épreuves.

Il faut signaler, par contre, que lorsque nous cultivons ce type de conscience, il peut arriver que nous ayons le sentiment d'agir comme de véritables anthropophages : manger un être vivant, fruit ou légume, pourra nous sembler insupportable. Il nous faudra alors faire la part des choses. Puisque nous ne sommes pas comme certains yogis, qui se nourrissent exclusivement de prana et d'eau, nous devons faire certaines concessions pour assurer notre survie. Mais nous pouvons tout de même remercier nos amis les végétaux de nous donner leur vie et les manger avec le profond respect que nous leur devons.

Il ressort de ces explications que l'alimentation est fondamentale pour l'équilibre du chakra sacré, mais, et vous l'avez compris, il s'agira d'une alimentation crue, car plus les végétaux sont cuits, plus cette force vitale est détruite. Les conserves, par exemple, sont des aliments qui ne possèdent plus que leur nature chimique.

Nous touchons ainsi du doigt une des causes fondamentales de la crise d'identité qui affecte l'Occident, parce que celui-ci a complètement perdu ses repères et ses valeurs. L'alimentation de type industriel qui est la nôtre contribue de façon extrêmement importante à une perte de centrage.

La plupart du temps, nous mangeons de façon machinale, sans conscience, en ignorant que les substances que nous ingérons par automatisme créent un déséquilibre de notre Être intérieur et nous empêchent de « dialoguer » avec nous-mêmes. Nous pouvons alors entreprendre toutes les démarches de rééquilibrage possibles. Si nous ne commençons pas par manger « en conscience », la plupart de nos efforts seront annihilés, et notre malaise perdurera.

LE CHAKRA SACRÉ ET LE COUPLE

Le chakra sacré est celui qui régit notre force créatrice et, par conséquent, la première de nos énergies créatrices, l'énergie sexuelle. L'harmonisation du chakra sacré passe donc par une bonne compréhension et une bonne intégration des énergies sexuelles, et non par leur occultation, ainsi que beaucoup d'enseignements l'ont préconisée, au cours des siècles précédents.

Nous avons vu que le déséquilibre des énergies du chakra sacré se traduisait par une absence de centrage et de connexion avec notre Être intérieur. Il nous est alors aisé de comprendre comment des siècles de « terrorisme sexuel » ont pu représenter une source de décentrage pour l'ensemble des sociétés occidentales et pour quelle raison la civilisation occidentale, basée sur le paraître, a perdu la totalité de ses fondements. En fait, le premier Maître ou le premier Gourou que nous avons dans notre vie quotidienne est notre compagnon ou notre compagne.

L'« Autre » est le miroir de notre dualité masculine-féminine. C'est-à-dire que notre compagne va être le parfait reflet de la partie féminine qui est en nous, ou notre compagnon, le parfait miroir de la partie masculine qui est en nous. Notre partenaire nous ramène donc toujours à nous-même ; ce qui nous choque ou nous agace chez l'autre se rapporte à un certain nombre de facteurs que nous n'avons pas intégrés et que souvent nous refusons de regarder ou de vivre.

Ce mécanisme de l'« effet miroir » vaut également pour toute personne qui se trouve en face de nous et qui suscite des tensions ou des rapports conflictuels.

Dans le cas d'un partenaire, cependant, ce mécanisme nous entraîne encore plus loin, puisque celui-ci nous permet, à travers une relation sexuelle harmonieuse, de reconstituer notre Unité, c'est-à-dire la parfaite intégration en nous des polarités masculine et féminine. Cette action nous redonne notre unité originelle et l'hermaphrodisme divin qui était notre état d'harmonie initial avant l'incarnation première et le début de notre expérimentation de la dualité.

Il est rare que ce mécanisme soit clairement expliqué. À partir du moment où nous prenons conscience que tout ce qui nous entoure a cet effet miroir, nous pouvons utiliser notre vie quotidienne comme un merveilleux « banc d'essai ». Cela pourra nous faire grincer des dents. Mais plus nous entrerons dans ce mécanisme, et plus nous envisagerons avec humour les situations qui nous agressent ou nous agacent.

Comme le dit le sage indien Sathia Saï Baba :

« Souvenez-vous que tout cela n'est qu'une pièce de théâtre, et que le Seigneur vous a désigné un rôle. Jouez-le au mieux, c'est là que s'arrête votre tâche. »

Merci donc à notre compagnon ou à notre compagne de bien vouloir être notre instructeur.

LE CHAKRA SACRÉ ET LA MÈRE

Je ne m'attarderai pas ici sur le rapport karmique avec la mère, une notion que j'expliquerai plus en détail dans le prochain chapitre. Mais je voudrais simplement attirer votre attention sur une des principales sources de décentrage de notre époque. Il s'agit de la perte de contact avec notre mère intérieure, c'est-à-dire la partie féminine ou intuitive qui est en nous.

Je prendrai un exemple pour illustrer ce mécanisme.

Une grande partie des gens de ma génération (j'ai eu quarante ans cette année) a vécu l'intense remise en question de la société et du couple qui a suivi les événements de l'année 1968, en France. Il s'agissait avant tout, si je puis schématiser ainsi la situation, du refus de porter le carcan des valeurs traditionnelles et surtout de la remise en cause de la place de la femme dans la société. Ce questionnement était totalement légitime, mais comme tout mécanisme de rééquilibrage, il a donné lieu à un brusque retour du balancier. La femme s'est ainsi attachée à développer des qualités masculines d'indépendance, parfois au détriment de ses qualités féminines d'intuition et de créativité. Pour l'homme, il en a résulté une difficulté de positionnement, déchiré qu'il était entre une société et une éducation « machistes », d'un côté, et la sensibilité qu'il refusait d'exprimer, de l'autre.

Cette difficulté de positionnement a créé des distorsions énergétiques par rapport aux archétypes cosmiques de l'homme et de la femme. La femme cultivait des énergies d'autorité – qui font partie de l'archétype masculin – pour affirmer son indépendance, et l'homme, pour défendre ses positions, niait sa sensibilité pour ne pas affaiblir sa base.

Nous nous trouvons donc face à une double source de décentrage due au refus des deux parties de reconnaître l'archétype de la femme.

C'est souvent ce type de difficultés de positionnement qui va créer dans le couple un pôle de décentrage des énergies féminines.

Le rapport à la mère est un autre exemple du même phénomène. Nous tenterons de l'expliquer au chapitre suivant, dans la section intitulée « Le chakra solaire et le père ».

LE CHAKRA SACRÉ ET LES TECHNIQUES DE RÉGRESSION

Nous avons maintenant compris que le travail sur l'énergie du chakra sacré nous ramenait toujours à notre centre, à notre propre histoire.

Nous pouvons donc décrypter, si le moment est opportun pour nous, un certain nombre d'événements reliés à nos existences antérieures, de manière à comprendre le sens de notre karma.

Les régressions dans les vies antérieures effectuées au cours d'une thérapie sont le résultat soit de l'activation de la transmission d'énergie au niveau du chakra de base et du chakra sacré, soit de techniques basées sur l'emploi de certains sons. En effectuant un travail d'harmonisation du chakra sacré, nous pouvons également vivre un certain nombre de régressions spontanées qui nous donnent des indications sur les événements de notre vie actuelle. J'avoue avoir une préférence pour la première méthode, plutôt que celle qui utilise les sons ; celle-ci, à mon avis, « force les portes ».

La première méthode fait appel au mouvement naturel des énergies qui se mettent en place, en harmonie avec les Lois universelles, lorsque le moment est venu pour nous de savoir. Si tel n'est pas le cas, le processus ne s'enclenchera pas.

Je voudrais ici mettre en garde les personnes qui seraient tentées de faire du « tourisme dans les vies antérieures ». Si nous « forçons les portes », nous aurons accès à des informations qui ne seront probablement pas celles que nous devons recevoir pour nous aider dans notre chemin d'évolution. Il peut en résulter de graves dommages sur les plans psychologique, psychique et spirituel : phénomènes de dédoublement, fuites éthériques, dépression, etc.

La thérapie de régression peut être nécessaire à certains, pour décrystalliser des « verrous énergétiques » importants qui ne pourraient se résorber par d'autres méthodes thérapeutiques. Si la reconnection avec ces mémoires fait réellement partie de notre chemin d'évolution, nous pouvons faire confiance aux Guides qui nous accompagnent sur les plans subtils. Nous trouverons le thérapeute compétent qui nous fera accéder à la connaissance de ces vies.

Nous devons cependant être conscients que le fait de naître dans l'ignorance de ces vies constitue une protection contre une multitude de chocs émotionnels qui ont souvent été la résultante de morts ou d'existences difficiles. La remémoration de nos existences antérieures ne nous fait donc pas forcément revivre des événements agréables.

Si l'heure n'est pas venue pour nous d'être placés en face de cette connaissance, et si nous nous engageons quand même dans cette démarche, en nous plaçant dans le « vouloir » au lieu de nous en remettre au Divin, nous risquons fort de croiser des thérapeutes incompetents.

Il existe cependant certains critères de sélection en ce qui concerne le choix de son thérapeute. Le thérapeute compétent est celui qui, après avoir essayé de nous dissuader d'entreprendre cette démarche, nous demandera de lui faire part de nos motivations profondes. S'il constate que notre besoin est authentique et profond, il acceptera de nous accompagner dans ce processus, mais il nous mettra en garde : s'il ne doit rien se passer, il ne se passera rien.

Il n'est pas forcément acquis que l'on réussisse sa régression.

LE CHAKRA SACRÉ : LES BASES DE L'ÉDIFICE

Nous avons constaté, tout au long de cet exposé, que le travail sur le centrage constitue une étape fondamentale pour une personne engagée sur le sentier de l'évolution.

En travaillant sur notre centre, nous acquérons la compréhension de notre karma, ce qui nous permet d'en rééquilibrer les énergies et de passer ensuite à d'autres expériences de vie.

Ce n'est pas un hasard si toutes les grandes traditions prônent les vertus de la prière et de la méditation. Ces techniques sont toutes des méthodes de centrage qui permettent au corps physique de communiquer avec l'âme et de recevoir de celle-ci les « messages » destinés à guider notre chemin d'évolution.

Il est donc illusoire de s'engager dans un quelconque chemin spirituel sans être auparavant passé par la réharmonisation des deux premiers chakras. Si nous passons outre à cette obligation, nous tentons de nous rassurer par la mise en place d'un mécanisme de fuite, fuite de cette « matière » qui nous pose tant de problèmes, et avec laquelle nous nous sentons si mal. Mais nous ne faisons alors que surseoir au chemin qui est le nôtre, celui qui consiste à incarner le spirituel dans la matière. Nous vivons alors un état d'insatisfaction permanente, que ne pourra atténuer aucune thérapie, aucune prière et aucun acte de service aux autres.

Ce qui nous est demandé, c'est d'abord de mettre en pleine conscience le but de notre incarnation, ce qui ne peut se faire que par l'harmonisation des deux premiers chakras. Ensuite, une fois que seront posées les bases de l'édifice, les bases de notre chemin spirituel, nous pourrons nous orienter vers des objectifs plus élevés, que nous allons tenter de définir dans les chapitres suivants.

Les qualités que permet d'acquérir le chakra sacré sont :

- ◇ la parole juste ;
- ◇ la décision juste ;
- ◇ l'acte juste ;
- ◇ la force de créativité ;
- ◇ la concentration ;
- ◇ la mémoire ;
- ◇ la stabilité ;
- ◇ la connaissance du but de l'incarnation.

Les défauts associés à un dysfonctionnement du chakra sacré sont :

- ◇ l'éparpillement ;
- ◇ la « distraction » ;
- ◇ un caractère trop émotif ou trop mental ;
- ◇ la colère ;
- ◇ l'indécision ;
- ◇ le manque de confiance en soi ;
- ◇ le manque de vitalité.

2 - Élément correspondant au chakra sacré : l'Eau

La symbolique de l'Eau comprend trois thèmes dominants :

- ◇ L'Eau, source de vie ;
- ◇ L'Eau, moyen de purification ;
- ◇ L'Eau, centre de régénérescence.

Les eaux, en tant que symbole de l'océan indifférencié, représentent l'infinité des possibles. Elles contiennent tout le virtuel, l'informel, le

germe des germes et toutes les promesses de développement. Elles sont tout en potentiel. En s'immergeant dans les eaux et en en ressortant sans s'y être totalement dissous, nous retournons aux sources ; on se ressource en allant puiser une force nouvelle dans un réservoir infini de potentiel. (Je vous engagerais sur ce point à étudier la symbolique du baptême et de l'initiation.)

Dans la tradition hindoue, les Védas exaltent les eaux qui apportent vie, force et pureté sur le plan physique, tout autant que sur le plan spirituel. En Asie, l'eau est la substance de toute manifestation, l'origine de la vie. Elle symbolise la pureté, la sagesse, la grâce et la vertu. Elle est dissolution mais aussi coagulation. L'eau est la *Materia Prima*.

La Genèse nous dit : « *Le Souffle ou l'Esprit de Dieu couve à la surface des eaux.* »

Les eaux représentent la totalité des possibilités de manifestation. Dans toutes les traditions, l'Eau est l'instrument de purification rituelle.

Origine et véhicule de toute vie, l'eau est le symbole du Prana dans les traditions tantriques. Dans les traditions juives et chrétiennes, elle symbolise l'origine de la création. Elle est considérée comme un hiérophante, les fleuves sont des agents de fertilisation divine.

Mais il existe une eau plus mystérieuse, celle qui révèle la Sagesse. C'est elle qui a présidé à la formation des eaux, au moment de la création.

La Tradition nous a transmis cette maxime : « *Dans le cœur du Sage, l'eau réside. Le Sage est semblable à un puits ou à une source, Ses paroles ont la puissance du torrent.* »

Symbole de vie dans l'Ancien Testament, elle est symbole de l'Esprit dans le Nouveau Testament. Jésus disait : « *L'eau que je lui donnerai*

deviendra en lui source d'eau, jaillissant en vie éternelle », (Jean 4, 14)

L'eau est symbole de régénération : l'eau baptismale conduit à une nouvelle naissance. L'Eau peut être aussi source de mort. Dans la Bible, les grandes eaux annoncent les épreuves. Le déchaînement des eaux est le symbole des grandes calamités. Le symbole de l'eau est associé au sang : le sang céleste est associé au Soleil et au Feu, et le sang menstruel, à la Terre et à la Lune.

Pour les druides, l'Eau est un symbole de pureté passive. Elle est un moyen et un lieu de révélation pour les poètes qui l'invoquent pour en recevoir des prophéties. Méditer devant la surface de l'eau nous permet de voir dans l'avenir de l'âme.

L'Eau est source de fécondation de l'âme, la rivière, le fleuve et la mer représentant le cours de l'existence humaine, ou les fluctuations des désirs et des sentiments. L'Eau représente les énergies inconscientes, les puissances non manifestées de l'âme, ses motivations secrètes et inconnues.

Sur un plan plus pratique, il est possible de réaliser un certain nombre d'exercices d'harmonisation du chakra sacré basés sur l'Eau.

L'eau est le meilleur support pour régénérer l'énergie vitale. Nous pouvons évidemment commencer par consommer de l'eau en quantité abondante. C'est le moyen le plus efficace pour vitaliser notre corps.

Durant une ascèse du chakra sacré, il nous faut aller chercher le plus possible d'énergie vitale. Nous pouvons, par exemple, prendre de l'eau et la vitaliser en la magnétisant ou en l'exposant à la lumière du soleil pendant quelques heures.

Pour magnétiser l'eau, nous la versons dans un verre et nous plaçons nos mains autour du verre, en respirant profondément plusieurs fois. Après quelques respirations, nous retenons notre souffle, immédiatement après une inspiration profonde. Pendant la rétention de notre respiration, nous allons visualiser alors une lumière blanche qui pénètre par le sommet de notre tête, qui descend dans notre tête pour s'introduire ensuite dans nos poumons et se glisser le long de nos bras, jusqu'au verre que nous tenons dans nos mains...

Nous répétons l'opération plusieurs fois, jusqu'à ce que nous sentions que l'eau est suffisamment chargée de lumière.

L'eau a la particularité d'aimer l'énergie vitale ; en buvant cette eau magnétisée, nous ingérons la lumière blanche. Nous pouvons faire de même avec les aliments.

3 - Nombres associés au chakra sacré : le 5 et le 9

LE NOMBRE 5

Le nombre 5 est la somme du premier nombre pair (2) et du deuxième nombre impair (3). Il est le point médian des neuf premiers nombres.

Ce nombre est le symbole de l'union. C'est un nombre nuptial mais aussi le nombre du centre, de l'harmonie et de l'équilibre. C'est le nombre du mariage du principe céleste (3) et du principe terrestre de la mère (2).

Le nombre 5 est le symbole de l'homme (bras écartés, il figure l'étoile à cinq branches, avec les deux bras, les deux jambes et le buste, qui abrite le cœur-centre, surmonté de la tête). Il est aussi le symbole de l'Univers, avec ses deux axes, l'un vertical et l'autre horizontal, qui passe

par un même centre ; c'est le symbole de l'ordre et de la perfection, de la volonté divine qui ne peut désirer que l'ordre et la perfection. Il représente également les cinq sens et les cinq formes sensibles de la matière, soit la totalité du monde sensible.

En Chine, ce nombre est celui du centre, de la terre ; il est la somme des quatre régions cardinales et du centre : l'Univers manifesté. Dans le bouddhisme japonais, c'est le nombre de la perfection intégrée, alors que pour les Mexicains, il symbolise le passage d'une vie à l'autre par la mort et la liaison indissoluble du côté lumineux et du côté sombre de l'Univers.

Le nombre 5 représente la conscience incarnée, la liberté, le changement, l'homme et la magie. La liberté, c'est quand « l'âme agit ». C'est le pouvoir de l'homme sur son monde. L'homme a dépassé l'épreuve de la matière (4). Se présente alors à lui l'épreuve de la liberté. C'est dans cette épreuve que l'homme apprend à être l'Homme.

Le nombre 5 renvoie à soi-même.

MOTS CLÉS RELIÉS AU NOMBRE 5

Liberté, Libération, Libéralisation

Changement

Élargissement, Expansion

Homme

Cosmos

Eau

Sensations, Sensualité

Fenêtres

Horizon

Sens, Essence

Sensoriel, Sensibilité
Révolte, Insoumission
Rébellion, Révolution
Humanisme.

LE NOMBRE 9

Le nombre 9 est un nombre rituel. C'est le nombre des Sphères célestes, les anges étant hiérarchisés en neuf chœurs ou trois triades.

En Chine, 9 est le nombre de la plénitude, le nombre du Yang. Les Égyptiens l'appelaient la « Montagne du Soleil ».

La neuvaine représentait l'évolution dans les trois mondes (divin, matériel et intellectuel) de l'archétype trinitaire Osiris-Isis-Horus symbolisant l'Essence, la Substance et la Vie. Trois était le nombre novateur et son carré représentait l'universalité.

Le 9 est le dernier de la série des nombres ; il annonce à la fois une fin et un recommencement, c'est-à-dire un passage sur un autre plan. On retrouve ici la notion de nouvelle naissance, de germination. Neuf signifie aussi « nouveau ». Il ouvre la phase des transmutations et exprime la fin d'un cycle. Il est donc le nombre de l'achèvement, de la naissance.

Ce nombre est aussi celui des grands voyages intérieurs, de l'intériorisation. Il est le nombre du bilan, le nombre rétroactif.

MOTS CLÉS RATTACHÉS AU NOMBRE 9

Intériorisation, Voyage intérieur
Étendre, Étendue, Expansion
Secret, Sacré, Sucré

Émotions, Émotivité, Équilibre, Funambule
Guérisseur, Enseignant
Maître
Compassion, Amour
Humanité, Générosité
Fécondité, Fertilité
Naissance, Maternité, Œuf
Maturité
Guide
Vers la Lumière.

4 - Couleur correspondant au chakra sacré : le orange

À mi-chemin entre le rouge et le jaune, l'orange est la couleur qui agit le plus sur les plans biochimique et biosubtil. Située entre l'or céleste et le rouge chthonien, cette couleur symbolise l'équilibre de l'esprit et de la libido. Si cet équilibre se rompt, elle devient soit révélation de l'Amour divin, soit emblème de la luxure.

L'orange est la couleur de la robe des moines bouddhistes et celle de la croix de velours des Chevaliers du Saint-Esprit. Dans l'art religieux, la couleur orange symbolise aussi la révélation de l'Amour divin. C'est également la couleur du Soleil Levant, qui symbolise l'éveil de la conscience.

Mélange de rouge et de jaune, cette couleur exprime l'amour (rouge), mais en nuancant ce sentiment de la sagesse lumineuse de l'or. Elle est inspiration ou intuition, mais elle est associée à l'or du Verbe et à la Science élaborée par l'Esprit.

C'est la couleur de l'union à Dieu et, par voie de conséquence, celle des unions terrestres.

5 - Éléments psychologiques reliés au chakra sacré

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA SACRÉ

Si le fonctionnement du chakra sacré est harmonieux, nous vivons une totale harmonie avec la mouvance naturelle de toutes les formes de vie et d'émotions, de même qu'une ouverture aux autres complète et naturelle, plus particulièrement face aux personnes de l'autre sexe.

Nous sentons alors couler en nous le courant de vie lié à la Création, et notre existence quotidienne devient un acte de création permanente s'effectuant en harmonie avec les Lois universelles.

Notre vie n'est que créativité. Nos actions sont comme les semences de la Création ; elles fertilisent et harmonisent notre vie et celle des membres de notre entourage. Elles deviennent source d'harmonisation pour l'Humanité. Nous ressentons une joie de vivre permanente ; tel un petit enfant, nous regardons la vie avec étonnement et émerveillement. En fait, nous restons perpétuellement le petit enfant que nous avons été, nous enthousiasmant pour tout et réagissant avec une complète spontanéité.

Nous sommes parfaitement connectés à notre Christ intérieur et nous vivons en harmonie avec les Lois universelles, posant l'action juste, adoptant l'attitude juste et exprimant la parole juste. Nous sommes engagés dans une dynamique de rééquilibrage de notre karma, car ayant la connaissance des éléments de nos vies passées, nous pouvons comprendre les événements qui se présentent à nous. Notre intuition est totale ; elle dirige notre vie et nous maintient dans le « chemin de notre âme ».

L'union sexuelle avec l'être aimé nous donne la pleine possibilité de vivre en harmonie notre dualité masculine-féminine, et nous permet ainsi

de vivre en unité suprême avec la nature et de progresser vers l'unité et l'intégralité intérieure.

Nous sommes dotés d'une grande intelligence, servant des buts supérieurs. Nous sommes emplis de sagesse, d'aménité. Nous sommes honnêtes et sociables. Notre mémoire est excellente, et nos connaissances, étendues. Notre esprit d'observation se conjugue avec l'intuition. Tout est ordonné et méthodiquement placé.

Par l'acte de méditation, nous possédons un esprit de synthèse, ce qui nous permet de découvrir les relations existant entre les divers processus et d'en dégager les lois. Nous voyons dans chaque être une création de Dieu et nous sommes indulgents envers la nature humaine.

Sur le plan physique, nous possédons courage, présence d'esprit et maîtrise de nous-mêmes, associés à des qualités psychiques hors pair. Nous éprouvons beaucoup de sentiments ; nous aimons les nôtres et notre prochain. Nous sommes travailleurs et entrepreneurs, et manifestons un profond sens moral et religieux.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA SACRÉ

Le fonctionnement non harmonieux du chakra sacré prend souvent son origine dans la période de la puberté. L'éveil des forces sexuelles est souvent difficile à comprendre pour l'adolescent, et cela contribue à le déstabiliser. Par ailleurs, son entourage est souvent incapable de lui expliquer la nature de ces forces et la façon de les utiliser.

L'adolescent se trouve ainsi aux prises avec une énergie qui le « dépasse », qu'il ne comprend pas et qu'il va essayer de gérer avec « les moyens du bord ». Le problème est qu'il se trouve alors forcément

influencé par ses archétypes personnels ou par les archétypes sociaux, qui sont rarement en accord avec les Lois universelles.

Si, de plus, nous avons manqué de contacts corporels et de tendresse dans notre enfance ou si nous avons vécu une situation de blocage sexuel de la part de nos parents, nous pourrions facilement aboutir à la négation ou au refus de la sexualité. Celle-ci devient alors un sujet tabou que nous ne voulons pas aborder.

Cette situation peut engendrer des attitudes refoulées ou, à l'inverse, l'utilisation de la sexualité comme d'une drogue ; les deux comportements entraînant une profonde insécurité et des relations tendues avec l'autre sexe. Étant dans l'impossibilité de nous reconnaître nous-mêmes, nous cherchons à découvrir notre valeur à travers l'Autre. Nous passons d'un partenaire à l'autre, sans jamais pouvoir nous stabiliser. Nous quittons l'Autre pour ne pas être abandonnés et nous ne trouvons jamais la satisfaction à laquelle nous aspirons. En fait, nous recherchons la sécurité par la reconnaissance et l'amour de l'Autre, sans comprendre que nous ne pouvons la trouver qu'à l'intérieur de nous-mêmes.

Il peut également arriver que le manque d'harmonie se manifeste par un comportement sensuel relativement grossier, orienté sur la satisfaction de nos besoins sexuels, au détriment de ceux de notre partenaire.

Nous sommes dispersés dans nos actes et nos décisions, et notre sens moral est caractérisé par un certain manque de volonté.

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA SACRÉ

Un dysfonctionnement du chakra sacré nous rend complètement « dispersés », passant d'un sujet à l'autre et d'une action à l'autre, sans

manifester aucune suite dans les idées. Nous vivons un état d'incohérence totale.

La déficience du chakra sacré trouve souvent son origine dans l'enfance, l'enfant étant confronté à des parents ayant eux-mêmes refoulé leur propre sexualité ou leur sensualité. La sexualité était un sujet tabou. Il ne fallait surtout pas se toucher ni parler de « ces choses-là ». Le corps était source de « péché », et on n'y touchait pas.

Aussi, au moment de la puberté se met alors en place un blocage des énergies sexuelles naissantes. Il en résulte un manque d'appréciation objective de notre valeur et de notre existence.

Ne sachant pas qui nous sommes, nous allons alors rechercher l'affirmation de notre propre existence ou de notre propre sexe à travers une succession de partenaires, sans nous rendre compte que la seule façon de mesurer notre valeur était de le faire par rapport à soi-même. En effet, c'est en nous-mêmes que nous trouvons le pourquoi de notre existence et de notre sexualité. N'ayant pas compris cela, la vie nous semblera terriblement triste, ne valant pas la peine d'être vécue. Nous n'y trouverons aucun intérêt, car nous serons incapables de faire acte de création.

6 - Glande endocrine reliée au chakra sacré : la glande génitale (ou la gonade)

Le chakra sacré est associé, sur le plan physique, aux glandes génitales, ou gonades.

La glande génitale est probablement la plus intéressante à étudier. Ce n'est que tout récemment que son aspect psychologique a été mis en évidence, par les travaux du docteur Jean Gautier. Auparavant, cette

glande était uniquement considérée comme la glande sexuelle servant à la reproduction. Mais nous allons maintenant voir qu'elle confère à l'homme des qualités exceptionnelles, notamment l'équilibre de la personnalité.

En réalité, dans le fonctionnement de la glande génitale, la sexualité ne représente qu'une fonction annexe, même si cet aspect peut revêtir une certaine importance, à cause de l'impact psychologique qu'il peut avoir.

La glande génitale a deux fonctions :

- ◆ une fonction exocrine, qui produit les spermatozoïdes chez l'homme ;
- ◆ une fonction endocrine, qui produit la testostérone chez l'homme et l'œstrogène chez la femme, lesquels sont sécrétés par les cellules interstitielles.

Le bon fonctionnement de ces cellules est fondamental pour le développement spirituel de l'être humain, puisqu'il est responsable de la volonté, du sens moral et de l'esprit de synthèse.

Leur mode de fonctionnement est le suivant :

- ◆ Lorsqu'il y a excitation sexuelle, la partie reproductrice de la gonade, qui est constituée des canaux séminifères, se dilate, entraînant une atrophie de la partie interstitielle qui produit les hormones.
- ◆ Lorsqu'il y a latence, la partie interstitielle s'hypertrophie, atrophiant ainsi la partie reproductrice.

Il y a donc opposition fonctionnelle, la partie endocrine ne fonctionnant pas en accord avec la partie reproductrice.

Or, l'hormone produite par la partie interstitielle est celle qui va se fixer sur différentes zones du corps pour maintenir en place la volonté. Il est alors aisé de comprendre que lorsque le fonctionnement endocrinien des gonades est privilégié au détriment du fonctionnement sexuel (exocrinien), c'est le développement intellectuel et spirituel qui est favorisé.

L'étude des maladies mentales a mis en évidence que la cause fondamentale de toutes ces maladies était l'atrophie fonctionnelle de la glande interstitielle.

Par ailleurs, cette glande s'hypertrophie en vieillissant. Ainsi, la sagesse que la Tradition attribuait aux Anciens trouve là son explication sur le plan endocrinien.

Les enseignements traditionnels qui prônent la pratique de la prière et de la méditation ainsi que l'abstinence sexuelle découlent donc d'une connaissance intuitive de l'action de ces pratiques sur le physique et le spirituel de l'homme, par l'intermédiaire du système endocrinien.

En effet, chaque fois que nous effectuons une action de centrage, et donc de renforcement d'énergie du chakra sacré, nous favorisons l'action de la cellule interstitielle au détriment de l'activité sexuelle.

Il ne faut donc pas être surpris qu'une démarche spirituelle rende cette activité moins présente pour nous.

Par contre, nous retrouvons par l'acte sexuel le sens du Sacré, sacralisation qui est l'Union avec notre « moitié » pour retrouver notre unité et l'acte sacré qui est de donner la vie.

L'interstitielle, chez l'homme, correspond au libre arbitre. Celui-ci nous rend capables, par exemple, de nous opposer à la sexualité au nom de

valeurs morales, de respecter certains critères sociaux, de choisir librement nos partenaires, ou de nous conformer à la nécessité de procréer.

Le libre arbitre, c'est être libre. C'est pouvoir se déterminer soi-même dans un choix. Et c'est justement l'hormone sécrétée par l'interstitielle qui permet cela. En fait, l'interstitielle joue un rôle fondamental dans la volonté, l'altruisme, l'attention et le sens moral. La volonté constitue un important principe de régulation qui s'exerce sur l'ensemble de la personnalité, tant physiologique que psychologique. Mais cette volonté n'est pas innée. Elle s'installe peu à peu, à la faveur d'une évolution progressive de l'individu se dirigeant vers sa finalité morale. C'est donc une lente maturation qui possède bien le substrat physiologique à travers l'action de la gonade.

En fait, que se passe-t-il lorsque nous faisons acte de volonté ? Nous émettons une idée. Cette idée se compose d'une vibration nerveuse et d'une hormone qui va s'activer sur certaines cellules cérébrales. L'interstitielle a la faculté de maintenir sur ces cellules la même valeur hormonale, laquelle soutiendra l'idée dans l'esprit aussi longtemps que nous le souhaiterons. C'est ce que nous appelons l'acte de volonté. C'est le même mécanisme qui agit lorsque nous apprenons à exécuter un mouvement.

L'attention et la volonté sont des facteurs très importants qui activent la sécrétion interstitielle. L'activité sécrétoire de la gonade « s'éduque ». C'est notamment par la répétition fréquente d'idées ou d'actes bons, généreux et désintéressés que l'action de la gonade se renforcera et que notre force de concentration et notre volonté s'affermiront.

La cellule interstitielle joue également un rôle fondamental dans l'acquisition du langage, puisqu'elle régularise l'activité de la glande thyroïde qui active les organes des sens, dont ceux qui sont sollicités pour

l'acquisition du langage. Elle a également un rôle en terme de régulation sur l'expression de la vérité et du mensonge. La propension au mensonge persistant (nous parlons ici du mensonge « pathologique ») est la conséquence d'une faible activité interstitielle.

La cellule interstitielle a aussi une action sélective. C'est elle qui peut intensifier localement certaines fonctions.

Supposons que nous nous concentrons sur l'acte du toucher, pour ressentir toutes les subtilités tactiles reliées au contact d'un objet. La cellule interstitielle interviendra pour rendre certains nerfs moteurs ou sensitifs plus sensibles ou plus réceptifs. Elle pourra aussi minimiser ou augmenter nos réactions émotionnelles, selon certaines tendances ou nécessités intellectuelles.

En résumé, la cellule interstitielle nous permet de choisir un groupe nerveux moteur ou sensitif et d'agir sur une partie de nos cellules cérébrales pour en modifier les concepts et les conceptions philosophiques ou morales. Elle permet à l'esprit humain d'accomplir la démarche nécessaire à toute élaboration intellectuelle.

Le professeur Gautier écrivait :

« Les génitiaux interstitiels doivent donc, dans toutes les activités intellectuelles, se révéler comme des esprits supérieurs, des intelligences indiscutées, admises, reconnues et comprises de tous, leur donnant l'impression qu'ils n'ont pas vécu à une époque déterminée mais qu'ils ont appartenu à tous les peuples, ont été de tous les temps, qu'ils n'ont pas eu une culture spéciale mais qu'ils représentent l'être humain dans toute sa splendeur. »

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra sacré

Les problèmes physiques résultant d'un fonctionnement déséquilibré du chakra sacré sont les suivants :

- ◇ la dépression nerveuse ;
- ◇ les peurs inconscientes ;
- ◇ la claustrophobie ;
- ◇ l'agoraphobie ;
- ◇ les idées suicidaires ;
- ◇ la dispersion ;
- ◇ la désorientation ;
- ◇ le manque de perspicacité et de sagesse ;
- ◇ l'incontinence ;
- ◇ le déséquilibre endocrinien et hormonal ;
- ◇ la difficulté de fixation de la vitamine C et du magnésium ;
- ◇ les problèmes cutanés (herpès, psoriasis, zona, etc.) ;
- ◇ les troubles digestifs (constipation, diarrhée, colite) ;
- ◇ les problèmes rénaux (cystites, calculs rénaux) ;
- ◇ les problèmes de vésicule biliaire ;
- ◇ tous les problèmes d'insuffisance de la région abdominale ;
- ◇ les rhumatismes ;
- ◇ l'arthrite ou la goutte ;
- ◇ l'asthme.

8 - Ange associé au chakra sacré : Imamah

« Dieu élève au-dessus de toutes choses. »

La fonction première de cette catégorie d'anges appelés « Elohim » est de sensibiliser l'être humain à l'expérience de l'amour, de l'esthétisme et de la beauté.

L'énergie et le pouvoir de l'ange Imamah favorisent chez l'homme l'amour-passion qui peut mener à la félicité. Cette dimension de l'amour donne à l'homme la capacité de concentrer ses forces, et surtout de les mettre totalement au service d'une action précise. L'amour devient alors l'investissement total de soi-même, une forme de consécration. Cette énergie favorise une grande facilité d'adaptation.

Selon la Tradition, l'ange Imamah lutte contre toute tendance à se laisser dominer par le pur instinct sexuel. Cet Ange aidera les personnes influençables qui ont des problèmes dans leur vie sexuelle ou qui arrivent difficilement à maintenir leur énergie vitale. Les personnes décentrées qui feront appel à lui pourront ainsi retrouver le chemin de leur âme.

L'ange Imamah exerce aussi son action sur le karma, de façon plus ou moins prononcée, selon les rôles que nous avons joués dans le passé. Nous avons tous une « prédisposition cosmique » à corriger nos erreurs, et l'ange Imamah est là pour nous présenter les personnes à qui nous avons causé préjudice, afin que nous puissions équilibrer notre karma.

Cet ange nous aide enfin à « voyager » d'un espace intérieur à l'autre ; il favorise le contact avec notre âme en mettant à jour les tendances que nous avons enfermées dans notre inconscient et qui entravent notre évolution.

9 - Mudrâ associé au chakra sacré

Ce *mudrâ* fortifie l'élément Eau et la circulation des fluides dans notre corps. (N'oublions pas que notre corps est composé d'environ 80 % d'eau.) Il agit également sur la régularisation des énergies sexuelles.

Il active aussi l'énergie des reins – qui sont les organes physiques par lesquels passent les énergies des vies antérieures ou karmiques –, l'énergie de la rate – qui convertit le prana en force vitale – et celle du pancréas.

Ce *mudrâ* permet donc de « lubrifier » notre corps et nos corps subtils et d'en augmenter la vitalité, de façon lente mais durable.

Il s'effectue en joignant le bout de l'auriculaire (petit doigt) et le pouce. On l'appelle *jalmudrâ*, en sanscrit.



