
LE CORPS ASTRAL

Cette Leçon traite du corps astral ou corps subtil, connu aussi comme le KAA en Égypte ou comme le corps résurrectionnel dans le Christianisme.

Le corps dense vit dans un monde très dense, c'est notre problème pour atteindre l'Illumination, pour arriver à la Conscience de Dieu, pour devenir heureux. Le corps meurt et reviendra comme la fleur sur l'arbre reviendra au printemps prochain - même couleur, même odeur, même forme, même confinement - et cette fleur mourra. Le corps mourra et reviendra à maintes reprises. Le corps physique dense est une extension de quelque chose de plus subtil appelé corps subtil ou corps astral. Le corps astral porte les graines qui provoquent la manifestation de votre corps physique.

Les cinq Éléments denses composent le corps dense. Les mêmes cinq Éléments composent le corps astral et sont les Éléments subtils. Ils n'ont rien à voir avec les éléments chimiques. Ce sont la Terre, l'Eau, le Feu, l'Air et l'Éther. Ce sont ces cinq combinaisons qui tendent à produire l'important véhicule astral. Cette quintuple répétition sera récurrente dans ce texte : même pranas, les cinq organes d'action, les cinq sens, les cinq doigts ou les mandalas à travailler.

Souvenez-vous du mandala : le carré symbolisant l'Élément Terre suivi du croissant, Élément Eau, du triangle, de l'étoile à six branches au Chakra Coeur, suivi du cercle qui est essentiellement l'Éther, ne manifestant rien. Il y a un sixième symbole : l'Oeil-Qui-Voit-Tout, d'où se projettent ces cinq Éléments subtils. Les Samskaras ou la mémoire, les karmas, tout vient du corps astral et est conservé dans le corps astral. Du corps astral, cela se projette dans la réalisation d'un corps physique avec tout son contenu. Quand le corps dense meurt, vous ne perdez pas le karma qu'il contient ou les champs énergétiques qui ont fait le corps physique. Ils sont toujours contenus dans le corps astral et se re-manifesteront répétitivement.

À la mort du corps physique, le corps dense est abandonné, mais tout le corps subtil avec l'âme, la piste mémorielle, votre piste mémorielle, part. Quand vous quittez votre corps une fois pour toutes là, Abracadabra : il est mort et commence à se décomposer faute de prana, mais vous partez avec le corps résurrectionnel si vous venez d'une famille chrétienne, avec le KAA si vous venez d'une école mystique égyptienne. Vous emmenez avec vous la piste mémorielle et le corps astral ; et dans ce corps astral se trouvent toutes vos bonnes actions et vos souvenirs heureux ainsi que toutes vos merveilleuses qualités odieuses. Vous débarrasser de votre corps ne signifie pas vous débarrasser de vos problèmes. C'est le point-clé. A la différence des chrétiens qui disent, "Aussitôt que vous êtes mort, tout va bien". Dommage que ce ne soit pas aussi facile...

Vous êtes Esprit. Vous avez tout un ensemble d'instruments, le plus important étant votre âme - votre mémoire. Chaque mémoire, chaque samskara, chaque impression, chaque émotion, chaque perception, chaque désir est transporté dans le corps astral. Chaque action rayonne du corps astral et est restituée dans le corps astral, qui se projette dans le corps dense, et ensuite vous suivez votre cours. Nous sommes juste des esclaves pour le karma astral dormant, qui suit son cours.

Le point suivant est important. Le désir créé dans le royaume physique devra être réalisé dans le royaume physique. Le désir créé dans le royaume mental devra être réalisé dans le royaume mental. Le désir créé dans le royaume astral devra être réalisé dans le royaume astral. Le désir créé dans le royaume cosmique doit être créé via le royaume cosmique. C'est-à-dire que si vous avez envie de quelque chose de physique, de sexe par exemple, vous avez besoin d'un corps physique. Si vous désirez un univers physique, vous devez avoir un corps physique pour expérimenter cette expérience dans le monde physique. Si vous avez créé un désir qui semble être mental, ce désir doit être réalisé dans le monde mental par un véhicule mental. Vous créez un désir astral, alors ce désir astral doit être réalisé dans le monde astral et la seule façon de faire, c'est par un véhicule astral. Si vous créez quelque chose qui doit être réalisé dans le royaume cosmique, vous devez avoir un corps cosmique ou causal, si vous préférez ce mot, pour l'expérimenter.

