

Edition spéciale Commémorative a tirage limité

**LE LIVRE
DE L'ARPENTEUR**

**Introduction pratique aux techniques des voies initiatiques
Suivi
de**

L'Initiation

Fig - 1

Pierre Manoury

**Mauritius
1999**

- Editions Manoury-communication -

Mauritius

© Pierre & Savitree Manoury 99

Droits réservés pour tout pays

Copie même partielle interdite

Introduction

Le « LIVRE DE L'ARPENTEUR » est un traité d'ésotérisme pratique qui renoue avec un ancien usage, celui des ouvrages didactiques s'adressant à un public d'amateurs soucieux de qualité et souhaitant posséder un manuel complet se suffisant à lui-même. C'est dans cet esprit que l'auteur a traité le présent ouvrage. Le chercheur peut ainsi disposer d'un manuel totalement original détaillant les phases de l'entraînement et de la progression ainsi que les éléments de la pratique ésotérique. La plupart des sujets abordés sont issus des enseignements de la tradition orale et forment un « corpus » dont les éléments sont pour la plupart ignorés par les amateurs, voire même par les spécialistes. Pour la première fois dans la littérature spécialisée est exposé le concept de modelage de symboles associés aux vocables d'action, technique originale ouvrant un champ d'action quasi illimité. Les procédures de marelles de lettres, véritables abrégés de programmes psychiques, l'utilisation des charges, la pratique des « Portes » d'ouverture, autant de concepts traditionnels souvent méconnus. L'ensemble de l'ouvrage constitue un livre précieux destiné à servir de base à la bibliothèque d'un initié.

Le titre même « Le livre de l'arpenteur » mérite quelques remarques. L'arpenteur est celui qui mesure le monde, celui qui explore systématiquement l'espace compté aux hommes, le futur adepte doit mesurer et évaluer l'espace qu'il devra un jour maîtriser. Comme le disent les textes sacrés, le monde est construit avec poids et mesures...

Avant propos

S'engager sur une voie de progression, ce que certains nomment initiation, ne fait pas seulement appel à une éducation purement livresque, pas plus qu'elle implique obligatoirement la présence constante d'un initiateur. Cette présence ne s'imposant qu'à partir du moment où le néophyte a atteint une certaine maturité. La fonction de l'initiateur étant de guider et de conseiller pendant une courte période (généralement deux ou trois années) d'apprentissage, et non pas d'enseigner les rudiments de l'art.

La plupart des adeptes considèrent que le mode d'assimilation des rudiments doit être le fait de l'élève, de ce point de vue la forme la plus simple pour acquérir de l'information passe par le livre. C'est la vocation du présent ouvrage. Un certain nombre d'éléments supposés connus ne seront pas abordés dans le présent texte, le lecteur y rencontrera par contre des enseignements plus discrets faisant partie de l'indispensable culture de ceux qui souhaitent obtenir des résultats tangibles utiles dans le cadre d'une progression effective.

Chapitre 1 -

Le terme d'ésotérisme s'oppose directement à celui d'exotérisme. Le premier signifiant une connaissance cachée, ou du moins voilée, le second au contraire exprime ce qui est dévoilé, accessible à tous. L'ésotérisme en soi est la compréhension et l'apprentissage de concepts symboliques, métaphysiques, religieux ou philosophique, ainsi que de leurs implications dans les aspects de la création en relation avec d'autres sphères d'activités plus subtiles. En tant que connaissance l'ésotérisme ne se limite pas seulement à des spéculations abstraites, il intervient également dans le domaine du monde matériel, en ce sens que certains de ses développements sont susceptibles d'être appliqués directement tant sur les séquences d'événements qui régissent la vie, que sur des actions physiques ponctuelles. On désigne ce mode d'utilisation par le terme générique d'ésotérisme pratique. Il convient cependant de se méfier de cette appellation, employée souvent de manière abusive et qui confine souvent avec plusieurs développements de la vulgaire magie. Science considérée comme illicite par les adeptes évolués ainsi que par la plupart des grands courants religieux.

L'ésotérisme pratique se démarque des courants magiques traditionnels dans la mesure où ses applications concernent essentiellement des procédures de développement spirituel ou énergétique lesquelles sont destinées à aider la progression spirituelle d'un individu.