10 - Méditation sur le son associé au chakra sacré

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules tombantes, détendues mais non avachies...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Les paumes de mains posées sur les genoux, tournées vers le ciel...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Portez votre attention sur votre respiration...

Observez-la...

Regardez-la simplement...

Regardez simplement le mouvement de l'air dans vos poumons...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

Vous sentez peut-être des picotements, un échauffement...

Ressentez-les simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Regardez-les...

Acceptez-les...

...

Vous portez maintenant votre attention au niveau de votre chakra de base...

Il est situé au niveau du périnée, entre l'anus et les organes génitaux...

Observez-le simplement...

Regardez-le...

Vous sentez peut-être un échauffement, une certaine chaleur qui se répand à la base de votre colonne vertébrale...

Regardez-la...

Observez-la...

...

Une couleur rouge apparaît doucement à l'emplacement de votre chakra de base.

Ressentez-la...

Elle est d'un rouge vif...

Vermillon...

...

Laissez-vous porter par cette couleur rouge...

Elle vous réchauffe...

Elle vous irradie...

Acceptez-la...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au niveau de votre chakra sacré...

Il est situé à environ quatre doigts au-dessous du nombril...

Regardez-le...

Observez-le...

...

Vous ressentez peut-être un mouvement d'énergie...

Regardez-le...

...

Vous allez maintenant faire monter la couleur rouge au niveau de votre chakra sacré, où elle va se transformer en une belle couleur orange...

L'orange du soleil levant...

Vous ressentez sa chaleur...

Elle vous enveloppe...

Elle vous berce...

Vous êtes comme dans un cocon...

...

Vous sentez cette couleur orange pénétrer par tous les pores de votre peau...

Elle vous irradie...

Elle vous apporte joie, gaieté et jeunesse...

...

Vous vibrez maintenant au rythme de cette couleur orange...

Elle est votre source d'inspiration...

Laissez-vous porter par votre inspiration...

Laissez-vous porter par votre imagination...

...

Vous pouvez maintenant remercier votre Source intérieure...

Désormais, elle vous accompagnera toujours...

Vous pourrez, dans les moments d'incertitude et de doute, vous relier à cette couleur orange et à votre Source intérieure...

...

Vous portez maintenant votre attention derrière votre front...

À la racine du nez, entre les deux yeux...

C'est un point qui se situe légèrement en arrière du front...

...

Vous visualisez maintenant un croissant de Lune...

Lune, symbole de l'élément Eau...

...

En visualisant ce croissant de Lune, vous vous mettez en connexion avec les archétypes liés à l'élément Eau...

...

En continuant à visualiser ce croissant de Lune, vous allez prononcer intérieurement le mot VAM, sur la note de musique *ré*...

...

Prononcez-le sept fois, tout au long de votre expiration, tout le temps de votre expiration, sans toutefois forcer votre expiration...

Vous faites maintenant sept expirations en prononçant plusieurs fois le mot VAM...

...

Vous vous laissez porter quelques instants par l'énergie de ce mantra et vous revenez doucement à la conscience de l'Ici et maintenant...

...

Vous ouvrez doucement les yeux...

Vous vous étirez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

11 - Méditation sur la couleur associée au chakra sacré

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules tombantes et détendues mais non avachies...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Les paumes de mains posées sur les genoux, tournées vers le ciel...

Portez maintenant votre attention sur votre souffle...

...

Regardez-le simplement...

Observez-le...

...

Ressentez simplement la nature de l'air qui entre dans vos poumons...

...

Vous portez maintenant votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les...

Observez-les...

Observez simplement les mouvements d'énergie au creux de la paume de vos mains...

Vous portez maintenant votre attention au creux de la plante de vos pieds ...

Observez-les...

Regardez-les...

...

Vous ressentez peut-être un échauffement, de légers mouvements d'énergie...

Regardez-les simplement...

Acceptez-les...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au niveau de votre chakra sacré...

Il est situé à environ quatre doigts au-dessous de votre nombril...

Regardez-le simplement...

Observez-le...

...

Vous sentez un point orange apparaître au centre de votre chakra sacré...

Un très bel orange...

L'orange du Soleil Levant...

...

Regardez-le...

Observez-le...

...

Vous ressentez la chaleur de cette couleur orange...

Elle vous inonde...

Elle vous enveloppe...

Vous vous laissez porter par elle...

...

Elle pénètre maintenant par tous les pores de votre peau...

Elle pénètre tous vos organes...

...

Ressentez-la...

...

Dirigez-la maintenant, plus particulièrement sur les endroits où vous sentez qu'elle pénètre plus difficilement...

...

Laissez-la baigner les organes qui la réclament...

...

Elle vous apporte bien-être...

Elle revitalise les organes qu'elle enveloppe...

Vous sentez maintenant cette couleur orange s'étendre à votre aura...

Elle vous apporte bien-être...

Elle vous apporte joie...

Gaieté...

...

Vous vibrez au rythme de cette couleur orange...

Elle est votre source d'imagination...

Elle est votre source d'inspiration...

Elle est votre Source intérieure...

...

Écoutez votre Source intérieure...

Elle vous transmet des messages...

C'est votre petite voix intérieure...

Écoutez-la...

...

Envoyez maintenant cette couleur orange tout autour de la Terre...

Qu'elle soit Source intérieure de la Terre et de l'Humanité...

...

Remerciez votre Source intérieure pour les beaux cadeaux qu'elle vient de vous faire...

...

Vous revenez maintenant tout doucement dans l'Ici et maintenant...

Vous ouvrez les yeux...

Vous vous étirez ...

Vous êtes LÀ ...

Ici et maintenant.

Chapitre X

Le chakra solaire

Comprendre et gérer ses émotions pour une meilleure communication avec les Énergies de lumière

1 - Définition et fonctions

Manipûra chakra

Mot de pouvoir : « *La sagesse a bâti sa maison.* » (Jér. 9, 1)

Manipûra signifie « La Cité des Gemmes ».

Le chakra solaire est le siège du Feu. Par l'élément Feu, le chakra solaire va être un des premiers vecteurs de transmutation des énergies pendant le parcours initiatique. Par le Feu, le chakra solaire est lié au Soleil. Il est notre Soleil intérieur.

Le chakra solaire pourrait aussi être appelé le « chakra social ». En effet, c'est lui qui régit notre relation avec le monde environnant et nous permet de le comprendre. Par ce chakra, nous entrons en contact avec tout ce qui se passe à l'extérieur : la nature, le cosmos, Dieu et les autres hommes.

C'est le chakra qui nous permet de ressentir une grande partie des vibrations qui nous parviennent de toutes les composantes de l'Univers.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LE PLAN ASTRAL

Le chakra solaire est le chakra qui assure la compréhension, la gestion, et la maîtrise des émotions. Ces trois fonctions sont les principaux outils du passage de la Première Initiation, l'Initiation par le Feu. Celle-ci est le passage des énergies des trois premiers chakras, notamment le passage de l'énergie du chakra solaire vers le chakra cardiaque. Car si nous n'avons pas le désir de nous transformer, désir qui est une émotion, nous ne trouverons pas l'énergie nécessaire pour transférer les énergies du chakra solaire vers le chakra cardiaque.

Le chakra solaire est la porte d'entrée de la conscience sur le plan astral. C'est par lui que nous pouvons entrer en relation consciente avec ce plan.

Le plan astral est souvent appelé commodément l'« aura ». C'est une zone frontière, une zone d'interrelation entre le monde matériel et le monde spirituel. Les clairvoyants y visualisent un certain nombre d'énergies, sous forme de couleurs en mouvement.

C'est aussi dans cette zone qu'agissent plus particulièrement les méthodes d'harmonisation par la couleur.

LE CHAKRA SOLAIRE, LA PREMIÈRE PORTE INITIATIQUE

Le plan astral fonctionne, en quelque sorte, comme une zone tampon entre l'esprit et la matière. Par conséquent, les deux types d'énergie, esprit et matière, sont présents en permanence dans le plan astral, au niveau du chakra solaire. L'énergie « matière » est plus particulièrement liée à ce que l'on appelle souvent le « bas-astral », alors que l'énergie « esprit » est liée à ce que l'on nomme le « haut-astral ».

Lorsque, dans un cheminement initiatique, nous nous retrouvons face à l'énergie du chakra solaire, nous sommes devant la première problématique du choix. Cette problématique, nous la retrouverons à d'autres moments. Mais elle devra être mise en parallèle avec le choix devant lequel se trouve l'humanité, dont l'énergie dominante se trouve, à l'heure actuelle, au niveau du chakra solaire.

Il n'y a qu'à regarder les actualités télévisées qui ne font état que de guerres, de crises et de violence pour comprendre que nous sommes régis par une dominante énergétique à tendance émotionnelle. Or, ce qui est actuellement demandé à l'humanité est de faire passer ces énergies au niveau du chakra cardiaque afin d'assurer sa survie.

L'aspirant qui se trouve au niveau du chakra solaire dans son chemin initiatique est devant le même choix.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LE BAS-ASTRAL

La première possibilité qui est donnée à l'aspirant est de rester positionné sur les énergies de l'*ego* et du pouvoir qui, sur le plan vibratoire, sont des énergies basses du chakra solaire. À ce moment l'aspirant prend la décision de rester sur le plan matériel des choses

Je voudrais ici clarifier certaines notions souvent mal comprises, qui donnent lieu à des interprétations erronées.

Tous les enseignements ésotériques et traditionnels appellent le plan astral « le plan de l'illusion ». Le plan astral se divise en deux parties principales : le bas-astral et le haut-astral. Le bas-astral correspond aux vibrations les plus basses du plan astral et le haut-astral, aux plus élevées.

Le bas-astral, qui est le plan le plus proche du plan physique, comprend des énergies qui sont très proches du plan « matière ». C'est à ce niveau que séjournent les êtres désincarnés qui effectuent un travail sur eux-mêmes pour pouvoir s'élever. C'est là que se trouvent aussi certains devas primaires appelés « élémentaux », qui gèrent certaines énergies de la nature. C'est là aussi que finissent de se désagréger certaines « coques astrales », qui ne sont plus habitées par une énergie mais qui peuvent cependant donner l'illusion de l'être.

En fait, ce plan est très peuplé, et il faudrait un chapitre complet pour en nommer tous les « habitants ». Il est également utile de savoir que c'est de ce plan que sont issus nos cauchemars, où circulent parfois des créatures pas très sympathiques et pas très bien intentionnées

LE CHAKRA SOLAIRE ET LA MÉDIUMNITÉ

Le bas-astral est donc le premier plan auquel nous avons accès par l'intermédiaire du chakra solaire.

La médiumnité est une action de communication qui s'établit avec les plans subtils, par l'intermédiaire du chakra solaire. La médiumnité est souvent un acte instinctuel ; elle est le prolongement des facultés que nous

avons perdues vers l'âge de sept ans, au moment où nous avons atteint « l'âge de raison ».

L'écueil principal sur lequel bute ce type de faculté est l'illusion. Nous ne pouvons en effet jamais savoir à quel niveau vibratoire nous nous situons. Nous pouvons être « branchés » à un niveau vibratoire élevé puis, pour des raisons que nous ne percevons pas forcément, devenir perturbés sur le plan émotionnel. À ce moment, nous nous connectons à des énergies plus basses, qui peuvent très bien nous donner l'illusion d'être des énergies élevées, et qui vont nous transmettre des informations fausses ou manipulées.

Tant que nous restons positionnés sur le chakra solaire pour recevoir des informations venant des plans subtils, nous sommes confrontés à ce type de problèmes. La solution consiste à entreprendre un travail de transformation vibratoire qui nous amènera à communiquer avec les Énergies de lumière, par l'intermédiaire du chakra laryngé. Cette technique porte le nom de « *channeling* » ou « canalisation ». Nous étudierons ce mécanisme lors du chapitre portant sur le chakra laryngé.

Un autre danger se greffe à l'utilisation du chakra solaire. Ce chakra étant celui de l'*ego*, donc de la personnalité, c'est par lui que passent toutes les vibrations de puissance et de pouvoir ainsi que leur corollaire : la manipulation.

Je ne veux pas dire que tous les médiums sont des manipulateurs. Il existe des êtres merveilleux qui ont apporté à l'humanité une multitude d'enseignements sur les plans subtils. Mais il y a là un danger potentiel, et je ne recommande à personne de s'y confronter. C'est malheureusement le piège dans lequel tombent certains disciples, après le passage de l'Initiation par le Feu.

La deuxième possibilité qui est donnée à l'aspirant est de décider d'élever son niveau vibratoire pour commencer à entrer en communication avec les Énergies de lumière du haut-astral et faire transiter les énergies du chakra solaire vers le chakra cardiaque. Il y a ici un choix conscient, un choix que nous retrouvons très précisément lors de la première Initiation par le Feu, lorsqu'il est demandé à l'aspirant, pour entrer dans le « disciplinât », de choisir la Voie du Service, c'est-à-dire la Voie du Cœur, en développant l'amour inconditionnel au niveau du chakra cardiaque.

La notion de choix resurgit alors avec une plus grande acuité : servir l'humanité ou se servir soi-même, une problématique de l'*ego* sans cesse renouvelée et jamais réellement résolue.

Le plan astral, par la mise en place du désir de servir, de l'envie de se mettre au service du plus grand nombre, nous permet d'agir et de passer à l'action.

LE CHAKRA SOLAIRE

LA PORTE DU PLAN DE COMMUNICATION

Le plan astral est aussi le plan de la communication et de la mise en relation des choses entre elles. La première conclusion que nous pouvons tirer de cet énoncé est qu'il nous est impossible de faire la liaison entre le plan de la matière et celui de l'Esprit sans passer par l'émotion et le sentiment, c'est-à-dire par le plan astral. L'émotion et le désir sont les « moteurs » qui assurent la liaison entre les deux plans. Pour que cette liaison se réalise, il nous faut comprendre et maîtriser le plan astral, c'est-à-dire le plan des émotions, des sentiments et des désirs.

Il devient alors facile de saisir le non-sens de certains enseignements qui proposent de « tuer les émotions ». « Tuer les émotions », c'est tout

simplement tuer l'homme.

Pour expliquer le fonctionnement des énergies du plan astral, nous allons voir ce qui se passe lorsqu'il y a mauvaise compréhension ou activation désordonnée de nos émotions.

Prenons l'exemple suivant :

Nous sommes angoissés par la perte d'un être cher ; ce sentiment nous habite d'une manière intense et met en résonance notre propre peur de la mort. Les émotions ressenties vont tout d'abord créer un certain nombre de turbulences dans notre corps astral. La personne dotée de la vision clairvoyante pourra voir un amas de volutes colorées, très désordonnées, agissant un peu à la manière d'une turbulence, d'une « ébullition » à dominante grise.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LA CRÉATION DES FORMES-PENSÉES

En tout premier lieu, cette énergie d'angoisse et de chagrin va demeurer autour de nous, sous la forme que l'on nomme « forme-pensée ». La forme-pensée est un agrégat de « matière astrale » produit par l'émission d'une pensée ou d'une émotion.

Comment cette « matière » se forme-t-elle ?

Lorsque nous ressentons une émotion, celle-ci se matérialise sur un plan autre que le plan physique, mais tout aussi « matériel » que celui-ci : le plan astral. Il faut bien comprendre que le plan astral est un monde analogue au monde physique. Aller dans l'astral, c'est tout simplement changer de plan de vision et de niveau vibratoire.

L'astral est donc le plan des émotions ressenties par chacun d'entre nous. C'est la « matière astrale » qui nous compose et nous permet d'exprimer nos émotions, et cette matière a la même réalité que le plan physique.

Donc, lorsque nous ressentons une émotion, nous produisons de la « matière astrale », que la Tradition nomme « forme-pensée » ; dans un premier temps, celle-ci reste à proximité immédiate de notre corps physique, pour s'éloigner ensuite de nous, un peu comme un brouillard qui se déplace pour rejoindre la « matière astrale » qui circule autour de la Terre. Cette « matière astrale » est le corps astral de la Terre ; il est composé de toutes les émotions générées par l'ensemble des êtres de la Terre.

Par l'action de la Loi cosmique d'attraction, les formes-pensées de même nature vont se rassembler pour créer une énorme forme-pensée, faite soit de chagrin, de peur ou de haine, soit d'amour, de compassion, de joie, de bonheur ou d'harmonie.

Si nous nous trouvons dans un état de chagrin, nous attirons, toujours à cause de la Loi d'Attraction, un certain nombre de formes-pensées de même nature qui se déplacent autour de la planète. Ces formes-pensées étant aimantées par notre propre énergie, elles vont venir se coller à nous, et leur énergie va alimenter notre propre peur de la mort et notre propre chagrin.

Il se produira alors, dans une deuxième phase, une intensification de ce sentiment à partir d'apports extérieurs, et parfois même le réveil de vieilles énergies, présentes en nous ou dans certains lieux, qui se trouveront réactivées par notre propre énergie.

Je vous rappelle à ce sujet le triste exemple de l'inondation du 22 septembre 1992 qui a ravagé le département de Vaucluse, en France, causant de nombreuses morts. Vivant dans cette région, nous avons ressenti, après la catastrophe, non seulement l'angoisse et le désespoir de toute une population (des sentiments toujours présents un an plus tard), mais aussi de très anciennes énergies de peur et d'angoisse qui se sont réveillées au niveau de la terre. Ces énergies se sont notamment manifestées autour de certains monuments romains de la région (théâtre antique, arènes, etc.). Elles se sont renforcées après s'être mises en résonance avec les énergies similaires de l'époque romaine. A la suite de cet événement, elles ont mis plusieurs mois à se dissoudre.

Pendant cette phase perturbée, il se crée des turbulences importantes dans notre corps astral, entre autres une densification de nos énergies sur ce plan. En effet, plus nous éprouvons des sentiments denses liés au chagrin, à la peur ou à la colère, plus notre corps astral va se densifier, s'opacifier, se rétracter. Par contre, plus nos sentiments seront liés à l'amour, à la joie et au bonheur, plus notre corps astral va s'éclaircir, s'alléger, s'étendre.

Par conséquent, si nous sommes habités par un sentiment de chagrin, notre corps astral va s'opacifier. Les Énergies de lumière qui nous alimentent auront alors beaucoup de mal à se frayer un chemin jusqu'à notre corps physique, surtout jusqu'au cerveau, pour nous apporter apaisement et amour.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LA LUMIÈRE

Nos états d'âme dépendent en grande partie de la quantité de Lumière qui pénètre en nous. Selon nos différents états de conscience, une quantité

variable de Lumière pénètre en nous, et notre capacité à restituer la Lumière sera plus ou moins grande. Si nous rayonnons d'une grande quantité de Lumière, nous serons « rayonnants » et nous serons en mesure de « nettoyer » notre environnement des vibrations parasites ou négatives qui l'encombrent.

Un deuxième phénomène peut également se produire en parallèle. Nous pouvons être tentés – peut-être sous la pression de notre environnement familial, social ou culturel – d'enfermer ce chagrin à l'intérieur de nous, de ne plus le laisser paraître, de cesser de l'extérioriser.

Ce verrouillage des émotions a une double répercussion sur notre corps astral. En tout premier lieu, la non-circulation des émotions va mettre en place en nous un mécanisme d'autoblocage des énergies émotionnelles, au niveau du plexus solaire.

Nous avons tous ressenti, à un moment ou à un autre de notre existence, ce « nœud » qui se loge au niveau du plexus solaire lorsque nous empêchons une émotion de circuler.

Cette attitude aboutit à un certain nombre de phénomènes sur le plan physique : crises de foie (ou de foi), ulcères d'estomac, zona etc. Il peut même se produire de véritables cristallisations : calculs rénaux ou biliaires, diabète ou, pour les formes plus aiguës, certains types de cancer ou de maladies cardiaques.

En même temps qu'apparaissent ces problèmes, il se produit des opacifications du corps astral localisées sur les parties de ce corps affectées par cet état. Plus nous avons d'émotions bloquées, plus ces opacifications s'accroissent et se développent, de sorte que la Lumière a de plus en plus de mal à se frayer un chemin jusqu'à nous.

Vous comprenez, je pense, le cercle sans fin qui est alors enclenché, un peu à l'image du serpent qui se mord la queue. Il faut savoir que lorsque nous nous réincarnons, nous amenons dans nos « valises » toutes ces cristallisations, générant comme par le passé les mêmes dysfonctionnements physiques et émotionnels. Vous comprenez dès lors l'importance de gérer ses émotions et de leur permettre d'avoir un parcours libre de toute entrave, pour ne pas avoir à faire un travail de dégageant plus tard.

Je voudrais maintenant aborder un aspect particulièrement intéressant du fonctionnement de l'énergie-lumière.

Par la Loi cosmique d'attraction, nous amenons vers nous tout ce que nous désirons. Tel un aimant, notre propre Énergie-Lumière attire le fruit de nos désirs. Cet aspect du fonctionnement du chakra solaire nous fait toucher du doigt l'un des principaux mécanismes de la Magie blanche.

Si nous sommes lumière, nous vivons tellement en harmonie avec le Plan divin que nos moindres désirs et souhaits trouvent leur réalisation. Attention, il faut bien comprendre que nous sommes en harmonie avec les Lois cosmiques. Nous n'allons donc pas, par exemple, demander au Plan divin de nous donner une villa avec piscine, une Rolls-Royce avec chauffeur, cadeaux qui satisferaient notre *ego*. Mais nous pouvons demander une maison confortable qui facilitera notre évolution, pour notre bonheur et celui de l'humanité.

Voici un exemple personnel qui pourra illustrer ce mécanisme.

Il y a encore peu d'années, j'étais chef d'entreprise. Mon entrée réelle sur la Voie spirituelle s'est faite à la suite de la faillite de mon entreprise. Ma vie était alors essentiellement tournée vers la constitution d'un capital

matériel, et je sacrifiais allègrement à cette ambition épouse, famille, amis, santé, etc.

Un jour, à la suite d'un concours de circonstances soudaines et imprévisibles, je me retrouvai en état de cessation de paiement, et la faillite suivit quelques semaines plus tard.

Ce fut pour moi un grand choc et le point de départ d'une profonde et fondamentale remise en question. Je devais comprendre qui j'étais, assimiler les leçons qui m'étaient données par la vie et en tirer les enseignements appropriés.

C'est alors que, en pleine dépression, j'entrepris un travail sur moi-même, y mettant toute l'énergie que j'avais auparavant déployée pour réussir sur le plan matériel. Si l'on m'avait dit, à cette époque, que je serais aujourd'hui en train d'écrire ce livre, j'aurais traité la personne de « folle à lier ».

En allant toujours plus avant dans la connaissance de moi-même, j'en suis venu à comprendre que ces pénibles événements de ma vie avaient été générés par moi-même, pour me faire prendre conscience d'un certain nombre de problèmes.

J'en remerciai Dieu et mes Guides, ces Êtres de lumière qui m'accompagnaient. Je compris alors que je devais me remercier moi-même de m'être donné la possibilité de vivre ces événements et d'en tirer la quintessence.

Une fois réalisée cette prise de conscience et ayant décodé un certain nombre d'archétypes émotionnels qui me coupaient de la Source, je me retrouvai placé sur une énergie d'amour. Amour et acceptation de moi-même. Amour du Plan divin. Amour et compréhension pour les personnes qui m'avaient accompagné sur ce chemin et que j'avais fait souffrir.

Amour pour les Êtres de lumière qui sont à mes côtés et, enfin, amour de Dieu.

À partir de ce moment s'est opérée une véritable transmutation de ma vie. Je recommençai à travailler et à subvenir à mes besoins, si bien qu'en quelques semaines je parvins à une modeste autonomie financière. Quelques mois plus tard, je me mis à parler, comme par hasard (!) des couleurs qui avaient été et qui sont toujours pour moi mon principal support de compréhension. En même temps, je constatais que plus je me plaçais dans l'énergie du cœur, plus mon travail m'apportait le confort matériel. En fait, ce qui se passait, c'est que je ne me plaçais plus dans le « vouloir », mais réellement dans une situation de « lâcher-prise ».

De plus, le travail de transmission des couleurs se développa rapidement, me donnant également les moyens matériels de mettre en œuvre cet aspect de ma mission.

Si j'ai voulu vous raconter mon histoire, c'est pour vous montrer que, même à travers les expériences les plus pénibles, si nous réalisons un travail de décristallisation des émotions et que nous prenons la Voie du Cœur, nous nous retrouvons en harmonie avec les Lois universelles et nous obtenons ce à quoi nous avons tous droit : le bonheur, le bien-être et l'harmonie.

Il y a cependant un dernier aspect que je voudrais partager avec vous.

Je sens parfois les choses se tendre autour de moi, tant sur le plan professionnel qu'amical, un peu comme si le chemin que je parcourais se durcissait. Cette perception est toujours pour moi le signe que je suis moins en adéquation, moins en harmonie avec les Lois universelles.

Il me faut alors chercher ce qui, dans ma vie et dans mes émotions, n'est plus en équilibre. Ce n'est que lorsque j'ai mis en conscience les

facteurs qui causent cette disharmonie que l'équilibre peut se réinstaller et que je peux poursuivre ma route sans problème majeur. Parfois, cette mise en conscience ne prend que quelques heures, parfois quelques semaines, lorsque je suis vraiment têtue.

Il est évident que si je n'étais pas à l'écoute de ces signes – comme cela a été le cas pendant une grande partie de ma vie –, et si je ne réagissais pas tout de suite, les choses et les événements se tendraient de plus en plus, jusqu'à ce qu'une crise, une rupture ou un événement majeur me fasse prendre conscience du problème.

Nous pouvons nous épargner cela, ainsi que bien des souffrances, en étant attentifs aux signes que nous donne l'Univers.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LE PÈRE

Le chakra solaire est lié au père. Le père terrestre et le Père divin.

Lorsque l'âme décide de s'incarner, elle choisit la race, le pays et le milieu social où elle va évoluer, mais surtout les deux êtres qui seront ses parents et qui seront l'image, le miroir de toutes les qualités masculines et féminines sur lesquelles elle aura à travailler durant cette incarnation. Le choix des parents correspond toujours à un des plus grands rééquilibrages karmiques que nous ayons à faire.

Mais le travail n'est pas facile et les tensions ne tardent pas à se manifester, souvent même avant notre naissance et toujours au moment de la petite enfance. Les parents connaissent bien cette période délicate de réajustement des énergies du couple et de la famille qui suit la naissance d'un enfant.

Pour le jeune enfant, les parents sont la représentation terrestre des archétypes divins du Dieu-Père et du Dieu-Mère. Ce sont « nos » dieux. Même si notre incarnation est toute récente, nous connaissons déjà très bien, de façon instinctuelle, la vibration de ces archétypes,

Hélas ! notre père et notre mère ne sont que des êtres humains, et nous sentons, sans pouvoir l'exprimer, qu'il existe une distorsion entre ces archétypes et les énergies de nos parents. Mais nous ne pouvons pas imaginer que nos parents puissent être autre chose que des dieux et, par conséquent, qu'ils puissent ne pas être parfaits, puisque nous n'avons pas encore acquis la conscience d'individuation.

Nous en concluons donc, dans nos esprits d'enfant-tout-amour, que nous sommes responsables des tensions que nous ressentons instinctivement. C'est alors que nous nous jugeons et que nous nous imputons la responsabilité de ces tensions, mettant ainsi en place un mécanisme de non-expression de nous-mêmes et de nos émotions. Ce mécanisme va continuer de fonctionner à l'âge adulte, et se traduira par une tendance au blocage émotionnel.

De plus, vu que le père physique constitue la première représentation terrestre de l'archétype du Père divin, si la relation avec le père géniteur n'est pas harmonisée, il y aura là source de blocage de la relation avec le Père divin. Cela peut même nous amener à nous couper du Père divin et à prôner un athéisme convaincu.

Inversement, cette relation avec notre père terrestre peut être complètement subordonnée à notre relation avec le Père divin, donc bien sûr, à notre mode relationnel vis-à-vis du spirituel. Ce peut être le cas des personnes ayant connu de nombreuses incarnations dans la voie spirituelle en tant que prêtres, moines ou nonnes et ayant bloqué cette voie à la suite

d'un grand choc émotionnel ou d'un profond désaccord entre leur voie et certains événements de leur vie

Nous savons, par exemple, combien l'histoire du christianisme a été marquée par l'intolérance, les meurtres et les destructions faits au nom de Dieu. Combien de cléricaux se sont alors trouvés complètement déchirés entre leur foi et leur appartenance à une hiérarchie qui était une structure de pouvoir plutôt que l'énergie d'amour. Nous reportons donc parfois cette crise spirituelle sur notre père terrestre, sans comprendre que les tensions et les reproches que nous pouvons lui faire n'ont que peu de rapports avec lui.

Par ailleurs, il ne faut pas oublier que notre père physique est le parfait miroir de notre polarité masculine. Par conséquent, tous les éléments de la personnalité de notre père que nous refusons d'accepter, qui nous irritent ou par rapport auxquels nous entrons en opposition, sont autant d'éléments que nous n'avons pas intégrés et sur lesquels nous avons choisi de travailler en nous incarnant à travers lui.

Nous pouvons donc nous atteler à la tâche et revoir l'histoire de notre relation avec notre père à la lumière de ce fonctionnement. Ce vaste et profond sujet de réflexion peut nous permettre de mettre en conscience des blocages que nous avons peut-être toujours connus, par rapport à l'un ou l'autre de nos pères.

Pour atteindre un fonctionnement harmonieux du chakra solaire, il va donc nous falloir nous réconcilier avec nos deux pères et éliminer tout sentiment de culpabilité ou de tension par rapport à eux.

Cette notion de culpabilisation me permet d'aborder un des derniers aspects du chakra solaire, qui est le jugement.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LE JUGEMENT

Le Maître Lady Portia, déesse de la Justice et de la Miséricorde, nous dit : « Ne juge pas et tu ne seras pas jugé. »

En fait, il n'est pas de plus impitoyable juge que soi-même : « Tu n'aurais pas dû faire cela », « Tu n'as pas été à la hauteur », « Tu n'aimes pas assez », « Tu n'aimes pas assez inconditionnellement », « Tu n'es pas beau », etc.

Nous ne nous faisons pas de cadeaux ; souvent, nous sommes plus durs envers nous-mêmes que la plus impitoyable des justices. En nous jugeant, nous nous fermons des « portes », des « possibilités » que nous n'avions pas envisagées, des « ressentis » que nous ne connaissons pas, des « messages » venant d'autres plans. En fait, nous nous autolimitons.

Par ailleurs, l'énergie de jugement est une énergie lourde du chakra solaire. Nous aurons beau entreprendre une démarche d'élévation spirituelle, pratiquer une ascèse de plusieurs années sur le plan spirituel, prôner l'amour inconditionnel à cor et à cri, chaque fois que nous nous jugerons, nous abaisserons notre niveau vibratoire au niveau des énergies basses du chakra solaire, ce qui bloquera notre évolution.

Il est donc particulièrement important d'éliminer cette faculté de jugement de notre mode de fonctionnement. Mais nous ne devons pas pour autant perdre notre faculté d'analyse.

Il y a une différence fondamentale entre jugement et discernement, et cette différence se nomme « amour ». Lorsque nous sommes capables de regarder l'Autre ou de nous regarder nous-mêmes avec amour, nous

faisons acte d'amour. Nous pouvons alors faire la part des choses entre ce qui nous correspond et ce qui ne nous correspond pas.

Nous ne devons pas nous juger, car en le faisant, nous jugeons les autres. Nous devons plutôt apprendre à nous regarder avec amour (c'est le commencement de l'apprentissage de l'énergie du chakra cardiaque), tels que nous sommes ; non pas en juge, mais plutôt comme si on visitait une maison dans le but de l'acheter : nous examinons les lieux, nous constatons qu'il faut refaire la peinture de la cuisine, que le robinet de la salle de bain fuit, que le papier peint est déchiré dans la future chambre d'enfants, mais nous acceptons la maison telle quelle, en prenant la décision d'entreprendre les travaux nécessaires pour l'améliorer.

Nous ferons la même démarche en ce qui concerne notre personnalité. Nous allons considérer notre aspect physique, nos qualités, nos défauts, nos potentiels, nos faiblesses ou nos carences, et nous allons décider du « programme de rénovation » qui va nous harmoniser avec notre âme. Sans jugement, sans culpabilité, sans entrer dans nos peurs, mais avec confiance, amour et compassion, et en nous félicitant de tout le chemin que nous avons déjà parcouru et qui nous a permis d'avoir la conscience que nous avons aujourd'hui pour suivre notre chemin d'évolution.

Le « vrai » jugement est l'équilibre ; c'est la loi du karma, mais elle ne doit pas être ressentie négativement, comme trop d'Occidentaux le font. Nous en avons fait une retranscription de la notion de « péché originel » et de la notion de « Jugement dernier ». Selon ce concept, le karma aurait un caractère négatif et inexorable. Mais le karma n'est pas cela. La Loi du karma, c'est un peu comme les deux plateaux d'une balance. Lorsqu'il y a trop de poids sur un des plateaux, il faut ajouter du poids de l'autre côté pour rétablir l'équilibre.

Il s'agit de rééquilibrer les énergies et non pas de constater l'importance du déséquilibre.

En fait, c'est souvent en refusant de nous pardonner pour une action commise et en refusant de pardonner aux autres que nous allons nous constituer une « mémoire » sur le plan cellulaire et sur le plan du corps astral. Cette mémoire va nous replacer sans cesse dans des situations identiques ou ayant un rapport direct avec l'événement que nous n'avons pas « digéré ». Nous pouvons revivre indéfiniment la même situation, et pendant de nombreuses vies, sans jamais en comprendre l'origine. C'est là un aspect du karma qui est fréquemment mal perçu.

On imagine souvent les Seigneurs du karma formant un Conseil un peu effrayant, implacable, qui nous place d'une manière inexorable devant nos « méfaits ». Nous avons tendance à oublier que nous créons constamment notre futur par nos moindres pensées. Il nous faut prendre conscience que, sur le plan inconscient ou sur le plan astral, il existe des sentiments de haine, de rancœur ou d'incompréhension qui perdurent et entravent notre évolution. Nous allons alors générer des situations, voire des vies ayant un rapport avec ces événements.

L'action des Seigneurs du karma n'est pas réellement en cause, au sens où nous l'entendons généralement. Ce sont nos propres blocages émotionnels qui créent un archétype de fonctionnement entraînant les mêmes réactions devant les mêmes événements. Et nous les revivrons, aussi longtemps que nous n'aurons pas compris le mécanisme en cause et les origines du blocage.

LE CHAKRA SOLAIRE ET LA MATIÈRE ASTRALE

L'astral est le plan des émotions. Pour nous déculpabiliser par rapport à ce fonctionnement du chakra solaire, il nous faut comprendre que ce que nous ressentons à l'intérieur de nous est conditionné par la nature et la qualité de la « matière astrale » qui nous compose. C'est du type et de la qualité de cette matière que dépend la nature des émotions que nous vivons, des sentiments que nous exprimons et des désirs que nous éprouvons.

Il n'y a donc intrinsèquement rien de bien ni rien de mal en nous. Il y a seulement une certaine catégorie de matière astrale qui nous permet de vivre ce que nous vivons. Il n'est pas question ici d'éthique, de bien ou de mal, de jugement. Les sentiments que nous exprimons ne peuvent qu'être en adéquation avec le type de matière astrale qui nous compose. Le travail à faire en est donc un d'entraînement sur ce corps lui-même, de manière à le transmuter et à élever son niveau vibratoire afin de modifier la nature des émotions qui nous accompagnent.

Les émotions ne sont pas le résultat d'une génération spontanée. Elles sont provoquées et initiées par quelque chose et elles se développent dans un milieu favorable, qui est notre propre terrain. Il nous faut donc saisir la genèse de ces émotions afin de comprendre que ce sont les forces existant sur le plan astral qui en sont la cause. Ce sont elles les responsables de sa progression, de son développement et de son expression.

Il ne nous viendrait pas à l'idée de nous inscrire au marathon de New York si nous n'avions pas suivi un entraînement intensif et prolongé. Et il ne nous viendrait pas à l'esprit de commencer cet entraînement si nous avions un problème chronique aux genoux.

Le corps émotionnel est comme le corps physique. Nous ne pouvons pas espérer devenir un champion olympique en haltérophilie si nous n'avons pas suivi un entraînement adéquat. De façon plus spécifique, si

nous participons à une compétition d'haltérophilie sans avoir la morphologie requise, nous pouvons nous attendre à d'amères déceptions et à de sérieux problèmes physiques.