Le deuxième point, notre problème, le vôtre, le mien, réside en ce que les énergies du corps astral ressemblent à un programme informatique. Il arrive juste au moment où vous entrez dans votre corps physique et vous le laissez faire son programme. Vous ne le neutralisez pas. Vous l'alimentez émotionnellement inconsciemment et consciemment. Ainsi, vous êtes cadenassé dans un schéma du passé. Nous devons devenir conscient du corps astral et faire quelque chose à ce sujet. Tout comme un enfant souillé a besoin d'une mère pour le nettoyer et le laver *constamment*, lorsque l'enfant commence à mûrir avec un certain niveau de modération et de contrôle de soi, il peut contrôler son véhicule physique ; exactement de la même manière avec un Guru, avec un enseignant, avec l'étude, avec l'autodiscipline : vous pouvez devenir astralement conscient et contrôler le corps astral de façon à ce qu'il ne souille pas partout dans votre corps physique ou mental. Il n'a pas à déverser ses ordures à volonté. L'enfant, lui, n'a pas le choix. Il se salira en temps voulu. Le corps est son maître. Il n'a pas la maîtrise de son corps. C'est agréable d'avoir cette maîtrise. Exactement de la même manière, vous ne pouvez souiller votre âme, votre corps et votre mental en permettant à votre corps astral de déféquer et d'uriner partout dans votre vie. C'est ce que font la plupart des gens. Cela ne les rend pas mauvais, mais juste non disciplinés et ignorants. C'est un point essentiel. Donc Conscience de soi.

Troisième point : Dans le corps astral sont conservés tous les désirs de vos vies passées. Ceux-ci sont conservés dans des compartiments appelés *chakras*, et quand le moment est juste, ces forces karmiques vont s'externaliser d'elles-mêmes.

Un autre mot-clé est *kala*, le temps. Deux phases-clé : *Kala Purusha* et *Kala Chakra*. Kala chakra signifie le convertisseur temporel de masse-énergie. Dans vos corps astraux il y a sept petites poches qui stockent les souvenirs karmiques, qui sont des impulsions émotionnelles.

Dans chaque chakra il y a un *Kala chakra* - un mécanisme de chronométrage - et à un moment donné, le karma contenu dans ces poches se manifestera - intérieurement et/ou extérieurement, pour le meilleur ou pour le pire. C'est automatique. Au cours des 30 dernières années, la science occidentale a découvert une phase très semblable : l'horloge interne. En science, il y a une horloge interne. En mysticisme, il y a sept horloges internes.

Il y a une horloge interne en chaque forme de vie dotée de sensations. L'une d'elles est l'horloge cosmique ou l'horloge interne du bambou. Vous déterrez dans une bamboueraie au Japon quelques pousses d'un an que vous expédiez de par le monde, Chine, Australie, Afrique et Californie. Les bambous grandissent puis meurent tous en même temps, quel que soit le pays où ils sont.

Il y a une horloge interne à cela. C'est une horloge karmique. Les professeurs d'université du Nord-Ouest travaillent avec les horloges internes.

Tous ces désirs conservés dans ces poches vont se manifester à un temps requis. Si vous n'avez pas le bon type de corps pour expérimenter ce karma, l'organe intérieur créera ce corps requis ! Le *kala purusha* - l'Esprit-se-mouvant-à-travers-le Temps - fera un corps physique, un corps mental, un corps Causal pour que vous puissiez expérimenter cette expérience karmique.

Le point essentiel quant au corps physique et au corps astral est leur interaction. Le concept est la chaleur. Dans le corps physique il y a deux types de chaleur : la chaleur dans le cœur, la *kundalini*, l'ardeur spirituelle, la flamme Divine. C'est la chaleur qui provoque la création des "forces du mental". Puis il y a la chaleur sexuelle qui est contraire à la chaleur spirituelle. Tant qu'il y a de la chaleur dans votre corps dense, le corps dense vivra. Si la chaleur quitte le corps, le corps physique meurt. Évidemment, étant inconscient astralement, vous êtes mort, c'est à dire qu'il n'y a plus aucune conscience. L'astral continue à suivre son cours et il n'y a aucun contrôle. Vous n'avez aucun contrôle de votre vie ou de votre karma. La chaleur dans le corps physique crée des formes mantriques, des idées, des créativité et ainsi de suite, ou des bébés, des renaissances et des corps.

Dans le corps astral, cette chaleur incinère et neutralise des graines karmiques. En Inde des disciples chauffaient une pierre puis mettaient de petites graines de maïs sur la roche chaude pendant un certain temps puis les plantaient. Sans succès. La chaleur a le pouvoir de détruire les schémas karmiques du passé. Nous essayons de réaliser ceci physiquement par *tapas*, l'ardeur, en soulevant la *Kriya-kundalini*. Nous faisons monter ce Feu Divin en haut de la colonne vertébrale du corps astral et il neutralisera, incinérera les graines du passé pour que nous devenions plus libres.

Dans le monde astral il y a trois types d'entités :

- Les démons ou *Asuras* qui vivent dans l'obscurité.
- Les humains qui vivent autant dans l'obscurité que dans la lumière.
- Les *Devas*, créatures célestes, qui vivent dans la lumière.