Il convient cependant de souligner que ces applications débouchent rapidement sur des pratiques relevant du monde des pouvoirs, ce qui explique la confusion avec les arts magiques. Il est important de savoir que le mode d'action des disciplines relevant de l'ésotérisme soit fondamentalement différent de ceux utilisés dans les magies et les sciences connexes. Ces disciplines ayant une dimension de type chamanique en ce sens qu'elles s'appuient essentiellement sur des qualités acquises ou développées par l'opérateur ou utilisant des forces naturelles (à l'état brute ou accumulées par des procédés spéciaux). Il s'agit de manipulations relevant de domaines proches de ceux de la physique, au sens moderne donné à ce terme. Au moyen âge on aurait qualifié cette discipline de magie naturelle, par opposition à la magie cérémonielle faisant appel à la pneumatologie, ou science des esprits. Il serait raisonnable de définir ces pratiques comme relevant du domaine de l'énergétique individuelle.

La plupart des techniques utilisées dans le cadre de l'ésotérisme pratique l'ont été, consciemment ou inconsciemment, par la majeure partie des grands courants religieux. Ces traditions initiatiques étayant la fonction sacerdotale, bien que souvent désavouées par les hiérarchies religieuses, sont issues de ces enseignements. Une grande part des pratiques du monachisme, des techniques de prière et les procédures de « miracle » en sont des émanations à peine retouchées. Cet ensemble constitue un fond commun aux différentes écoles mystiques en ce sens qu'il participe à la formation de base de la quasi totalité des techniques d'éveil.

Il est paradoxale de constater que l'enseignement de l'ésotérisme pratique n'ait pas fait l'objet d'une utilisation systématique dans les procédures employées par les grandes écoles initiatiques, mais qu'il se soit littéralement confiné à des cercles réduits, voire même à un enseignement individuel de maître à élève. Les seules exceptions, qui confirment cette règle, concernent de rares enseignements collectifs de haut niveau dans les traditions indiennes et tibétaines, où il semblerait que plusieurs techniques furent intégrées dans le corpus d'apprentissage. On notera au passage l'universalité de ces procédures (tant du point de vue individuel que collectif) que l'on retrouve aussi bien dans le celtisme que dans l'hindouisme, le christianisme, le bouddhisme et dans une moindre

mesure dans l'islamisme. On peut affirmer, sans risque d'erreur, que ces techniques sont une émergence du fond commun de l'humanité.

On peut citer, à titre d'exemple, la gnose chrétienne généralement méprisée par l'église romaine, l'église officielle, qui considère plusieurs niveaux d'enseignements dans la révélation Christique, le premier niveau exotérique étant constitué par l'église des fidèles (l'église romaine) ou église de Pierre. Le second niveau, celui des révélations (ésotériques) étant l'apanage de l'église de Jean (auteur d'un évangile et de l'Apocalypse) et le troisième et dernier niveau, celui de l'éveil mystique est constitué par l'église de Melchitsedeck, roi de Salem le « Roi du monde » pour reprendre une idée chère au philosophe René Guénon. Ces trois niveaux correspondant aux structures classiques de la plupart des démarches de progression spirituelle en conformité avec l'ensemble des traditions initiatiques.



La nature des enseignements de l'ésotérisme pratique est rarement décrite dans la littérature. Certaines procédures étant soigneusement gardées secrètes par leurs dépositaires et d'autres semblent trop relever des méthodologie psychiques, mentales ou chamaniques. Ces affirmations, souvent gratuites, n'étant évoquées qu'en raison de la gêne qu'elles causent à la dogmatique rigide de certains enseignements. D'un point de vue plus « universel » on ne peut entrer dans ces querelles sectaires et « châtrer » un enseignement pour des prétextes aussi mesquins. Les chrétiens se hérissant quand on expose les techniques de miracles, les islamistes se révoltant à l'exposé du principe égrégorique, les bouddhistes indifférents se réfugient dans un no-man's land philosophique en évoquant le principe de l'illusion et les techniciens de l'éveil hurlent au scandale quand on expose trop rationnellement la procédure qu'ils considèrent comme une grâce ou une alchimie péniblement élaborée. Cette dernière affirmation étant en partie vraie, puisqu'il s'agit d'une alchimie, mais nous récusons le côté pénible de la chose en ce sens qu'il existe certains raccourcis.