Le corps émotionnel fonctionne de la même façon. La nature des émotions ressenties et la manière dont nous les percevons ou les exprimons dépendent de l'état d'évolution dans lequel nous nous trouvons. Il nous faut donc faire un travail d'apprentissage et d'entraînement de notre corps émotionnel. Nous ne demanderons pas à notre corps astral de vivre des émotions qu'il est incapable d'assumer, pas plus que nous n'essaierons de porter un poids de 150 kilos ou de courir 40 kilomètres sans être entraînés.

Nous savons pourtant instinctivement quelles sont nos possibilités. Nous ne pouvons demander à notre corps émotionnel de vivre des niveaux vibratoires qui ne sont pas les nôtres, à moins de l'avoir amené progressivement, par une ascèse et un entraînement, à un niveau lui permettant de recevoir et de comprendre ces énergies.

Il faut dire que 90 % des maladies physiques sont liées à des émotions non acceptées ou mal digérées, qui se sont cristallisées au niveau du corps astral. Lorsque nous entretenons des rancunes et des rancœurs, cette énergie émotionnelle produit des toxines. Celles-ci prennent possession de notre sang, pouvant causer un empoisonnement ou des maladies telles que la mononucléose et le sida.

Nous devons donc apprendre à nous connaître, à être à l'écoute de ce plan émotionnel, à reconnaître et à admettre les qualités et les limites de notre être. Nous nous soumettrons ensuite à un programme d'entraînement en vue d'améliorer la situation, en tenant compte des paramètres qui nous composent.

C'est à ce moment que nous pourrons réellement nous consacrer à la connaissance et à l'acceptation de l'Autre, lesquelles, vous l'avez déjà compris, passent par la connaissance et l'acceptation de soi-même.

Malheureusement, les aspirants spiritualistes fonctionnent souvent à l'inverse. Ils font quelques exercices et quelques méditations et, n'obtenant pas immédiatement des résultats spectaculaires, ils abandonnent en se disant que « ça ne marche pas ».

Comme le corps physique, le corps astral doit être entraîné et c'est grâce à cet entraînement que nous pourrons acquérir un certain nombre de perceptions ou d'extensions de conscience, ce qui nous apportera une nouvelle compréhension de notre place dans l'Univers. Mais il nous faudra alors discerner quelle est la part de l'*ego* dans tout cela.

LE CHAKRA SOLAIRE ET L'*EGO*

Qu'est ce que l'*ego* ? Sur le plan de la compréhension énergétique, l'*ego* est la synergie des trois premiers chakras, les chakras « matière », ainsi que je les ai surnommés. En fait, l'*ego* est l'énergie commune des trois chakras de la personnalité que sont le chakra de base, le chakra sacré et le chakra solaire.

Illustrons cela par un exemple.

L'*ego* est comme une maison. Il y a la salle à manger, la cuisine, la chambre. Il y a aussi les meubles qui sont dans les pièces, les vêtements qui sont dans les placards, etc. C'est confortable, sécurisant. Un véritable cocon. Nous nous sentons bien dans ce lieu, nous ne voulons pas le quitter.

Entreprendre un cheminement initiatique va consister, dans un premier temps, à déplacer les meubles de la maison, puis, dans un second temps, à nous débarrasser probablement de ces meubles. Enfin, il y a de fortes chances que nous quittions la maison pour emménager dans une autre qui sera la « maison de l'âme ».

Évidemment, l'*ego* n'aime pas cette situation. L'*ego* n'aime pas tout ce qui remet en question sa position. Il sait intrinsèquement qu'à partir du moment où nous nous engageons dans ce processus, nous allons un jour ou l'autre changer de maison.

Comment alors ne pas se laisser manipuler par le plan astral et par l'*ego* ? Tout d'abord en prenant conscience que la peur associée à la perte de l'*ego* vient de ce que nous craignons ce qui est différent de nous, ce qui ne nous correspond pas.

En fait, il s'agit de la peur de l'Autre. Car en se mettant en communication avec ce qui est différent de nous, nous en venons à modifier graduellement notre façon d'être. C'est à ce moment que notre *ego* intervient, refusant la différence, source de transformation du mode de fonctionnement confortable et bien établi qui est la charpente de l'existence de l'*ego*.

Il s'agit donc d'une remise en question de l'*ego*. Se sentant coincé, celui-ci défendra pied à pied les positions conquises et il fera tout pour enclencher un processus de négation de la différence, de manière à protéger son existence.

C'est lui qui nous fera dire, par exemple, à la suite d'un stage où les prises de conscience ont été très nombreuses et ont provoqué une grande fatigue physique (signe bien connu de décristallisation physique) : « *Cet*

instructeur est néfaste pour moi. Je sors toujours fatigué de ses stages. J'arrête ». L'*ego* a alors gagné.

C'est encore lui qui fait qu'une panne de voiture se produit au moment où nous allons rencontrer quelqu'un d'important pour notre évolution ou qui fait sonner le téléphone ou la sonnette de la porte d'entrée chaque fois que nous allons nous consacrer à la méditation ou à l'étude.

Autant de manifestations d'un *ego* qui, se sentant menacé, défend son territoire.

Je vous propose maintenant une première ascèse du chakra solaire. Il s'agit de se mettre en relation de communication, c'est-à-dire de ressentir respect et sympathie pour ce qui est différent de nous. Ce faisant, nous arriverons à découvrir, dans ces différences, cette chose qui nous manque afin de nous en enrichir. Nous la regardons alors avec amour et nous l'intégrons. Nous ferons ainsi nôtre cette phrase de Saint-Exupéry, dans *Le petit prince* : « Si tu diffères de moi, mon frère, loin de me léser, tu m'enrichis. »

Il est cependant important de s'écouter avant de commencer ce travail. Il faut s'arrêter pour prendre conscience de nos capacités et de nos limites. Savoir que sur le plan émotionnel, nous pouvons vivre certaines choses et avoir besoin de certaines autres, et l'admettre. Si nous ne procédons pas ainsi, nous nous exposons à un effondrement de nous-mêmes (dépression nerveuse), qui consiste en une rupture de communication entre le corps physique, l'*ego* et l'âme.

Ne nous imposons donc pas, sur le plan émotionnel, des choses que nous ne sommes pas capables d'assumer. Évaluons plutôt ce que nous sommes et quels sont nos besoins. Considérons dans quelle mesure et de

quelle manière nous pouvons remplir les exigences de notre corps émotionnel. Sans *a priori* sur son fonctionnement.

UN PREMIER EXERCICE INITIATIQUE SUR LE CHAKRA SOLAIRE

Je vous propose maintenant un excellent exercice qui était donné dans certaines écoles occultes, notamment dans l'école initiatique de Pythagore, après de longues années d'études. Il s'agit d'un exercice de rétrospection.

Il peut être fait chaque soir, avant de s'endormir. En l'effectuant, nous ressentons pratiquement ce que nous vivons dans la première phase *post-mortem*, la période qui suit la mort physique.

Il s'agit de revoir à rebours les événements de la journée et de constater les moments où nous n'avons pas suivi la Voie de la Lumière. Nous éveillons à nouveau toutes les énergies négatives qui ont été générées au long de la journée, les revivons sur le plan émotionnel et les regardons.

Nous faisons ensuite remonter ces énergies au niveau du cœur, activons dans le chakra cardiaque un feu qui va brûler ces émotions, c'est-à-dire que nous créons en nous un sentiment d'amour par rapport à ces émotions.

Attention, il est important de ne pas éveiller de sentiment de culpabilité. Cela constituerait un recul pour notre évolution. Il suffit de faire un constat, de regarder les choses et les événements et d'en tirer les enseignements appropriés.

Nous examinons ensuite les événements agréables de la journée, les moments où nous avons été Lumière ; nous les plaçons dans la Lumière et

éveillons en nous un sentiment d'exaltation par rapport au Divin. En agissant ainsi, nous rééquilibrions – et de façon quasi totale – le karma que nous avons créé durant la journée.

QUALITÉS ET DÉFAUTS ASSOCIÉS AU CHAKRA SOLAIRE

Les défauts associés à un dysfonctionnement du chakra solaire sont les suivants :

- ◆ la tendance à la déception ou au défaitisme ;
- ◆ le manque de sens des responsabilités ;
- ◆ la rupture de la communication ;
- ◆ la peur de tout ce qui est différent de nous, de tout ce qui ne nous ressemble pas ;
- ◆ la séparation entre le corps et l'âme, ce qui entraîne la dépression et la maladie mentale ;
- ◆ l'hypersensibilité ;
- ◆ la voyance, dans sa forme non maîtrisée ;
- ◆ le passage dans le bas-astral ;
- ◆ la peur et l'angoisse ;
- ◆ l'égoïsme et la jalousie en amour ;
- ◆ l'appui exagéré sur autrui ;
- ◆ la partialité ;
- ◆ la colère ;
- ◆ le jugement précipité ;
- ◆ l'agressivité.

Les qualités associées à l'énergie du chakra solaire sont :

- ◆ la dévotion, qui est la communication avec les plans supérieurs ;
- ◆ l'amour ;
- ◆ la tendresse ;
- ◆ l'intuition ;
- ◆ la loyauté ;
- ◆ le respect.

Quant aux qualités à acquérir dans le cadre d'une ascèse du chakra solaire, ce sont :

- ◆ le sacrifice de soi ;
- ◆ la pureté ;
- ◆ la tolérance ;
- ◆ la sérénité ;
- ◆ l'équilibre dans la vie ;
- ◆ la communication.

2 - Élément correspondant au chakra solaire : le feu

La plupart des aspects symboliques du Feu sont présents dans la philosophie hindoue, qui lui attribue une importance fondamentale.

Agni, *Indra* et *Sûrya* sont les feux des mondes terrestre, intermédiaires et célestes, symbolisés par le feu ordinaire, la foudre et le soleil.

Il existe deux autres feux, celui de la pénétration et de l'absorption (*Vaishvanara*), et celui de la destruction (un des aspects d'*Agni*). La Tradition nous dit également que Brahma est identique au Feu.

Dans le Yi-King, le Feu symbolise l'esprit, qui est aussi le souffle et la connaissance intuitive.

En Occident, le Feu est le symbole de la purification et de la régénération. Dans la liturgie catholique, le Feu Nouveau est célébré à Pâques.

Saint Martin disait : « *Un homme est feu ; sa loi, comme celle de tous les feux, est de dissoudre (son enveloppe) et de s'unir à la source dont il est séparé (Dieu).* » Le Bouddha nous parle également du feu intérieur, qui est à la fois Connaissance, Illumination et destruction de l'enveloppe.

Le Feu permet d'amener les énergies à l'état subtil, par combustion de l'enveloppe grossière. Certaines crémations rituelles trouvent leur origine dans l'acceptation du Feu en tant que véhicule du monde des vivants pour atteindre le monde des morts.

Les rites de purification par le Feu sont des rites de passage. Dans les rites initiatiques de mort et de renaissance, le Feu s'associe à son principe antagoniste, l'Eau. La purification par le Feu y est complémentaire de la purification par l'Eau.

Le Feu possède une valeur symbolique de purification et d'illumination. En cela, il est le prolongement igné de la Lumière.

En sanscrit, « feu » et « pur » se traduisent par le même mot. Le sanscrit rattache à ce symbole les rites d'incinération, le soleil, les feux d'élévation et de sublimation, ainsi que tout feu qui transmet une intention de purification et de lumière.

Le symbolisme du Feu serait l'étape la plus importante de l'intellectualisation du Cosmos, qui nous éloigne de plus en plus de la condition animale.

H.P. Blavatsky écrit ceci, dans *Doctrine secrète* :

« Le Feu est la réflexion la plus parfaite et la plus pure, au ciel et sur la terre, de la Flamme Une. C'est la vie et la mort, l'origine et la fin de toute chose matérielle. C'est la Substance Divine. » [...] « Notre Terre et l'homme sont les produits des Trois Feux. »

Alice Bayley, dans son livre *Un Traité sur le Feu cosmique*, distingue trois feux, qui sont la base de tout l'enseignement transmis par le Maître Djwal Khul :

- ◆ Les Feux internes : Feu par friction
- ◆ Le Feu du mental : Feu solaire
- ◆ Le Feu de l'esprit : Feu électrique.

Nous serons amenés à étudier ces notions en détail lors d'un prochain livre sur l'Initiation par le Feu.

3 - Nombres associés au chakra solaire : le 8 et le 22

LE NOMBRE 8

Le nombre 8 est connu universellement comme le nombre de l'Équilibre cosmique. Ce symbolisme de l'équilibre central est aussi associé à la Justice.

L'octogone symbolise la sagesse infinie qui revêt des formes innombrables et se trouve au centre de tout effort spirituel, de toute éducation et de toute recherche.

Dans la tradition chrétienne, le nombre 8 est le symbole de l'achèvement et de la complétude. C'est le nombre du Christ. Le huitième jour est celui de la résurrection et de la transfiguration, celui qui annonce la future ère éternelle. Il correspond au Nouveau Testament ; il annonce la béatitude du monde futur dans un autre siècle.

Le 8 couché est le symbole mathématique de l'infini. Le nombre 8 est le nombre de la transformation de la matière en Esprit, de la transmutation du corps et des valeurs, de la résurrection. C'est le nombre de la spiritualisation de la matière et celui de la générosité.

MOTS CLÉS RELIÉS AU NOMBRE 8

Transformation, Transmutation
Mort, Résurrection, Renaissance
Réincarnation
Matière, Pouvoir
Karma, Sciences occultes
Ombre, Cauchemar, Angoisse
Chemin, Passage
Fétichisme, Attachement
Cristallisation
Baptême, Bénédiction.

LE NOMBRE 22

Le nombre 22 est un Maître nombre. Il symbolise l'ensemble du temps écoulé, depuis le début de la création jusqu'à l'achèvement de l'organisation du monde. Il est la conclusion de l'œuvre du Créateur, le terme des paroles, le chiffre de l'Univers.

Ce nombre est celui de la Mission. Il construit pour l'Universel et pour l'Humanité. Il peut aussi être un nombre de manipulation.

MOTS CLÉS RELIÉS AU NOMBRE 22

Constructeur, Humaniste

Mage, Chaman

Errance

Recherche de l'Absolu

Conquête du monde

Amour cosmique

Initiation

Magie, Forces occultes

Service à l'Humanité.

4 - Couleurs correspondant au chakra solaire : le jaune et l'or

LA COULEUR JAUNE

De toutes les couleurs, le jaune est la plus lumineuse. Elle resplendit, elle rayonne.

Elle symbolise la lumière solaire, la Lumière spirituelle. Elle est le symbole de la joie, de la gaieté et de l'éveil.

Pour les Tibétains, elle représente l'intelligence éclairée par l'illumination et par la compréhension des mystères. En Chine, le jaune est la couleur des empereurs. En Europe, c'était aussi celle des traîtres ; on peignait leur porte en jaune au XVI^e siècle.

Le jaune est le véhicule de la jeunesse, de la force et de l'éternité divine. C'est la couleur des dieux.

Pour les Tibétains, le OM a comme qualificatif *zéré*, qui signifie « doré » ; c'est de là que vient le nom « Zoroastre », qui signifie « astre d'or brillant, libéral, astre vivant ».

LA COULEUR OR

La couleur or est la couleur du Soleil. L'or est d'ailleurs le Soleil des alchimistes. Dans la symbolique religieuse, l'or est la couleur de l'amour, et cet amour est associé à la Lumière, c'est-à-dire à la Sagesse. C'est donc la couleur de l'Amour-Sagesse.

L'or est aussi la couleur du mouvement ; il unit la pensée au mouvement. C'est la couleur de l'action, mais de l'action se faisant concept. La couleur or symbolise le Verbe.

Les mots « or », « lumière » et « parole » se confondent souvent dans l'inconscient collectif. En hébreu, le mot qui désigne la lumière est *aour*, qui ressemble beaucoup au mot latin *aurum* (or) et au mot français *amour*. Le mot latin *orare* (parler) contient aussi le mot « or ».

Dans toutes les traditions, la couleur or est celle arborée par tous les intermédiaires entre le Ciel et la Terre : tous les initiateurs et les conducteurs d'âmes, ceux qui possèdent le don de convaincre et qui sont dépositaires des secrets divins.

Saint Pierre, qui a été chargé de relier les hommes à Dieu, est représenté avec des vêtements dorés. Dans la symbolique chrétienne, l'or et le jaune sont les symboles de la foi. À la fois symbole de la parole et de

la lumière, l'or était considéré comme possédant la clé du monde des vibrations.

5 - Éléments psychologiques reliés au chakra solaire

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA SOLAIRE

Lorsque le chakra solaire fonctionne harmonieusement, nous éprouvons un sentiment d'harmonie intérieure par rapport à la place que nous avons au sein de l'Univers et par rapport au rôle que notre âme a décidé de jouer lors de l'établissement de son « programme de vie ». Nous nous sentons en parfaite adéquation avec les expériences que nous vivons, quelle qu'en soit la nature. Nous nous acceptons tels que nous sommes, avec notre aspect physique, notre état de conscience, nos potentiels, nos qualités, nos défauts, nos carences, et nous utilisons ces paramètres comme un fantastique « laboratoire d'essai ». Nous acceptons les événements de notre vie, nos émotions et nos désirs comme des expériences nécessaires à notre évolution, des expériences que nous avons choisi de vivre.

Notre façon d'agir et de penser est en parfaite harmonie avec les Lois universelles, et nous nous rendons immédiatement compte du moment où cette harmonie est rompue. Nous ajustons alors nos énergies pour nous réharmoniser.

Nous sommes force de rayonnement de la lumière et transformons tous ceux qui se réchauffent à notre « lumière intérieure ».

Nos désirs s'accomplissent spontanément, car nous sommes tellement liés à la Lumière des choses que nous attirons comme un aimant ce que nous souhaitons, par le jeu de la Loi d'attraction.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA SOLAIRE

Le fonctionnement non harmonieux du chakra solaire nous met complètement sous l'influence de l'*ego*, de la personnalité. Nous nous plaçons dans le vouloir, la puissance et le pouvoir. Nous voulons tout influencer en notre faveur, contrôler notre monde intérieur et le monde extérieur, exercer notre pouvoir dans tous les domaines de notre existence. Nous ressentons une grande agitation intérieure et une profonde insatisfaction face aux événements de la vie, ce qui nous amène à multiplier les expériences. Nous ne nous rendons pas compte que c'est à l'intérieur de nous, en entrant en contact avec notre Être intérieur et notre âme, que nous trouverons la satisfaction.

On retrouve souvent les mêmes causes dans le dysfonctionnement du chakra solaire et du chakra sacré. On peut rarement rééquilibrer l'un sans rééquilibrer l'autre.

Les causes de ce dysfonctionnement sont souvent reliées à un rapport parental mal vécu et mal compris qui nous coupe de la Lumière. Ce qui entraîne comme principale conséquence le manque d'estime de soi. Nous avons souvent bridé notre personnalité et empêché nos sentiments et nos désirs de s'exprimer pour satisfaire nos parents ou nos éducateurs et nous conformer au modèle qui était le leur. Il s'en est suivi un blocage dans le développement de nos valeurs intérieures et parfois une distorsion concernant notre perception de notre propre valeur.

Nous cherchons alors à l'extérieur la confirmation de nos qualités intrinsèques, quêtant l'approbation et l'admiration d'autrui à travers nos actes et nos décisions.

Nous éprouvons d'ailleurs souvent le besoin de nous adonner à une activité intense pour masquer le problème. Nous remportons cependant un certain succès concernant la reconnaissance et la richesse extérieure, compte tenu de l'énorme quantité d'énergie que nous déployons en ce sens.

Ce mécanisme a d'ailleurs tendance à autoalimenter le processus, l'*ego* s'appuyant sur ses succès pour nous conforter dans cette fuite de nous-mêmes.

Mais le maître-mot de cet état est INSATISFACTION. Nous en voulons toujours plus ; nous ne sommes jamais capables de nous arrêter. Souvent, nous maîtrisons ou refoulons nos sentiments, les trouvant gênants ou indésirables. Nous sommes très embarrassés lorsque nous les laissons paraître car, par leur simple existence, ils remettent en question les paramètres et les barrières que nous avons si laborieusement élaborés.

Nous donnons l'impression que nos émotions sont bloquées mais, en fait, nous faisons en sorte qu'elles ne paraissent pas. Elles nous submergent néanmoins de temps en temps et nous font sortir de nos gonds. Nous explosons alors d'une colère soudaine et imprévisible ou nous nous cantonnons dans une « mauvaise humeur » qui n'a pas de réelle raison d'être.

La cristallisation de cet état se manifeste souvent par des ulcères d'estomac ou par des crises de foie à répétition (qui cachent souvent une crise de foi).

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA SOLAIRE

Lorsqu'il y a dysfonctionnement du chakra solaire, les facteurs précédents sont exacerbés. Nous entrons dans une phase de dépression nerveuse qui marque la rupture de communication entre le corps physique et l'âme.

Nous sommes donc dépressifs et sans ressort, nous retrouvant dans un état de non-vouloir, de non-désir et de non-vie. Nous rencontrons partout des obstacles qui s'opposent à la réalisation de nos moindres souhaits.

Tout est problème, et chaque problème prend des proportions énormes, sans commune mesure avec la réalité des événements. Il y a toujours quelque chose qui va de travers quand nous voulons faire quelque chose.

Le libre développement de notre personnalité a probablement été fortement « perturbé » durant notre petite enfance ; il s'est formé sur nos corps subtils des impuretés émotionnelles, des cristallisations qui ont enlevé toute force et toute spontanéité à nos actes et à nos désirs.

Conséquence : les situations difficiles produisent une grande agitation en nous, ce qui entraîne une mauvaise coordination. Nous préférons fuir plutôt que d'affronter de nouveaux défis ou de nouveaux problèmes. Nous perdons toute initiative et tout esprit d'entreprise. Les expériences nouvelles ou inconnues nous font peur.

6 - Glande endocrine reliée au chakra solaire : le pancréas

Le chakra solaire est lié, sur le plan physique, au fonctionnement du pancréas.

Comme la glande sexuelle, le pancréas a lui aussi une double fonction :

- ◇ une fonction exocrine, par la production de sucs digestifs qui se déversent dans le duodénum ;
- ◇ une fonction endocrine, par la sécrétion de l'insuline, du glucagon et de la somatostatine.

L'insuline est une hormone qui intervient dans la régulation du taux de sucre dans le sang. Le glucose est la source énergétique essentielle de l'organisme ; l'insuline est la seule hormone qui abaisse le taux de glucides et de graisses dans l'apport protéinique, et qui fait baisser le taux de glucose dans le sang. Un manque d'insuline entraîne une situation diabétique ou prédiabétique.

L'action du glucagon est diamétralement opposée à celle de l'insuline. Quant à la somatostatine, c'est une hormone produite à la fois par le pancréas et par l'hypothalamus. Elle inhibe la production des hormones de croissance assurée par la glande pituitaire ; elle peut donc influencer les facteurs de croissance.

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra solaire

Les problèmes physiques et les maladies associés au mauvais fonctionnement du chakra solaire sont les suivants :

- ◇ l'indigestion ou les crises de foie (crise de foi) ;
- ◇ les flatulences ;
- ◇ les nausées ;
- ◇ le diabète ;
- ◇ l'anorexie ;
- ◇ la dyspepsie ;

- ◆ la boulimie ;
- ◆ la dépression nerveuse résultant de la peur et non d'une psychose ;
- ◆ le stress ;
- ◆ les phobies ;
- ◆ les crampes d'estomac ;
- ◆ les ulcères d'estomac ;
- ◆ l'arthrite ;
- ◆ les rhumatismes chroniques ;
- ◆ les problèmes hormonaux ;
- ◆ les problèmes dermatologiques ;
- ◆ les problèmes musculaires ;
- ◆ tous les problèmes de la zone abdominale.

8 - Ange associé au chakra solaire : Nithael

« Roi des deux »

La fonction première de cette catégorie d'anges appelés Elohim est de sensibiliser l'être humain à l'amour, à l'esthétisme et à la beauté.

L'énergie et le pouvoir de l'ange Nithael suscitent chez l'homme un amour empreint d'une grande émotivité, de beaucoup de tendresse et de douceur, d'une importante affectivité et d'un profond respect de l'Autre.

Cette dimension de l'amour s'appuie sur un respect fondamental de l'Autre, la condition première pour assurer l'authenticité et la pérennité d'une relation amoureuse. Car l'amour ne peut s'exprimer que si nous respectons un être et ressentons pour lui une grande tendresse.

L'énergie dispensée par Nithael nous apporte une grande rapidité au

niveau mental et un souci permanent d'intégrité et de transparence. Puisque nous sommes Lumière, nous n'éprouvons nul besoin de nous cacher derrière une façade.

Selon la Tradition, l'ange Nithael lutte contre toute tendance au sensualisme et au laisser-aller, tant physique que moral, qui se traduit par un désir immodéré de luxe, de puissance, de jouissance et de luxure.

Tous ceux qui se révèlent inconstants dans leurs rapports avec les autres et ceux qui cherchent à s'approprier tout ce qu'ils désirent, pour s'en désintéresser, une fois acquis, trouveront, en faisant appel à l'ange Nithael, l'énergie nécessaire pour se réformer.

L'ange Nithael travaille sur la légitimité. Est légitime tout ce qui est en accord avec les Lois cosmiques et est illégitime ce qui ne l'est pas. En fait, après chaque période de légitimité (le pouvoir de l'âme), nous courons le risque de basculer dans l'illégitimité (le pouvoir de l'*ego*), telle une épée de Damoclès qui serait suspendue au-dessus de notre tête.

L'ange Nithael nous aide à rééquilibrer cette tendance et fait en sorte que l'harmonie puisse s'établir sur des périodes de plus en plus longues, amenant des périodes de rajeunissement. En stabilisant nos forces, l'ange Nithael nous permet de bâtir ce qui est permanent et d'éliminer ce qui est illusoire. Et cette stabilité intérieure apportera la stabilité extérieure (couple, travail, etc.). Il ne s'agit pas ici d'immobilisme, mais de mouvements s'accordant avec les rythmes cosmiques et rythmant la marche de l'Univers.

9 - *Mudrâ* associé au chakra solaire

Ce *mudrâ* nous permet de renforcer l'élément Feu et d'augmenter la chaleur du corps. Il fortifie la vue et l'action digestive ; il entretient la

vigueur du corps et augmente l'appétit ; il facilite la circulation des énergies émotionnelles et la liaison entre le chakra solaire et le chakra sacré.

On réalise ce *mudrâ* en posant sa main droite sur sa main gauche et en pliant le pouce de la main droite vers le petit doigt, en laissant une distance d'un centimètre entre le pouce et la racine du petit doigt.

On appuie ensuite doucement le pouce gauche sur la jointure du pouce droit.



10 - Méditation sur le son associé au chakra solaire

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules détendues mais non avachies...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Les mains posées sur les genoux, paumes tournées vers le ciel...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Regardez simplement le mouvement de l'air dans vos poumons...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Vous sentez peut-être des picotements, un échauffement...

Ressentez-les simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Regardez-les...

Acceptez-les...

...

Vous portez maintenant votre attention au niveau de votre chakra solaire...

Il est situé au niveau du plexus solaire, au point de jonction des côtes flottantes...

Observez-le simplement...

Regardez-le...

...

Vous voyez apparaître en son centre un point jaune...

Le jaune du Soleil...

Un jaune très vif...

Très chaud...

Le jaune des tournesols au midi d'un été...

Vous ressentez cette chaleur...

Ce soleil vous irradie...

Il pénètre par tous les pores de votre peau...

Vous ressentez sa caresse...

...

Vous faites maintenant pénétrer cette couleur, cette lumière et cette chaleur à l'intérieur de tout votre corps...

Vous sentez qu'à certains endroits cette lumière ne pénètre pas..

Certaines parties de votre corps ne se réchauffent pas au contact de ce soleil...

Ce sont toutes les parties de votre corps qui contiennent vos peurs, vos angoisses...

Vous visualisez ces parties de votre corps baignant dans la couleur jaune et vous aidez le soleil à vous réchauffer...

...

Vous sentez toutes vos peurs, toutes vos angoisses se dissoudre...

Là...

Voilà...

Vous sentez le bien-être de ces parties de votre corps qui étaient privées de soleil...

...

Vous respirez maintenant profondément quelques minutes en ressentant le bien-être et la joie d'avoir retrouvé votre sérénité...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au niveau de votre front...

Sur un point se situant entre les sourcils, un peu en arrière du front...

...

Vous visualisez un triangle équilatéral, pointe dirigée vers le bas...

Triangle pointé vers le bas, symbole de l'élément Feu.

En visualisant ce triangle, vous vous mettez en correspondance avec l'énergie de tous les archétypes liés au Feu...

...

Tout en continuant à visualiser ce triangle, vous prononcez intérieurement, sur la note de musique *mi*, le mot RAM...

Vous le prononcez plusieurs fois, pendant tout le temps de l'expiration, sans forcer votre expiration...

Vous faites sept expirations en prononçant plusieurs fois le mot RAM...

...

Vous vous laissez porter quelques instants par l'énergie de ce mantra...

...

Vous revenez doucement à la conscience de votre corps...

Vous vous étirez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

11 - Méditation sur la couleur associée au chakra solaire

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules détendues mais non avachies...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Les mains posées sur les genoux, paumes tournées vers le ciel...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Regardez simplement le mouvement de l'air dans vos poumons...

N'essayez pas de contrôler l'amplitude ou le rythme de votre respiration...

Observez-la simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Vous sentez peut-être des picotements, un échauffement...
Resentez-les simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la
plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Regardez-les...

Acceptez-les...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention sur un point situé
sous vos pieds...

Loin, très loin...

Au centre de la Terre...

Vous vous enfoncez toujours plus profondément au centre de la
Terre...

...

Et là-bas, tout là-bas, vous voyez apparaître un point rouge...

Un rouge vif...

Très vif...

Presque vermillon...

...

Et de ce point rouge, vous voyez un rayon rouge monter vers vous...

Il vous enveloppe, il vous entoure...

...

Vous ressentez son confort, sa sécurité...

Vous ressentez sa chaleur...

...

Vous retournez maintenant au centre de la Terre...

Et là-bas, tout là-bas, un point orange apparaît...

Un orange très chaud...

L'orange du Soleil Levant...
Et de ce point orange, vous voyez un rayon orange monter vers
vous...
Il vous enveloppe...
Il vous berce...
Il vous cajole.
Vous vous sentez comme dans un cocon...
...
Il vous entoure...
Il vous protège.
Vous vous sentez en communication avec votre Être intérieur...
...
Vous portez maintenant votre attention de nouveau au centre de la
Terre...
Et là-bas, tout là-bas, apparaît un point jaune...
Un jaune vif...
Le jaune des citrons...
...
Et de ce point jaune, vous voyez un rayon jaune monter vers vous...
Il vous pénètre...
Pénètre toutes les cellules de votre corps...
...
Vous sentez son rayonnement activer toutes vos cellules...
Vous sentez toutes vos peurs et toutes vos angoisses se dissoudre au
contact de ce rayon jaune...
...
Vous sentez la joie vous envahir...
Vous sentez la gaieté vous envahir...
Et vous vous laissez porter par ces sentiments...
...

Vous portez maintenant votre attention devant vous, sur la ligne d'horizon...

Loin, très loin devant vous...

...

Et là-bas, tout là-bas, sur la ligne d'horizon, vous voyez un point vert apparaître...

Un vert émeraude très beau...

Le vert des jades de Chine...

...

Et de ce point vert, vous voyez un rayon se diriger vers vous...

...

Il arrive jusqu'à vous et pénètre dans votre poitrine, dans votre cœur...

Et de votre cœur, il se diffuse dans tout votre corps...

Vous sentez son amour vous pénétrer...

Et vous prenez conscience que vous aimez tout votre corps...

...

Vous ressentez cet amour pour vous-même...

Et vous faites rayonner cet amour sur toute la Terre...

...

Vous portez maintenant votre attention loin, très loin au-dessus de votre tête, dans le ciel...

Vous allez loin, très loin...

...

Et là-bas, tout là-bas, vous voyez apparaître un point bleu...

Un bleu très doux...

Le bleu du ciel...

Le bleu de la mer...

...

Et de ce point bleu, vous voyez un rayon bleu descendre jusqu'à vous...

Ce rayon bleu pénètre par le haut de votre tête et se répand dans tout votre corps...

...

Vous ressentez bien-être...

Apaisement...

Calme...

Sérénité...

...

Vous laissez cette paix intérieure s'installer à l'intérieur de vous...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention vers ce point, au-dessus de votre tête...

Et là-bas, tout là-bas, vous voyez un point indigo apparaître...

Un indigo profond...

L'indigo d'une nuit sans lune...

...

De ce point indigo, vous voyez un rayon indigo descendre vers vous...

Il pénètre par le haut de votre tête et emplit chacune de vos cellules...

Et là, au plus profond de vos cellules, vous ressentez votre appartenance aux étoiles...

Vous retrouvez les origines de votre histoire...

Et les étoiles vous transmettent leur enseignement...

...

Écoutez la voix des étoiles...

...

Vous portez maintenant tout doucement votre attention vers ce point dans les étoiles...

Et là-bas, tout là-bas, vous voyez apparaître un point violet...

Le violet de l'améthyste, transparent, limpide...

...

De ce point violet, vous voyez un rayon violet descendre jusqu'à vous...

Il pénètre dans votre corps par le haut de votre tête...

Et là, à cet instant présent, vous commencez à ressentir votre appartenance à l'Univers...

Vous comprenez que vous êtes la manifestation de la Source...

Vous retrouvez l'Être divin en vous...

...

Vous allez maintenant tout doucement visualiser au-dessus de votre tête un oiseau...

Un oiseau blanc...

Un oiseau immaculé...

Blanc, source de toutes les couleurs...

Blanc, origine de toutes choses...

...

Cet oiseau est votre âme...

De cet oiseau descend maintenant un rayon blanc...

Un rayon étincelant de Lumière blanche...

Ce rayon blanc passe à quelques dizaines de centimètres du côté gauche de votre tête...

Il va tout doucement faire le tour de tout votre corps...

...

Il descend le long de votre épaule gauche...

De votre bras gauche...

De votre hanche gauche...

De votre jambe gauche...

...

Il descend le long de votre pied gauche et passe sous votre pied gauche...

Il passe sous votre pied droit...

Et remonte maintenant le long de votre pied droit...

Il remonte le long de votre jambe droite...

...

De votre hanche droite...

De votre bras droit...

Du côté droit de votre tête...

Et il rejoint l'oiseau blanc...

Il rejoint votre âme...

...

Remerciez votre âme des cadeaux qu'elle vient de vous donner...

...

Après ce long voyage, vous allez tout doucement revenir à vous ...

Vous vous étirez...

Vous ouvrez les yeux...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

Chapitre XI

Le chakra cardiaque

Les noces alchimiques, la naissance de l'Homme nouveau

1 - Définition et fonctions

Anâhata chakra

Mot de pouvoir : « Voici un homme dont le nom est germe. » (Jean 6, 12)

« Je suis le cep. » (Jean 15, 5)

Anâhata signifie « Point de Vie », en sanscrit. Le chakra cardiaque est le point de jonction, le « Point de Vie », le point d'équilibre entre les trois chakras situés au-dessous du cœur (le chakra de base, le chakra sacré et le chakra solaire) et les trois chakras situés au-dessus du cœur (le chakra laryngé, le chakra frontal et le chakra coronal). L'union entre les énergies matérielles et spirituelles se réalise au niveau du chakra cardiaque. Cette union se fait par l'amour. C'est pourquoi nous parlons de Noces alchimiques, le cœur étant l'« Athanor de notre être ».

Le chakra cardiaque représente le point d'équilibre entre la polarité masculine (ou l'intellect) et la polarité féminine (ou l'intuition). C'est le

centre de la croix, le point d'équilibre entre la verticalité (ou les énergies Ciel-Terre) et l'horizontalité (ou les énergies masculine-féminine).

Le travail à effectuer pour s'élever à ce niveau d'énergie est énorme, puisqu'il concerne les deux axes fondamentaux de notre être. Il demande l'équilibrage de nos polarités masculine et féminine, par un profond travail de compréhension, d'analyse et d'harmonisation, qui passera par leur acceptation et leur intégration.

La mission de l'homme sur la Terre consiste à intégrer les énergies spirituelles dans la matière, en en prenant conscience et en les harmonisant totalement avec Dieu le Père. Ce qui nous amène à donner quelques précisions.

Le travail sur le masculin et le féminin est le travail sur le père (chakra solaire) et sur la mère (chakra sacré). La prise de conscience des énergies du chakra cardiaque de même que leur intégration et leur mise en place ne pourront s'effectuer tant que ne sera pas réalisé un travail complet d'harmonisation des chakras sacré et solaire.