L'humanité se situe juste entre les créatures de lumière les créatures d'obscurité. L'homme est une créature de chaleur. L'obscurité n'a ni chaleur ni lumière. La lumière n'a aucune chaleur et le royaume du milieu a la chaleur qui donne la lumière. Mais il y a une différence entre la lumière de votre conscience et la lumière de la flamme de bougie. Souvenez-vous de la flamme de bougie et de la mite. La chaleur contenue dans la lumière l'attire, mais le feu la tuera. De la même façon, nous sommes dans une position très précaire. Notre lumière est une lumière qui contient une chaleur très destructive pour notre entourage et pour nous. Nous essayons de passer de la lumière-chaleur à la lumière-lumière par opposition à l'obscurité-obscurité. Dieu, les Devas, les créatures

célestes n'ont aucune nature destructrice. Ils n'ont aucune chaleur destructrice, l'Humanité a cette chaleur, vous devez donc distinguer la chaleur de la lumière.

Nous avons sept poches dans notre corps astral, dont cinq sont les plus fondamentales pour les humains. Ces cinq boîtes de stockage très spécifiques sont accrochées aux organes d'action, aux organes de perception, ce qui induit chez les gens des capacités variables, plus ou moins grandes. Certains ont la poche astrale accrochée à leurs organes de vue et ils rêvent en couleur ou ont une sensibilité extrême à la couleur, ce sont les artistes. D'autres ont cette poche vide mystiquement et naissent aveugle.

Une autre poche est accrochée à la main. Il m'est difficile d'écrire par exemple. Dieu et moi savons ce que j'écris et le lendemain Dieu seul le sait et Il ne le redit pas. Je jette et il y a quelque chose qui manque. Mais d'autres ont des mains de chirurgiens, des mains d'artistes, des mains de créateurs. C'est ce manque ou cette surabondance qui nous donnent une sensibilité à nos organes. Certains peuvent entendre des choses que d'autres n'entendent pas. Certains peuvent sentir des choses que le reste d'entre nous ne peut sentir, etc. Cela concerne les organes subtils.

Quelles que soient les capacités qu'a votre corps dense, ils les a parce qu'elles sont une extension, une continuation, une projection de votre corps astral; Quelques soient les capacités qu'a votre mental, bonnes ou mauvaises, elles sont une extension de votre être astral. Ce que vous acquérez reste dans votre corps subtil puisque les potentialités et tout ce dont vous avez besoin, c'est le juste *Kala chakra*, le bon moment, la réouverture du désir, c'est à dire la bonne situation et cela se produit. Votre corps tombe malade, votre corps se rétablit, vous recevez une impression fondamentale. Ce mandala, ces cinq yantras, le carré, croissant, le triangle équilatéral, l'étoile à six branches, le cercle, plus l'Oeil Unique sont rattachés spécifiquement aux pensées, aux ressentis, aux désirs, aux perceptions et aux actions, dans cet ordre, du plus haut au plus bas. Les pensées ressortent du cercle. Les ressentis, de l'étoile à six branches. Le désir, du triangle pointe en bas. La perception, de la Lune et l'action, du carré. Quand vous exécutez votre technique de visualisation Kriya, vous créez votre carré. Quand vos yeux sont fermés, vous visualisez votre carré et reconnaissez que cela représente le corps physique, puis vos perceptions, puis vos désirs, puis vos ressentis, puis vos pensées et un pas au-delà, en arrière la conscience de soi elle-même.

Quand votre corps meurt, le corps astral se retire, avec ou sans très peu de conscience à un moment où vous renaissiez à nouveau, vous renaissiez avec toutes ces potentialités, prêtes à re-fructifier. Votre constitution et celle de chaque être doué de sensations est formée essentiellement par ces forces astrales transmises dans votre corps astral de vos incarnations précédentes et sont toutes composées d'Air, de Terre, de Feu et d'Eau.

Avez-vous déjà regardé à l'intérieur d'une télévision ? Il n'y a que trois choses à l'intérieur :

- les condensateurs. Ils conservent l'énergie : l'électricité.
- les résistances, un champ de forces qui empêche l'électricité d'aller plus loin.
- Une diode, (avant c'étaient des tubes électroniques) qui convertit l'énergie d'une forme en une autre - du courant continu en courant alternatif, ou du courant alternatif en courant continu.

Ces trois choses sont reliées ensemble par des fils, ce qui pourrait s'appeler le schéma de la conscience : les *samskaras*.

C'est tout ce qu'il y a l'intérieur de la télévision, ces trois choses maintes fois nouées, liées les unes aux autres.

En Kriya Yoga, une résistance s'appelle *Saturne*.

Un condensateur s'appelle *Jupiter*.

Une diode s'appelle le *Soleil*.

Et ils sont tous reliés ensemble par des *nadis*. Les nadis sont des fils de chakras. Ces trois forces forment votre télé qui parle, entend et voit.