L'ésotérisme pratique recouvre dans sa réalité plusieurs techniques plus ou moins complémentaires dont la synthèse forme un puissant outil d'évolution et de progression. Ces différents éléments, font pour la plupart, partie d'un enseignement oral, ce qui explique leur absence quasi totale dans les littératures spécialisées.

Techniques spécifiques à l'ésotérisme pratique

Les outils du praticien

Accumulées au cours des siècles, ces méthodes sont souvent mêlées par fragments à des enseignements spirituels ou initiatiques. Elles se présentent selon plusieurs courants ou modes opératoires dans des domaines parfois éloignés les uns des autres mais dont la convergence génère des résultats profitables pour l'opérateur.

1er groupe :

Les techniques de préparation du mental et du psychisme.

Il s'agit de méthodes permettant une mise en condition préparatoire, conformement à l'apprentissage et à l'utilisation de certaines forces, attitudes mentales ou énergie. Cette phase liminaire est indispensable et se retrouve dans la totalité des traditions. Ceux ou celles qui croient pouvoir se passer de cet entraînement préparatoire commettent une erreur grossière, même si, comme certains le croient, ils possèdent un don ou une prédisposition.

Aucun, parmi les initiés authentiques n'a fait l'impasse sur cette étape préliminaire. Affirmer le contraire est un péché d'orgueil qui se paie par un échec d'autant plus cuisant que celui qui l'aura commis s'acharnera sur des fausses pistes à l'aspect prometteur.

Cette étape constitue en un véritable décapage culturel social et affectif. Celui qui aura franchi ce cap décisif pourra envisager la suite avec beaucoup plus de quiétude.

2 ème groupe :

Les techniques d'accumulation et de circulation d'énergie.

Inféodés aux précédentes, ces pratiques permettent une gestion consciente des énergies et de leur accumulation. Dans ce genre de procédures seule une certaine persévérance est indispensable, il s'agit la plupart du temps de techniques purement physiques, mécaniques, ne demandant pas d'aptitudes particulières. Faisant appel à une connaissance des circuits énergétiques du corps et à la compréhension de certaines lois relativement simples, ces techniques font souvent partie intégrante de diverses disciplines qui les ont phagocytées et rendue méconnaissables. Étudiées dans leur simplicité native elles sont de ce fait plus facilement accessibles et surtout compréhensibles par tous. Associées aux pratiques du premier groupe, elles permettent d'obtenir une action déjà remarquable au niveau du corps et des possibilités de celui-ci.

3 ème groupe :

Les procédures de programmation de l'esprit.

Dans cette troisième phase, l'étudiant pénètre de plein pied dans le contexte initiatique. Il est question dès lors de créer, au niveau de son psychisme, des réflexes conditionnés par les nécessités de la voie à laquelle il se destine. Les pratiques utilisées offrent une certaine analogie avec certaines méthodes psychologiques dites d'ancrage, bien que les procédures employées soient beaucoup plus subtiles.

4 ème groupe :

L'étude du pouvoir des sons et des symboles archétypes.

Arrivées à ce niveau les choses deviennent presque simples, puisqu'il s'agit d'un apprentissage plus classique d'assimilation de concepts qui, une fois liés entre eux, peuvent produire des effets parfois surprenant. Beaucoup seront tentés de brûler les étapes pour parvenir à ce niveau qui les charmera par ces possibilités. Malheureusement pour ces fous, les résultats obtenus seront directement proportionnels à la qualité des efforts qu'ils auront fait lors des étapes précédentes, et non à leur quantité. Il s'agit dans ce cas de manipulations énergétiques à caractère physique, exploitant les ressources acquises progressivement lors des phases précédentes.

5 ème groupe :

Les accessoires énergétiques et l'emploi des substances.

Constituant un complément du groupe précédant, cet apprentissage est également d'ordre physique, puisqu'il s'agit de l'utilisation pratique des certains matériaux naturels, peu ou pas modifiés et de leurs propriétés en association avec les connaissances précédentes.

6 ème groupe :

La connaissance des lois de création des entités et de leurs manipulation. Structure des égrégores.