Certaines religions et certains enseignements ésotériques font preuve d'une profonde incohérence à ce sujet, en prônant le développement de l'amour inconditionnel et du service, sans avoir donné la possibilité à leurs adeptes de travailler sur les énergies de ces deux chakras. Je pense notamment à la religion catholique qui occulte en grande partie la sexualité, une activité régie par le chakra sacré.

LE CHAKRA CARDIAQUE, LA DEUXIÈME PORTE DU CHEMIN INITIATIQUE

L'étude des trois premiers chakras nous a permis d'établir une correspondance entre ces énergies et les éléments de la personnalité.

L'énergie du chakra solaire nous a placés devant un choix, par rapport au chemin initiatique : soit nous optons pour les plans de Lumière, soit nous privilégions le plan de l'*ego* et du pouvoir.

Avec l'énergie du chakra cardiaque, nous allons aborder une nouvelle étape du travail initiatique. Ici encore, nous nous trouvons placés devant un choix, qui est pratiquement le même que celui associé au chakra solaire : l'*ego* ou le service aux autres.

Lorsque nous installons l'énergie du chakra cardiaque, nous devenons capables de mettre notre vie au service des autres. Nous passons d'un fonctionnement consistant à attirer les choses vers nous (par l'action du chakra solaire) à une phase où nous donnons aux autres (par l'action du chakra cardiaque).

C'est une énorme force d'amour qui est ainsi exprimée ; elle ne pourra être vécue que si nos quatre polarités sont complètement équilibrées.

Le passage du chakra solaire au chakra cardiaque correspond à la Première Initiation, l'Initiation par le Feu.

Le chakra cardiaque constitue une transition entre les plans de la matière et les plans de l'âme (ou de l'esprit). En fait, l'énergie du chakra cardiaque est toujours celle du chakra de base qui s'est affinée et qui va maintenant atteindre un niveau vibratoire plus élevé. Cette énergie créatrice entre ici dans un processus de rayonnement, à travers une vibration d'amour qui se dirige vers l'extérieur comme un soleil.

Il est cependant important de comprendre que le passage à l'énergie du cœur doit se faire progressivement, comme c'est le cas lorsqu'on change de chakra ou de niveau vibratoire.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET LA DUALITÉ

Le chakra cardiaque est le chakra du contact. Il transforme les ressentis, les émotions et les situations en sentiments.

L'énergie d'amour que nous ressentons au niveau du chakra cardiaque est tout d'abord fortement colorée par l'énergie du chakra solaire. Nous sommes poussés par une énergie d'amour, tout en ayant tendance à vouloir obtenir quelque chose en retour : « Je t'aime, mais j'aimerais bien que tu m'aimes en retour. »

Ce n'est pas l'Amour inconditionnel, c'est un amour encore teinté de l'amour de soi. Il se produit alors une distorsion entre l'idée que nous nous faisons de l'amour inconditionnel – dont nous ressentons la profonde réalité et dont nous avons profondément besoin – et les sentiments qui se font jour en nous. Nous sommes déchirés par une grande tension et par une dualité persistante, si bien que la personnalité prend parfois le pas sur l'esprit.

Le conflit qui s'installe à l'intérieur de nous oppose les forces de l'amour à celles du désir, le désir étant l'expression d'une énergie qui cherche à attirer les choses pour soi et l'amour étant un don, un rayonnement vers l'autre, la transposition de son centre d'intérêt vers l'autre.

Il devient alors fondamental de comprendre que c'est par l'existence de ce conflit et par l'établissement de cette tension que s'installe l'énergie du chakra cardiaque.

Cette dualité entre les forces d'amour et celles de pouvoir qui s'opposent en nous ne doit cependant provoquer aucune culpabilité. Cette

tension est normale et saine ; elle fait partie intégrante du processus de passage aux énergies du cœur.

On ne peut vivre l'amour sans qu'il y ait expérience du désir. On ne peut aimer sans avoir « envie » d'aimer. Si nous nous culpabilisons ou portons un jugement sur nous-mêmes par rapport à cette dualité, nous renforcerons la vibration du chakra solaire.

Rappelons-nous que le chakra solaire est le chakra du jugement, de la culpabilité et de la dualité. Si nous renforçons l'action du chakra solaire, par cet acte de jugement ou ce sentiment de culpabilité, nous abaissons notre niveau vibratoire, et le travail est à recommencer.

Il nous faut donc passer par l'acceptation de nous-mêmes, de ce que nous sommes, avec toutes nos composantes, nos qualités, nos défauts et notre aspect physique, en faisant simplement le constat de ce que nous sommes.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET L'AMOUR DE SOI

Pour illustrer le piège associé au jugement et à l'*ego*, je vous propose un exemple. Supposons la situation suivante : Nous disons : « Je suis gros. » Cela est un constat. Nous ne disons pas : « Je ne suis pas beau parce que je suis gros. » Cela est un jugement.

Nous ne portons pas de jugement lorsque nous établissons seulement un état des lieux, un inventaire. Nous n'entamons pas de procès.

Nous faisons donc ce constat, notant les points sur lesquels nous voulons travailler et nous améliorer, et nous nous acceptons tels que nous sommes.

Pour nous aider dans cet acte d'amour de nous-mêmes, nous pouvons faire une ascèse du chakra cardiaque à partir de l'exercice suivant, que nous ferons tous les matins, dans la salle de bain.

Placés devant la glace, regardons-nous dans les yeux et disons-nous la phrase suivante : « JE SUIS... (notre prénom), JE SUIS, JE T'AIME. »

Par exemple : « JE SUIS DANIEL, JE SUIS, JE T'AIME. »

Il est certain qu'au début les mots auront peut-être du mal à sortir de notre gorge ou nous aurons peut-être de la difficulté à nous regarder dans les yeux, car nous ne l'avons peut-être jamais fait réellement. Nos yeux peuvent dévier ou nous avons l'impression de regarder un étranger.

Persévérons quand même ; jour après jour, nous constaterons qu'un changement s'opère.

Ce petit exercice nous aide à entreprendre cette démarche d'amour de soi et nous ouvre la porte de l'amour inconditionnel.

Sur un plan plus général, cette transition entre les énergies du chakra solaire et du chakra cardiaque donne lieu à de nombreuses maladies reliées à l'évolution, soit :

- ◆ les maladies cardiaques, qui sont le signe du passage des énergies du chakra solaire au chakra cardiaque ;
- ◆ les maladies du système immunitaire (sida), qui sont liées à la non-écoute, à l'incompréhension ou au refus de l'énergie du chakra cardiaque.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET LE PLAN MENTAL

Sur le plan subtil, le chakra cardiaque est lié au plan mental.

Le plan mental a été une composante fondamentale de l'histoire de l'humanité en distinguant les individus et leurs composantes, en faisant des êtres autonomes, bien différents les uns des autres. Le plan mental est en fait le mécanisme de la conscience par lequel l'homme se différencie et se sépare des autres. Ce mécanisme porte le nom d'« individualisation ».

L'existence et le mode de fonctionnement du mental permettent cette individualisation. Celle-ci nous rattache à l'esprit et à Dieu d'une façon extrêmement privilégiée, puisque c'est le type de liaison que nous avons nous-mêmes choisie. Et cela simplement (si je puis utiliser ce terme pour qualifier un processus aussi complexe) parce que nous sommes branchés à l'énergie universelle d'une façon unique, d'une façon qui n'appartient qu'à nous. Nous possédons tous une identité, qui est le fruit de toutes les expériences que nous avons accumulées au cours de nos incarnations. Notre identité est différente de celle des autres, comme l'est notre façon de nous « brancher » à Dieu.

Notre évolution future donnera lieu à une mutation de ce plan mental. Nous conserverons les aspects qui nous distinguent et nous différencient, de même que les aptitudes et les capacités que nous avons développées au cours de nos cinquante ou soixante dernières incarnations. Mais nous les mettrons au service d'une vie collective, d'une vie de groupe.

C'est la raison pour laquelle le Christ disait : « Tu aimeras ton prochain comme toi-même. » C'est la même raison qui a amené toutes les grandes religions à transmettre un message d'amour et à faire de l'amour leur unique message. L'amour doit devenir le langage universel, l'énergie dominante.

C'est le travail que l'humanité doit réaliser au cours des prochains siècles : faire passer les énergies du chakra solaire au chakra cardiaque ; faire passer les énergies de l'*ego* au niveau de l'amour inconditionnel et du service aux autres.

L'harmonisation de l'énergie du chakra cardiaque constitue donc un travail sur le plan mental, le plan mental inférieur, ou intellect, étant responsable de la « mentalisation » et de la rationalisation. C'est ce plan mental que nous devons activer pour développer les énergies du chakra cardiaque.

En premier lieu, nous observons comment notre mental agit et réagit, et comment il nous relie aux autres et aux forces présentes autour de nous.

Ensuite, nous nous interrogeons sur un choix fondamental. Allons-nous nous relier au plan cosmique, en connectant la matière à l'esprit ou décidons-nous de nous couper du plan cosmique, en nous reliant exclusivement aux choses de la matière ? C'est à nous de prendre la décision.

L'existence de notre individualité constitue une force incommensurable. L'acquisition de cette identité est l'objectif visé par notre choix d'entrer dans le cycle des incarnations. Mais cette individualité est aussi une faiblesse.

Nous pouvons nous poser un certain nombre de questions concernant les causes de cette force et de cette faiblesse, et sur la façon dont elles cohabitent en nous :

- ◆ Comment, personnellement, est-ce que je me branche sur cette énergie cosmique ?
- ◆ Qui suis-je ?

- ◇ De quelle façon me suis-je construit par rapport à ce schéma mental ?
- ◇ Comment ai-je bâti ma personnalité ?
- ◇ Est-ce que je me distingue et me dissocie des autres, et de quelle façon ?
- ◇ De quelle façon et pour quelle raison est-ce que je me retrouve maintenant à une étape où cette chose doit être transformée ?

C'est en répondant à ces questions et en transformant progressivement notre plan mental que nous pourrons mettre en place l'énergie du chakra cardiaque. Il s'agit là d'une approche nouvelle, en ce qui concerne notre parcours initiatique. En effet, lorsque nous avons étudié les trois premiers chakras, la première consigne était : « Faites abstraction du mental et essayez de ressentir ce qui se passe à l'intérieur de votre corps, de votre ventre. »

Aujourd'hui, nous abordons une nouvelle étape : nous fonctionnons grâce au mental. Il y a donc passage.

Nous entrons dans le passage de la première Initiation, l'Initiation par le Feu, qui sera suivie du passage du chakra laryngé au chakra frontal, c'est-à-dire de l'union consciente à l'esprit, par l'intermédiaire du mental.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET L'AMOUR INCONDITIONNEL

Essayons tout d'abord de définir ce que nous entendons par « amour inconditionnel ».

L'amour inconditionnel, comme son sens étymologique l'indique, est l'amour sans condition.

Je t'aime...

Je t'aime parce que je t'aime, mais ce n'est pas ton problème...

À la limite, tu n'as même pas à le savoir...

Je t'aime.

L'amour inconditionnel est celui qui n'espère rien et n'attend rien en retour. Mais, évidemment, pour pouvoir aimer son prochain inconditionnellement, il faut d'abord s'aimer soi-même inconditionnellement. Ce qui nous ramène à ce que nous avons déjà signalé, soit l'acceptation de soi-même.

L'énergie du chakra cardiaque éveille notre mental, de façon que nous puissions nous insérer dans une vie de groupe. Cette énergie nous amène donc à transformer notre mental afin de retrouver notre place dans le « Kosmos », ainsi que le nommaient les Grecs (*Kosmos* signifie « ordre », en grec ; chaque chose est à sa place et en interrelation avec le reste de l'Univers).

Le chakra cardiaque nous amène à intégrer la force de l'amour dans le mental ; le mental, cette énergie qui crée la séparation et la division ; le mental qui pousse les hommes à s'entre-déchirer dans leur quête de biens et de profits pour eux-mêmes plutôt que pour le bien-être de l'humanité.

Le travail effectué sur le chakra cardiaque nous permet d'introduire l'amour dans le mental et d'éliminer l'altérité et la division, tant en conservant nos propres capacités (Soi-conscience) qu'en prenant conscience que nous faisons partie d'un tout, d'un groupe.

Le travail réalisé sur le chakra cardiaque nous ramène à l'Unité, nous fait retrouver la « maison du Père ». Il nous fait retrouver l'Unité avec le Divin et nous en fait prendre conscience.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET L'ÉNERGIE DE GROUPE

Je vous propose maintenant un premier travail de réflexion. Nous allons méditer sur la place que nous occupons à l'intérieur d'un groupe, d'une collectivité. N'essayons pas de déterminer notre place par rapport à l'humanité, car nous avons trop souvent tendance à nous fixer des idéaux tellement inaccessibles, tellement loin de notre « réalité » qu'ils restent à l'état de concepts, d'idées philosophiques et ne peuvent se réaliser dans les faits.

Nous ne méditerons donc pas sur l'amour de l'humanité, mais plutôt sur un petit groupe, notamment celui qui est le plus proche de nous : la famille. Posons-nous les questions suivantes :

- ◆ Comment est-ce que je me positionne dans la famille ?
- ◆ Quelle est la place que j'occupe dans la famille ?
- ◆ Comment puis-je m'harmoniser avec ce groupe et m'y intégrer ?
- ◆ Comment puis-je changer l'orientation de ma vie en me préoccupant non pas de me promouvoir et de me développer à l'intérieur du groupe, mais plutôt de promouvoir et de développer ce groupe ?
- ◆ Comment puis-je participer à la vie du groupe, à la vie de la communauté ?
- ◆ Quel élément pourrais-je apporter et dont l'ensemble du groupe pourrait bénéficier ?

L'expression clé du chakra cardiaque est : « vie de groupe ». La vie de groupe consiste à mettre ses forces personnelles à la disposition d'un corps plus vaste, d'un corps mystique qui est l'ensemble de l'humanité,

mais qui est d'abord notre compagne, notre compagnon, nos enfants, notre famille, nos amis, etc.

En fait, l'énergie d'amour s'apprivoise d'abord entre deux individus. Cela commence par le couple, puis la famille. Ensuite seulement, nous pouvons nous ouvrir davantage à l'extérieur. Soyons donc vigilants. Ne nous lançons pas dans des opérations charitables ou charismatiques prônant l'amour inconditionnel, soignant les autres, donnant de notre temps mais en délaissant notre compagnon ou notre compagne et notre famille.

Ne partons pas à l'autre bout du monde pour soigner les miséreux si nous ne sommes pas capables d'aider le vieillard mourant de solitude qui vit à côté de nous.

Le travail que nous devons faire se trouve ICI, dans notre entourage, dans notre contexte social et culturel. Nous nous serions incarnés en Inde si nous avions dû y travailler. Et ce travail, nous devons le faire MAINTENANT, dans l'instant présent, sans attendre, en mettant à profit cette force d'amour qui bouillonne en nous.

En ne travaillant pas dans l'Ici et maintenant, nous fuyons. Cette fuite ne peut en aucun cas développer notre chakra cardiaque, car elle n'a que peu de choses à voir avec l'amour inconditionnel.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET LE RESPECT DE SOI-MÊME

Aimer, c'est apprendre à vivre pour une autre personne, c'est être capable de sacrifier son individualité et sa personnalité au profit de l'Autre, non pas en s'annihilant ou en se niant soi-même, mais en se respectant et en s'aimant.

Nous ne pourrions jamais respecter et aimer l'Autre si nous sommes incapables de le faire pour nous-mêmes. Nous irons droit à l'échec.

Il n'est donc pas question d'occulter ou de nier une partie de soi. Il s'agit de maintenir son intégrité et de l'orienter vers la communauté, qui est un champ magnétique commun. Là aussi, il est important de prendre conscience de ce mécanisme.

L'Autre se présente lorsque nous nous aimons nous-mêmes.

Dans les ateliers, ou lors de stages, Nadine et moi croisons beaucoup de personnes qui se plaignent d'être seules et de ne pas trouver la compagne ou le compagnon idéal. Toujours par la même Loi universelle d'attraction, nous n'attirons que ce qui est en nous.

Comment pouvons-nous espérer trouver l'amour si nous ne nous aimons pas nous-mêmes, si l'amour n'est pas présent en nous ? Et comment l'Autre pourrait-il nous aimer s'il ne sent pas d'amour à l'intérieur de nous ?

En fait, nous ne pouvons pas être en manque d'amour. **Nous ne pouvons être qu'en refus d'amour, en refus d'amour de soi.**

Aimer, c'est être capable de continuer à assumer notre individualité, en mettant l'accent sur ce qui nous unit à une personne plutôt que sur ce qui nous en sépare.

Il est vrai que les théories modernes concernant le fonctionnement mental et psychologique s'opposent à ce concept. On enseigne en effet aux gens à mettre en évidence leurs particularités, leur marginalité et les aspects qui les différencient des autres. C'est pourquoi tant de couples ont des problèmes de communication.

L'individuation étant maintenant une énergie parfaitement établie au sein de l'humanité, nous n'avons plus à en faire l'expérience. Nous pouvons donc la dépasser pour aller à la recherche de l'Union. Ce faisant, nous mettons en place cette vie collective, cette énergie de fraternité universelle.

Le processus d'activation de l'énergie du chakra cardiaque passe donc par les phases suivantes :

- ◇ l'identification à ce que nous sommes ;
- ◇ l'acceptation et l'expression des particularités et des qualités inhérentes à chacun de nous ;
- ◇ la compréhension et l'intégration de l'idée que nous faisons partie d'un ensemble qui est l'humanité et que c'est la vie de cet ensemble qui compte.

Pour mieux comprendre ce concept, nous allons faire une analogie avec le corps humain. Si le cœur tenait le raisonnement suivant : « C'est l'irrigation de mon propre muscle qui m'intéresse ; l'irrigation des muscles des bras et des jambes ne m'intéresse pas », les autres muscles ne seraient plus irrigués et ils mourraient. Et si tous les organes tenaient ce langage, l'anarchie s'installerait et le corps cesserait de vivre.

LE CHAKRA CARDIAQUE ET LE MYSTÈRE DE NOËL

Je voulais, avant de conclure ce chapitre, vous donner une méthodologie, une technique précise d'harmonisation du chakra cardiaque, nous permettant de mettre en place l'énergie de ce chakra, d'une manière que nous pourrions qualifier de « scientifique ».

Je vais donc reprendre une analogie proposée par Monseigneur Rafaël Payeur, concernant le Mystère de Noël.

Jésus qui naît à Noël représente l'Homme nouveau. Celui qui doit apparaître. Celui que nous devons devenir. C'est le Fils nouveau-né. Celui qui va naître dans un Nouvel ordre mondial dans un Nouvel âge. Celui que nous cherchons à bâtir.

Il va naître en nous-mêmes. C'est l'Homme nouveau. Il est ce vers quoi nous tendons en tant que conscience d'un Nouvel âge.

À ce sujet, le Nouveau Testament nous raconte le passage symbolique de Marie et Joseph, de Jérusalem à Bethléem. Ils font un long voyage. Ils quittent leur sécurité pour vivre un changement. Sur le plan symbolique, le voyage représente un changement de décor et d'environnement, propice à une transformation, à une initiation, à une extension de conscience. Le voyage permet de changer nos automatismes en nous plaçant devant de nouvelles situations, lesquelles vont entraîner de nouvelles réactions en nous.

Pour que l'Homme nouveau puisse naître en nous, il nous faut pouvoir quitter le confort, la sécurité, la facilité, nos habitudes, nos pensées et nos sentiments. Il nous faut quitter notre maison, cette maison qui est une extension de nous-mêmes, de notre personnalité. Il nous faut nous quitter nous-mêmes, quitter la « maison de l'*ego* », quitter notre *ego*.

Joseph et Marie se rendent à Bethléem dans des conditions difficiles. Marie est enceinte ; elle va bientôt accoucher, et personne ne veut les recevoir. Une femme sur le point d'accoucher fait peur. Les événements nouveaux et imprévus font peur.

Lorsque nous délaissions notre confort, nous nous trouvons devant quelque chose d'incertain, d'instable. Nous abandonnons nos « bases » et

nous nous sentons perdus. De plus, la nouvelle vibration qui se fait jour en nous fait peur à notre environnement, à notre entourage. Celui-ci ne nous comprend plus, ne nous reconnaît plus. « Tu as changé », nous dit-on.

Nous devons alors nous retirer du monde, pour vivre dans la solitude cette nouvelle naissance, pour accueillir cet Homme nouveau qui va naître. La solitude est indispensable, et les Maîtres nous le disent : « Le disciple est seul sur le Sentier ».

Dans le Mystère de Noël, Joseph est l'Homme. Il symbolise le principe masculin, le principe de l'esprit, l'intellect, le corps mental, ce qui raisonne et ce qui sépare. Marie est la Femme. Elle symbolise le principe féminin, le principe de synthèse, tout ce qui est liaison, tout ce qui relie les choses entre elles, tout ce qui les unit.

Lorsque Marie annonce à Joseph qu'elle est enceinte du Saint-Esprit, Joseph ne l'accepte pas. Il veut répudier Marie ; jusqu'au moment où un ange apparaît et lui confirme la venue de Jésus, le Fils de Dieu.

Le Fils de Dieu, l'Homme nouveau apparaît en nous par le Saint-Esprit. C'est, en quelque sorte, une graine qui arrive dans notre cœur par « génération spontanée ». Joseph n'accepte pas que l'Homme nouveau ne passe pas par lui. L'intellect, le mental ne peut accepter ce fait.

Comme Joseph, nous apprenons, par intuition ou par révélation, qu'un Homme nouveau va naître en nous. Dans un premier temps, nous refusons cet Homme nouveau, car il va naître sans que nous ayons réellement participé à sa conception, c'est-à-dire hors du mécanisme de l'intellect et du mental. Nous le refusons.

Il va nous falloir être fécondés par l'Esprit, par Dieu, pour accueillir en nous ce principe nouveau. Mais ce principe n'étant pas rattaché au

principe masculin, qui est le principe de l'intellect, ce dernier va tout d'abord le rejeter.

C'est la raison pour laquelle les ésotéristes nous disent que le salut de l'humanité va venir de la Femme. Il ne va venir en l'homme que par l'action du principe féminin de réception amoureuse et intuitive de l'énergie divine.

Nous sommes ici en présence de tout le mystère du chakra cardiaque.

L'homme matérialiste du XX^e siècle ne peut accepter que l'Homme nouveau puisse passer par une voie de naissance qui ne soit pas déterminée par le mental.

En fait, ce qu'il n'accepte pas, c'est l'énergie féminine qui est en lui ; cette énergie de l'amour et de l'intuition.

Mais attention ! Cette énergie doit s'installer en nous sans que soit rejeté le principe de l'intellect. Marie aurait pu rejeter Joseph. Elle aurait pu lui dire qu'elle n'avait pas besoin de lui. Mais elle a été heureuse de créer ce couple primordial qui a mené à la naissance et a permis l'éducation et le développement de cet Homme nouveau qu'était Jésus.

Il en est de même pour nous. L'union de l'intuition et de l'intellect, de notre polarité féminine et masculine nous permet de développer, de comprendre et d'éduquer l'Homme nouveau qui vient de naître en nous. Cet Homme nouveau aura besoin du Père, de l'intellect, comme support de son développement et de son expression D'où l'importance de Joseph. D'où l'importance du mental. Jésus naît dans une crèche, dans une mangeoire pour animaux. Cette crèche, sur le plan symbolique, détient la force animale, la force biologique qui va alimenter cet Homme nouveau.

La mangeoire symbolise la personnalité inférieure qui va alimenter l'Homme nouveau. Ce dernier va naître dans une crèche, dans une étable, loin du confort et loin de la société.

La naissance de l'Homme nouveau ne se fait pas dans les nuages ; il ne s'agit pas d'une situation désincarnée. Il naît dans sa chair, dans la vie quotidienne, en se nourrissant des énergies des trois premiers chakras. Mais comme un nouveau-né, il aura besoin d'être protégé. Cette force cardiaque, cette force d'amour a besoin d'être protégée, d'être nourrie.

Il est donc extrêmement dangereux, lorsque nous sentons cette force du chakra cardiaque s'éveiller en nous, d'exposer cette énergie à l'extérieur. Il ne nous viendrait pas à l'esprit de demander à un enfant de soulever un sac de ciment de 50 kilos ou de prendre charge d'une famille.

Tant que notre Homme nouveau ne sera pas devenu adulte, tant que l'énergie du chakra cardiaque ne se sera pas complètement installée, nous ne devons donc pas nous lancer dans des actes de transmission de cette énergie cardiaque, en adhérant, par exemple, à des groupes de guérison spirituelle.

Jésus a attendu 33 ans avant de devenir le Christ. Nous pouvons bien attendre quelques mois avant d'exprimer cette force du chakra cardiaque qui nous pousse vers l'extérieur, vers les autres.

On a placé Jésus entre le bœuf et l'âne pour le réchauffer. Le bœuf est le symbole de la fertilité et de la sexualité. C'est le Taureau, en astrologie. Cette fertilité va être mise au service du Christ. Le bœuf va souffler la vie et se mettre au service du nouveau-né.

La sexualité est mise au service de l'amour. C'est donc dans le rapport amoureux avec un être aimé que l'amour va trouver son plein épanouissement et qu'il va protéger cet amour inconditionnel naissant.

L'âne représente le vieil homme, le vieil Adam. L'âne apparaît plusieurs fois dans la vie du Christ, notamment quand il fait son entrée triomphale dans Jérusalem, quelques jours avant d'être crucifié. Il est juché sur un âne, et la foule jette des pétales de roses sous les pas de l'animal.

L'âne symbolise la tradition ancienne. L'Homme nouveau s'appuie sur son passé pour avancer. Mais ce qui fait partie du passé ne doit pas être rejeté. C'est grâce à tout ce qui a composé notre histoire, même les choses les plus difficiles, que nous sommes ce que nous sommes aujourd'hui et que l'Homme nouveau peut naître.

Cet Homme nouveau, cet amour nouveau a besoin d'une base pour se développer. Cette base, c'est l'homme ancien, l'intellect, notre histoire, sur laquelle nous nous appuyons. Le passé doit être reconnu, et c'est là que nous revenons à la notion de jugement. Pour que l'Homme nouveau puisse se développer, il doit y avoir reconnaissance et amour de soi.

Remercions-nous donc de nous être donné les expériences qui ont été les nôtres, même si elles ont été extrêmement dures et difficiles, car c'est ce qui constitue notre histoire et qui fait de nous ce que nous sommes.

Nous ne pourrions nous retrouver dans l'énergie du chakra cardiaque si nous ne nous étions pas donné la possibilité de vivre ces expériences.

Pour réaliser une ascèse du chakra cardiaque, nous allons vivre les étapes suivantes :

1. Perte de l'élément sécurité, changement de décor pour permettre à l'Homme nouveau de se trouver dans des conditions favorables à l'éveil.
2. Retrait du monde et solitude, pour laisser naître cet Homme

nouveau.

3. Blocages de l'intellect ou du mental à dépasser, celui-ci n'admettant pas que quelque chose puisse naître en dehors de lui
4. Pénétration et fécondation par le principe féminin de l'intuition qui va créer l'amour, l'Homme nouveau.
5. Union de l'intuition et du mental pour produire la force d'amour.
6. Installation de cet amour dans le quotidien, dans la famille.
7. Protection de cet amour par l'Homme ancien (ce qui nous compose), avec absence de tout jugement par rapport à soi-même et expérience de la sexualité vécue en tant que moteur de notre développement.

QUALITÉS ET DÉFAUTS ASSOCIÉS AU CHAKRA CARDIAQUE

Les défauts et les problèmes associés au fonctionnement disharmonieux du chakra cardiaque sont les suivants :

- ◆ les troubles cardiaques ;
- ◆ les maladies reliées au système immunitaire (sida, cancer etc.) ;
- ◆ les problèmes d'estomac ;
- ◆ l'amour excessif de soi-même, ou narcissisme ;
- ◆ l'excès de considération de soi-même ;
- ◆ les tendances suicidaires ;
- ◆ le refus de vivre.

Les qualités associées au fonctionnement du chakra cardiaque sont :

- ◆ le calme ;

- ◆ la patience ;
- ◆ l'amour de la vérité et de la justice ;
- ◆ la fidélité, qui est la plus belle expression de l'énergie du chakra cardiaque ;
- ◆ l'intuition ;
- ◆ l'expression de l'amour et de la compassion ;
- ◆ le service désintéressé ;
- ◆ la force de la transparence.

La force de la transparence consiste à se montrer tel que nous sommes, sans écran, sans façade et sans voile, dans l'acceptation de nous-mêmes. Pourquoi cacher quelque chose, puisque nous nous sommes acceptés et que nous aimons et acceptons toutes nos différences ? « Je puis donc me montrer à toi tel que je suis, et tu pourras m'aimer pour ce que je suis. »

Il est important d'insister sur le fait que nous ne pouvons pas nous engager dans une voie initiatique si nous ne sommes pas « initiables ». Et cela ne pourra se faire que lorsque nous aurons mis en place et harmonisé un certain nombre de centres d'énergie.

L'énergie du chakra cardiaque est une des clés de l'Initiation.

2 - Élément correspondant au chakra cardiaque : l'air

L'Air est le symbole de la spiritualisation. Victor Hugo écrivait, dans la *Légende des siècles* :

« L'être est d'abord moitié brute, moitié forêt ;

Mais l'air veut devenir Esprit, l'homme apparaît. »

L'élément Air est symboliquement relié au souffle, au vent. Il représente le monde subtil, qui sert d'intermédiaire entre le Ciel et la Terre, le monde de l'expansion, qu'emplit le souffle nécessaire à la vie des êtres. C'est le symbole de la vie invisible, le mobile universel, le purificateur. C'est le milieu de propagation de la lumière, de l'envol, du parfum, de la couleur, des vibrations interplanétaires ; c'est la voie de communication entre le ciel et la terre.

L'élément Air produit une impression intime d'allègement qui ne nous est pas donnée par le monde extérieur. Il s'agit de la conquête d'un être qui était lourd jadis, mais qui a écouté les leçons de son imagination, de son intuition et de l'illumination, et qui est devenu libre comme l'air.

3 - Nombres associés au chakra cardiaque : le 2 et le 6

LE NOMBRE 2

Le nombre 2 est le nombre de l'Autre. Le 2 signifie « tu ». Avec le nombre 2, nous quittons le JE. Ce nombre est la découverte de l'Autre, la rencontre, l'alliance. C'est le nombre d'autrui, le nombre du contrat.

Avec le nombre 2, nous prenons conscience de la réalité de l'Autre. Nous ne pouvons pas prendre conscience du JE si nous ne prenons pas conscience du TU. Nous commençons à expérimenter la dualité. Nous ne pouvons faire l'économie de l'autre.

La symbolique du nombre 2 est associée à l'opposition, au conflit, à la réflexion, à la dualité. Il symbolise soit l'équilibre réalisé, soit l'ambivalence et le dédoublement. Dans l'Antiquité, il symbolisait la Mère, le principe féminin.

Le nombre 2 est le germe tantôt d'une évolution créatrice, tantôt d'une involution désastreuse. Kant disait à ce sujet : « Agis toujours dans ta vie de telle sorte que tu considères autrui jamais comme un moyen, mais toujours comme une fin. »

Deux = *Deo* = Dieu = *Dies* = Le Jour = *Dos* = TOI

MOTS CLÉS LIÉS AU NOMBRE 2

Tendresse
Association, Coopération, Alliance
Collaboration, Équipe
Travail d'équipe
Relation, Affectivité
Couple
Amour
Combat
Obéissance, Soumission
Respect d'autrui
Cœur
Main tendue
Rencontre, Sourire.

LE NOMBRE 6

Le nombre 6 est le nombre de la création, le nombre médiateur entre le Principe et la Manifestation. En Chine, ce nombre est celui du Ciel, du point de vue de la manifestation.

Le nombre 6 est le symbole du Sceau de Salomon ou du Bouclier de David, l'emblème d'Israël. C'est l'Union de la Nature divine et de la

nature humaine, de la polarité masculine et féminine. Le Sceau de Salomon est le symbole du Grand œuvre de l'Alchimie.

Le nombre 6 est le nombre du service, de la responsabilité et de l'adaptation. C'est le nombre du service aux autres. Le nombre 6 permet de s'adapter, de négocier et de servir de médiateur entre les autres.

C'est le nombre de l'amour conjugal et du mariage.

MOTS CLÉS LIÉS AU NOMBRE 6

Service, Adaptation, Responsabilité
Conciliation, Négociation, Diplomatie
Aide, Prendre sur soi, Perfection
Perfectibilité, Mariage
Frein, Choix
Considération d'autrui
Sacrifice, Sacrifice de l'*ego*.

4 - Couleur correspondant au chakra cardiaque : le vert

Le vert représente l'éveil des eaux primordiales, l'éveil de la vie. C'est le symbole de l'espérance, de la force, de la longévité. C'est la couleur de l'immortalité.

Le vert est souvent le symbole de la complémentarité des sexes. Il représente aussi une connaissance profonde, occulte, des choses et de la destinée.

Par le phénomène de photosynthèse, le vert est à l'origine même de la vie. C'est en effet grâce à la substance verte des végétaux, la chlorophylle, que s'intègre dans les tissus vivants le carbone contenu dans l'atmosphère.

Le vert est lié à la Nature. Comparez les mots « vert », « vierge », « Vénus ».

Dans toutes les religions, le vert symbolise le premier degré de la régénération spirituelle. C'est la couleur des débuts, du printemps de la jeunesse, de l'initiation. C'est également la couleur des prophètes, et celle de Saint Jean, l'Évangéliste annonciateur de l'Esprit.

5 - Éléments psychologiques reliés au chakra cardiaque

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA CARDIAQUE

Quand notre chakra cardiaque fonctionne de façon harmonieuse, nous sommes Canal d'Amour divin, et notre cœur devient un prodigieux transmetteur d'énergie universelle, un fantastique instrument de guérison.

Les énergies du cœur nous permettent de changer le monde en unifiant, en réconciliant et en guérissant les gens autour de nous.

Nous faisons tout avec cœur. Nous manifestons une chaleur naturelle, une cordialité et une gaieté spontanées qui ouvrent le cœur des gens. Nous leur apportons joie et confiance dans la vie.

La sagesse du cœur nous permet de nous *re-con-naître* (re-naître-avec) et de nous *retrouver* (trouver de nouveau l'Énergie divine qui est en nous).

L'amour est libre de toute peur, de tout barrage intellectuel, de tout critère de beauté.

À chaque instant, nous sommes prêts à tout perdre pour l'amour de l'Autre. Les soufis disent : « mourir avant de mourir ».

Nous sommes généreux, mais sans chercher la reconnaissance. Nous agissons conformément à l'ordre cosmique, en nous acceptant et en nous aimant tels que nous sommes, et en développant la même aptitude envers ce qui nous entoure. Nous ne cherchons pas à transformer les autres. Nous les prenons tels qu'ils sont et nous leur manifestons dévouement et assistance.

Un tel amour peut prendre différentes formes, comme le Maître qui n'hésite pas à être sévère ou à renvoyer son disciple, si cela est justifié.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA CARDIAQUE

Lorsque le chakra cardiaque ne fonctionne pas de façon harmonieuse, nous donnons et nous aimons, mais en espérant, en contrepartie, amour et reconnaissance.

Le maître-mot de cette énergie est *ATTACHEMENT*. Nous sommes attachés à l'objet de notre amour et nous avons peur de le perdre. Nous avons peur de l'absence et de la mort. Nous sommes possessifs et jaloux. C'est « ma » maison, « ma » femme. Notre amour n'est pas désintéressé.

Nous avons besoin d'être rassurés, car cet amour est encore fortement empreint de la coloration du chakra solaire. Nous sommes évidemment déçus si nous ne recevons pas de contrepartie ; nous nous sentons rejetés et abandonnés.

Il peut arriver que nous soyons incapables d'accepter l'amour et la tendresse. L'expression de ces sentiments à notre endroit nous embarrasse.

Il peut également arriver que nous soyons persuadés de ne pas avoir besoin de l'amour d'autrui.

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA CARDIAQUE

Un dysfonctionnement du chakra cardiaque nous rend très vulnérables.

Nous sommes dépendants de l'amour et de l'affection des autres, et si nous ne nous sentons pas aimés, nous n'existons pas.

Nous pouvons aussi être froids, indifférents, manifester une certaine sécheresse de cœur, être « sans-cœur ». Nous sommes déséquilibrés et tristes, et nous passons par des états dépressifs.