La plus grande erreur que commettent les humains modernes est de croire que quand on meurt les problèmes sont terminés.

C'est comme le prêtre catholique qui dit, "Adam est heureux maintenant, il est mort. Il est au Ciel, finies les douleurs et les souffrances". Je voudrais que ce soit vrai, mais c'est faux. Quand une personne meurt, le corps meurt, les énergies qui produisent ce corps, bonnes ou mauvaises, sont toujours existantes dans l'arbre de sève de votre corps astral et reviendront de nouveau.

Le mysticisme consiste à cultiver la force de votre véhicule physique. Une incapacité, une réticence à permettre à l'astral de manifester librement ce que vous ne manifestez pas, cela s'appelle une résistance, "Je ne vais pas me mettre en colère, je ne vais pas être furieux, je ne serai pas ignorant, je penserai, je jeûnerai, je travaillerai : vous produisez des qualités positives de ressentis, de pensées, d'émotions et de conscience de soi. Vous mettez une résistance, une force Saturne sur le chemin des forces astrales qui ne sont pas bonnes du passé, les rendant plus difficiles à se manifester dans le corps physique. Et avec le temps, le corps trouvera plus facile de manifester l'amour, la paix, la patience et la compréhension. C'est extrêmement important - un jeu d'enfant comparé au fait d'entrer dans le corps physique et de fixer la télé - de se débarrasser littéralement, de nettoyer à fond, de neutraliser les graines qui sont dans ces corps physiques. Officiellement, chaque être humain connaît trois états de conscience chaque jour dans son état de veille, dans son état de rêve et dans son état de sommeil.

L'état de veille est l'expérimentateur du corps physique pour le monde physique ; le corps astral est le transporteur dans l'expérience des forces astrales ou du royaume astral et le corps causal parfois appelé corps cosmique par lequel nous connaissons l'expérience cosmique. Le corps astral n'est pas le plus haut corps, ce n'est pas la fin, c'est seulement un intermédiaire, mais un intermédiaire extrêmement important, parce que toutes les impressions sont conservées dans votre corps physique. Toutes les données astrales sont conservées dans votre réservoir astral : tous les parents de la lignée sont conservés dans le corps astral, ce qui signifie que quelqu'un qui a déjà été relié à votre lignée, ou qui que ce soit à qui vous avez été relié, vous pouvez puiser de cet état de conscience et de leurs banque mémorielles ou mémoires cellulaires. Ce sont des facteurs fondamentaux et extrêmement importants.

La discipline dont nous parlons en Kriya Yoga ou en mysticisme n'est pas tant de discipliner le corps physique en le rendant résistant aux injonctions négatives de l'astral, lui permettant ainsi de devenir un véhicule, un canal aux forces positives du corps astral, mais bien plus important c'est la capacité de toucher le corps astral et de travailler avec

lui, de faire voler l'être humain moyen quand il entre dans le deuxième stade appelé l'état de rêve. Si vous allez psychiquement dans un hôpital la nuit, vous verrez tous les corps allongés là endormis et juste au-dessus une petite ampoule fluorescente, un petit corps rougeoyant environ à 45 cm au-dessus du corps physique, et le corps astral est étendu juste là, sans aucune conscience, il dort, il est automatique. Le but de vie est le contrôle, la conscience consciente de soi, le contrôle de soi, la conscience - la conscience, la conscience et la conscience. Vous devez forcer le corps astral à se lever la nuit. Souvenez-vous, cette position horizontale est un automatisme d'inconscience et vous voulez forcer ce corps astral à se lever et à commencer à marcher. Vous devez le réveiller. C'est vrai qu'en éveillant corps astral, il peut déverser plus d'activité, vous pouvez vous rendre compte tout à coup que vous avez changé le schéma de temps et donc vous recevez un peu plus de karma que vous pensez mériter...

C'est pourquoi beaucoup de religions, en particulier le Christianisme, disent que si vous entrez dans la métaphysique, ou le mysticisme, Dieu vous punira en vous octroyant beaucoup de mauvaises choses. Et la réponse est que seul ce qui est à vous est vôtre, vous le jetez juste un peu plus tôt, cela a toujours été là.

Vous devez mettre de la conscience dans votre corps astral, vous devez retirer l'énergie du corps dense pour la déverser dans le corps astral en disant, "Hé ! du calme". Contrôlez.

La première étape est la conscience, injectez de la conscience dans le corps astral. Quand vous commencez à activer le corps astral vous pouvez trouver, comme quand vous marchez dans le Lac Michigan, poisson morts, ordures et canettes de bière partout. Vous pouvez ne pas aimer ce que vous voyez au début. "Je suis saint, il n'y a rien mal avec moi." Mais vous voyez la fosse d'ordures et vous direz, "Bien, on les a jetées sur moi." Vous traînez le passé avec vous et vous devriez être plus nobles cette vie que la dernière vie, vous devriez être plus nobles aujourd'hui qu'hier.