Dans un premier temps, il ne peut être question que d'une initiation aux lois de cette science défendue. Cette introduction est cependant suffisamment efficace pour être considérée par les spécialistes « initiés » de la plupart des religions comme constituant un sommet. Nous rentrons de plein pied dans la réalisation des « effets spéciaux » de la haute pratique chamanique, utilisant des forces totalement naturelles, issues pour la plupart de phénomènes psychiques et non d'origine spirituelle, pour produire des résultats qui le sont beaucoup moins.

7^{ème} groupe :

Théorie et pratique, utilisations et applications des potentialités acquises.

Après avoir appris le solfège et fait l'apprentissage d'un instrument, les musiciens débutants doivent se confronter à la réalité musicale en s'entraînant. Il en est de même pour l'initié, qui, s'il n'a pas atteint la maîtrise des potentialités nouvellement acquises, ne tardera pas à oublier partiellement ses connaissances. Bien que critiqué par les puristes, cette phase est semble-t-il indispensable, premièrement en raison de ces qualités expérimentales, mais aussi pour « purger » l'être en profondeur de ses refoulements et de ses passions. L'ayant expérimenté il dépassera plus facilement ce stade que s'il devait simplement l'atteindre pour devoir l'oublier. Cette phase est dangereuse de plusieurs points de vue, en ce sens qu'elle est une porte de tentation, voire de damnation, la porte des pouvoirs. Limité au monde matériel, certes, mais néanmoins, des actions tangibles intervenant dans le monde qui nous entoure.

Sans doute une bonne partie de ceux qui auront poursuivi ce cursus introductif ne souhaiteront pas aller au delà, quelques uns cultivant sagement les potentialités acquises, d'autres bifurquant dans une voie de magie opérative ou poursuivant une vocation de thérapeute. Que ces derniers sachent qu'il est un peu attristant de gâcher des potentialités acquises de cette manière et que le véritable chemin commence où ils se sont arrêtés. Il convient néanmoins de reconnaître qu'ils seront susceptibles d'obtenir des résultats parfois étonnants s'ils appliquent ces éléments de la connaissance à la voie qu'ils auront choisi. Ceux qui choisiront une voie mystique ne trouveront que peu de différence dans la manière, simplement dans la forme, ceux-là pourront progresser avec plus de facilité dans cette voie de haute spiritualité, sans être la dupe des systèmes.

Ayant achevé ce parcours l'étudiant devenu « initié », c'est-à-dire possédant quelques éléments d'introduction à la connaissance, devra dès lors chercher un guide, ou suivre un enseignement de qualité, lui servant de « béquilles » encore quelques temps.

Pour d'autres c'est justement cette partie introductive qui nécessitera la présence d'un « frère aîné », ceux-là devront être plus attentifs encore pour éviter les pièges et les pseudo adeptes susceptibles de les entraîner dans des voies sans issues.

*« Lorsqu'un homme élevé entend la voie,
Il l'embrasse avec zèle.
Lorsqu'un homme médiocre entend la voie,
Il l'écoute et l'oublie.
Lorsqu'un homme grossier entend la voie,
Il éclate de rire.
La voie, s'il ne rait pas ne serait plus la voie. »*
Lao Tseu.

Chapitre 2 -

S'engager dans une voie spiritualiste ou initiatique implique de comprendre la nature profonde de l'être, ou du moins de l'approcher. Se connaître soi-même et parvenir à une certaine maîtrise émotionnelle, non par refoulement mais par vacuité. Une telle démarche passe, dans un premier temps par le mental, l'intellect, avant d'atteindre un niveau de compréhension « cardiaque »¹. Il s'agit d'une éducation à compléter, à parfaire ou plus précisément à construire. Cette construction ne pouvant s'établir sur des bases non adaptées. Il convient de remettre en cause l'acquis culturel constitué par les connaissances issues de l'éducation et du monde social. A ce niveau, il convient de procéder à un décapage culturel liminaire, ce qui ne signifie pas qu'il faille tout oublier. Il ne faut pas confondre remise en question et éradication systématique, sous peine de ressembler au héros de Jean-Jacques Rousseau en se réfugiant dans une innocence frisant l'imbécillité ou un état de naïveté infantile. Il convient de trier et de sauvegarder les moyens intellectuels indispensables à la poursuite d'une qualité normale d'existence, sans être la dupe des « structures carcérales » que constitue le monde dans lequel s'agitent les hommes de la civilisation présente. C'est plutôt un travail sur soi qu'il faut maîtriser, un travail sur les réflexes conditionnés qui contiennent et emprisonnent les expressions authentiques qui sous-tendent notre personnalité réelle. Il s'agit d'harmoniser des habitudes de type égotique, de dissoudre les passions et d'admettre d'autres structures d'analyse, non de procéder à un lavage de cerveau. C'est une tâche ardue, passionnante, aride et salvatrice ... Un travail lucide, pour trouver la voie juste. Cette étape est longue, elle peut durer 40 jours, 40 mois ou 40 ans², selon les traditions. Plusieurs n'y parviennent pas en raison d'un refus ou d'une incapacité à objectiver leurs insuffisances, leur système de défense vis-à-vis du social ou de remettre en cause leur image, leur « Persona », pour reprendre la définition de C.G Jung. Les causes d'échecs étant le reflet de ce niveau d'incompétence, selon le principe de Peter³.