6 - Glande endocrine reliée au chakra cardiaque : le thymus

Le thymus est une glande qui a été pratiquement ignorée jusque dans les années soixante. On sait maintenant qu'elle est le « chef d'orchestre » du système immunitaire.

Lorsque survient une situation de stress, de choc, de blessure ou d'infection, elle génère une hormone qui n'a pas encore été mise en évidence mais qui pourrait être le même agent que celui découvert dans certaines cellules lymphoïdes.

Le thymus est un facteur de tout premier ordre dans les réactions immunologiques, car il programme les cellules nommées lymphocytes-T.

Nous connaissons aujourd'hui un certain nombre d'autres fonctions du thymus. Il agit dans le phénomène de croissance ainsi que dans l'action musculaire et il dirige la circulation de la lymphe dans le corps. Il règle la circulation de l'énergie et apporte les correctifs nécessaires pour surmonter les déséquilibres.

On peut dire que cette glande sert de lien entre le corps et l'esprit. Certains problèmes affectifs sérieux (décès, divorce, séparation) sont souvent reliés à de graves perturbations immunitaires et thymiques.

Le thymus sécrète notamment une hormone appelée « facteur humoral thymique », qui restaure l'immunité cellulaire en tuant les cellules cancéreuses. Le problème se pose avec acuité à l'heure actuelle, car le sida est un dérèglement du système immunitaire. Cependant, on a pu constater que certains malades séropositifs ne contractaient pas le sida. Une attention toute particulière doit donc être apportée à la recherche scientifique qui se penche sur ce problème.

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra cardiaque

Un dysfonctionnement du chakra cardiaque cause les problèmes suivants :

- ◆ les infections de la gorge (angine) ou la grippe ;
- ◆ le surmenage ;
- ◆ l'angine de poitrine ;
- ◆ l'infarctus ;
- ◆ les problèmes coronariens ;
- ◆ la bronchite ;

- ◆ la bronchite chronique ;
- ◆ l'asthme ;
- ◆ l'aponévrosite ;
- ◆ l'épilepsie ;
- ◆ la dépression ;
- ◆ les douleurs diaphragmatiques ;
- ◆ les cancers de la peau et du foie ;
- ◆ le cancer du sein ;
- ◆ le sida ;
- ◆ toutes les faiblesses du système immunitaire.

8 - Ange associé au chakra cardiaque : Nanael

« Dieu qui rabaisse les orgueilleux »

La fonction première de cette catégorie d'anges appelés Elohim est de sensibiliser l'être humain à l'amour, à l'esthétisme et à la beauté.

L'énergie et le pouvoir de l'ange Nanael font naître un amour caractérisé par le rayonnement et l'enthousiasme. L'homme devient alors littéralement un « porteur de Lumière ». Il devient amoureux de la vie et, grâce à cet amour rayonnant, il se fait aimer.

La Tradition nous dit que l'ange Nanael lutte contre toute tendance à conserver cet amour pour soi-même et à rechercher exclusivement son propre plaisir dans sa relation avec autrui.

L'ange Nanael nous aide à nous accepter et à nous aimer. La personne qui aura pleinement développé le potentiel de son chakra cardiaque mettra les énergies de son âme à la disposition des autres et elle les servira avec le plus profond désintéressement.

L'essence de l'ange Nanael est surnommée « Communication spirituelle ». Cet ange Nanael nous place devant l'échelle qu'il nous faut gravir pour aller de la Terre au Ciel. Il oriente nos sens vers la Lumière qui fait tout comprendre et qui donne tout. Il nous donne l'impulsion nécessaire pour entrer en « communication spirituelle », à condition de le demander. La Loi dit : « Donnez à celui qui demande. »

9 - Mudrâ associé au chakra cardiaque

Ce *mudrâ* stimule l'énergie vitale et le cerveau ; il guérit les troubles nerveux, augmente l'intelligence et ouvre des horizons spirituels lorsque le chakra cardiaque est activé.

On l'exécute en joignant le pouce et l'index.

Une variante existe pour combattre les rhumatismes et l'arthrose. On l'exécute en posant le bout de l'index plié sur la racine du pouce et en laissant le pouce reposer sur l'index.



10 - Méditation sur le son associé au chakra cardiaque

Asseyez-vous confortablement, le dos droit, les épaules détendues...

Posez les mains sur vos jambes, paumes tournées vers le ciel...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Fermez les yeux...

...

Vous allez maintenant porter votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Observez-la...

Ne cherchez pas à la contrôler...

Observez-la simplement comme elle est...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention au creux de la paume de vos mains...

Observez-les simplement...

Regardez-les...

Vous ressentez peut-être des picotements, un échauffement, observez-les simplement...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Observez-les simplement...

Regardez-les...

...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Acceptez-les...

...

Vous allez maintenant appeler votre compagnon de Lumière...

Vous lui demandez d'abaisser son niveau vibratoire pour venir à votre contact...

Vous élevez simplement votre gratitude vers lui...

Vous lui demandez de vous aider dans ce travail...

...

Vous allez maintenant placer doucement vos deux mains devant votre poitrine, l'une en face de l'autre, comme si vous teniez une boule, une boule de cristal...

Vous écartez et rapprochez vos mains, jusqu'à ce que vous sentiez une certaine densité et une certaine chaleur...

Et là, entre vos mains, à la place de cette boule de Lumière, vous visualisez une boule de lumière verte...

Un vert brillant, très lumineux...

Vous faites maintenant entrer cette boule dans votre cœur...

...

Vous ressentez sa force d'amour...

Vous écoutez maintenant le battement de cette force d'amour dans votre cœur...

Vous écoutez maintenant les battements de votre cœur...

Restez quelques instants focalisé sur les battements de votre cœur...

Gardez votre esprit attentif à ce son, sans vous laisser distraire par une source extérieure...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention sur un point situé entre vos sourcils, légèrement derrière votre front...

Et là, vous allez visualiser une étoile à six branches, le Sceau de Salomon...

Étoile à six branches, archétype de l'Homme, symbole des énergies universelles rassemblées en une magnifique Création, vous-même...

...

Maintenez cette image pendant quelques instants...

...

Maintenant, en continuant de visualiser le Sceau de Salomon vous prononcez intérieurement, sur la note de musique *fa*, le mot YAM...

Vous le prononcez plusieurs fois, tout le temps de votre expiration, sans forcer votre expiration...

Vous faites sept expirations, en prononçant plusieurs fois le mot
YAM...

...

Vous vous laissez porter quelques instants par cette énergie...

...

Vous remerciez votre compagnon de Lumière de l'aide qu'il vous a
apportée...

Vous revenez maintenant doucement de ce voyage...

Vous vous étirez...

Vous ouvrez les yeux...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

11 - Méditation sur la couleur associée au chakra cardiaque

Asseyez-vous confortablement, le dos droit, les épaules détendues...

Posez les mains sur vos jambes, paumes tournées vers le ciel...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Vous fermez les yeux...

...

Vous allez maintenant porter votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Observez-la...

Ne cherchez pas à la contrôler...

Observez-la simplement comme elle est...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention au creux de la
paume de vos mains...

Observez-les simplement...

Regardez-les...

Vous ressentez peut-être des picotements, un échauffement, observez-les simplement...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention au creux de la plante de vos pieds.

Observez-les simplement...

Regardez-les...

...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Acceptez-les...

...

Vous allez maintenant appeler votre compagnon de Lumière.

Vous lui demandez d'abaisser son niveau vibratoire pour venir à votre contact...

Vous élevez simplement votre gratitude vers lui...

Vous lui demandez de vous aider dans ce travail...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention sur un endroit situé à quelques centimètres devant votre poitrine...

Imaginez une petite sphère verte...

D'un beau vert brillant, très lumineux...

C'est la symbolisation du chakra cardiaque...

...

Ressentez sa présence...

Visualisez cette couleur verte...

...

Imaginez maintenant que cette sphère verte commence à tourner sur elle-même...

Elle tourne sur elle-même de plus en plus vite...

Elle tourne...

Elle tourne et elle commence à dégager une lumière verte...

Cette lumière verte devient de plus en plus large...

...

Elle devient de plus en plus vaste et commence à se diffuser dans l'espace autour de vous...

De plus en plus, elle s'étend dans l'espace...

Elle englobe maintenant tout l'espace...

...

En gardant toujours présente à l'esprit cette sphère verte, visualisez des dizaines, des centaines, des milliers, des millions, des milliards de sphères vertes...

Elles sont tout autour de la Terre...

Ce sont tous les chakras cardiaques des êtres vivants...

...

Ressentez-les...

Vous pouvez maintenant vous mettre en relation avec toutes ces sphères vertes...

Elles se réunissent maintenant en une gigantesque lumière verte qui s'étend à l'infini...

La Terre est dans cette sphère verte...

La Lune est dans cette sphère verte...

Les étoiles sont dans cette sphère verte...

Les galaxies sont dans cette sphère verte...

Vous êtes tous réunis par ces chakras du cœur...

Laissez se diffuser cette lumière verte...

...

La Terre est le chakra cardiaque du système solaire.

C'est par la Terre que se diffuse l'Amour cosmique dans l'Univers.

...

Imaginez que cette lumière verte de votre chakra cardiaque unit tous les chakras cardiaques des êtres de la Terre...

Laissez cette énergie se diffuser sans limites...

...

Que la Paix, l'Amour et la Lumière soient dans votre cœur, soient dans votre tête, soient dans votre corps...

...

Que la Lumière, l'Amour et la Paix soient en vous et que vous soyez aussi cette Lumière, cet Amour et cette Paix, toujours diffusés davantage...

...

Parce que, de toute éternité, vous avez toujours été l'incarnation parfaite de l'Amour, et vous en devenez de plus en plus conscient par votre travail sur vous-même...

...

L'invisible est avec vous...

...

Recevez simplement cet amour dont vous êtes dignes et que vous méritez tous sans exception, en tant qu'enfants de l'Univers, en tant qu'enfants de la Grande pensée universelle et illimitée, source et origine de tout ce qui est...

...

Vous allez maintenant doucement revenir de ce voyage...

Chapitre XII

Le chakra laryngé

Comment entrer en communication avec les Énergies de lumière et les annales akashiques ; comment développer sa créativité

1 - Définition et fonctions

Vishuddha chakra

Mot de pouvoir : « *Je suis la vérité.* » (Jean 14, 16)

« *Il a purifié leur cœur par la foi.* » (Jér. 15, 9)

Vi, en sanscrit, signifie « au-delà de toute comparaison, de toute analyse, de toute discrimination, au-delà du créé » ; *Shuddha* signifie « purifié ».

Le chakra laryngé est le symbole de la pureté et de la purification. Le maître-mot de ce chakra est COMMUNICATION. Avec lui, nous allons comprendre cette phrase de la Bible : « *Le Verbe s'est fait chair* ».

Nous devons comprendre, dans le cadre de notre démarche initiatique, que le chakra laryngé est l'outil de communication de notre corps physique, et surtout celui de notre cerveau, avec tous les plans

subtils. C'est en effet par l'action du chakra laryngé que passe la compréhension des plans de Lumière et la possibilité d'entrer en communication avec eux. L'énergie du chakra laryngé nous permet de passer une nouvelle porte.

Nous avons vu qu'avec le chakra cardiaque, la polarité de notre amour changeait. Nous nous détournions alors de l'amour de nous-mêmes qui caractérisait l'énergie des trois premiers chakras (le Moi) pour entrer dans l'amour de l'Autre et l'amour de notre être, dans sa dimension divine : le SOI.

Avec le chakra laryngé, notre vibration d'amour continue à s'élever et à s'affiner. Nous comprenons peu à peu notre dimension divine. Non plus de façon intellectuelle, mais sur le plan cellulaire, dans notre chair, cette vibration divine animant la moindre de nos cellules.

Le chakra laryngé nous permet de nous engager sur le chemin qui nous amène vers la naissance de l'Être divin en nous.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET L'ÉETHER

Le chakra laryngé est relié au cinquième élément, l'Éther. Nous savons peu de choses sur cet élément, car nous quittons alors le tangible des quatre premiers éléments pour l'intangible.

Il est pourtant facile de se faire une idée de l'Éther, puisque la Tradition nous indique que celui-ci contient les quatre éléments. Il ne nous reste donc plus qu'à mettre en commun tout ce que nous savons des quatre éléments et à ajouter une notion supplémentaire.

Procédons toujours par analogie.

L'Éther, c'est un peu comme le corps éthérique ; il constitue la charpente non pas du corps physique, comme c'est le cas pour le corps éthérique, mais des quatre autres éléments. Outre les caractéristiques de ces quatre éléments, il comporte une faculté supplémentaire : celle de fournir l'énergie pour permettre aux quatre éléments d'exister. Cela nous amène à une première constatation : le chakra laryngé nous fait changer de plan.

Nous ne sommes plus sur le plan physique, à partir duquel nous pouvons « toucher » les quatre éléments. Nous nous retrouvons à un autre niveau vibratoire, moins tangible, où nous pouvons appréhender ce qu'est l'essence de ces éléments.

Grâce à l'Éther, nous allons pouvoir comprendre les mécanismes qui régissent le monde et la façon dont les énergies sont articulées entre elles. En un mot, nous allons accéder à une dimension holistique du « Créé ». Nous entrons en communication avec Dieu, dans ses aspects innombrables. En fait, nous commençons à toucher du doigt (notre doigt de lumière) l'omniscience, l'omnipotence et l'omniprésence de Dieu. Nous passons donc à un autre niveau de perception, à un autre niveau de communication.

Poursuivons notre analogie. Comme l'Éther contient les quatre autres éléments, il nous permet de découvrir « les plans derrière les plans » et d'entrer en communication avec ce que l'on appelle, dans le Nouvel Âge, les « Énergies de lumière ».

En poussant un peu plus loin l'analogie, et peut-être en exagérant, nous pouvons dire aussi que l'Éther contient « Tout ce qui est », puisque tout ce qui est « tangible » est contenu dans les quatre premiers éléments. C'est-à-dire que l'Éther, sur un niveau vibratoire plus dense, est DIEU.

Nous pouvons faire ici un parallèle avec l'action du Maître cosmique El Morya, qui est lié au chakra laryngé. Le Maître El Morya est le Maître cosmique qui recueille les idées de Dieu dans l'Esprit de Dieu, qui condense ensuite cette vibration de l'Esprit de Dieu sur les plans subtils et qui transmet enfin la Volonté de Dieu, sur le plan matériel.

Ces différentes analogies vous ont sûrement fait comprendre que le chakra laryngé nous fait changer réellement de niveau vibratoire et de monde vibratoire.

Le chakra laryngé est donc une clé, LA CLÉ du passage aux plans subtils. Avec le chakra laryngé, les cinq éléments sont transmutés en leur plus pure manifestation, en leur quintessence, et seules les énergies subtiles perdurent. En fait, on peut dire que le chakra laryngé englobe la Conscience cosmique et permet d'entrer en communication avec elle.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LE PLAN CAUSAL

Le chakra laryngé nous permet d'entrer en communication avec le plan causal dans lequel sont inscrites les causes qui déterminent les effets.

Le plan causal est le plan qui détermine ce que la Tradition appelle le karma. En harmonisant notre chakra laryngé, nous pouvons connaître notre karma, donc les « causes » de notre incarnation, et rééquilibrer celui-ci en conscience.

Le fait d'avoir accès, en conscience, au « plan des causes » nous aide à comprendre les lois « énergétiques » qui régissent le monde et à gérer ces énergies. C'est l'apprentissage de la magie blanche.

Rappelons toutefois que ce « passage » ne peut s'effectuer qu'après la conscientisation de l'énergie du chakra cardiaque. Par conséquent, il n'y a que l'Amour qui puisse nous fournir la clé qui nous donnera accès au plan des causes.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LA PERCEPTION SENSORIELLE

Le chakra laryngé est relié aux cinq sens. C'est lui qui nous donne la perception sensorielle de l'énergie vibratoire circulant dans les mondes physique et subtil ; il nous fait en même temps prendre conscience des changements qui s'effectuent dans les niveaux vibratoires environnants. D'ailleurs, le travail sur le chakra laryngé nous permet d'atteindre une nouvelle dimension dans l'utilisation de nos sens, en nous faisant voir des détails que nous ne voyions pas auparavant. Des sons, non perçus jusqu'alors, vont attirer notre attention et nous allons sentir des odeurs dont nous n'avions pas découvert toute la subtilité.

Vishuddha chakra est un enseignant cosmique. Tous les éléments sont présents en lui, et le plan terrestre peut être compris à travers lui. À son contact, une partie de la connaissance éternelle est saisie dans chaque élément, et en méditant sur lui, l'être s'élève et se libère de tous ses karmas. Nous mourons au passé et renaissons en réalisant l'unité avec le divin.

Nous allons donc étudier les facteurs de blocage et de développement associés à l'harmonisation du chakra laryngé, autrement dit nos possibilités d'entrer en communication avec les plans supérieurs. Nous constaterons alors que le facteur dominant de la non-communication avec ces plans est souvent la non-communication avec soi-même et, bien évidemment, par effet de résonance, la non-communication avec les autres.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LA PUISSANCE DU VERBE

Pour entrer dans la problématique du chakra laryngé, nous nous poserons les questions suivantes :

- ◆ Écoutons-nous les messages de notre Être intérieur ?
- ◆ Sommes-nous capables d'exprimer nos intuitions ?
- ◆ Comment le langage et le discours, par la puissance du Verbe, nous permettent-ils d'entrer en communication avec l'Autre et de partager avec lui ?

L'éveil du chakra cardiaque nous a permis de prendre conscience d'une énergie d'amour latente en nous, l'Énergie christique. Nous avons repris contact avec notre « Christ intérieur ». Mais cet amour est abstrait. Il reste une idée, un concept.

Par la mise en conscience de l'énergie du chakra laryngé, nous faisons monter cette force en nous ; le chakra laryngé lui donne corps et lui permet de s'exprimer.

La force d'amour doit être incarnée par la puissance du verbe.

Si nous ne faisons pas passer la force d'amour par la puissance du Verbe, elle ne se matérialisera pas. Nous avons tous senti la différence énergétique s'établissant entre un homme et une femme lorsqu'ils se disent pour la première fois : « Je t'aime. »

Nous pouvons prendre un autre exemple. Nous avons un projet de travail. Après maturation dans notre esprit, nous éprouvons le besoin d'en parler à un ami ou à un parent. Nous sentons alors que ce projet prend

corps, qu'il devient plus concret. C'est cela, l'action de matérialisation du chakra laryngé.

Ce qui se produit, c'est que nous changeons de type d'expérience de conscience. Les trois premiers chakras représentaient l'expérience du développement de la personnalité. Nous nous demandions alors quels étaient nos devoirs et nos responsabilités envers nous-mêmes. Les chakras cardiaque, laryngé et frontal nous font expérimenter le développement de la Conscience.

Nous nous posons alors la question : quels sont nos devoirs et nos responsabilités envers les autres ?

C'est l'étape qui correspond, dans notre développement spirituel, au passage de la deuxième Initiation. Le passage de la troisième Initiation sera réalisé plus tard, lors de la mise en conscience de l'énergie du chakra coronal. La question suivante sera alors posée : quels sont nos devoirs et nos responsabilités envers Dieu ?

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LE CORPS DE LUMIÈRE

La Conscience divine s'introduit en nous par le chakra laryngé. Le Verbe se fait chair. Le Verbe s'incarne. Par le Verbe et l'énergie du chakra laryngé, nous allons construire « le corps de l'âme », ou le « corps de lumière ».

Le « corps de l'âme » est une création et une incarnation du principe de l'amour. C'est un véhicule de Lumière qui doit nous servir après la mort physique et au moment de la résurrection et de la réincarnation. Il nous permet de faire notre voyage de désincarnation et de réincarnation en conscience, c'est-à-dire avec l'assistance de la mémoire.

Il nous sert de véhicule, de « nouveau corps », un corps inaltérable et incorruptible qui nous permet de poursuivre notre évolution.

C'est ce « corps de lumière » que les Énergies de lumière demandent à l'humanité de construire maintenant, afin que le cycle des réincarnations se fasse en conscience, que nous soyons en mesure de rééquilibrer la totalité de notre karma et de ne plus nous créer de nouveaux karmas. Mais ce « corps de lumière » peut d'ores et déjà nous servir dans notre matérialité, en permettant un travail « hors corps » de service à l'humanité.

Ce « corps de l'âme » se construit d'une seule façon, par des actes de service désintéressé, par des actes d'amour inconditionnel. Vous comprenez maintenant pourquoi tous les grands enseignements prônent l'amour inconditionnel.

Le développement de l'énergie du chakra laryngé correspond au travail de construction du « corps de l'âme ». C'est lui qui nous permet d'entrer en communication avec les Énergies de lumière. Le chakra laryngé marque en fait le début du réel développement psychique de l'homme. Nous ne nous trouvons plus dans le psychisme primaire du chakra solaire, mais dans une vibration supérieure qui nous permet d'éviter les pièges et les illusions de l'astral. (Nous verrons dans le chapitre suivant que le développement du chakra frontal permet la séparation du corps de l'âme d'avec le corps physique.)

En fait, les Énergies de lumière nous demandent de passer, par l'intermédiaire du travail sur le chakra laryngé, d'un corps corruptible à un corps incorruptible. Après le passage de la Première Initiation, nous nous tournons vers l'Autre pour établir avec lui une juste relation, une relation basée sur l'amour et la transparence. La phrase clé du chakra cardiaque est qu'il n'y a pas de plus grand amour que de donner sa vie pour ses amis. Nous acquerrons la possibilité de mourir pour l'Autre, de nous anéantir

pour nous unir à l'Autre. Cela ne sera possible que par la destruction de notre altérité, de notre dualité. Il doit y avoir transformation de la personnalité pour qu'elle devienne transparente et ne constitue plus un obstacle à la communication. Mourir pour s'unir. Mourir à nos limitations. Mourir à notre forme pour découvrir quelque chose de plus vaste. Se quitter soi-même pour s'unir à l'Autre.

L'amour est un « hors-soi ». C'est « l'âme-hors » (la mort).

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LE POUVOIR DE MATÉRIALISATION DU VERBE

Lorsque nous sommes positionnés sur l'énergie du chakra cardiaque, nous aimons l'Autre, mais sans le lui dire. Tant que nous n'avons pas verbalisé cette énergie, nous ne pouvons la matérialiser. C'est pourquoi « le Verbe se fait chair ». Le pouvoir de matérialisation est dans le Verbe. Si nous ne verbalisons pas notre amour, il reste dans les limbes. Il n'est qu'une idée, un concept.

En fait, le pouvoir du Verbe est la source de la magie. C'est le pouvoir de matérialiser les énergies, c'est-à-dire de les rendre tangibles.

Le chakra laryngé est un centre créateur. Il est relié au chakra sacré, qui est le centre de création, mais à un plan vibratoire plus bas.

Les énergies des deux chakras sont donc profondément liées, car il existe un pont entre elles. Le blocage des énergies du chakra laryngé trouve souvent sa source dans le blocage du chakra sacré. Je vous conseillerais donc, à ce stade de notre étude, de relire le chapitre consacré au chakra sacré, en ayant en tête les principaux facteurs reliés à ce chakra : alimentation, compréhension et gestion de l'énergie sexuelle, rapport avec la mère, etc.

Comme nous l'avons expliqué dans l'introduction, il serait illusoire de vouloir entreprendre un travail sur les chakras dits « supérieurs » sans avoir travaillé au préalable sur les chakras dits « inférieurs ». Il n'y a qu'à regarder l'étroite interrelation qui existe entre le chakra laryngé et le chakra sacré pour se rendre compte de la véracité de cette affirmation.

Pour connaître l'état de notre chakra laryngé, il nous suffit de constater l'état de notre relation verbale avec l'Autre.

Un bon moyen de le découvrir est de faire un bilan de l'état énergétique du chakra laryngé en nous posant les questions suivantes :

- ◆ Père, parles-tu à ton fils ?
- ◆ Fils, parles-tu à ton père ?
- ◆ Mère, parles-tu à ta fille ?
- ◆ Fille, parles-tu à ta mère ?
- ◆ Homme, parles-tu à ta compagne ?
- ◆ Femme, parles-tu à ton compagnon ?

Par « parler », il faut ici entendre « verbaliser » les choses qui nous touchent profondément, et non discuter de la pluie et du beau temps. Ces questions sont toutes simples, mais il est souvent extrêmement difficile d'y répondre. Pourquoi ? Parce que nos chakras ont reçu une programmation construite par nos vies passées, par notre éducation et par les événements de notre vie actuelle. Il y a donc une sorte d'inertie du chakra. Les chakras se trouvent à un certain niveau vibratoire et leur programmation constitue notre personnalité.

Il est parfois difficile de modifier ce niveau vibratoire, mais nous pouvons le faire par un apprentissage du langage. Comme un enfant qui apprend à parler.

Dans les écoles ésotériques, une très grande importance est accordée à la parole. Annie Besant, élève de H.P. Blavatsky, écrivait dans son livre *La Lumière sur le Sentier* : « Avant que la Voix puisse parler en présence des Maîtres, elle doit avoir perdu le pouvoir de blesser. »

Il nous faut apprendre à exprimer seulement ce qu'il y a de plus sublime dans la personnalité : l'amour du chakra cardiaque, pour que la parole prononcée puisse témoigner de cette Lumière, qu'elle puisse illuminer l'Autre et éveiller le même amour chez l'Autre. Par le Verbe, nous créons une énergie que nous mettons en circulation et qui va perdurer. Nous pouvons peut-être saisir, à ce stade, l'importance de la parole, puisque nos mots, une fois créés, vont vivre et se déplacer dans l'Univers. C'est-à-dire que chaque fois qu'une parole sera exprimée, elle voyagera jusqu'aux confins de l'Univers et aura une incidence sur la vie de l'Autre.

Dans l'ancienne Égypte, les prêtres étaient sélectionnés par la justesse de la voix. Ils étaient nommés les « Christus », les « Architectes à la Voix Juste » et ils devenaient des magiciens, c'est-à-dire des hommes capables de commander aux éléments.

Mais apprendre à parler, c'est aussi apprendre à se taire. Apprendre à vivre certains silences. Être capable d'apporter un silence, une non-parole qui a aussi son effet. Si nous voulons être capables de porter la parole, nous devons pouvoir faire sentir le pouvoir du silence.

C'est dans cet apprentissage du discours que tout se passe. Apprendre à parler, c'est retrouver l'enfant qui est en nous. C'est constater avec émerveillement qu'il se passe quelque chose, que quelque chose commence à s'installer, que des forces commencent à s'incarner.

Par le langage, nous apprenons :

- ◆ à rendre concrète une force intérieure ;
- ◆ à maîtriser ce que nous sommes réellement.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LE « VERBE INTÉRIEUR »

Nous abordons ici un deuxième aspect du chakra laryngé. Nous avons vu que la première ascèse proposée pour le chakra laryngé consistait à apprendre à dire quelque chose à l'Autre. La deuxième ascèse consiste à apprendre à se parler, à extérioriser ce que nous portons en nous.

Il convient ici de rappeler la profonde interaction qui existe entre le chakra sacré et le chakra laryngé. Si nous ne sommes pas centrés, si notre chakra sacré n'est pas en harmonie, nous avons de grandes difficultés à entrer en communication avec notre Être intérieur, avec notre identité profonde. Nous avons alors beaucoup de mal à exprimer par le chakra laryngé nos motivations profondes et nos désirs. Ne pouvant les extérioriser, nous ne pourrions pas les concrétiser, les matérialiser. C'est pourquoi la deuxième ascèse du chakra laryngé est de nous enseigner à dire ce que nous vivons intérieurement. Nous avouer ce que nous sommes, nous avouer ce que nous pensons, ce que nous vivons. Et l'exprimer, le verbaliser, pour arriver à le transformer progressivement par un travail précis sur son contenu.

Il nous faut donc apprendre à formuler ce qui se trouve à l'intérieur de nous. Pour ce faire, nous allons nous placer à intervalles réguliers devant un miroir et nous dire à voix haute ce qui est en nous. Si nous ne pouvons pas l'exprimer, nous ne pouvons pas le transformer.

Nous connaissons d'ailleurs instinctivement ce mode de fonctionnement, mais, selon le fonctionnement inverse, lorsque nous

ressentons que le meilleur moyen de se convaincre qu'une chose n'existe pas, c'est de ne pas en parler. Mais l'énergie existe, et au lieu de se matérialiser et de se transformer, elle nous détruit intérieurement. Les non-dits peuvent alors provoquer des maladies graves : ulcères, cancers, maladies cardiaques.

C'est aussi par l'activation du chakra laryngé qu'apparaissent certains problèmes reliés aux minorités, à la marginalité. L'expression des droits des marginaux et des minorités est actuellement vécue à l'échelle planétaire. Les minorités ont le pouvoir de s'exprimer de plus en plus, ce qui amène au grand jour des problèmes non résolus.

Nous pouvons nous attendre à voir apparaître de plus en plus fréquemment ce type de situation dans les années qui viennent. Ainsi seront mis en lumière des non-dits parfois séculaires.

Il ne faudra cependant pas s'affoler, car cette résurgence parfois violente, dans toutes les parties du monde, de problèmes de ce type ne sera que la manifestation nécessaire d'une dé cristallisation d'événements anciens provoquée par l'accession de l'humanité à l'énergie du chakra laryngé.

Il nous faut donc comprendre que beaucoup de problèmes surgissent, que beaucoup d'expériences ou d'états sont plus ou moins compris, tous étant rattachés à cet éveil du chakra laryngé.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET SA PRÉPROGRAMMATION

Il existe un dernier aspect du chakra laryngé, souvent mal perçu, qui n'est pas mentionné dans les enseignements traditionnels.

Le chakra laryngé étant lié à l'Éther, lequel contient les quatre éléments, une démarche visant son harmonisation doit tenir compte de notre quadruple polarité : la polarité matière-esprit et la polarité masculine-féminine. Ce qui nous ramène encore une fois au chakra cardiaque et nous montre l'importance du passage de la première initiation destinée à créer un point d'équilibre entre les quatre polarités.

Cela signifie que sans cette harmonisation des pôles masculin et féminin en nous et sans cette compréhension et cette intégration du sens profond de notre incarnation au travers de l'Esprit et de la matière, il serait illusoire de vouloir entrer en communication avec les plans de lumière.

Cela explique la grande difficulté de l'homme à harmoniser le chakra laryngé, comparativement à la femme qui arrive plus aisément à communiquer avec les énergies subtiles. Pour s'en convaincre, il n'y a qu'à voir la disparité de la représentation hommes-femmes dans les conférences d'ordre spirituel ou dans les ateliers de développement personnel.

Pourquoi ? Parce que l'homme, de par son contexte socio-éducatif, a presque toujours été amené à nier la polarité féminine qui est en lui. Nous avons tous entendu lorsque nous étions enfant : « Un petit garçon, ça ne pleure pas. Tu es trop grand pour t'asseoir sur mes genoux. », etc.

Ce contexte socio-éducatif a abouti à une négation de la féminité dans l'homme, le positionnant sur le chakra solaire, faisant de lui un émetteur plutôt qu'un récepteur.

Il est aisé de voir, par cet exemple, quelles sont les causes des ruptures de communication de nos énergies, lesquelles entraînent une difficulté de perception des Énergies de lumière. Ce n'est donc que lorsque

l'humanité aura rétabli l'équilibre entre la polarité masculine et féminine que cette communication pourra se faire naturellement.

Une personne ayant développé les caractéristiques énergétiques du chakra laryngé aura la possibilité de faire de la poésie, d'interpréter les écritures et les rêves. Cette personne sera également capable de transmettre un enseignement spirituel. Elle sera calme, sereine et pure, avec une voix mélodieuse.

Elle aura trouvé la connaissance réelle au-delà des limites du temps, des conditionnements socioculturels et de l'hérédité.

LE CHAKRA LARYNGÉ ET LE CHANNELING

Le *channeling*, expression utilisée par le Nouvel Âge pour décrire l'action de « canalisation » effectuée par les Énergies de lumière, est lié à l'action du chakra laryngé.

Nous allons d'abord définir ce qu'est la « canalisation ».

Dans un premier temps, la « canalisation » se manifeste par la réception d'impulsions, d'idées, de motivations et de décisions qui sont l'expression soit de notre Moi supérieur, ou de notre âme, soit d'Énergies de lumière utilisant notre mental et notre corps physique pour transmettre des informations ou des énergies destinées à aider l'humanité dans son évolution.

Dans un deuxième temps, le processus qui a débuté de façon relativement inconsciente devient plus conscient. À ce stade, le contact avec nos « Guides » se matérialise sur le plan mental. Il s'établit alors un dialogue entre nos « Guides de lumière » et nous, ce qui nous donne des

indications supplémentaires pour accélérer notre évolution spirituelle et aider l'humanité.

La troisième phase, de loin la plus spectaculaire, est aussi la plus connue. On la rencontre rarement, car il y a beaucoup d'affabulation chez les personnes qui se disent *channels*. Dans cette phase, un Être de lumière utilise le « canal » pour transmettre, par la parole ou par l'écriture, un enseignement spirituel destiné au plus grand nombre.

Ce qu'il est important de comprendre dans ce mécanisme, c'est qu'il peut fonctionner selon une infinité de gradations.

Le simple fait d'entrer en communication avec le plan causal fait de nous un « canal ». Mais il faut avoir fait au préalable un travail d'harmonisation du chakra laryngé, selon le processus qui a été détaillé dans le présent ouvrage. En devenant un « canal », les Énergies de lumière pourront se déverser sur nous et sur notre entourage pour nous dynamiser.

C'est la raison pour laquelle j'ai fait cette mise en garde concernant le mécanisme de « médiumnité instinctuelle » activé par le chakra solaire. Les communications établies au travers de l'action du chakra laryngé sont obligatoirement des « communications de Lumière ». Tout simplement parce que nous sommes alors « branchés » sur le plan causal.

Après avoir rééquilibré les trois premiers chakras, nous avons accompli le passage du chakra cardiaque, développant en nous l'action d'amour inconditionnel, et nous sommes enfin arrivés au début d'une communication consciente avec les plans de Lumière.

L'*ego* est donc bien loin de ce mécanisme. Et ne nous méprenons pas : si l'*ego* refaisait son apparition dans ce processus, la communication cesserait instantanément, puisque notre niveau vibratoire serait abaissé à

celui du chakra solaire. Il y aurait donc coupure de la « communication », à cause de la non-correspondance des niveaux vibratoires.

QUALITÉS ET DÉFAUTS ASSOCIÉS AU CHAKRA LARYNGÉ

Les qualités associées au fonctionnement du chakra laryngé sont :

- ◆ la sincérité ;
- ◆ la patience ;
- ◆ la prudence ;
- ◆ le calme ;
- ◆ la confiance ;
- ◆ l'ouverture d'esprit ;
- ◆ l'expression de Soi dans les choses banales de l'existence.

Le chakra laryngé nous apprend à accepter que chacun a sa vérité, que chacun a raison, sa raison, mais uniquement dans la mesure où il l'exprime et où il est capable d'en assumer les conséquences.

Les défauts associés au dysfonctionnement du chakra laryngé sont :

- ◆ l'orgueil intellectuel ou spirituel ;
- ◆ se prendre au sérieux ;
- ◆ le dirigisme ;
- ◆ la froideur ;
- ◆ le refus de communication ;
- ◆ l'inhibition ;
- ◆ la critique ;

- ◆ l'entêtement.
- ◆ Les qualités à acquérir sont :
- ◆ la sympathie ;
- ◆ la force de communication ;
- ◆ la tolérance ;
- ◆ l'acceptation de l'Autre ;
- ◆ le respect de l'Autre dans ce qu'il est.

2 - Élément correspondant au chakra laryngé : l'éther

L'Éther est le plus subtil des cinq éléments. C'est une substance qui remplit et pénètre tout l'Univers, et qui est le support particulier de la vie et du son. On l'appelle *akasha*.

Dépourvu de toute substance tangible, il est pourtant la condition indispensable de toute création ou de toute matérialisation corporelle. Il est le réceptacle de toute matière se manifestant sous la forme des quatre éléments. Il est le vide qui exclut tout mélange avec des éléments matériels. Il est l'essentiel, la quintessence de toute chose. Il est immuable, éternel et ne se prête à aucune description.

Il est aussi la mémoire de l'humanité.

3 - Nombre associé au chakra laryngé : le 3

Le nombre 3 est universellement le nombre fondamental. Il est symbolisé par le triangle équilatéral, pointe vers le haut, et également par le AUM. C'est par le nombre 3 que commence l'expression. Expression : pression vers l'extérieur.