Vous êtes un *Kala Purusha*. Vous traînez le temps avec vous. Hier est avec vous. Votre émotionnalité d'enfance est encore avec vous, donc il se peut que cela ne soit pas aussi glorieux que le dit le livre. Mais c'est glorieux, en dépit de toutes les ordures que cela charrie. Ainsi ce que nous faisons - souvenez-vous du mandala - c'est visualiser : déplacer cette énergie de la base du carré, qui est le plan matériel, le plan de l'action, qui est l'Élément Terre dont nous sommes faits pour l'élever au plan de la pensée. Cela signifie que nous prenons symboliquement un moment non seulement pour arrêter de faire, mais pour commencer à penser.

Mystiquement, ce mandala se déplace vers le haut, de la grande base d'activité au pincelle de l'inactivité. Vous dites littéralement à l'Élément de ralentir symboliquement, de ralentir, d'arrêter votre création, de devenir plus passif, de manifester un état de quiétude, de cesser de créer autant de karma. Il est vrai qu'il se peut que vous ayez à renoncer à deux ou trois morceaux de bon karma, mais je garantis que pour 99,9% d'entre vous, ce faisant, vous renoncerez à des tonnes et des tonnes de mauvais karma. Nous devons activer le corps astral. Nous devons contrôler le corps astral. Nous devons surtout apporter de la chaleur au corps astral. Où se place le mental, votre conscience ira. Où va votre conscience, votre chaleur ira. Si vous la gardez à la base de la colonne vertébrale, vous terminerez avec beaucoup de bébés. Si vous la gardez au sommet de la tête, vous terminerez avec beaucoup de pensées.

Si vous la mettez dans le corps astral, vous brûlerez, incinérerez les graines du temps jadis et elles ont bien besoin d'être incinérées, croyez-moi ! Nous avons mis tant d'énergie dans la création. Or cela effraie beaucoup les gens qui pensent avoir un problème car il n'y a aucun fort désir réel de faire quoi que ce soit. Et la réponse est, "C'est bien, restez assis juste là." Oui, c'est difficile dans ce monde. Et la réponse est, "Déléguez ! Faites faire le travail par quelqu'un d'autre !" Si cela ne fonctionne pas très bien, cela vous donne vraiment le temps de revoir la question, de penser ce qui doit être fait plutôt qu'être forcé de le faire...

Dans votre corps physique, le corps astral est inversé. Vous faites donc le poirier. En Inde, en Amérique et en Transylvanie la chauve-souris est le symbole du mal, du déséquilibre car elle est toujours à l'envers, ce qui fait que son corps astral est à l'envers, c'est pour cela qu'elle a été considérée comme une force négative. Les pieds sont saints parce qu'il logent la tête astrale, le centre Solaire astral. On parle de toucher les pieds du Guru, de laver les pieds du Guru, du Guru lavant vos pieds, ce genre de choses car les pieds sont le siège de l'âme, ou du mental de votre corps astral.

Le triangle pointe en bas est l'Élément Feu, les énergies Martiennes en Kriya Yoga. Et nous avons aussi un triangle pointe en haut. Nous voulons forcer l'ascension vers la divinité.

L'autre est la descente vers le plan terrestre. Quand ces deux forces ascendantes et descendantes, appelées en Yoga *Prana* et *Upana*, s'équilibrent, c'est le chakra Coeur qui est l'étoile à six branches. Cela indique que, dans votre véhicule astral, *Anahata chakra*, le chakra Coeur, est le point d'équilibre entre les forces inférieures et les forces supérieures ou les forces physiques et les forces divines, car c'est une étoile à six branches équilibrée. Cela représente un symbole d'équilibre dans votre mandala. Et les trois forces au-dessus, indiquées fondamentalement comme le Corps Causal, s'équilibrent au chakra Coeur. En Yoga, nous parlons d'amour non-égoïste. Mais le coeur est le siège de l'énergie. Ce que nous avons dans l'ascension et la descente est une force double. Les deux forces ascendante et descendante sont reliés à votre souffle.