La procédure initiatique, commune à celle de l'apprentissage aux voies d'éveil dans le cadre de la mystique, est l'expression d'une modification du niveau de conscience dans le sens de l'élévation, par abandon des désirs, des passions et la dissolution des tensions intérieures. Ce niveau de conscience est une recherche de la transcendance, cachée à la

¹ Ces notions seront détaillées un peu plus avant dans le texte, le fait de maîtriser les émotions doit être opéré par « l'effacement » de celles-ci et non par le refoulement, comme malheureusement le comprennent les adeptes des arts martiaux. Ces pratiques déviées ne permettent pas une progression spirituelle mais s'expriment le plus souvent par des pulsions inconscientes d'auto-destruction, voire des somatisations. La compréhension cardiaque, ou intelligence du cœur exprime que l'individu est parvenu au stade des voies d'harmonie.

² 40 jours est le nombre minimum pour accomplir une œuvre. On se souvient des 40 jours passés au désert par le Christ, le séjour de Moïse sur le Sinaï, celui de Bouddha dans le désert etc...

³ Le principe de Peter, défini un niveau maximum de compréhension pour un individu déterminé. Ce niveau ou point d'incompétence est celui à partir duquel le sujet est « dépassé » par la tâche qui lui est proposée.

connaissance, échappant à la sagacité du mental. Cette transcendance peut être perçue comme une force inexprimable, une certitude absolue, portant en elle-même les réponses aux questions qui la suscite. La recherche de cet état se révèle de plus en plus présent dans notre civilisation. Il est la cause d'une quête de spiritualité à laquelle les religions et l'éducation ne sont plus en mesure d'apporter des réponses. Les connaissances proposées limitent leurs enseignements à ce qui est directement accessible par les sens et à l'analyse matérialiste. Les enseignements religieux autrefois porteurs de réponses étant vidés depuis longtemps de la réalité qu'ils sont supposés préserver. La conséquence directe de ces carences s'exprime par la crise inéluctable que traverse notre monde. La prise de conscience de la nécessité d'une recherche de la transcendance, constitue une rupture par rapport au continuum social, un appel. Celui qui l'entend ne peut l'oublier, car il correspond à une vérité profonde participant de la nature de l'homme. Dès lors qu'il l'a envisagé, l'homme devient un « Noble Voyageur », comme se plaît à le nommer Mary-Madeleine Davy⁴, qui a pour devoir de poursuivre la quête jusqu'à la limite de ses forces. Il est devenu responsable, ne pas poursuivre, se dérober devient à ce niveau blasphématoire, c'est là le véritable péché contre l'Esprit. Cette voie est solitaire, car celui qui l'envisage se soustrait de l'inconscient collectif, il assume un combat contre lui-même, un duel sans témoin, pour retrouver ce qu'il sait déjà de tout éternité mais qu'il est incapable d'entendre.

« Tu ne me chercherais pas, si tu ne m'avais déjà trouvé »

L'homme primitif et l'enfant ne sont nullement conscients de cette obligation inhérente à la nature profonde de l'espèce humaine, ils ne perçoivent pas la double appartenance divine et humaine de l'homme. Pour eux tout est simple et évident, ils participent du tout sans ambiguïté. L'homme moderne est beaucoup moins innocent, installé dans ses certitudes, il évite ce genre de question dérangeante pour son confort moral, il préfère compter ses avantages sociaux jouir de sa retraite et décliner doucement devant sa télévision. Cette modernité vieillissante est dépassée par ceux qui osent se lancer dans la véritable quête qui mène par delà la vie et la mort à la « Vie authentique ».