Le nombre 3 est l'équilibre du 1 et du 2. C'est l'unité de l'Esprit, le nombre de l'Esprit. C'est aussi le nombre de l'Esprit créateur, de la communication, de l'amitié, le nombre de l'androgynie, de l'unité retrouvée.

Montaigne disait : « L'amitié, c'est l'amour moins la dualité. »

Le nombre 3 est le nombre du son, de la musique. Il est la représentation de tout ce qui existe.

MOTS CLÉS LIÉS AU NOMBRE 3

Expression, Communication

Art

Enfants, Jouer dans le jardin

Parole, Mouvement

Ange, Androgynie

Extériorisation

Impulsion créatrice

Agréable, Joie

Vie sociale

Copains.

4 - Couleur correspondant au chakra laryngé : le bleu

Le bleu est le chemin de l'infini, celui où le réel se transforme en imaginaire. La pensée consciente y fait graduellement place à l'inconsciente, de même que la lumière du jour s'y transforme insensiblement en lumière de nuit, bleu de nuit.

Domaine de l'irréalité, le bleu résout en lui-même toutes les contradictions, toutes les alternances. Indifférent, nulle part ailleurs qu'en lui-même, le bleu n'est pas de ce monde. Il suggère une idée d'éternité.

Les Égyptiens le considéraient comme la couleur de la vérité. Le bleu céleste est le seuil qui sépare l'homme de son destin. Le bleu est la couleur mariale ; il exprime le détachement et l'envol de l'âme libérée vers Dieu. Dans le bouddhisme tibétain, le bleu est la couleur de *Vairocana*, de la Sagesse transcendante, de la potentialité mais aussi de la vacuité.

Le bleu est la couleur du Yang. Il symbolise le fluide universel ou l'Éther, ou Ouranos.

5 - Éléments psychologiques reliés au chakra laryngé

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA LARYNGÉ

Lorsque le chakra laryngé fonctionne de façon harmonieuse, la force créatrice s'exprime quotidiennement, offrant ses créations sur tous les plans. Nous sommes des amoureux de la paix et nous savons faire une synthèse intelligente de notre vie actuelle et de nos incarnations passées pour les offrir au monde.

Nous exprimons sans peur nos sentiments, nos découvertes intérieures, nos faiblesses et notre force. Nous pouvons nous taire comme nous pouvons communiquer avec l'Autre, par des plans de communication et de perception autres que la parole. Nous communiquons d'âme à âme, avec une qualité d'écoute globale.

Nous trouvons les mots justes, prenons les décisions appropriées et posons les gestes cohérents, en adéquation parfaite avec la voix de notre Être intérieur et le chemin de notre âme, mais aussi en parfaite harmonie avec les Lois cosmiques.

Nous sommes capables de dire non. Nous gardons dans toute situation notre liberté, notre indépendance et notre autodétermination, et manifestons une totale absence de préjugés.

Nous recevons des messages des plans subtils et des Êtres de lumière, et nos modes d'expression ont le pouvoir de transmettre sagesse et vérité.

Nous sommes les « guérisseurs de la Terre », établissant un dialogue permanent, un « pont » avec les devas qui nous apprennent à rééquilibrer les énergies de la planète. Nous connaissons le plan des causes ainsi que les lois spirituelles qui guident les événements de notre vie quotidienne. Nous sommes des « magiciens blancs » qui transmettent la « Lumière de Dieu » dans le quotidien.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA LARYNGÉ

Un fonctionnement non harmonieux du chakra laryngé nous fait craindre les changements susceptibles de perturber la paix existante. Nous sommes attachés aux traditions et nous refusons d'innover. Nous n'osons ni parler, ni dire non, ni créer, ni exister par nous-mêmes.

Il nous est difficile d'exprimer ce que nous portons à l'intérieur de nous, nos envies, nos émotions et nos sentiments, ce qui nous empêche de réfléchir sur ceux-ci. Cela peut nous amener à accomplir des actes irréfléchis. Cette attitude peut également nous enfermer dans le

rationalisme ou nous conduire à la domination ou à la manipulation mentale.

Nous essayons de cacher nos sentiments par un flot de paroles pour masquer notre être véritable. Il nous est difficile de parler en groupe ou en public. Notre voix est mal placée, trop haute ou trop aiguë, ou encore inaudible, et notre langage peut être froid et sobre ou grossier et brutal. Nos difficultés d'expression peuvent même aller jusqu'à des troubles de langage : bégaiement ou autisme.

N'ayant pas accès à notre espace intérieur, il nous est impossible d'en percevoir les plans subtils, et nous en nions souvent l'existence.

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA LARYNGÉ

Lorsqu'il y a dysfonctionnement du chakra laryngé, nous avons les plus grandes difficultés à paraître en public, à nous présenter et à nous exprimer. Timides et introvertis, nous ne pouvons parler que de choses banales. Craignant le jugement des autres, nous nous empressons de nous conformer à leurs opinions, de crainte de devoir défendre les nôtres.

Si nous tentons d'exprimer nos émotions ou nos sentiments, notre gorge se serre et se bloque. N'ayant pas accès aux messages de notre âme, nous n'avons aucune confiance en notre intuition. Nous pouvons même aller jusqu'à nier l'existence de Dieu.

6 - Glande endocrine reliée au chakra laryngé : la thyroïde

La thyroïde sécrète deux substances hormonales : la thyroxine et la tri-iodothyronine.

Son action est extrêmement étendue. Son influence se fait sentir non seulement sur l'ensemble des organes, mais également sur toutes les fonctions : sommeil, sexualité, thermogénèse, circulation, mouvements musculaires, sensibilité, états épidermiques, action du foie et du pancréas, immunité, fièvre, etc.

Son action est également manifeste dans les sentiments, les émotions, la vitalité et l'intelligence. Les Égyptiens la représentaient par un soleil placé sur le devant du cou.

La thyroïde agit sur tout le métabolisme, réglant les différents processus cellulaires et procurant la vivacité intellectuelle et cérébrale. Elle préside l'ensemble de la vie physique, relationnelle et intellectuelle.

Son action a longtemps été mal comprise ; son mode de fonctionnement est le même que celui du système nerveux central et végétatif, à une différence près : c'est le système nerveux qui a besoin de la thyroïde pour fonctionner.

En fait, la thyroïde est la glande de l'adaptation au milieu environnant. Quand un élément extérieur agit sur nous, c'est la thyroïde qui en évalue la puissance. Si notre potentiel nous permet d'en triompher, elle s'active et place notre personnalité en état de lutte. Dans le cas contraire, elle se place en hypofonctionnement.

Elle a donc soit une action de réaction (mise en état d'activité et augmentation du processus vital), soit une action de dépression (baisse d'activité et torpeur).

LA THYROÏDE ET L'OXYDATION

La fonction essentielle de la sécrétion thyroïdienne est l'oxydation. L'oxydation cellulaire est la capacité que possède une cellule de capter l'oxygène du sang. La cellule ne peut capter cet oxygène que par l'action d'un catalyseur, qui est l'hormone thyroïdienne.

Selon la quantité d'hormone thyroïdienne émise, nous avons plusieurs possibilités :

1. En très faible quantité, les échanges cellulaires se feront lentement, les capacités fonctionnelles seront précaires. C'est le cas des hypothyroïdiens.
2. Plus importante, les échanges s'effectueront mieux, et le bon fonctionnement tendra à favoriser le développement des organes.
3. Abondante, nous assisterons à une destruction des réserves graisseuses et protéiques. Il en résultera de la fièvre, soit une hyperthyroïdie.

La thyroïde peut aussi exercer son action par voie nerveuse, sur la régulation de la température.

À la suite d'une grande frayeur, la sécrétion thyroïdienne s'arrête ; une sueur froide peut alors perler sur le front, signe d'une sollicitation nerveuse d'origine thyroïdienne.

La timidité n'est que la manifestation d'un arrêt ou d'une diminution de fonctionnement de la thyroïde. Le somnambulisme également.

L'action de la thyroïde est indispensable dans toute lutte antimicrobienne. Les réactions organiques, circulatoires et respiratoires qui accompagnent tout état infectieux sont déterminées par l'action thyroïdienne.

L'hypofonction thyroïdienne se manifeste toujours par le sommeil. Les sécrétions sont activées pendant la période d'éveil, ce qui produit une activation des cellules cérébrales qui occasionne la venue des rêves.

LA THYROÏDE, LA RESPIRATION ET LE CŒUR

Les mouvements respiratoires sont régulés par la thyroxine. Lorsque le poumon reçoit une plus grande quantité de cette hormone, le rythme respiratoire augmente, ce qui permet une meilleure oxygénation du sang.

La thyroïde renforce grandement le muscle cardiaque, d'autant plus qu'elle exerce une action vasodilatatrice sur les vaisseaux périphériques. Cette sécrétion est encore activée par l'absorption de caféine, de théobromine et de digitaline.

LA THYROÏDE ET LA VISION

La vision est complètement sous la dépendance de la thyroïde.

Il semblerait, d'après les recherches les plus récentes, que l'affaiblissement de la vision chez les personnes âgées résulterait en partie de l'affaiblissement de l'activité de cette glande, un phénomène faisant habituellement partie du processus de vieillissement.

Des personnes traitées à l'extrait thyroïdien ont affirmé que la luminosité des objets avait été augmentée.

LA THYROÏDE ET LES ÉMOTIONS

On peut dire que les hyperthyroïdiens sont essentiellement émotifs et que les hypothyroïdiens le sont peu.

Les émotions provoquent deux types d'effets. Elles peuvent :

1. Soit accélérer les processus vitaux, respiratoire et circulatoire, en provoquant conjointement une augmentation de la température, ce qui pourra se traduire par de la colère ou de la joie.
2. Soit provoquer une dépression vitale, avec ralentissement des rythmes respiratoire et cardiaque, et un abaissement de la température, ce qui pourra se traduire par la tristesse et la dépression.

La tristesse présente tous les signes d'insuffisance thyroïdienne : lenteur des mouvements, incertitude de la démarche, vasoconstriction, sensation de froid et de fatigue, faiblesse de la voix, obnubilation de l'esprit, lenteur de l'idéation.

Quant à la joie, elle est reliée à tout ce qui caractérise une activité intense de la thyroïde : vivacité et clarté d'esprit, rapidité, exactitude, puissance des mouvements, vasodilatation, brillance des yeux, sensation de chaleur et de légèreté, force et vivacité de la voix.

Pour ce qui est de la peur, elle est caractérisée par un arrêt de la fonction thyroïdienne : paralysie, raucité de la voix, frissons et sensation de froid, constriction spasmodique, yeux hagards.

La colère est caractérisée par une suractivité de la thyroïde qui stimule la surrénale : accélération et puissance des mouvements, renforcement de la voix, manque de coordination des mouvements, désir de détruire, apparition d'une certaine insensibilité.

En fait, la thyroïde se manifeste dans absolument toutes les activités cellulaires, organiques, psychologiques et intellectuelles. La dépression nerveuse, par exemple, est la manifestation d'une rupture dans la faculté

d'adaptation aux diverses situations. Or, la thyroïde est le premier organe à être atteint par le surmenage, l'échec, la peine morale, l'alimentation anarchique, etc. Elle est la « gardienne de la vie ». Elle est vraiment le lien entre le corps et l'esprit, la dépression étant une rupture hormonale entre les deux.

LA THYROÏDE, L'INTELLIGENCE ET LE LANGAGE

Thyroïde et système nerveux sont comme le recto-verso d'une feuille : impossible de les dissocier. S'il y avait ablation de la thyroïde à la naissance, cela entraînerait une atrophie totale du tissu nerveux.

En fait, le bon fonctionnement des sens et des fonctions cérébrales de même que le processus d'acquisition des premiers éléments du langage par l'imitation dépendent du bon fonctionnement de la thyroïde. Tous les éléments associés à l'acquisition du langage – formes, couleurs, mots, sons, écriture, figuration, mouvements phonétiques – sont parfaitement reliés entre eux par une mémoire automatique, qui est l'œuvre de la sécrétion thyroïdienne.

C'est cette dernière qui permet la réception, l'enregistrement, le rappel et la combinaison des images verbales ou des mots. Elle donne à l'esprit son homogénéité, sa coordination et sa puissance intellectuelle.

Compte tenu de l'importance de l'action thyroïdienne, je n'aurai pas de mal à vous convaincre de l'absolue nécessité d'harmoniser le chakra laryngé. Il nous permet de construire une régulation consciente du système thyroïdien.

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra laryngé

Les problèmes physiques et les maladies résultant du dysfonctionnement du chakra laryngé sont les suivants :

- ◇ la maladie de Basedow (hyperthyroïdie) ;
- ◇ le myxœdème (hypothyroïdie ou mongolisme) ;
- ◇ la tuberculose ;
- ◇ les palpitations ;
- ◇ les maux de gorge ;
- ◇ l'angine ;
- ◇ le rhume ;
- ◇ la jaunisse ;
- ◇ le mal de dents ;
- ◇ les troubles de la parole ;
- ◇ la timidité ;
- ◇ le somnambulisme ;
- ◇ le stress.

8 - Ange associé au chakra laryngé : Mebahiah

« Dieu Éternel »

La fonction première de cet Elohim est de sensibiliser l'être humain à l'amour, à l'esthétisme et à la beauté.

L'amour manifesté par l'homme sera empreint de valeurs intellectuelles ; il alliera le cœur et la raison, en évitant que la froide raison ne l'emporte sur le cœur.

L'ange Mebahiah lutte contre l'hypocrisie et le mensonge dans les relations amoureuses. Il amène l'aspirant à utiliser à bon escient la puissance du Verbe.

L'ange Mebahiah véhicule ce que la Tradition appelle la « Lucidité intellectuelle », laquelle se manifeste à travers les cinq sens auxquels sont transmis les principes moraux.

La morale est la parfaite harmonisation de nos actes avec les Lois universelles, et l'ange Mebahiah nous aide à comprendre ces Lois et à comprendre, par le fait même, pourquoi tel événement nous arrive, pourquoi nous contractons telle maladie, etc.

Cette compréhension nous apporte la consolation, qui est, plus que l'acceptation, une préparation à la réussite et à la santé. La mise en conscience de ces mécanismes nous permet d'être spectateurs de notre vie plutôt qu'acteurs. Par cette attitude, nous nous détachons du plan émotionnel, ce qui nous permet de prendre du recul par rapport à chaque événement de notre vie. C'est le premier pas de notre participation active dans l'Univers.

L'ange Mebahiah nous aide également à remplir nos devoirs envers Dieu. Il ne s'agit pas ici d'une sotte vénération. Dieu ne nous demande pas cela. Il nous demande plutôt de lui offrir le fruit de nos expériences sur le plan terrestre. Ainsi, notre Dieu intérieur et Lui-même apprendront de nouvelles choses sur le fonctionnement du monde physique.

9 - *Mudrâ* associé au chakra laryngé

Ce *mudrâ* stimule le sens de l'ouïe. On peut l'utiliser pour combattre les troubles chroniques de l'oreille ainsi que la surdité. Il stimule le chakra laryngé et ses fonctions. Il permet de lutter contre le tabagisme.

On réalise ce *mudrâ* en joignant le pouce et le bout du majeur.



10 - Méditation sur le son associé au chakra laryngé

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules détendues mais non avachies...

Les mains posées sur les genoux, paumes tournées vers le ciel...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Regardez simplement le mouvement de l'air dans vos poumons...

N'essayez pas de contrôler l'amplitude ou le rythme de votre respiration...

Observez-la simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

Vous sentez peut-être des picotements, un échauffement...

Ressentez-les simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Regardez-les...

Acceptez-les...

...

Vous appelez maintenant votre compagnon de Lumière.

Vous lui demandez d'abaisser son niveau vibratoire pour entrer en communication avec vous...

Et vous, vous élevez votre gratitude pour entrer en contact avec lui...

...

Vous lui demandez maintenant de vous aider dans votre travail...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention devant vous...

Et là, vous allez visualiser une boule de couleur bleue, un bleu très doux, le bleu du ciel, le bleu de la mer...

Cette boule s'agrandit de plus en plus ; elle englobe maintenant votre corps tout entier et le paysage qui vous entoure...

Vous sentez un grand calme s'installer en vous, comme si vous étiez hors du temps...

Rien ne peut plus vous arriver...

Vous êtes en contact avec le Divin...

Les plans invisibles qui vous entourent vous apportent protection, calme et sérénité...

Laissez-vous aller à cette sérénité...

...

Vous allez maintenant porter votre attention entre vos deux yeux, légèrement en arrière de votre front...

Et là, vous allez installer l'image d'un paysage qui symbolise pour vous la paix...

...

Installez-vous profondément dans cette paix...

En continuant à visualiser ce paysage et en conservant ce sentiment de paix, vous allez prononcer intérieurement le mot HAM, sur la note *sol*...

Vous le prononcez plusieurs fois, tout le temps de l'expiration, sans forcer votre expiration...

Vous faites sept expirations, en prononçant plusieurs fois le mot HAM...

...

Vous vous laissez porter quelques instants par l'énergie de ce mantra...

Vous revenez maintenant doucement de ce voyage...

Vous remerciez votre compagnon de Lumière de l'aide qu'il vient de vous apporter...

Quand vous le souhaiterez, vous ouvrirez doucement les yeux...

Vous vous étirerez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

11 - Méditation sur la couleur associée au chakra laryngé

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules détendues mais non avachies...

Les mains posées sur les genoux, paumes tournées vers le ciel...

Les pieds bien à plat sur le sol...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant votre attention sur votre respiration...

Regardez-la simplement...

Regardez simplement le mouvement de l'air dans vos poumons...

N'essayez pas de contrôler l'amplitude ou le rythme de votre respiration...

Observez-la simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

Vous sentez peut-être des picotements, un échauffement...

Ressentez-les simplement...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Regardez-les...

Acceptez-les...

...

Vous portez maintenant votre attention légèrement en avant de votre corps...

Et là, vous voyez de légères brumes qui commencent à monter du sol...

Des vapeurs d'un bleu très pâle, très doux...

Des vapeurs de paix...

Vous sentez peu à peu ces vapeurs envelopper votre corps... Elles vous apaisent...

Vous vous laissez aller dans les bras de ce nuage bleu...

Il est léger, très léger...

Et doucement, ce nuage vous transporte dans un paysage sauvage et naturel que vous connaissez bien...

Ce paysage symbolise pour vous la paix...

...

Vous marchez à travers ce paysage familier et vous prenez un chemin...

C'est la fin d'une journée d'été...

Il fait doux ; c'est le crépuscule...

Vous remarquez la lune au-dessus de vous...

Elle scintille doucement, elle est couleur argent...

Tout est calme, serein, et la lumière de la lune se fait de plus en plus lumineuse...

...

Et là-bas, au loin, vous remarquez une montagne que vous n'aviez jamais vue...

Vous vous dirigez vers cette montagne, guidé par la lune...

Au pied de cette montagne, vous apercevez un lac...

Vous vous dirigez vers lui...

Ce lac est bleu, paisible, calme...

Vous vous arrêtez au bord de ce lac...

La lumière de la lune scintille doucement à la surface de l'eau...

Vous vous penchez au bord et regardez votre visage à la surface de l'eau.

La surface se trouble lentement et vous voyez apparaître d'autres paysages...

L'Esprit du lac vous ramène dans le passé...

Un passé très lointain, lorsque la Terre n'était qu'une jeune planète couverte d'eau...

...

Vous revoyez la création des premières cellules, des premiers organismes vivants...

...

Vous revoyez la création des premiers végétaux...

...

Vous assistez à la naissance des premiers animaux...

...

Vous vivez la naissance des premiers hommes...

...

Vous assistez à l'évolution de l'homme jusqu'à nos jours...

...

Vous vous souvenez, car tous ces événements sont inscrits dans chacune de vos cellules...

...

Vous assistez maintenant à votre arrivée sur Terre...

Vous ressentez les milliers d'incarnations qui ont été les vôtres et vous considérez votre vie actuelle par rapport à ces milliards d'années...

...

Vous vous remémorez votre vie actuelle et vous la divisez en quatre parties, depuis la naissance jusqu'à aujourd'hui...

...

Vous considérez la première partie, celle de votre enfance...

Vous vous rappelez la maison, les gens...

Vous vous voyez avec votre corps de l'époque...

Puis vous trouvez un MOT, un mot qui exprime la quintessence de cette situation, de cette époque...

...

Vous considérez maintenant la deuxième partie de votre vie, celle de l'adolescence...

Vous vous rappelez la maison, les personnes qui vous entourent...

Vous vous voyez dans votre nouveau corps...

Vous voyez une nouvelle situation, un nouvel événement et vous formulez un MOT, un mot qui exprime la quintessence de cette émotion,

de cet événement...

...

Vous considérez maintenant la troisième période de votre vie, celle de l'âge adulte...

Vous formez dans votre esprit un MOT, un mot qui résume la quintessence de cette partie de votre vie...

...

Vous entrez maintenant dans la dernière période qui aboutit à aujourd'hui...

Un souvenir apparaît...

Peut-être plus précis, plus détaillé, plus intense...

Vous formulez un MOT qui en exprime la quintessence...

...

Vous créez mentalement une coupe de cristal dans vos mains...

Vous placez dans cette coupe de cristal les quatre mots que vous avez créés...

Vous prenez un peu d'eau du lac dans votre coupe et vous buvez le contenu de votre coupe...

C'est la force de la richesse de votre passé que vous buvez...

Elle vous régénère et vous alimente...

Vous pouvez vous appuyer sur cette richesse pour continuer votre chemin...

...

Vous quittez les rives de ce lac initiatique et vous commencez à escalader la montagne...

La pente est raide, escarpée...

Mais vous puisez dans les mots qui résonnent en vous la force de continuer...

Ils vous nourrissent, vous alimentent...

Vous continuez à vous diriger vers le sommet...

La montagne est belle, magnifique...

Elle symbolise la merveille de la Création, la magie du Créé...
Vous êtes éblouis par sa splendeur.

...

Vous arrivez presque au sommet...

Et là s'ouvre l'entrée d'une caverne...

Vous entrez dans une caverne de cristal...

Et là, au centre, se tient un Être de Lumière...

Un Guide de Lumière, votre compagnon de Lumière...

Il vous accueille et vous demande de le suivre...

...

Vous suivez un long couloir...

Tout le long des parois se trouvent des millions de cristaux...

Et vous arrivez dans une grande salle...

Il s'agit d'une sorte de bibliothèque dans laquelle sont contenus toutes les informations, tous les livres, tous les outils et tous les instruments de l'expression et de la créativité...

Votre Guide vous les montre et vous demande d'en choisir un, dont il vous fait cadeau...

...

Vous reprenez avec votre Guide le chemin en sens inverse et vous arrivez à l'entrée de la caverne...

Vous remerciez votre compagnon de Lumière du cadeau qu'il vient de vous faire et vous reprenez l'ascension de la montagne dont le sommet est très proche maintenant...

Vous arrivez au sommet...

Et là, devant vous, s'ouvre un désert...

Un désert immense, vierge et vide...

Le désert de l'Incréé...

Tout est possible dans cette immensité...

Vous pouvez créer votre avenir...

Pour ce faire, vous allez utiliser le cadeau que votre compagnon de Lumière vous a offert...

Vous allez créer des formes, des situations...

Lentement, votre esprit s'éclaire, vos mains s'animent, votre voix résonne...

Et les choses prennent forme...

...

Autour de vous, l'aube s'éveille...

La Lune disparaît...

Le Soleil se lève...

C'est l'aube du Premier Jour...

Vous vous levez...

Et vous redescendez lentement en paix l'autre flanc de la montagne...

Vous retournez vers le monde qui s'éveille paisiblement...

...

Quand vous le souhaitez, vous ouvrirez les yeux...

Vous vous étirerez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

Chapitre XIII

Le chakra frontal

Comment accéder aux mondes extrasensoriels ou
l'Illumination

1 - Définition et fonctions

Ajnâ chakra

Mot de pouvoir : « *Le royaume de Dieu est au-dedans de vous.* » (Luc 17, 21)

« *Mais il faut que la patience accomplisse parfaitement son œuvre.* » (Jacques 1, 4)

Ajnâ signifie, en sanscrit, « commande », « autorité ».

Le chakra frontal est le siège de la conscience. La Conscience est une façon de concevoir qui ne passe pas par le mental et le raisonnement. Elle est une approche abstraite, qui peut sembler illogique à certains moments.

L'énergie du chakra frontal agit de façon similaire à celle du chakra cardiaque. Nous recevons une idée, un germe. Cette idée nous parvient du Divin, du Cosmos, de l'Esprit. C'est ce que nous appelons une intuition.

Cette idée, ce germe pousse comme une graine. Elle descend d'abord au niveau du chakra laryngé, où elle va recevoir l'impulsion de création. Elle passe ensuite dans le chakra cardiaque, où le mental la met en forme sur le plan intellectuel. De là, elle descend au niveau du chakra solaire, où la force du désir lui donne l'impulsion, l'envie de venir au monde. Puis elle arrive au chakra sacré, où la force de création du chakra laryngé va pénétrer dans la propre force de création du chakra sacré, lui donnant sa forme éthérique sur le plan de la matière. Elle pénètre alors dans la matrice pour acquérir sa forme matérielle définitive. Elle arrive enfin au chakra de base qui lui permet de se matérialiser dans la matière. C'est la naissance.

Prenons un exemple pour illustrer ce mécanisme. Imaginons-nous comme étant Léonard de Vinci, au moment où il a conçu la première « machine à voler ».

Dans un premier temps, il a reçu une intuition divine, par l'intermédiaire du chakra frontal : « L'Homme peut voler. » Cette idée est ensuite descendue au niveau du chakra laryngé ; c'est à ce moment que Léonard de Vinci a acquis la conscience de la réelle possibilité qu'avait l'homme de voler à l'aide d'une machine. Il s'est alors écrié à haute voix : « L'homme va voler ! »

Ce concept est alors descendu au niveau du chakra cardiaque, et le mental s'est mis en action, concevant les plans permettant la réalisation d'une « machine à voler ». Ce même concept est ensuite descendu au niveau du chakra solaire, et Léonard de Vinci a été saisi d'un irrésistible désir de réussir à voler et de donner à l'humanité les moyens de concrétiser ce rêve millénaire.

L'idée étant descendue au niveau du chakra sacré, Léonard de Vinci a commencé à choisir les matériaux et à dessiner les plans de son premier « aéroplane ». Utilisant des planches, des outils et différents matériaux, il a

fabriqué de ses mains la première maquette de la « machine à voler ». L'idée avait trouvé sa « matérialisation » à travers l'énergie du chakra de base.

LE CHAKRA FRONTAL, UN OUTIL DE COMMANDEMENT DIVIN

La Tradition appelle le chakra frontal *Ajnâ*, c'est-à-dire « commande », « autorité ».

C'est *Ajnâ* chakra qui commande nos idées et nos actions, idées et actions que nous recevons d'une « autorité » supérieure : l'Esprit ou le Divin. En fait, le chakra frontal nous met en communication avec une autre réalité, un plan d'énergie situé au-delà du monde créé. Nous l'appelons le plan « bouddhique » ou le plan « supramental ».

Le plan bouddhique nous dynamise de l'intérieur, pour nous transmettre des impulsions de création s'accordant avec le fonctionnement des Archétypes divins. Ces impulsions vont ensuite descendre le long de notre système énergétique (le réseau des chakras) et se modifier progressivement sous l'action de chaque chakra, selon l'état énergétique propre à chacun d'eux.

C'est la raison pour laquelle chaque membre de l'humanité est différent (dans une première étape de conscience). Cette idéation divine qui, intrinsèquement, porte le même message pour chacun de nous, va en effet se modifier, se « déformer », en fonction de l'état de chacun de nos chakras, et aboutir à une matérialisation qui tiendra compte de l'« histoire » de chacun.

LE CHAKRA FRONTAL ET LE PLAN DIVIN

Personnellement, je préfère appeler ce plan « le plan divin ». Lorsque vient l'étape de mise en place de l'énergie du chakra frontal, nous « basculons » dans un autre système référentiel, qui n'a aucune connexion et aucun point commun avec l'ancien. Nous pouvons d'ailleurs avoir l'impression de devenir fous, de complètement perdre contact avec la réalité. Il s'agit en fait bel et bien d'un « saut dans le vide » qui va mettre notre foi à l'épreuve.

Je vais utiliser un exemple pour tenter d'expliquer ce concept.

Imaginons que nous nous trouvons au bord d'une falaise. Nous regardons le vide au-dessous de nous. Ce vide nous fascine et nous fait peur tout à la fois. Soudain, une voix nous dit : « Avance. » Il est facile d'imaginer la frayeur qui nous saisit.

Nous répondons alors à cette voix, sûrement avec colère : « Tu es fou, je vais me tuer. » La voix nous répète : « Avance. » Tout en étant morts de peur, nous sentons, au fond de nous-mêmes, que ce passage est pourtant nécessaire. Nous n'avons pas le choix. Il nous faut avancer.

Pour « avancer », il nous faut puiser dans toutes les réserves de foi et de confiance qui sont enfouies en nous. Et nous avançons. Et là, une immense surprise nous attend : nous ne tombons pas ; nous ne nous tuons pas ; nous prenons pied dans une « autre réalité ».

Voilà comment s'effectue le passage à l'énergie du chakra frontal. Il ne pourra pas passer par un effort de volonté. Nous n'allons pas décider un beau matin d'installer cette énergie, mais un jour, nous nous trouverons « par hasard » au bord de la falaise, et une voix nous dira : « Avance. »

Nous aurons la foi, et avancerons dans l'intangible, dans l'Inconnu, attendant avec foi qu'un nouveau référentiel se mette en place, convaincus que tout ce qui nous arrivera ne pourra qu'être bon pour nous. Ou nous avancerons sans **rien attendre**.

Pour entrer en contact avec le plan divin, il nous faut fusionner avec cette énergie. Le chakra frontal est « LA PORTE » de l'évolution de la conscience. Par lui, nous allons passer d'une conscience humaine à une conscience supra-humaine ou surhumaine, d'une conscience d'homme à une conscience de surhomme. C'est un peu le défi qui se présente à l'humanité en cette fin de siècle.

Ayant exploré tous les aspects des dimensions matérielles, l'homme commence à se rendre compte que ces plans de la matière ne sont plus aptes, de par leur essence même, à le faire évoluer. Il aspire alors à ce qu'une énergie, qui est au-delà du plan mental, puisse descendre en lui et l'élever jusqu'à des plans supérieurs de conscience. C'est le chakra frontal qui lui permettra de réaliser ce passage. En fait, comme nous l'avons vu en début de chapitre, les plans inférieurs n'ont de vie que si le plan supramental leur donne des impulsions et les dynamise.

La mise en place de l'énergie du chakra frontal nous permet de donner à celle-ci la place qui lui revient pour qu'elle puisse transformer notre personnalité de l'intérieur, face à notre monde de dualité et d'opposition. Le chakra frontal nous apporte la réconciliation et nous ramène vers l'Unité. Cet état de conscience unifié nous amène à une conception réelle, totale et globale de ce que nous pouvons appeler l'« Universalité », ou l'« Univers ».

En fait, le passage à l'énergie du chakra frontal correspond à la mort du vieil homme, c'est-à-dire la mort définitive de la personnalité. C'est la

rupture d'avec l'homme attaché à son *ego* qui accède à l'Homme réalisé, à l'Homme christique. La conscience a atteint le premier degré de libération.

LE CHAKRA FRONTAL ET LE MARIAGE MYSTIQUE

Comme il faut cent fois sur le métier remettre son ouvrage, il nous faudra, avant de retrouver l'Unité, réaliser un nouveau travail d'équilibrage de nos polarités masculine et féminine. Sans cesse, ce travail nous est représenté à des niveaux vibratoires différents, sur des plans différents, tout au long de notre cycle d'incarnations.

Nous avons vu, dans le chapitre précédent, que le chakra laryngé était profondément lié au chakra sacré et à la matrice, ces deux chakras étant la clé de la création et de la force créatrice, mais à des niveaux vibratoires différents.

Le chakra laryngé est la « Mère céleste », la « Mère exaltée » ainsi que l'appelle la Tradition. C'est la Mère glorifiée, libérée des limitations de la matière de la *Maya* pour devenir une force fécondante, universelle, libre et libératrice.

Le chakra frontal est le Père céleste qui féconde l'Homme de Ses pensées, de Sa volonté. Il est la base du développement de la personnalité, de l'*ego*. Il est donc fondamentalement lié au chakra solaire. En éveillant le chakra frontal, nous abandonnons la volonté de l'*ego*, le pouvoir temporel, pour nous conformer à la volonté du Père, au pouvoir divin, intemporel.

Quand le chakra frontal s'éveille, le chakra laryngé s'unit au Père céleste, et c'est alors le mariage mystique duquel naîtra l'Homme nouveau, le Fils, cette naissance marquant l'éveil du chakra coronal. Ce mariage

s'opérera également sur le plan endocrinien, entre la glande pituitaire et la glande pinéale.

LE CHAKRA FRONTAL ET L'EGO

Je voudrais, à ce stade, redonner un peu ses « lettres de noblesse » à l'*ego*.

L'*ego* est l'énergie qui nous permet d'**ÊTRE**. Sans lui, pas d'existence individuelle. C'est par lui que nous acquérons notre individuation. Évidemment, s'il n'était pas là, nous serions fondus dans un tronc commun qui ne nous permettrait pas de développer la conscience. Sans l'*ego*, nous n'existerions pas.

Cette prise de conscience est nécessaire. Si, par exemple, nous culpabilisons chaque fois que nous identifions un mode de fonctionnement lié à l'*ego* (et il est vrai que beaucoup d'enseignements ésotériques ou religieux associent l'*ego* à une notion de culpabilisation), nous ramenons notre niveau vibratoire au niveau du jugement, donc du chakra solaire, et notre « montée en vibration » est à recommencer.

L'*ego* est le symbole de notre individuation, la représentation par sa dimension divine de Dieu sur Terre. C'est la connexion consciente et harmonieuse des énergies du chakra solaire à celles du chakra frontal, ce qui nous permet de vivre le chemin de notre âme sur le plan physique et de réaliser, dans la matière, le chemin d'évolution de l'Étincelle divine qui est en nous.

LE CHAKRA FRONTAL ET LA MÉDITATION

Le chakra frontal nous permet d'entrer en contact avec l'énergie de la vie de l'Esprit. Sur le plan physique, le chakra frontal correspond à l'hypophyse (glande pituitaire), que l'on surnomme le « chef d'orchestre ». C'est elle en effet qui gère l'ensemble des fonctions endocriniennes. Elle est située dans le cerveau archaïque, le cerveau somatique qui est le siège des actions subconscientes et de l'expression des pouvoirs de l'âme.

L'âme s'unit à l'homme par la glande pituitaire. Mais pour arriver au cerveau archaïque, l'information doit d'abord passer par le néocortex. Celui-ci est la partie du cerveau qui reçoit et véhicule l'information sensorielle, et qui commande l'action motrice. C'est là que se trouve la difficulté rencontrée par tout aspirant engagé dans le processus de développement du chakra frontal. Il doit dépasser l'activité des sens pour atteindre le contact avec le plan divin.

La seule « méthode » qui puisse nous aider à franchir la « barrière des sens », à faire « taire les sens », est une technique plusieurs fois millénaire qui se nomme la méditation.

C'est uniquement par la méditation que nous pouvons accéder à ce niveau supérieur de conscience.

LE CHAKRA FRONTAL ET L'ÂME

Le chakra frontal est également rattaché aux actions du subconscient, qui sont des pulsions internes non encore extériorisées. Ces pulsions,

connues de la conscience, sont toujours en rapport avec nos expériences antérieures. On appelle ce capital d'expériences l'« âme ».

Tentons de définir ce qu'est l'âme. L'homme est un système ternaire composé du corps, de l'âme et de l'esprit. Le corps comprend (outre le corps physique) le corps éthérique, le corps astral et le corps mental. L'Esprit est une parcelle de l'Esprit divin. On le nomme « Étincelle divine » dans certaines Traditions. L'Esprit est éternel, immortel et identique à lui-même tout au long de son itinéraire d'évolution. Pour s'incarner, il s'enveloppe de champs énergétiques plus ou moins denses : les plans atmique (lié au plan physique), bouddhique (lié au plan astral) et causal (lié au plan éthérique).

Pour ce qui est de l'âme, elle est le résultat du travail de l'Esprit sur le corps ; c'est le capital des expériences accumulées au fil de nos milliers d'incarnations. L'âme est l'énergie que l'Esprit produit en intégrant la matière. Elle est l'énergie que nous tirons de l'incarnation.