Avec chaque souffle entrant (l'inspir), appelé *Souffle Pranique*, l'énergie s'élève vers le haut - même s'il semble qu'elle descende dans le corps Astral, ce qui prête un peu à confusion - et avec chaque souffle sortant, (l'expir), *Upana*, vous recevez un souffle descendant, qui évidemment est un souffle montant à l'Astral. Corps Physique dense et corps Astral s'endentent, se réunissent, s'attachent en sept endroits appelés *Chakras*. Le terme mystique est 'noeud'. Dans le corps astral il y a toute une série de canaux appelés *nadis* dont trois sont les plus vitaux : *Pingala*, l'énergie Solaire, du côté droit du corps, *Ida* l'énergie Lunaire, du côté gauche du corps et *Sushumna* à travers la colonne vertébrale. Corps Physique et Corps Astral sont attachés ensemble par des nœuds. La Force de Vie, la *Kundalini*, le *Kriya*, l'énergie de Vie ne peut monter aux étages supérieurs car elle est attachée dans la partie inférieure et la plupart des gens l'utilisent pour créer plus de problèmes, appelés bébés. Elle ne montera pas parce que le corps Physique, le corps dense a attaché le Corps Astral, parce que le Corps Astral a dû s'attacher au Corps Physique et tout le but est de dénouer l'*Arbre Chakrique*. Si vous pouvez dénouer ces sept noeuds, vous desserrerez le Corps Astral du Corps Physique. Le Corps Physique s'allongera et le Corps Astral montera, cela s'appelle *Lévitacion, Salut, Illumination, Liberté*.

Quand vous allez dormir, les noeuds se défont, parce que le corps astral flotte au-dessus. Il est libre. Se détendre, c'est détacher le corps physique. Mais la plupart d'entre nous continuent simplement de courir, pressés d'aller travailler, pressés d'aller manger, pressés d'aller dormir.

Se détendre, c'est dénouer le corps astral. Mais, quand le corps astral est dénoué et qu'il flotte en haut, il est inconscient parce que toute notre conscience est dans notre corps grossier. Donc nous devons renvoyer notre conscience à l'astral et nous détendre. Combien de gens mènent une vie qu'ils n'approuvent pas pensant que les autres n'approuveront pas ? Apprenez à vous détendre pour qu'au moment d'aller dormir vous n'alliez pas au royaume des peurs nocturnes, mais que vous détendiez le corps astral et qu'il parte discrètement automatiquement...

Il importe de comprendre que près de la base de la colonne vertébrale où se situe le Feu Divin, il y a là un feu rougeoyant. Nous devons augmenter ce feu. Il y a un milliard de moyens d'augmenter le feu. Le meilleur moyen est la rétention du souffle. C'est la vérité. Quand vous tenez votre souffle, vous augmentez votre Kundalini. Il y a deux feux divins. Inspir-Rétention-Expir. La rétention de souffle s'appelle **calice**. Le processus de respiration au Troisième Oeil est un calice, il y a un trou dans la tête, littéralement, de la taille d'une grosse bille. C'est le célèbre calice mystique. Vous le connaissez comme la tasse quand vous dites "Ma tasse est pleine". Quand ces deux forces ascendantes et descendantes *Prana* et *Upana* sont équilibrées, ce chakra commence à se remplir de liquide coloré, *l'Eau du Verseau*. Une fois rempli, il se renverse sur votre tête et roule le long de votre dos. Certaines personnes que vous rencontrez ont comme de longs cheveux colorés s'écoulant sur leur dos, d'autres n'ont rien.

A la base de la colonne vertébrale, au Chakra Saturne, démarre le nadi Pingalique, Solaire qui s'incurve autour du côté droit et s'élève jusqu'à la narine droite, libre de tous noeuds.

Puis le nadi Idique démarre également à la base de la colonne vertébrale, s'incurve autour du côté gauche et s'élève jusqu'à la narine gauche, libre de tous noeuds.

Puis nous avons Shusumna, le canal du Feu Divin qui commence directement dans le centre et s'élève.

Il y a douze canaux astraux importants ou artères ou nadis qui montent dans la tête. Ce sont exactement les mêmes que les douze nerfs crâniens qui partent du cerveau vers le corps. Mais souvenez-vous que le corps astral est à l'envers et ainsi quand la médecine dit qu'ils viennent du cerveau et descendent dans le corps, c'est vrai, mais astralement c'est inversé. Tout dépend du corps avec lequel vous travaillez.

Maintenant de nouveau, Ida et Pingala, gauche et droite, se trouvent devant et dans le dos, donc vous avez quatre canaux importants plus Sushumna, ce sont vos cinq doigts ! Le pouce est le symbole de votre Sushumna. L'enfant suçant son pouce tire littéralement l'énergie de la Sushumna symboliquement, la relance essentiellement dans son corps physique pour vitaliser le corps plus faible. Si le corps est fort et vigoureux, l'enfant ne suce pas le pouce. Si la force mentale est faible et insécure, il sucera le pouce, essayant de verser plus d'énergie dans le mental. Intéressant symbolisme mystique ...

Le but est donc d'éveiller le corps astral pour qu'il puisse se ré-enchevêtrer avec le corps physique sans se renouer. Le but est donc de discipliner le corps physique pour qu'il n'ait pas à se nouer pour se lier avec le corps astral, pour que, ces noeuds une fois fondamentalement défaits, l'énergie de base puisse émaner de la base de la colonne vertébrale, au chakra Saturne, s'élever par l'artère centrale, la Sushumna, jusqu'à à l'Oeil Divin, pour que nous puissions avoir alors la Vision Divine.