« En un point de la Terre il y a un homme d'où émane cette clarté; en un point de la Terre existe l'homme qui est pareil à cette clarté. »

Mir Bahadur Ali

The approach of Al Mu'tasim . Bombay 1932

Les préliminaires de la progression.

Il y a plusieurs manières d'envisager le problème de la conscience humaine, l'une d'entre elle est assez peu familière à l'homme moderne habitué au vocabulaire de la psychanalyse et à son structuralisme, il s'agit de la définition traditionnelle. Dans la réalité les deux aspects (moderne et traditionnel) ne sont pas contradictoires, ils sont même complémentaires. La tradition considère l'homme comme un lien entre les forces émanées du cosmos et la terre, de fait son esprit incarné dans la matière participe de celle-ci en même temps qu'elle est l'expression de l'esprit, entendez par-là le divin, le Créateur. Selon le degré d'évolution de chacune des espèces, la part de l'esprit est plus ou moins importante et atteint chez l'homme une proportion qui le relie au divin. Le mythe de la chute adamique à résolument plongé l'humanité dans le monde de la matière et c'est à lui

⁴ Mary-Madeleine Davy, Philosophe et écrivain est l'auteur de nombreux ouvrages sur la spiritualité, notamment du livre « Le désert intérieur ».

que revient le devoir de se rehaussé pour recouvrer sa nature divine. Tel est grossièrement la mission symbolique à laquelle nous devons satisfaire pour retrouver notre véritable nature, c'est ce parcours que propose les écoles mystiques et les procédures initiatiques.

La part de Dieu qui est en nous est latente, présente, mais voilée par notre nature matérielle, ses passions, ses désirs, en un mot notre « ego », le « Moi » dont Blaise Pascal disait, qu'il était détestable. Nous sommes donc des fragments d'un Dieu éparpillé (mais cependant entier en chaque être), dans l'espèce et le monde qui nous entoure. Retrouver notre nature divine implique un travail qui se situe à la fois au niveau individuel, mais aussi au niveau collectif dans la mesure où l'exemple de la sagesse, de la connaissance et de l'éveil à un rôle d'éducation qui se répercute dans l'inconscient collectif. C'est l'image des « 144 Justes » de la tradition judaïque. Le propre d'une progression spirituelle étant, par différents processus, de dissoudre un aspect de ce Moi, cet ego perturbateur (la Personna, selon la terminologie de C.G Jung), de « lâcher prise » pour faire éclore le « Moi supérieur » qualifié de « Je » ou de « Soi » par les analystes modernes. L'aboutissement ultime de cette pratique étant qualifiée d'éveil dans le vocabulaire initiatique et les courants mystiques des religions asiatiques.

Parmi les méthodes employées on trouve plusieurs courants, les uns s'appuyant sur la pratique religieuse, d'autres faisant appel à différents systèmes plus laïcisés, mais aboutissant à la dissolution de l'ego au profit du « Soi ». Une des méthodes les plus populaires étant le Yoga, qui n'est malheureusement pas une des techniques les plus efficaces (car trop contraignante et souvent insuffisante du point de vue de la spiritualité). Pour employer une terminologie plus moderne il s'agit de procédures de décréation de l'ego, permettant une dissolution des passions et des désirs favorisant ainsi la résolution des tensions et des refoulements, libérant de ce fait l'énergétique corporelle. Parvenu à ce stade l'homme acquiert une maîtrise physiologique et peut atteindre des niveaux de conscience supérieurs. Cette réalité n'est pas seulement symbolique, mais correspond à des résultats parfaitement contrôlables. Certains individus (d'ailleurs plus nombreux qu'on ne le croit) sont parvenus à cette qualité spirituelle qui se répercute de manière spectaculaire au niveau des potentialités physiques et psychiques, bien que ces résultats ne correspondent pas à l'objectif de cette démarche.