En travaillant sur le chakra frontal par la voie initiatique, nous agissons directement sur le cerveau, qui devient autre chose qu'un réservoir de données. Les neurones sont sollicités, de sorte que la structure interne du cerveau entre en contact avec l'énergie de l'Esprit et que le **CHRIST** entre en nous. **Le Christ, c'est l'Illumination,**

Ce que la Tradition appelle « Illumination » n'est pas un processus complètement abstrait. L'Illumination correspond, sur le plan physique, à un mécanisme très précis, qui aboutit à une « réelle » production de lumière à l'intérieur du cerveau, dans une zone située entre l'hypophyse et l'épiphysse. La structure des neurones est littéralement « électriifiée » par l'énergie christique.

Un travail sur le chakra frontal permet un dégagement de lumière. La chaleur dégagée au niveau de la tête augmente, ce qui nous rend capables d'expérimenter autre chose que ce pourquoi nous avons été programmés par notre âme et par les archétypes émotionnels créés par le chakra solaire. Nous pouvons alors vivre au-delà du « programme de vie » et connaître la « vraie » liberté, celle de l'homme réalisé.

L'Illumination est l'acte par lequel le Christ naît en nous.

LE CHAKRA FRONTAL ET L'INDÉPENDANCE

Si notre chakra frontal n'est pas – ou est mal – éveillé, nous aurons de la difficulté à entendre notre « voix intérieure », ce qui nous portera à vitaliser notre personnalité de l'extérieur. Nous fonctionnerons par imitation, en nous référant à des modèles extérieurs sur lesquels nous tenterons de nous calquer.

Nous serons influencés par la publicité, les médias, les lectures, les modes et les personnes de notre entourage. Il pourra nous arriver de confier notre développement spirituel à un « gourou », sans comprendre que la recherche de notre chemin doit toujours se faire par la voie intérieure, par une quête intérieure. Notre Guide intérieur est notre seul et unique Maître.

Si notre chakra frontal ne fonctionne pas, nous risquons de tomber dans l'idolâtrie et d'adorer des formes extérieures, en oubliant notre vie intérieure. C'est le veau d'or de l'Ancien Testament.

Pour diagnostiquer l'état énergétique de notre chakra frontal, il faut se poser les questions suivantes :

- ◇ Quelle autonomie possédons-nous par rapport aux structures extérieures ?
- ◇ Sommes-nous sensibles à l'opinion des autres ?
- ◇ Nous arrive-t-il d'acheter certains produits à cause de la publicité qui en est faite ?
- ◇ Les informations transmises par la télévision ou par la presse écrite nous affectent-elles au plan émotionnel ?
- ◇ Comment alimentons-nous notre personnalité et notre chemin de vie : par un chemin intérieur, par certains dogmes, lectures ou croyances associés à certaines religions ou par certains gourous ?
- ◇ Cette énergie vient-elle de l'extérieur ou de l'intérieur ?

Pour évaluer l'état énergétique de notre chakra frontal, il suffit donc de déterminer si nous nous donnons une apparence ou si nous « **sommes** » par rapport à notre vie intérieure.

LE CHAKRA FRONTAL ET LE « DÉGAGEMENT » DU CORPS DE LUMIÈRE

Nous avons abordé, lors du chapitre précédent, le fonctionnement du corps de l'âme dont la construction se réalise par l'accumulation d'actes de service désintéressés.

L'harmonisation du chakra frontal nous permet de « dégager » du corps physique notre véhicule de Lumière, c'est-à-dire de le « détacher » d'une manière « consciente ».

Là réside pour nous la possibilité de vaincre la mort et de passer de l'« autre côté » en conscience, c'est-à-dire de passer de l'« autre côté »,

avec la mémoire. Nous reviendrons alors en conscience lors de notre prochaine incarnation.

Le moyen de détacher du véhicule physique le corps de l'âme est l'Illumination. Nous y accédons par la méditation et nous devenons alors des FILS DE LUMIÈRE.

QUALITÉS ET DÉFAUTS ASSOCIÉS AU CHAKRA FRONTAL

Les qualités liées à l'énergie du chakra frontal sont les suivantes :

- ◆ la conceptualisation et la visualisation précise ;
- ◆ la justice ;
- ◆ la persévérance ;
- ◆ le bon sens ;
- ◆ la droiture ;
- ◆ l'indépendance ;
- ◆ l'intelligence vive.

Les défauts associés à un fonctionnement non harmonieux ou à un dysfonctionnement du chakra frontal sont les suivants :

- ◆ la critique ;
- ◆ l'étroitesse d'esprit ;
- ◆ l'arrogance ;
- ◆ le refus de pardonner ;
- ◆ le manque de sympathie ;
- ◆ le manque de respect ;

- ◆ les préjugés.

Les qualités à développer sont donc :

- ◆ la largesse d'esprit ;
- ◆ l'ouverture ;
- ◆ l'acceptation de l'Autre ;
- ◆ l'amour ;
- ◆ la sympathie ;
- ◆ la dévotion ;
- ◆ le respect.

2 - Élément correspondant au chakra frontal

À partir de ce niveau vibratoire s'opère un changement de plan de perception, qui fait qu'il n'y a plus de correspondance entre un élément et le chakra frontal.

3 - Nombre associé au chakra frontal : le 11

Le nombre 11 est le nombre du Tao. C'est par lui que se constitue dans sa totalité la voie de la Terre et la voie du Ciel. Il est le nombre de la conjonction du 5 et du 6, qui sont le microcosme et le macrocosme, la Terre et le Ciel.

Le nombre 11 est un maître nombre ; il possède un très haut degré vibratoire. C'est le nombre du contact avec le divin, avec les anges. C'est le nombre de l'ange. Il est le signe d'une intellectualité supérieure.

C'est le nombre de l'intuition spirituelle et de l'intuition cosmique, fusion des choses avec le monde. C'est le symbole de la révélation.

Il est représenté par deux 1 placés l'un à côté de l'autre, comme deux antennes. Il représente deux 1 sur des plans différents.

MOTS CLÉS LIÉS AU NOMBRE 11

Intuition, Révélation supérieure
Intelligence cosmique
Prémonition, Clairvoyance
Force, Nourriture céleste
Souffle intérieur
Chi, Énergie, Maîtrise de soi
Clairaudience, Message des anges
Infini, Éternité
Hypersensibilité, Difficulté de vivre
Orgueil démesuré.

4 - Couleur correspondant au chakra frontal : l'indigo

L'indigo est symbole de guérison spirituelle et, à ce titre, il réfléchit ce que nous sommes comme le ferait un miroir. La civilisation égyptienne représentait Kneph, le créateur de l'Univers, en indigo. La Bible nous dit que le bleu foncé est le symbole de l'Esprit.

L'indigo est la couleur de la conscience, « cité de la Sagesse divine ». Dans l'indigo, nous allons retourner vers nos « Frères des étoiles ».

5 - Éléments psychologiques liés au chakra frontal

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA FRONTAL

Une personne dont le chakra frontal fonctionne de façon harmonieuse se trouve en possession d'un savoir intuitif et immédiat qui ne passe pas par la logique du mental. Il s'agit d'une perception d'ensemble qui ne dépend pas d'un apprentissage des événements et qui nous donne la capacité de ressentir et de concevoir l'avenir. Cette perception est doublée d'un mécanisme de clairvoyance, pris dans le sens absolu du terme. C'est-à-dire qu'il ne passe pas par les émotions du plan astral et du chakra solaire, mais qu'il représente plutôt une vision élargie de notre monde, dans l'infinité des interrelations existant entre ses diverses composantes.

Par un travail assidu sur les peurs, l'*ego*, l'individualité et les attachements, en fait sur tout ce qui caractérise le fonctionnement des chakras précédents, nous transcendons le temps, devenant conscients du passé, du présent et du futur.

Les fonctions du corps physique ainsi que le processus de vieillissement ralentissent, nous sommes optimistes. Nous restons reliés à la vie concrète et matérielle, tout en étant capables d'être complètement détachés de l'activité sensorielle.

Nous percevons que les apparences visibles des choses ne sont qu'une image, un symbole au travers duquel le Divin se révèle sur le plan matière. Nous dépassons complètement les limites du rationnel, et le monde se manifeste sous forme de mouvements d'énergie, de courants de pensée ou d'intuition, ou encore de transferts d'énergies que nous sommes aptes à canaliser.

Nous découvrons qu'il y a une multitude de mondes derrière le plan matière. Notre aura développe une qualité qui fait que toutes les personnes entrant en contact avec nous deviennent calmes et sensibles à la fréquence du son AUM.

N'étant plus liés au temps, nous sommes dans un état de conscience non duelle, c'est-à-dire un état d'union avec le Divin. Nous révélons le Divin en nous et le projetons vers les autres. Nous comprenons que nous sommes un esprit immortel s'étant incarné dans un véhicule temporaire fait de chair.

Cette énergie des voyants et des guérisseurs est également celle des Prophètes et des Maîtres spirituels. Nous disposons en effet d'une grande capacité de méditation, d'une aptitude à la concentration, à la visualisation et aux expériences mystiques.

La Tradition nous dit qu'*Ajnâ* chakra correspond à l'élément *maya* qui ne s'est pas encore manifesté sur le plan de conscience qui est le nôtre actuellement.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA FRONTAL

La personne dont le chakra frontal ne fonctionne pas de façon harmonieuse ne croit pas en sa « petite voix intérieure ». Elle la perçoit, mais refuse de l'écouter. C'est le doute qui bloque l'énergie de ce chakra.

Vivant dans notre intellect, nous voulons tout régler par la raison, par notre mental. Nos facultés intellectuelles sont développées et notre capacité d'analyse est « pointue ». Cela nous conduit souvent à avoir « la grosse tête ». Mais il manque une dimension majeure à notre vision : la dimension spirituelle. Ce qui nous donne une certaine arrogance intellectuelle, laquelle nous fait refuser les connaissances spirituelles ne pouvant passer par la rationalité.

Avec un chakra de base défaillant, nous nous coupons totalement de la réalité, vivant dans le rêve ou dans un futur toujours plus lointain. Nous

oublions facilement notre corps et ce qui se rattache à la vie matérielle, où nous ne nous sentons pas à l'aise.

Un des dangers liés l'énergie de ce chakra est de confondre vision et rêve, de confondre une vision du chakra frontal et une perception de l'astral (autrement dit du chakra solaire).

Le fonctionnement non harmonieux du chakra frontal génère souvent les faux prophètes, qui peuvent devenir des fanatiques.

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA FRONTAL

Lorsqu'il y a dysfonctionnement du chakra frontal, nous nous coupons complètement du plan spirituel. Notre réalité devient celle du monde extérieur et non celle de notre Être intérieur. Il en résulte une déchirure profonde, un sentiment de dualité et d'écartèlement. Pour soulager ce malaise, nous adoptons un mode de vie uniquement orienté vers la satisfaction des désirs matériels et physiques. Cette course effrénée vers l'accumulation nous laisse toujours dans un état d'insatisfaction totale.

Refusant toute discussion spirituelle, nous nions l'existence d'une autre dimension que celle de la matière. Nous perdons rapidement la tête, en cas de stress. Nous sommes distraits et nous pouvons avoir des troubles visuels.

6 - Glande endocrine reliée au chakra frontal : l'hypophyse

Il semblerait que le fonctionnement de l'hypophyse, ou glande pituitaire, soit fondamentalement lié à l'hypothalamus, les deux étant considérés comme le système de commande qui régit l'ensemble du système endocrinien. Ces glandes sécrètent diverses hormones, dont les stimulines et l'hormone somatotrope. Par un procédé d'autoréaction, les stimulines freinent ou activent les autres glandes endocrines pour régulariser le taux d'hormones dans le sang. Ces hormones sont donc régies par le principe d'équilibre. L'hormone somatotrope agit sur l'ensemble de la morphologie, notamment sur la croissance.

L'hypophyse est associée à la capacité d'évaluation, de jugement, de raison et de comparaison. On la nomme le « chef d'orchestre ». Sa composition à la fois nerveuse et glandulaire lui permet d'apprécier les phénomènes métaboliques qui se manifestent en nous. La pensée n'échappe pas à ce fonctionnement.

Par analogie, ce qu'elle effectue sur le plan métabolique, cette glande le fait également sur le plan cérébral, apportant à l'intellect une aptitude au jugement, aux mesures et aux rapports. Elle nous permet d'évaluer des abstractions ou des idéations purement intellectuelles, avec une capacité d'analyse qui facilite le travail d'appréciation. Elle pousse à l'expérimentation, à l'utilisation des chiffres et des formules, à la recherche constante des causes des phénomènes. Elle a donc une influence psychologique et intellectuelle indéniable.

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra frontal

Les problèmes physiques résultant d'un fonctionnement non harmonieux ou d'un dysfonctionnement du chakra frontal sont :

- ◇ la mémoire déficiente ;
- ◇ les névralgies ;
- ◇ les maux de tête ;
- ◇ les maux de dents ;
- ◇ l'insomnie ;
- ◇ l'hypertension ;
- ◇ les infections de la gorge ;
- ◇ la sinusite ;
- ◇ la bronchite aiguë ;
- ◇ le lumbago ;
- ◇ la sciatique ;
- ◇ la cystite aiguë ;
- ◇ l'hyperactivité de la thyroïde ;
- ◇ l'amnésie ;
- ◇ le manque de concentration ;
- ◇ l'incapacité de méditer ;
- ◇ un mental « qui bat la campagne ».

8 - Ange associé au chakra frontal : Daniel

« Le signe des miséricordes »

La fonction première de cet Elohim est de sensibiliser l'être humain à l'expérience de l'amour, de l'esthétisme et de la beauté.

Cet amour sera caractérisé par des sentiments profonds, stables et responsables, par un attachement sincère et une grande fidélité. Les trois valeurs clés de l'ange Daniel sont permanence, stabilité et durée. Cette

stabilité n'est pas cristallisation ; elle représente la capacité que nous avons de nous renouveler continuellement.

Animé par l'amour christique, il sera caractérisé par un vécu émotionnel et sentimental intense, et une capacité exceptionnelle de raisonnement et de compréhension de l'autre ; nous pourrons ainsi entrer en pleine communion avec notre Être intérieur.

L'ange Daniel lutte contre la jalousie et la froideur dans l'expression des sentiments, et aussi contre la propension au soupçon, à la mesquinerie et à la ruse dans les relations amoureuses. Il dispense la miséricorde, non pas celle qui consiste à fermer les yeux sur les mauvaises actions, mais celle qui se préoccupe de placer les faits sur le plan causal afin d'en déterminer les causes et d'y trouver remède.

L'ange Daniel est un des canaux de communication avec la Divinité ; il fait que chaque cause a son effet naturel. Il possède une force de clarification qui nous aide à choisir entre diverses options. Grâce à lui, il nous est possible de voir l'aboutissement de chaque chemin et de choisir celui qui nous convient le mieux.

9 - *Mudrâ* associé au chakra frontal

Pour éviter d'entraîner l'étudiant-débutant en sciences ésotériques à pratiquer des exercices ne correspondant pas à son niveau vibratoire, la Tradition ne donne aucune directive concernant le *mudrâ* associé au chakra frontal. Lorsque nous serons à ce stade de notre évolution, nous recevrons de nos Guides les indications nécessaires à notre entraînement.

10 - Méditation sur le son associé au chakra frontal

Vous vous installez confortablement, le dos droit, les épaules détendues...

Vous posez les mains sur vos genoux, paumes tournées vers le ciel...

Vous posez vos deux pieds bien à plat sur le sol...

Vous relâchez maintenant les tensions qui sont présentes dans la nuque, le dos, les épaules...

Vous relâchez aussi les tensions qui sont présentes dans la langue...

Vous entrouvrez légèrement les mâchoires...

Vous respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention sur votre respiration...

Vous n'essayez pas d'en modifier le rythme...

Vous observez simplement le passage de l'air dans vos poumons...

Regardez-le simplement...

Observez-le...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Vous ressentez peut-être un échauffement, un picotement...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

...

Vous portez maintenant votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Observez-les simplement...

Regardez-les...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Acceptez-les...

...

Vous allez maintenant doucement porter votre attention sur un point situé entre les sourcils, au-dessus de la racine du nez, légèrement en arrière du front...

Regardez-le simplement...

Observez-le...

...

Là, en inspirant, vous allez conduire votre souffle sur ce point entre les sourcils et vous allez le concentrer en un point de lumière indigo...

Un indigo profond, l'indigo d'une nuit sans lune...

Et vous allez vous laisser porter par les étoiles...

...

Vous comprenez que vous êtes une parcelle d'étoile...

Vous comprenez votre appartenance à l'Univers...

Vous retrouvez les Êtres des étoiles, le Peuple des oiseaux...

...

Un des membres de ce peuple vient à votre rencontre...

Vous l'accueillez et lui demandez des indications sur votre chemin intérieur...

...

Cet envoyé vous répond...

Par des paroles, par des images, par des sensations, par des symboles...

...

Vous le remerciez de ce message et vous continuez ce voyage...

Vous vous retrouvez dans un grand espace blanc, vierge...

Et soudain, vous vous rendez compte qu'il s'agit du point situé entre vos sourcils, à la racine de votre nez...

...

Vous vous retrouvez dans cet espace...

Vous vous y sentez bien et, en continuant à y être, vous prononcez intérieurement le mot KSHAM sur la note *la*...

Vous le prononcez plusieurs fois intérieurement, tout le temps de l'expiration, sans forcer votre expiration...

Vous faites sept expirations en prononçant plusieurs fois le mot KSHAM...

...

Vous vous laissez porter quelques instants par l'énergie de ce mantra...

...

Vous revenez maintenant doucement à votre conscience ordinaire...

Et quand vous le souhaitez, vous ouvrirez les yeux...

Vous vous étirerez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

11 - Méditation sur la couleur associée au chakra frontal

Vous vous installez confortablement, le dos droit, les épaules détendues...

Vous posez les mains sur vos genoux, paumes tournées vers le ciel...

Vous posez vos deux pieds bien à plat sur le sol...

Vous relâchez maintenant les tensions qui sont présentes dans la nuque, le dos, les épaules...

Vous relâchez aussi les tensions qui sont présentes dans la langue.

Vous entrouvrez légèrement les mâchoires...

Vous respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention sur votre respiration...

Vous n'essayez pas d'en modifier le rythme...

Vous observez simplement le passage de l'air dans vos poumons...

Regardez-le simplement...

Observez-le...

...

Vous portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Vous ressentez peut-être un échauffement, un picotement...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

Vous portez maintenant votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Observez-les simplement...

Regardez-les...

Vous ressentez peut-être des mouvements d'énergie...

Acceptez-les...

...

Vous allez maintenant porter doucement votre attention sur un point situé entre les sourcils...

Au-dessus de la racine du nez...

Légèrement à l'arrière du front...

Regardez-le simplement...

Observez-le...

...

Dans cet espace lentement apparaît un écran blanc...

Comme un écran de cinéma...

Il grandit doucement...

Et progressivement, il envahit tout l'espace...

Vous vous noyez dans cet espace blanc...

...

Sur cet écran apparaît une forêt...

Une forêt accueillante...

Pleine de vie...

Pourtant, vous ne voyez pas cette vie, car il fait nuit...

La nuit d'une nuit sans lune...
Profonde...
Indigo...
...
Vous prenez un chemin qui serpente au travers des arbres, des
buissons, des fleurs...
Vous ne les voyez pas, mais vous les ressentez...
...
Vous avancez doucement...
Votre marche est lente, hésitante...
...
Vous ressentez tout ce qui se passe autour de vous...
Vous vous dirigez sur ce chemin grâce aux sons, grâce aux
vibrations...
Grâce au toucher...
Vous ne voyez pas avec vos yeux de chair...
Et vous continuez à évoluer sans peur dans la forêt, en entrant en
communion avec tous ses habitants...
...
Peu à peu, la végétation se fait moins dense...
Vous arrivez à une clairière...
Vous la connaissez bien...
Au centre de cette clairière se dresse une pierre levée...
Elle est votre amie...
Vous pouvez communiquer avec elle...
Elle est une parcelle d'étoile...
...
Vous la saluez et vous l'entourez de vos bras...
Vous sentez qu'elle vit...
Il y a comme un cœur qui bat à l'intérieur...
Écoutez-le...

...

Peu à peu, le rythme de votre cœur se met à battre à l'unisson avec celui de la pierre...

Avec celui des étoiles...

Ses vibrations sont pleines d'amour et de force...

Et lentement, vous vous confiez à cette poussière d'étoile...

...

Vous lui confiez vos doutes...

Vos doutes dans votre vie affective...

Vos doutes dans votre vie professionnelle...

Dans votre vie familiale...

Vos doutes dans votre vie spirituelle...

Tout ce qui vous fait douter de vous-même, de vos intuitions, de votre créativité...

...

Vous confiez tous ces doutes à cette pierre amie...

À cette parcelle d'éternité...

Cette amie accueille vos doutes et les transmet à la terre, afin que la terre les transforme en pure lumière...

...

Votre communion avec la pierre terre s'intensifie...

Vous ne sentez plus votre corps...

Vous êtes la pierre...

Vous êtes la terre...

...

Lentement, vous reprenez conscience de votre corps, de votre respiration...

De la présence de cette pierre entre vos bras...

Vous desserrez vos bras de la pierre et vous la remerciez...

...

Vous reprenez votre marche aveugle, mais votre pas est plus sûr...

Vous vous sentez plus assuré...
Vous accélérez même le pas...
...
Vous vous dirigez vers un édifice qui se trouve au fond de la
clairière...
Il est lui aussi en pierre...
Vous pénétrez à l'intérieur...
On dirait un temple...
...
L'intérieur de ce temple est rond...
En son centre se trouve une sorte d'autel...
Vous vous dirigez vers cet autel et vous allumez une bougie qui s'y
trouve...
Et là, dressé sur l'autel, vous découvrez un cristal...
...
Cristal, poussière de Lumière et d'étoile...
Il est complètement pur et transparent.
Vous regardez ce cristal et vous pénétrez dedans...
...
Votre regard se perd dedans...
Il est magique, majestueux...
Vous prononcez une prière ou une formule sacrée de votre choix...
...
Et une forme apparaît dans le cristal...
Ce peut être un animal, un symbole...
Un être irréel ou vivant...
Regardez-le attentivement...
...
Votre Guide est maintenant devant vous, dans le temple...
Ouvrez votre cœur à sa présence...

Si c'est la première fois que vous le rencontrez, vous pouvez lui demander son nom...

...

Puis vous lui posez une question...

Une question qui est importante pour vous actuellement...

...

Votre Guide apporte la réponse à votre question...

Ce peut être sous forme de paroles...

D'objets...

De symboles.

...

Vous le remerciez de sa réponse, et peu à peu son image se fond dans le cristal...

Il est possible également que la réponse se manifeste dans quelques jours, dans votre vie quotidienne...

...

Vous vous levez...

Vous éteignez la bougie...

Et vous quittez le temple avec respect...

...

Dehors, le petit jour se lève...

Le temple est éclairé...

La clairière aussi...

Vous découvrez tout le paysage que vous avez traversé dans l'obscurité...

...

Vous reprenez maintenant le chemin par lequel vous êtes venu... Le soleil brille au travers des arbres...

Les doutes ont disparu...

Petit à petit, vous revenez de ce voyage...

Quand vous le souhaiterez, vous ouvrirez les yeux...

Vous vous étirerez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

12 - Étapes de l'Illumination

Il m'a semblé important de partager avec vous un travail portant sur la Tradition, qui codifie les étapes par lesquelles nous passons lors de notre processus évolutif.

Ces étapes ont été répertoriées, il y a plusieurs millénaires, par des disciples qui ont fait « le chemin » avant nous. Il est extrêmement sécurisant de savoir que les doutes et les incertitudes qui émaillent notre parcours ont déjà été vécus par des millions d'adeptes qui ont fait le parcours qui est le nôtre actuellement.

Nous trouvons la description de ces étapes menant à l'Illumination, dans la tradition hindoue, dans un texte intitulé *Yogas Sutras de Patanjali*.

Dans *Yogas Sutras de Patanjali*, le Raja Yoga donne un enseignement qui reconnaît le mental comme un instrument de l'âme et comme un moyen d'acquérir l'illumination du cerveau physique et la connaissance des domaines de l'âme.

Selon la Tradition, l'accession à l'Illumination ou à la connaissance comprend sept étapes, qui sont associées aux sept grandes initiations.

Ces sept étapes provoquent sept modes de pensée ou modifications majeures du principe pensant.

1. LE DÉSIR DE CONNAISSANCE

Le désir de connaissance constitue la première modification du principe pensant. C'est ce qui est la cause de toute expérience.

Nous nous rendons compte que nous avons expérimenté tous les aspects de la vie matérielle, sur les trois plans. Nous avons donc la connaissance du plan matière, et nous réalisons que nous nous situons sur un degré de l'échelle d'évolution appelé matière. Nous éprouvons alors le besoin impérieux d'explorer d'autres champs d'investigation.

2. LE DÉSIR DE LIBERTÉ

L'âme a réalisé, au cours de ses multiples incarnations, un certain nombre d'expériences et d'investigations. Il en est résulté une profonde aspiration à une condition différente et un grand désir d'être libéré et affranchi du cycle des incarnations.

Le désir de liberté constitue la deuxième modification du principe pensant. L'aspirant va alors apprendre à se libérer de toute limitation connue. Cette étape est la plus longue.

3. LE DÉSIR DE BONHEUR

L'impulsion de l'évolution est toujours donnée par une *connaissance* innée du bonheur. C'est la connaissance du jardin d'Éden, du Paradis perdu. Cette connaissance est inscrite en nous, sur le plan cellulaire, et imprègne nos mémoires. Elle provoque d'une façon permanente une inquiétude et un besoin impulsif de changement ; cette inquiétude et ce besoin de changement sont à l'origine du progrès et de l'activité.

Cette inquiétude est reliée à un vague souvenir provenant d'une époque de félicité et de bonheur. Il nous faut retrouver cet état pour

pouvoir retrouver la paix.

Le désir de bonheur constitue donc la troisième modification du principe pensant. C'est le stade où la conscience devient la véritable conscience spirituelle, celle qui est centrée sur l'âme, celle qui se détache complètement de la personnalité ou de l'*ego*. Nous prenons alors conscience de la nature du Christ, qui est paix, amour et vérité.

4. LE DÉSIR DE FAIRE SON DEVOIR

Les trois étapes précédentes nous ont conduits à un état de mécontentement généralisé. Plus rien ne nous apporte joie ou paix véritables. Ayant épuisé toute possibilité de recherche de joie personnelle, nous commençons à élargir notre horizon et à chercher où nous pouvons trouver le bonheur.

Nous commençons à chercher le bonheur dans l'accomplissement des obligations envers notre famille, notre entourage et ceux avec lesquels nous entrons en contact. Il s'agit là du début d'une vie de service qui nous amène à comprendre ce que signifie la conscience de groupe. C'est la première indication de l'éveil du principe christique.

Le désir de faire son devoir constitue donc la quatrième modification du principe pensant. C'est le stade où le disciple s'acquitte de son karma et observe la Loi. Il devient un Maître potentiel et, par cela, un soutien de la Loi.

5. LE CHAGRIN

Plus le véhicule physique s'affine, plus le système nerveux devient sensible à la dualité peine-plaisir. Notre aptitude à éprouver du chagrin ou

de la joie s'accroît de façon notable. Notre sens des valeurs devient si aigu et notre corps si sensible que nous souffrons encore plus que l'homme moyen. Par ailleurs, nous réagissons de plus en plus rapidement aux contacts extérieurs et notre aptitude à la souffrance physique ou émotive s'accroît dans une large proportion. Tout cela est dû au développement et à l'affinement de notre corps astral.

Le chagrin constitue donc la cinquième modification du principe pensant. C'est le stade où se réalise la complète maîtrise du mental. Alors seulement, le disciple peut connaître la véritable illumination. L'Illumination obtenue dissipe le chagrin qui est la cinquième modification. Les dualités ne se combattent plus.

6. LA PEUR

Le corps mental se développant rapidement, la peur et ce qui en découle commencent à se manifester. Ces peurs affectant le mental sont basées sur la mémoire, l'imagination, l'anticipation et la capacité de visualisation. Difficiles à surmonter, elles ne peuvent être dominées que par l'âme.

La peur constitue donc la sixième modification du principe pensant. C'est le stade où le disciple se rend compte que la matière n'a plus aucun pouvoir sur lui. La peur est donc éliminée, la sixième modification, surmontée, et s'y substitue une prise de conscience de la véritable nature de la divinité et un état parfait de félicité.

7. LE DOUTE

L'homme qui doute doute de tout. Il doute de lui-même en tant qu'arbitre de son sort, et de ses semblables quant à leur nature et à leurs

réactions. Il doute de Dieu ou des grands enseignements. Il doute de la nature elle-même, ce qui l'amène à de constantes investigations scientifiques. Finalement, il finit par douter du mental et par se demander s'il ne devient pas fou.

Lorsqu'il remet en cause le mental, il a pratiquement épuisé la totalité de ses ressources sur le plan matière. C'est le dernier stade, celui de la pleine et entière conscience de soi. L'Initié peut dire : « Je suis ce que je suis. » Il se reconnaît comme faisant un avec le Tout. Le doute n'a plus de pouvoir. L'Illumination complète survient et l'inonde entièrement.

13 - La méditation et les cinq moyens

La Tradition nous enseigne les cinq moyens dont nous disposons pour accéder à l'Illumination.

PREMIER MOYEN LES COMMANDEMENTS

Ces commandements correspondent aux dix commandements de la Bible. Ils concernent l'innocuité, la vérité, l'abstention de vol et d'avarice, l'absence de désir et la conduite juste ; ils forment la base de toute loi véritable.

Ces commandements visent à l'accomplissement convenable de nos obligations (dharma) dans le lieu, le milieu et l'entourage que nous avons choisis lors de notre incarnation. Le respect de ces *commandements* nous place dans un contexte favorable à la méditation.

DEUXIÈME MOYEN

LES RÈGLES

Les règles régissent la vie de l'*ego* et forment la base du caractère.
Elles comprennent :

- ◆ la purification interne et externe ;
- ◆ le contentement ;
- ◆ l'ardente aspiration ;
- ◆ la lecture spirituelle ;
- ◆ la dévotion.

TROISIÈME MOYEN

LA POSTURE

La posture adoptée pour la méditation doit être stable, elle doit être facile à maintenir et elle doit être confortable.

QUATRIÈME MOYEN

LE PRANAYAMA

Il s'agit de la maîtrise du souffle, le prana. Cette technique permet l'oxygénation du sang, la synchronisation du corps physique et du corps éthérique sur le plan vibratoire, et la transmission de l'énergie à toutes les parties du corps physique, par l'intermédiaire du corps éthérique.

CINQUIÈME MOYEN

LE TRANSFERT

Le transfert est la maîtrise des sens par le principe pensant. Les cinq sens sont dominés par le mental, et la perception de l'aspirant est totalement concentrée dans la tête.

Le stade suivant consiste à transférer la conscience dans le chakra coronal, à la faire passer ensuite dans le corps astral, et enfin dans le corps mental.

Chapitre XIV

Le chakra coronal

Le retour à la maison, la reconnection avec le Divin

1 - Définition et fonctions

Sahasrâra chakra

Mot de pouvoir : « Je suis l'agneau de Dieu. »

« Pour créer en sa personne les deux en un seul Homme nouveau. »

Sahasrâra signifie, en sanscrit, le « lotus aux mille pétales ».

Le chakra coronal est le centre de réalisation de Soi. Par l'harmonisation du chakra coronal, nous réalisons l'union divine. Le chakra coronal est le contact suprême avec Dieu, mais il est plus que le contact ; c'est l'union avec Dieu. Il ne s'agit pas là d'une union abstraite, intellectuelle ou philosophique, mais plutôt d'une union vibratoire, physique. Elle va nous faire ressentir l'union avec Dieu sur le plan physique, dans la moindre de nos cellules, à travers une vibration cellulaire.

LE CHAKRA CORONAL, UNE EXPÉRIENCE INDIVIDUELLE

Il est extrêmement difficile de s'exprimer sur cette expérience et cette sensation, car je me trouve à ce sujet dans une situation délicate. Jusqu'à présent, j'ai pu exprimer une expérience et un ressenti personnels concernant les chakras, mon chemin de vie m'ayant permis d'en expérimenter et d'en intégrer chacune des étapes. Celles-ci correspondaient à la fois à mon expérience de développement personnel et aux cas « cliniques » que j'avais pu traiter en tant que thérapeute.

Mais avec le chakra coronal, je ne suis plus dans la même situation. Je ne peux transmettre mon vécu personnel puisque mon stade d'évolution correspond actuellement à une énergie se situant au niveau du chakra frontal. J'en suis encore au passage de l'énergie entre le chakra frontal et le chakra coronal. Je ne puis donc émettre qu'un certain nombre d'hypothèses intuitives que je n'ai pas encore expérimentées personnellement sur le plan physique.

Le contact avec Dieu est une expérience individuelle et personnelle, puisque chacun d'entre nous est une matérialisation de l'Esprit de Dieu. Chacun d'entre nous, et cela il est parfois difficile de l'admettre selon les circonstances de la vie, est une matérialisation d'une des infinies expériences que Dieu a décidé de vivre sur un des innombrables plans d'existence qui s'appelle « matière ».

Il est donc inutile d'en parler, puisque chacun vivra cette expérience, à un moment donné de son parcours, d'une façon unique et dans une relation privilégiée avec Dieu qui n'appartiendra qu'à lui.

LE CHAKRA CORONAL ET L'UNITÉ

Là réside le grand paradoxe de la dualité. Cette expérience appartient à chacun d'entre nous et pourtant elle est en même temps une manifestation de l'Unité. Chaque fois en effet qu'une personne vit cette expérience de l'union avec Dieu, chacun de nous vit aussi la même expérience.

Les mots « unique » et « unité » ont la même racine étymologique : le mot « un ». Le chakra coronal est « un ». C'est par ce centre que nous allons retrouver le Divin, redevenir « un » dans le Tout, Tout dans l'Un ; c'est-à-dire que nous allons retourner à l'Unité en perdant nos dualités. Autrement dit, nous allons réharmoniser nos polarités masculine et féminine, de façon à mettre notre être vibratoire sur la même fréquence que l'archétype du Père divin et de la Mère divine.

Vous aurez compris que les énergies de l'ensemble des chakras sont contenues dans l'énergie du chakra coronal. Son harmonisation passe donc par l'harmonisation des chakras précédents, c'est-à-dire par l'intégration de leur énergie, réalisée par l'équilibrage des problématiques associées à chacun.

Une fois arrivés à ce stade de notre évolution, nous pouvons unir en nous ces deux vibrations divines et faire naître de ce mariage mystique le Fils, c'est-à-dire le Christ intérieur.

L'harmonisation de l'énergie du chakra coronal va correspondre à la vitalisation, à « l'emplissement » de la totalité de notre être par l'énergie du Christ. Le Fils fera alors un avec le Père. À ce moment, une grande partie de notre cycle d'incarnation se termine. Nous entrons dans la phase

finale, celle qui nous mènera à la libération du cycle des incarnations, à ce que l'on nomme, dans la Tradition, la « Réalisation ».

Ce chapitre aura donc pour but d'expliquer la problématique liée à l'énergie de ce chakra et d'essayer de définir par quelle ascèse, par quelle mise en conscience nous pouvons avancer sur le chemin du « *Retour à la maison* », écho de la parabole du fils prodigue revenant à la maison du père.

LE CHAKRA CORONAL ET LA LIBÉRATION DU PLAN « MATÉRIEL »

Le chakra coronal correspond au passage de la troisième initiation, celle par laquelle nous passons de l'amour des autres à l'amour de Dieu.

Reprenons à ce sujet l'analogie sur le fonctionnement du spectre des couleurs que nous avons déjà utilisée lors de l'étude du chakra de base.

Au moment de l'incarnation, nous incorporons notre véhicule physique (notre corps physique) par le passage de l'infrarouge au rouge.

Avec le chakra coronal, nous passons du violet à l'ultraviolet, c'est-à-dire de l'incorporation à la décorporation. C'est le passage sur d'autres plans, le passage de l'autre côté, ou la mort. Bien sûr, ce n'est pas forcément une mort physique, mais c'est par le chakra coronal que nous allons pouvoir nous libérer de l'emprise de la matière.

L'ascèse du chakra coronal doit donc commencer par un travail de libération du plan matériel. Il ne s'agit pas ici de nier le plan matériel, puisque nous devons d'abord passer par une harmonisation des six autres chakras, et notamment celle du chakra de base. Il faut avoir intégré la

matière pour pouvoir s'en détacher, ce qui se réalisera par l'énergie du chakra coronal.