Comme le souligne la Bible, "Si l'Oeil est Unique, le corps entier sera rempli de Lumière". Le corps entier est alors rempli automatiquement de lumière, pas très brillante. Si vous fermez les yeux et posez votre conscience sur la conscience astrale, alors vous constaterez essentiellement que le corps augmente dans son intensité de lumière physiquement, mais en particulier astralement. Si vous regardez psychiquement le corps de la plupart des gens, il ressemble à un feu dans une cheminée, mais éteint depuis longtemps. Vous pouvez voir une sorte de lueur, mais elle est noire, de même que les charbons. Si vous tisonnez un peu, un feu démarrera de nouveau et la lueur sera vue. Cette couverture noire sur les charbons ou le bois dans la cheminée, voilà à quoi ressemble le corps astral.

Évidemment l'un des meilleurs moyens de ranimer le feu est le jeûne, la rétention de souffle sans stresser le corps. Cela s'appelle le Rituel du Cheval qui doit avec cette nature Sagittairienne incinérer toutes les graines, des plus terribles d'abord jusqu'aux bonnes en dernier. Aussi ne vous inquiétez pas quant au fait de vous débarrasser des bonnes graines, on se débarrasse vraiment d'abord des énergies extrêmes pendant très très longtemps.

Les énergies extrêmes se dissiperont d'abord. Ainsi quand on commence à pratiquer le Kriya Yoga ou n'importe quelle forme de mysticisme pendant quelque temps, la personnalité commence à s'adoucir. Les manières extrêmes et les attitudes s'adoucissent. Le langage verbal s'adoucit. Le nationalisme, la tarte aux pommes et la mère prennent la deuxième place au profit de la vérité et de Dieu. L'égoïsme n'est plus aussi criant. On ne s'agrippe pas à la colère. On peut devenir furieux sans pour autant s'agripper à jamais à cette fureur, mais en la lâchant immédiatement.

Ida et Pingala partent donc de la base de la colonne vertébrale et se croisent à la gorge. Et à ce point, s'il n'y a pas de noeud, Ida, Pingala et Sushumna se touchent ici dans l'Élément Éther, au chakra Mercure. Ces trois se rencontrent aussi au sommet de la tête à *Brahma Rundra*, la Porte à la Conscience de Dieu. La fontanelle des nouveaux-nés est constituée de trois plaques se réunissant au sommet de la tête et vous pouvez voir le sang battre là au-dessus des plaques qui ne se sont pas encore calcifiées. C'est le Brahma-rundra. Et l'une des raisons du premier baptême est, dans un sens, de toucher et de bénir extérieurement ce qui sera bientôt calcifié et qui ne pourra plus être béni alors intérieurement. C'est l'une des portes de la Ville aux Neuf Portes ou Onze si l'on ajoute les deux ouvertures de poitrine. Certains ne comptent pas l'ouverture de la poitrine des hommes. D'autres ajoutent le nombril - un trou qui a été scellé - et le *Brahmarundra*, la '*Porte à Sri Brahma*' rendant la Ville à Treize Portes.

Le point où Ida, Pingala et Sushumna se réunissent est *Triveni*, le *Triple Confluent*. C'est où les trois fleuves se rencontrent : l'*Amuma*, le *Ganga* et le *Saraswati*. En Inde il est dit que "Celui qui se baigne à ce point atteindra l'Illumination dans ce monde". Évidemment il n'est pas question des fleuves physiques, mais de ces fleuves-ci... Si nous faisons

quelque chose symboliquement, cela aura un effet symboliquement. Le monde de l'inconscient n'a pas le même temps que nous. Il ne peut pas dire la différence entre l'image et l'image d'une image. Le mental subconscient d'un homme ne peut faire la différence entre une jolie femme et l'image d'une jolie femme, cela a le même effet sur lui. Pensez-y symboliquement. Donc, l'image du Pape est aussi bien que le Pape dans son effet. C'est une assertion symbolique importante.

Ainsi, sa valeur est révélée dans la citation d'un texte ancien du Yoga : "Le Yogi qui par le pouvoir du Yoga (visualisation), peut se baigner dans ce triple confluent, atteint la Libération".

"Celui qui prend un bain dans le confluent des trois fleuves, est conduit à la grande libération", c'est la même chose. Les gens qui ne sont pas mentalement en bonne santé induisent les noeuds à se serrer même plus.

Dans un corps normal, en bonne santé, il y aura plus de Kundalini libérée. Chez la personne mentalement perturbée, la Kundalini arrivera seulement au chakra Saturne, ou au chakra Mars, ou au mieux se cadencera au chakra Vénus, s'arrêtant au coeur. Quand l'énergie Kundalini commence à s'élever via le coeur, le coeur pulsera en dissipant la Kriya Kundalini ou le Kriya se brûlera ou se cadencera là, produisant davantage de problèmes.