Les voies d'évolution spirituelles sont souvent cataloguées selon plusieurs critères d'approche. On trouve au premier degré les voies sociales correspondant à un dégrossissement de l'individu. Cette première approche est surtout le fait de la civilisation occidentale qui définit les différentes options selon des critères sociaux ou des vocations spécifiques.

1) La voie du guerrier - C'est l'ancienne voie chevaleresque, une démarche relativement primaire adaptée aux époques héroïques du haut moyen-âge. Elle permettait à des individus très physiques, soutenus ou terrorisés par un endoctrinement religieux, d'affiner leur mental et de valoriser la générosité et la compassion menant à une attitude plus « cardiaque », en révélant l'intelligence du cœur. Cette voie faite d'entraînement à l'autodiscipline, au sens de l'honneur, de la justice, au mépris de la peur, conditionnait peu à peu le chevalier, lui servant de base de référence, de fil conducteur. Le chevalier idéal se combat lui-même, maîtrisant ses pulsions, désagrégeant ses désirs, dompte ses passions par une vie consacrée à l'abnégation, au renoncement et au courage. C'est un des nombreux aspects de la quête du Graal qui a servi de modèle aux générations tourmentées de la Gaule chevelue. Ce genre de procédure n'est plus adapté à notre époque où les mystères initiatiques ne se dissimulent plus dans les bois magiques et les fontaines perfides. On retrouve les archétypes de cette mentalité dans la pratique de certains arts martiaux. Le

grave défaut de cette approche est, comme nous le verrons par la suite, dû à la méthode d'éducation basée sur le refoulement des désirs et non sur leur dissolution, ce qui génère souvent des tensions intérieures créant un état d'esprit peu propice à un épanouissement de l'être essentiel et à l'éveil de celui-ci.

2) La voie du chasseur (ou voie chamanique) - Autre aspect des orientations primitives, cette voie est une voie de renoncement au monde social, une fusion avec le milieu naturel, une communion avec l'environnement sauvage. Un retour à la vie sauvage solitaire avec de rares contacts avec la communauté humaine. C'est une voie de hors la loi, dans le sens noble du terme, dont l'aboutissement ne peut-être réalisé que si l'individu s'est d'abord imprégné d'un idéal, d'une ligne de conduite spirituelle lui définissant un objectif (ermite, chaman, druide... sorcier !). Dans cette hypothèse le décapage culturel et social est rapidement désagréé, mais le travail sur l'ego ne progresse pas pour autant. C'est une voie de solitude et de renoncement. Il est assez rare, sauf pour des personnalités d'exception (généralement associées) d'aboutir à une qualité d'évolution suffisante.

3) La voie du Clerc (ou voie Mystique) - Bien que très ancienne cette option demeure une des rares solutions compatibles avec la vie moderne, à la condition de ne pas confondre religiosité et mysticisme. Le monachisme étant une possibilité de réalisation de cette voie. Le cadre religieux servant de « moule », de modèle, de garde fou. Il est accepté dans sa forme rituelle (liturgie, rites etc.) dans la mesure où celui-ci propose une discipline et une régularité facilitant la décréation des sollicitations du monde social. Il possède l'immense avantage d'offrir des modèles et des propositions métaphysiques de qualité. C'est une des voies royales de progression pour une démarche initiale, sachant que la procédure d'éveil doit être poursuivie en solitaire, il n'est donc pas question d'espérer un aboutissement dans un cadre communautaire. Les grands mystiques ayant le plus souvent choisi de vivre en ermite, parvenu à un certain stade de leur évolution.

Ces trois voies formant les lignes directrices des possibilités de réalisation dans le monde occidental, bien qu'il existe des modes de progression secondaires, dont les formes se rapprochent plus ou moins de ces modèles archétypiques. Les voies de progression à caractère initiatiques ou thérapeutique se rapprochant du modèle mystique ou monastique, les voies magiques procédant à la fois des voies mystiques, plus ou moins teintées de chamanisme, quant aux voies dites noires, elles sont calquées sur le modèle mystique mais en inversant la dimension éthique. Il est important de préciser que les voies magiques, bien que considérées comme initiatiques, ne sont pas à proprement parlé des voies d'éveil. Elles utilisent une partie de l'entraînement préliminaire pour améliorer leur efficacité. La poursuite d'une voie d'éveil ayant une vocation de progression spirituelle dépassera ce stade des « pouvoirs ».