Le chakra coronal va tout d'abord nous enseigner que chacun est responsable de sa propre destinée, qu'il a la possibilité de changer sa vie et de la mettre en harmonie avec les Lois universelles.

L'ascèse du chakra coronal est donc un travail de libération du plan matériel. Cette ascèse exige que nous soyons capables de nous détacher du monde, de nous détacher d'une situation matérielle et d'évoluer librement par rapport à une situation donnée. Nous pouvons alors accéder à la liberté, à une libération par rapport aux choses, aux personnes et aux situations. Nous développons ainsi la faculté de nous ajuster aux différentes situations, même si elles ne nous correspondent pas. En fait, par analogie, nous développons la capacité de travailler et d'évoluer, en ajustant les différents éléments qui nous composent.

LE CHAKRA CORONAL

CLÉ DE COMPRÉHENSION DE L'UNIVERS

Avec le développement du chakra frontal, nous sommes entrés en contact avec le Plan divin. Celui-ci nous « vitalise intérieurement » et nous permet de poursuivre notre cheminement en étant insensibles et imperméables aux sollicitations et aux influences extérieures.

Avec la mise en place de l'énergie du chakra coronal, nous développons la faculté d'ajuster toutes nos composantes par rapport au Plan divin. Nous comprenons, et non seulement nous comprenons, mais nous ressentons dans notre corps, que chaque élément qui nous compose, la moindre de nos cellules, la moindre de nos molécules est une réplique holographique de l'ensemble de l'Univers. La moindre parcelle de notre

être est la manifestation de l'ensemble des Lois universelles. **Les Tables de la Loi sont en nous, et nous sommes les Tables de la Loi.** Par la mise en place de l'énergie de ce chakra, nous créons l'alliance entre Dieu et la matière ; c'est-à-dire que nous apprenons à devenir un meilleur pont entre le Ciel et la Terre. C'est le mariage entre nous (notre être physique, la matière) et les plans invisibles.

Le chakra coronal est en relation avec le plan atmique, qui est le plan de l'Esprit divin. Dans la symbolique, le chakra coronal est représenté par la montagne.

La montagne est le lieu de communication avec Dieu. Le Christ a été crucifié sur le Golgotha. Ce mot signifie, en hébreu, « la place du crâne ». La place du crâne, c'est l'emplacement physique du chakra coronal.

LE CHAKRA CORONAL ET LA VOLONTÉ DU PÈRE

Le développement du chakra coronal passe en tout premier lieu par la volonté de développer une ascèse, le but recherché étant de devenir volontaires en toutes circonstances. Cela signifie que nous ne laissons à rien ni à personne le droit de nous manipuler. Nous ne nous permettrons pas de nous retrouver dans une situation *involontaire*. Notre devoir le plus sacré est de passer à des gestes volontaires.

Attention ! Cette volonté n'est pas la volonté du chakra solaire, celle de l'*ego*, des désirs, des émotions, de la volonté de puissance ou de pouvoir. C'est la *volonté souveraine*, la volonté de l'Esprit, la volonté du Père.

Nous avons tendance à nous rétracter et à refuser ce concept de la volonté du Père, car il est pour nous synonyme de contrainte, d'autorité

non comprise ou mal comprise. Cette réaction est le résultat de deux mille ans de tradition judéo-chrétienne, où le Père était perçu comme une entité terrible châtiant les coupables que nous sommes tous dès notre naissance, porteurs du péché originel, nous envoyant en Enfer ou au Paradis à la suite du « pesage » de nos actions.

Il est primordial que nous nous dégagions de ces images culturelles qui sont si profondément imprimées dans nos mémoires cellulaires. Même si nous nous déclarons athées, il nous faut reconnaître que nos parents, nos arrière-grands-parents ou l'un des membres de notre lignée généalogique ont été élevés dans cette Tradition. Tous les membres de la culture occidentale possèdent donc cette empreinte génétique qui déforme profondément leur perception de ce qu'est le Père.

L'autorité du Père, la volonté du Père, ne peut être une contrainte, car elle est la nôtre. Nous avons compris au fil de notre étude que nous étions « manifestation du Père ». La volonté du Père est la nôtre, puisque nous sommes le Père.

Il s'agit donc de l'expression d'une volonté supérieure qui n'est pas celle du chakra solaire, mais celle d'une vibration supérieure qui est en harmonie avec les Lois universelles. C'est l'expression de notre Esprit Divin, de l'Esprit divin de la volonté du Père.

C'est pourquoi l'ascèse du chakra coronal consiste à développer notre chemin intérieur sans nous laisser influencer par les éléments extérieurs. Nous nous engageons sur le chemin, sur le sentier, et nous y restons, quoi qu'il puisse se passer à l'extérieur, quoi qu'en dise notre entourage, quelles qu'en soient les conséquences.

Cette démarche possède un profond facteur de stabilité, puisque c'est dans la stabilité d'une décision ou d'une volonté qui s'exprime que nous

pouvons devenir les « transmetteurs » du plan cosmique sur le plan matière.

Nous devenons des FILS DE LUMIÈRE. Devenir un fils de Lumière, c'est autoriser les Lois cosmiques à s'exprimer en nous, à travers le Soi. L'énergie du chakra coronal permet alors de vivre l'adage : « *Que ta Volonté soit faite.* » Volonté de l'Esprit, de ce Maître intérieur qui jamais ne s'imposera.

Le libre arbitre est aussi une Loi cosmique. Nous aurons le choix de dire non, en comprenant fort bien qu'en disant non à notre Soi supérieur, nous éveillons en nous de grandes forces de dualité qui entraînent souffrance et prolongement de notre cycle d'incarnations. Cela peut être notre choix, librement consenti pour faire, pendant un certain temps, l'expérience de différentes formes de dualités et de conscience, pour avoir envie de retrouver un jour la maison du Père, c'est-à-dire notre Identité divine.

La grande force d'autorité que sous-tend la notion de volonté du Père nous enseigne une leçon : celle de l'obéissance. Obéir, c'est dire oui aux choses insignifiantes en reconnaissant le Maître intérieur. C'est nous soumettre aux multiples intuitions et perceptions que nous donne ce Maître intérieur, sans y ajouter la faculté de raisonnement de notre *ego*.

LE CHAKRA CORONAL ET LE POUVOIR DE GOUVERNER

À ce stade de notre évolution, nous obtenons le pouvoir de gouverner. Le pouvoir de *nous* gouverner, d'abord, pour apprendre à nous *maîtriser*, à exercer un pouvoir sur nous-mêmes. Mais ensuite, le pouvoir de gouverner

au niveau des institutions, c'est-à-dire le pouvoir de transmettre la volonté de Dieu sur le Plan terrestre.

C'est d'ailleurs le grand paradoxe des institutions que nous créons en élisant des hommes à la Présidence de la République ou à l'Assemblée nationale par exemple, des hommes principalement régis par leur volonté personnelle, par la volonté de l'*ego* et de la puissance, alors qu'ils devraient exprimer la volonté du Père. Nous pouvons alors comprendre pourquoi ces institutions arrivent si difficilement à satisfaire nos besoins profonds et pourquoi leur fonctionnement ne s'oriente pas vers l'harmonisation de l'humanité.

Gouverner, c'est être en union avec le Père. Cette union passe par la confirmation de notre volonté à celle de l'Universel, du Cosmique, du Divin.

Comment allons-nous alors pouvoir déterminer si nous exprimons la volonté de l'*ego* ou celle du Père ? Il existe à ce sujet un étalon universel, une règle toute simple, une Loi qui, dans son infinie simplicité, montre l'omniscience du Père : l'Amour. L'exercice de l'autorité doit se faire dans l'Amour. Elle est alors l'expression de la volonté Divine. Si tel n'est pas le cas, elle est le résultat de la volonté de l'*ego*.

Nous comprenons mieux maintenant pourquoi l'harmonisation du chakra coronal passe par celle du chakra cardiaque.

Nous retrouvons là toute la problématique du chakra cardiaque, mais à un niveau vibratoire différent. Tout ce qui n'aura pas été compris au moment de ce passage nous sera redonné, et le travail sur le chakra cardiaque nous sera redemandé pour arriver à une harmonisation de l'énergie du chakra coronal.

La disharmonie du chakra coronal va parfois causer des problèmes au niveau du système nerveux volontaire. Peuvent également apparaître des

abcès ou des tumeurs au cerveau si nous exprimons notre volonté personnelle au lieu de la Volonté divine. De même, il peut y avoir des cancers, qui sont la manifestation de mécanismes d'anarchie cellulaire, les cancers étant liés à la désobéissance ou au fait de souscrire à des choses contradictoires. C'est le non-respect des Lois universelles.

Sur le plan endocrinien, le chakra coronal correspond à la glande pinéale, ou épiphyse, une glande mal connue actuellement. La science a longtemps considéré la glande pinéale comme une glande en voie d'atrophie, une glande en voie de disparition. En fait, c'est une glande en voie de développement qui permet l'incarnation de la volonté de l'Esprit en l'homme. Il est certain que peu de gens ont atteint ce stade. Il semble donc normal que la science ait longtemps considéré la glande pinéale comme une glande atrophiée.

QUALITÉS ET DÉFAUTS ASSOCIÉS AU CHAKRA CORONAL

Les défauts associés à un fonctionnement non harmonieux ou à un dysfonctionnement du chakra coronal sont :

- ◆ l'esprit de domination et l'autorité sans amour ;
- ◆ la colère ;
- ◆ l'ambition ;
- ◆ l'orgueil ;
- ◆ le désir d'imposer sa volonté, sa vision des choses ;
- ◆ l'apitoiement sur soi-même.

Les qualités à développer sont :

- ◆ la tendresse ;
- ◆ la patience.

2 - Élément correspondant au chakra coronal

Comme c'était le cas pour le chakra frontal, le chakra coronal n'a pas de correspondance « tangible » avec les éléments. Nous nous trouvons ici dans un autre mode de perception.

3 - Nombre associé au chakra coronal : le nombre 7

Le nombre 7 est le nombre de l'Initiation. C'est le symbole des sept ciels, des sept hiérarchies angéliques, de la totalité des ordres planétaires et angéliques, de la totalité des demeures célestes, de la totalité de l'ordre moral et des énergies. Il représente aussi la totalité de l'espace et du temps, la totalité de l'Univers en mouvement.

Pour Clément d'Alexandrie, le nombre 7 est le nombre secret, symbole du retour au centre, au Principe. C'est la clé de l'Apocalypse de saint Jean. C'est aussi le nombre des ciels bouddhiques, celui des sphères planétaires, des couleurs de l'escalier du Bouddha et celui qui correspond au nombre d'échelons de l'échelle des Kadosh. À sa naissance, Bouddha a, dit-on, mesuré l'Univers en faisant sept pas dans chacune des quatre directions.

Le nombre 7 est le nombre des états spirituels qui permettent le passage de la matière à l'Esprit (énergie des chakras). Ce nombre possède un pouvoir, ne serait-ce que par l'énergie de transformation qu'il augure. Il y a également une notion d'anxiété liée à ce nombre, puisqu'il indique le passage du connu à l'inconnu, du tangible à l'intangible.

Le nombre 7 est le nombre de la perfection. Les Dogons considèrent ce nombre comme le symbole de l'union des dualités, donc symbole d'unicité et de perfection, de l'union des deux sexes. C'est le symbole de la fécondation.

C'est aussi le symbole du Maître de la parole qui détient la puissance du Verbe. Le nombre 7 est le symbole de l'homme réalisé devenant l'Androgyne divin.

Dans les contes de fées, le nombre 7 symbolise les sept degrés d'évolution de la conscience : conscience du corps physique, conscience de l'émotion, conscience de l'intelligence, conscience de l'intuition, conscience de la spiritualité, conscience de la volonté et conscience de la vie. C'est donc le nombre de la conscience, de la Lumière, de la méditation.

Il est également le nombre de l'intériorisation, de la connaissance, de la philosophie et de la sagesse, en même temps que celui de l'isolement et de la solitude.

Le nombre 7 est le nombre de l'arc-en-ciel. Il relie la matière à l'esprit, le haut avec le bas. C'est le nombre de l'Initié, du Maître et du Sage, le nombre de la puissance universelle, de la solitude méditante.

MOTS CLÉS LIÉS AU NOMBRE 7

Sagesse

Philosophie, Religion

Relier

Spiritualité

Vie intérieure

Foi, Mystère

Solitude, Étude
Recherche, Connaissance
Culture
Initié.

4 - Couleur correspondant au chakra coronal : le violet

La couleur violette symbolise le mystère. C'est derrière elle que va se réaliser le mystère de la réincarnation ou de la transmutation. Elle est le symbole de l'obéissance et de la soumission, mais aussi celui de la tempérance et de l'apaisement.

Le violet est la couleur de la Conscience cosmique. Il s'agit de la couleur la moins matérielle, puisque dans le spectre vibratoire des couleurs, nous trouvons après elle l'ultraviolet, qui est invisible à l'œil nu.

Le violet symbolise le passage au principe du Père divin par l'abandon de la personnalité. C'est pourquoi les prêtres catholiques portent cette couleur. C'est aussi la couleur de la Grande Initiation. Elle échappe au raisonnement, et sa vérité passe par l'expérience vécue.

5 - Éléments psychologiques reliés au chakra coronal

LE FONCTIONNEMENT HARMONIEUX DU CHAKRA CORONAL

Avec un fonctionnement harmonieux du chakra coronal, l'état d'unité avec l'Univers est atteint. Nous sommes alors totalement conscients de nous-mêmes et de notre environnement. Notre conscience est totale, de jour comme de nuit, et nous conservons en toute circonstance la mémoire

des événements, ce qui nous permet de rééquilibrer rapidement notre karma, et surtout de ne pas en créer de nouveau.

Nous devenons l'incarnation consciente de Dieu et nous manifestons son omniscience, son omnipotence et son omniprésence sur la Terre. Nous maîtrisons la force de la Kundalini et nous la dirigeons en la transformant en force créatrice pour l'humanité. Nous avons donc le pouvoir sur la matière et l'esprit, et nous sommes capables de faire des matérialisations ou des miracles.

Nous ressentons l'inexistence de la dualité, de la « séparativité » entre notre Être intérieur et notre vie extérieure, entre notre Être intérieur et Dieu. Nous ressentons et vivons le Christ en nous. Notre conscience est calme, ouverte et sans peur.

LE FONCTIONNEMENT NON HARMONIEUX DU CHAKRA CORONAL

Un fonctionnement non harmonieux du chakra coronal nous place souvent dans un état de conscience qui est le fruit d'un travail d'éveil du chakra coronal, mais sans avoir réalisé un travail d'harmonisation des autres chakras.

L'énergie qui se manifeste à ce niveau de conscience est alors utilisée pour imposer notre volonté et manipuler les autres.

C'est le cas des *gourous*, de *sectes* qui, ayant acquis des pouvoirs psychiques et magnétiques considérables, les utilisent pour asservir leurs « fidèles » à des fins purement personnelles.

Ainsi donc, la personne affectée par une disharmonie du chakra coronal cherche à assujettir les autres à sa propre volonté et à transformer

l'image qu'ils se font d'eux-mêmes. Elle tente de se substituer au Père divin.

LE DYSFONCTIONNEMENT DU CHAKRA CORONAL

Lorsque nous sommes affectés par un dysfonctionnement du chakra coronal, nous ne sommes qu'incertitude. Nous n'avons confiance en rien ni en personne, et surtout pas en nous-mêmes.

Nous vivons dans l'absence de but précis, et la vie nous semble sans fondement. Nous avons conscience de l'absurdité de notre vie, mais nous ne pouvons rien y faire. Nous nous réfugions alors dans un surcroît d'activités et de responsabilités nouvelles, voulant nous soustraire à cette absurdité et surtout nous cacher notre peur de la mort.

6 - Glande endocrine reliée au chakra coronal : l'épiphyse

Nous connaissons encore peu de choses de l'épiphyse, ou glande pinéale. Pourtant, elle est l'objet d'attentions considérables depuis la plus haute Antiquité. Descartes pensait qu'elle était le siège de l'âme rationnelle, et les recherches modernes ont permis de déterminer qu'elle informait l'homme des conditions lumineuses extérieures.

Mais l'épiphyse a une autre fonction. Elle se situe dans un conduit creux situé au centre de la tête, qui est un excellent point de résonance pour n'importe quelle vibration. Elle entretient des relations avec le fluide cérébro-spinal, mais aussi avec tous les rythmes corporels. De là à penser que l'épiphyse pourrait être en résonance avec l'ensemble des rythmes de l'Univers, il n'y a qu'un pas à franchir, et ce fait sera peut-être mis en évidence d'ici quelques années.

Par ailleurs, la présence d'une multitude d'autres hormones représentatives des glandes endocrines mène à l'hypothèse d'une résonance moléculaire avec l'ensemble du corps humain. L'épiphyse pourrait donc être le canal de rythmes énergétiques, devenant rythmes corporels, qui influenceraient la totalité de notre métabolisme selon les vibrations « reçues » de l'Univers. Une sorte d'« antenne » ou de « radar » doublé d'un « transformateur ».

7 - Aspects physiques liés au fonctionnement du chakra coronal

Un fonctionnement non harmonieux ou un dysfonctionnement du chakra coronal peut amener les problèmes suivants :

- ◇ la schizophrénie ;
- ◇ un sentiment de « dissociation » ;
- ◇ le « matérialisme » effréné ;
- ◇ une impression d'irréalité ;
- ◇ certains mouvements des os crâniens associés à des modifications énergétiques ;
- ◇ les maux de tête ;
- ◇ la dépression ;
- ◇ la peur de la mort.

8 - Ange associé au chakra coronal : Hahasiah

« Dieu caché »

La fonction première de cet Elohim est de sensibiliser l'être humain à l'expérience de l'amour, de l'esthétisme et de la beauté.

L'énergie et le pouvoir de l'ange Hahasiah suscitent, chez l'homme, un amour empreint de sentiments sincères et authentiques, un amour caractérisé par une joie profonde. Cet amour basé sur la confiance, la transparence et l'authenticité suppose une ouverture totale de soi-même. L'être humain prend peu à peu conscience de la présence du Divin au fond de chacun. Il fait confiance à Dieu, quelles que soient les circonstances de la vie, même les plus pénibles. Il devient capable de se détacher du monde et de s'adapter à toutes les circonstances de la vie quotidienne.

L'ange Hahasiah aide à réformer les personnes ayant un sentiment de prétention ou un désir de paraître, une tendance aux excès ou à la jouissance. Il aide également celles qui manifestent jalousie et méfiance. L'essence de l'ange Hahasiah se nomme « Médecine universelle ». Cet ange est source de « Lumière », ce qui est en fait la capacité de compréhension. Il apporte la guérison définitive en nous permettant de comprendre la cause du mal et en nous donnant les moyens de l'extirper.

L'ange Hahasiah agit sur le rééquilibrage des causes et supprime le karma. Il nous permet d'élever notre âme, de contempler les choses divines et de découvrir les mystères de la Sagesse antique.

9 - Méditation sur la couleur et le son associés au chakra coronal

Asseyez-vous confortablement...

Le dos droit, les épaules dégagées. Vous relâchez toutes les tensions dans les épaules, dans le cou...

Les pieds bien à plat sur le sol, les mains posées sur les genoux, paumes tournées vers le ciel...

Fermez les yeux et respirez profondément deux ou trois fois...

...

Vous portez maintenant votre attention sur votre respiration...
Regardez-la simplement...

Observez-la...

Observez simplement le mouvement de l'air dans les poumons...

...

Portez maintenant doucement votre attention au creux de la paume de vos mains...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

Vous ressentez peut-être un picotement, un échauffement...

Observez-les simplement...

...

Portez maintenant doucement votre attention au creux de la plante de vos pieds...

Regardez-les simplement...

Observez-les...

...

Portez maintenant doucement votre attention au niveau du sommet de votre crâne...

Là, au-dessus de votre tête, vous ressentez la présence de vos cheveux...

Contentez-vous d'observer...

En continuant à observer simplement cette zone, élevez votre cœur, élevez vos pensées vers votre compagnon de Lumière...

Demandez-lui de vous aider à ouvrir votre conscience à ce centre d'énergie...

Vous allez peut-être vous sentir environné d'un cocon enveloppant votre corps...

Vous allez peut-être aussi percevoir des zones de lumière plus ou moins violettes, mauves...

Contentez-vous d'observer...

...

Gardez votre attention au sommet de votre crâne...

...

Imaginez qu'à cet endroit, au sommet du crâne, se trouve tout simplement une coupe. Une coupe pleine d'eau. Le calice. N'importe quelle forme. Une coupe pleine d'eau...

Gardez votre attention à ce niveau...

...

Demandez de nouveau à votre compagnon de Lumière de vous aider à ouvrir votre conscience à ce centre supérieur...

...

Gardez votre attention focalisée à cet endroit...

...

Percevez-vous entièrement environné de lumière blanche, chaude, douce, vivante, qui vous enveloppe...

...

Votre compagnon de Lumière va provoquer un très léger dédoublement, afin que vous soyez plus sensible à toutes ces perceptions subtiles...

...

Cela va vous donner l'impression d'être plus large que votre corps, d'être plus lourd que votre corps...

...

Laissez-vous aller...

...

N'arrêtez pas les images et les pensées qui se présentent à votre esprit...

...

Vous allez commencer à ressentir petit à petit, progressivement, que cette lumière blanche qui vous enveloppe, qui vous envahit petit à petit est Amour...

...

Cette forme de présence que vous pouvez percevoir peut être très fugace, très rapide. Cela n'a pas d'importance...

...

Continuez à demander l'aide de votre compagnon de Lumière...

...

Gardez votre attention sur cette coupe, au sommet de votre crâne, pleine d'eau...

...

Percevez comme ce liquide transparent, lumineux, dans cette coupe, commence à déborder et à vous inonder de mille paillettes lumineuses qui descendent sur vous en cascade...

Laissez-vous faire...

Laissez-vous envahir par cette sensation...

Laissez-vous porter...

...

Percevez que dans ce flot lumineux qui se déverse sur vous se trouvent des rayures, des filaments rose pâle, d'autres bleu pâle. Tout cela se mêle harmonieusement...

Ils se déversent sur vous sans cesse...

Laissez-vous aller...

Plus de temps...

Plus d'espace...

Lumière blanche seulement...

Amour lumineux, scintillant...

Paix et calme...

...

Relié à l'Infini...

Dans cet univers lumineux, blanc, rose, bleu, vous commencez autour de vous à percevoir la sensation d'une vibration très particulière, présence sans forme...

Contentez-vous d'observer...

Ressentez simplement...

...

Ramenez maintenant votre sensation, votre observation au niveau du sommet du crâne...

...

Observez simplement...

...

Prenez conscience que le sommet de votre crâne est vivant, ouverture laissant passer cette lumière blanche, rose, bleue, lumineuse, vivante...

...

Et que cela vous relie à l'Univers tout entier...

À tout ce qui est...

Calme...

Sérénité...

Harmonie sans mélange...

Douceur...

...

Laissez-vous porter...

...

Mentalement, observez l'espace, ressentez-le, transparent, bleu, rose pâle, mouvant, vivant...

...

Présence près de vous...

À côté de vous, lumineuse, harmonieuse, pleine de chaleur, pleine d'amour, sans condition, universelle...

...

Ramenez votre attention au sommet de votre crâne...

...

Observez...

Ressentez...

...

Imaginez maintenant, tout en gardant votre attention au niveau du sommet du crâne, que vous êtes totalement cette coupe, c'est-à-dire que votre corps est rempli d'eau...

Liquide, transparent...

...

Prenez conscience que vous êtes cette coupe...

Complètement, totalement, et que ce liquide transparent, lumineux, déborde et vous baigne, et vous envahit de milliards de paillettes lumineuses...

Ce liquide se déverse sur vous, en vous...

Que vous êtes cette eau...

Que vous êtes cette cascade, sans forme, simplement eau, élément vivant...

Laissez-vous envahir...

Observez cette sensation...

Eau...

Totalement...

Complètement...

Qui coule dans toutes les directions, dans tous les sens...

...

Maintenant, portez votre attention au niveau de vos pieds...

...

Observez le contact de vos pieds avec le sol...

Et toujours cette eau qui se déverse sur vous...

Lumineuse...

Transparente...

Vivante...

...

Et cette eau que vous êtes pénètre dans la terre...

La régénère.

Laissez-vous pénétrer dans la terre, dense...

De l'eau avec la terre...

...

Portez maintenant votre attention au niveau du sommet de votre crâne...

Observez...

...

Voici que cette partie de votre crâne devient bleue, rose, vivante, comme si la coupe que vous êtes maintenant était emplie...

Emplie d'un feu qui brûle depuis si longtemps...

Et ce feu déborde et se déverse sur vous...

Se déverse de mille flammèches rouges, jaunes, bleues, vertes...

Et ce feu se déverse sur la terre...

...

La réchauffe, la nourrit, la régénère, comme l'explosion d'un feu d'artifice...

Des millions de flammèches colorées...

Observez ces crépitements vivants que vous êtes...

...

Portez de nouveau votre attention au sommet de votre crâne...

...

Observez...

Ressentez maintenant...

Votre être qui se diffuse sans forme, dans toutes les directions, libre...

...

Observez cet être infini et vivant que vous êtes...

Énergie pure comme le vent dans les feuilles des arbres...

...

Observez l'infinité que vous êtes...

...

L'oiseau dans le ciel...

Vous êtes vous-même tout dans l'oiseau...

Le vent...

Le feu...

La pluie qui tombe...

La Terre sur laquelle vous marchez...

Le Soleil qui rayonne dans les champs...

Les champs...

Les étoiles qui brillent...

Laissez cette expansion se faire...

Vous allez voir comme une boule lumineuse, très loin de vous...

Vous vous en approchez en ayant conscience que vous êtes toute chose, tout en étant vous...

...

Et lorsque vous approchez de cette boule lumineuse, plus vous approchez, plus vous voyez qu'il s'agit d'une coupe...

D'un calice...

D'une matière lumineuse...

Chaude...

Observez simplement...

Ce calice que vous êtes vous-même...

Vous vous confondez avec l'Autre...

...

Laissez-vous aller...

Laissez-vous porter...

...

Il n'y a plus ni temps...

Ni espace...

Simplement être...

Dans toutes les dimensions...

Être dans tous les lieux...

Être dans toutes les formes qui naissent...
Qui existent...
Qui meurent...
...
Portez de nouveau votre attention au sommet du crâne...
...
Demandez de nouveau à votre compagnon de Lumière de vous aider...
...
Observez...
Ressez simplement...
...
Observez-vous...
Ressez votre être se détendre...
Prenez conscience aussi de la présence de l'assistance nombreuse d'êtres que vous ne voyez pas, invisibles mais réels...
Laissez les images défiler...
Les visages s'imprimer...
L'amour simplement pénétrer...
...
Prenez conscience que vous êtes illimité, sans frontières, sans tabou...
Que craignez-vous...
Qu'avez-vous à perdre...
Observez toujours le sommet de votre crâne...
...
Pour la première fois, je voudrais que vous prononciez tout simplement dans votre tête, en gardant votre attention sur le sommet de votre crâne...
Que vous prononciez le mot AUM...
Tout en gardant votre attention au sommet de votre crâne...

AUM... AUM... AUM... AUM... AUM... AUM... AUM... AUM
AUM... AUM... AUM...

...

Maintenant, vous allez tout doucement revenir à votre état de conscience ordinaire...

Et quand vous le souhaiterez, vous ouvrirez les yeux...

Vous vous étirerez...

Vous êtes LÀ...

Ici et maintenant.

Chapitre XV

Conclusion

Nous voilà arrivés au terme de ce voyage au pays de l'énergie des chakras. Je pense que vous aurez compris, au fil de cet ouvrage, que ce que nous nommons dans notre civilisation « maladie », « stress », « peur », « mal-être » ne sont que le fruit et l'image, dans notre matérialité, d'un déséquilibre par rapport aux Forces cosmiques.

Un déséquilibre présuppose son corollaire, l'équilibre. Il est donc à la portée de chacun d'entre nous d'entrer dans ce travail de mise en conscience des énergies qui nous régissent pour atteindre, à un moment de notre parcours, l'état d'harmonie, de félicité et de bonheur.

J'espère que cet ouvrage vous permettra, comme son expérience vécue m'a permis de le faire, de retrouver le bonheur auquel chacun d'entre vous aspire et a droit.

Si j'ai pu vous donner quelques clés, j'aurai alors réussi ma mission. Je suis de toute façon à votre disposition pour vous donner d'autres informations, si vous le souhaitez.

Je vous remercie de la patience et de la persévérance qui ont été les vôtres et qui vous ont amenés à cette dernière page.

Amour et Lumière !

Daniel BRIEZ

BIBLIOGRAPHIE

Plutôt que de vous donner la liste des nombreux ouvrages qui m'ont aidé à rédiger ce livre, je préfère vous suggérer une série de titres qui peuvent vous amener à approfondir certains aspects du travail proposé.

BAILEY, Alice A., *La guérison ésotérique*, Lucis.

BAILEY, Alice A., *La lumière de l'âme*, Lucis.

BAILEY, Alice A., *Lettres sur la méditation occulte*, Lucis.

BAILEY, Alice A., *Traité sur la magie blanche*, Lucis.

CHAZAUD, Jean du. *Ces glandes qui nous gouvernent*, Éditions Équilibres.

CHOPRA, Deepak D^r, *Le corps quantique*, InterÉditions.

DEUNOV, Peter, *Le testament des couleurs*, Télesma.

GIMBELS, Théo, *Les pouvoirs de la couleur*, J'ai Lu New Age.

KABALEB, *Le Grand Livre du Tarot Cabalistique*, Éditions Bussière.

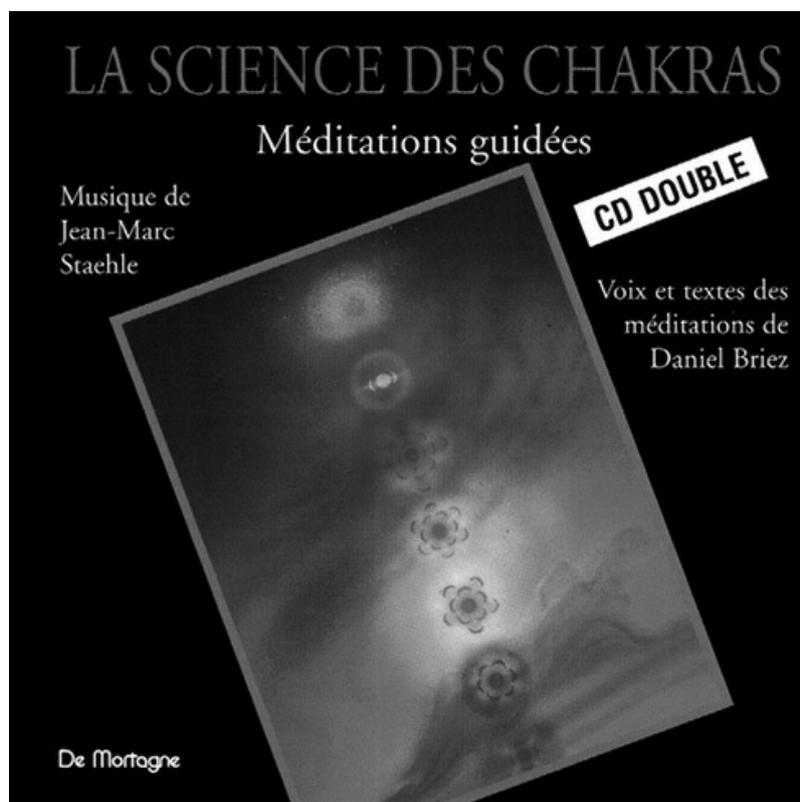
ROBERTS, Jane, *La réalité personnelle, votre corps, sculpture vivante*, Éditions de Mortagne.

ROBERTS, Jane, *La réalité personnelle, une vision de l'au-delà*, Éditions de Mortagne.

Les méditations publiées dans cet ouvrage ont été enregistrées sur disque compact.

Science des chakras - Méditations guidées

Les textes induisent des images vibrant sur la fréquence de chaque chakra. Les musiques, basées sur sept tonalités différentes, utilisent des timbres instrumentaux et des ambiances sonores propres à chaque chakra. Le tout produit un « outil sonore » créant une méthode simple, pratique, efficace et à la portée de tous permettant une évolution globale de notre être vers la santé et l'harmonie, tant sur le plan physique que psychologique et spirituel.



Vous pouvez le commander auprès des distributeurs suivants :

Au Québec

Prologue

1650, Lionel-Bertrand

Boisbriand (Québec) Canada

J7H 1N7

Téléphone : 1 800 363-2864

Télécopieur : 450 434-2627

prologue@prologue.ca

En France

DG Diffusion

ZI de Bogues - 31750 Escalquens

Téléphone : +33 (0)5 61 000 999

Télécopieur : +33 (0)5 61 00 23 12

Pour en savoir plus sur l'auteur et ses nombreux ouvrages, visitez son site Internet ou son blogue :

<http://daniel-briez.com/>

<https://danielbriezblog.wordpress.com/>

REMERCIEMENTS

Je voudrais remercier toutes les personnes qui ont croisé mon chemin et m'ont apporté les merveilleux cadeaux d'amour qui ont permis l'élaboration du présent ouvrage.

Tout d'abord mon père et ma mère, René et Lucienne, pour m'avoir permis de m'incarner, de réaliser l'expérience merveilleuse qu'a été ma vie jusqu'à présent, et surtout pour m'avoir donné l'exemple de la Force de l'Amour, qui s'est manifestée à travers leurs quarante années de vie commune.

Mon frère Serge, pour avoir été le premier à me montrer, alors que j'étais encore adolescent, qu'il existait d'autres « mondes » derrière l'« apparence ».

Ma sœur Annie et mon beau-frère Patrick Mimouni, ainsi que leurs enfants, Sandrine et Aurélie, pour l'aide qu'ils m'ont apportée pendant la période la plus difficile de cette profonde transformation.

Le père Némoz, décédé aujourd'hui, qui me délivra un merveilleux message de confiance en moi-même, à une époque où elle me faisait cruellement défaut.

Le docteur Jacques Abeillon, pour la présence et l'assistance attentionnée qu'il m'a apportées, pendant la profonde période de transformation qui m'a amené à écrire ce livre.

Karine Daelen et Christiane Tonelli, dont la présence affectueuse et chaleureuse m'a permis de dépasser les plus difficiles épreuves de ma vie.

Marie-France Blachère, qui m'a fait connaître le « chemin des couleurs ».

Les Maîtres et les Guides qui m'accompagnent sur ce chemin sans cesse renouvelé du développement.

Enfin, ma compagne, Nadine Sanchez, dont l'intuition, la présence, l'amour et la grande patience ont rendu possible l'écriture de ce livre.

Merci à tous. Je vous aime.

Du même auteur

Nadine et Daniel Briez

Les Anges



EM Editions de Mortagne

Du même auteur

Nadine et Daniel BRIEZ

**LA GUÉRISON SPIRITUELLE
PAR LES PIERRES PRÉCIEUSES**

Collection la science des chakras

 Edition de Mortagne

Table des Matières

Couverture	2
Titre	4
Crédits	5
Préface	7
Chapitre I – La Science des chakras Voie initiatique du quotidien	14
Chapitre II – Introduction à la Science des chakras	18
Chapitre III – Les différents plans de conscience (ou corps)	21
Chapitre IV – Définition des chakras	31
Chapitre V – L'emplacement des chakras	34
Chapitre VI – Le rôle des chakras	36
Chapitre VII – Compréhension et intégration de l'énergie des chakras – Méthode –	39
Chapitre VIII – Le chakra de base Pour une approche de l'incarnation	48
Chapitre IX – Le chakra sacré Comprendre son karma par le travail sur le centre, la redécouverte de son identité	76
Chapitre X – Le chakra solaire Comprendre et gérer ses émotions pour une meilleure communication avec les Énergies de lumière	118
Chapitre XI – Le chakra cardiaque Les noces alchimiques, la naissance de l'Homme nouveau	167
Chapitre XII – Le chakra laryngé Comment entrer en communication avec les Énergies de lumière et les annales akashiques ; comment développer sa créativité	203
Chapitre XIII – Le chakra frontal Comment accéder aux mondes extrasensoriels ou l'Illumination	241

Chapitre XIV – Le chakra coronal Le retour à la maison, la reconnection avec le Divin	276
Chapitre XV – Conclusion	302
Bibliographie	304
Remerciements	307