Ainsi, elle n'arrivera jamais au chakra Mercure. L'un des buts de ce coeur est d'arrêter la Kundalini. Par nature, nous sommes supposés rester dans nos corps physiques. Ainsi, l'idée du Yoga est de contrôler le coeur, les émotions. Les anciens Grecs disaient de vous protéger de Cupidon...

Pour la plupart des gens en méditation ou en projection astrale quand l'énergie arrive au chakra Coeur (Vénus), le coeur commence à battre et avec ce battement le Kriya se dissipe et ils se retrouvent complètement dans leurs corps de nouveau. Ils ont été vaincus par leurs émotions, ce qui les empêche de se concentrer. Avec le mandala, continuez juste à monter. L'effet sur votre conscience vous mènera au Troisième Oeil. Il s'ouvrira et vous commencerez à voir.

Nous prenons l'énergie de la base de la colonne vertébrale à la couronne crânienne et la faisons redescendre à la base de la colonne vertébrale.

Quand vous commencez à déverser l'énergie dans le corps astral, il commence à devenir plus conscient. Vous saurez immédiatement quand cela arrive parce que vous rêverez plus fréquemment. Vos rêves seront plus vifs, pas nécessairement plus dans le contrôle. La conscience des rêves et de l'activité de rêve est ce qui vient d'abord, mais avec peu ou pas de contrôle au début. Mais au moins vous deviendrez conscient du corps du rêve ou du corps astral. Le contrôle vient plus tard.

Le contrôle de l'astral s'obtient en déplaçant votre conscient, le contrôle n'est pas intellectuel, ni mental. Il est de l'ordre de la conscience. Il est fait par le feu, par le Kriya. Ce Kriya est transmis par l'énergie Pranique, par le Tantra, le Yantra et le Mantra.

Ces trois procédures créent le Kriya qui produit l'Illumination, via la conscience, en transférant la conscience du plan physique ou du corps physique, au plan astral ou au corps astral. Donc c'est un changement de conscience par le fait de lâcher les désirs physiques ou de désirer être dans le monde astral plutôt qu'être dans ce monde. Pourtant, en même temps, sans être désorienté comme certains de mes disciples qui ne peuvent simplement pas descendre. L'équilibrage est extrêmement important et devrait se produire lentement, très doucement et patiemment, se souvenant d'amener les courants ascendants et descendant dans un équilibre parfait de l'étoile à six branches.

Le chakra Coeur n'est pas fait pour pomper le sang, il est fait pour transmettre les énergies astrales via le corps, mystiquement. C'est essentiellement un mécanisme naturel pour nous garder dans notre corps astral. Si vous ne voulez pas rester dans votre corps, vos schémas astraux arrêteront le coeur. Cela s'appelle une crise cardiaque, et vous partirez instantanément. Je n'implique pas de jouer avec le coeur. Je dis, "Ne jouez pas avec le cœur ! Ne méditez pas sur le coeur." J'insiste sur ce point. Mais, sans aucun doute, en général, pour plupart des gens, quand les énergies karmiques du corps astral se déplacent subitement du monde extérieur au monde intérieur, vous partez ! Puisque vous devez aller là où se trouve la nouvelle expérience, la plus grande expérience, vous trouverez - si je puis utiliser l'exemple physique de la crise cardiaque ! - que très peu de personnes ont une crise cardiaque, c'est toujours suivi par un point qui nécessite un énorme changement de leur conscience.

Tout le mouvement du Yoga est un mouvement pour surmonter la nature dense ! Certains disent, "le Yoga est anti-naturel !" Ce n'est pas vrai. Les yogis veulent transcender la nature dense, aller au royaume au-delà du corps. Par nature nous sommes construits dans un mécanisme visant à rester dans le royaume physique. Aussi longtemps que nous le faisons... nous aurons des problèmes fondamentaux... Mystiquement ?

Un haltérophile a un ensemble de problèmes comme tous les athlètes qui veulent gagner une médaille d'or. Un Yogi a un autre ensemble de problèmes qui doivent être traités.

Quand vous traitez de Yoga ou de n'importe quelle forme de mysticisme, vous traitez d'énergies vitales très puissantes qui ne sont guère faciles à gérer. Le yoga n'est pas pour tout le monde. Mais sans aucun doute devez-vous surmonter tout obstacle à l'évolution.

Il y a l'évolution terrestre, l'évolution du mental, l'évolution spirituelle, etc. Chacune d'elles nécessite de maîtriser le chakra Coeur, c'est-à-dire, de maîtriser les émotions du mental et les désirs - que ce soit l'amour ou l'avidité. Vous connaissez le coeur : je veux ceci, je veux cela...

*** OM Shanti ***