Ceux qui néanmoins souhaiteraient interrompre leur progression pour se limiter à ce niveau, doivent être conscients que le renoncement aux pouvoirs constituera une épreuve d'autant plus difficile qu'ils auront utilisé cette faculté : tout se paie.

A un niveau plus universel, ces différentes procédures doivent être rattachées aux propositions de base des traditions indiennes qui expriment que la voie peut être le fait de trois démarches primordiales : La voie du Sage, la voie du Maître et la voie du « Pandit ». Ces trois archétypes pouvant se définir comme étant une voie de simplicité et de bienveillance en communion avec la nature dans l'amour des autres,, pour la première une voie de renoncement proche de la voie mystique, inféodée à la formation par un maître

instructeur et pour la dernière, ou voie du « Pandit » (ou savant), une approche de la démarche ésotérique et de certaines voies magiques occidentales.

La finalité étant la dissolution de l'ego et l'éveil de l'être essentiel pour finalement se fondre dans le « Soi ».

Les structures de la conscience

La double appartenance de l'être humain, ce médium en relation avec les forces cosmiques et telluriques, entre le monde divin et le monde matériel implique une hiérarchie structurelle de la conscience d'une grande complexité. L'évolution du système cérébrale témoigne de cette progression dans l'échelle de l'évolution. Le cerveau primitif ou paléoencéphale est un organe purement instinctif contrôlant essentiellement les réflexes de survie et de reproduction. Les divers autres « strates » obéissent aux nécessités de l'évolution qui mena le saurien primitif issu de la mer à la forme plus achevée de *l'homo sapiens*, avant de parvenir à celle de *l'homo maximus*, l'homme éveillé.

Anatomie sommaire de l'encéphale :

Il n'est pas question ici de développer un cours d'anatomie cérébrale, mais de fournir quelques points de repère au non spécialiste, pour mieux gérer la cartographie de la conscience. Le cerveau (*cerebrum* en latin) est un des plus gros organes du corps, il pèse en moyenne 1370 grs (entre 1100 grs et 1680 grs), chez l'homme, et 1250 grs (entre 1000 et 1560) chez la femme. Le cerveau consomme environ 20% de la consommation d'oxygène du corps, au repos. Il se présente comme une masse ovoïde à grosse extrémité postérieure, il présente un pôle antérieur frontal et un pôle postérieur occipital. Sa couleur est blanc grisâtre, il mesure environ 16 cm de longueur, 14 cm de largeur et 12 cm de hauteur, sa densité est voisine de 1.03.

Le cerveau présente une fente antéropostérieure longitudinale qui le partage en deux hémisphères, droit et gauche, reliés entre eux par un plancher, le corps calleux. La surface du cerveau est irrégulière, elle présente des sillons nombreux et tourmentés délimitant les circonvolutions. C'est la richesse et le nombre des circonvolutions, ou *gyrus*, qui détermine le degré d'évolution d'un mammifère. Plus on monte dans l'échelle de l'évolution, plus les circonvolutions sont nombreuses. Chaque hémisphère est subdivisé en six parties : les lobes frontal, pariétal, occipital, temporal, insulaire, et le *gyrus du cingulum*.

Chaque hémisphère cérébral présente une couche périphérique de substance grise, **le cortex cérébral** (du latin écorce) ; une substance blanche centrale, **le centre semi-ovale** les capsules internes et externes ; des amas de substance grise centrale, **les noyaux basaux** : le corps strié, le noyau caudé, le noyau lenticulaire, le *claustrum*, le corps amygdaloïde et une cavité centrale, le **ventricule latéral**.

Chaque hémisphère présente une spécificité propre :

1) L'hémisphère **gauche** contrôle : la motricité de la **partie droite** du corps, le langage, il est le siège de la pensée logique, analytique, mathématique et rationnelle.

2) L'hémisphère **droit** commande : la motricité de la **partie gauche** du corps, la créativité, la pensée non verbale, l'analyse sémantique des mots, la synthèse des idées, l'approche globale des sensations ; il est le siège des perceptions spatiales et de l'angoisse.

Le cervelet : Situé en arrière du tronc cérébral et en dessous du cerveau, le cervelet assure la régulation du tonus musculaire, de l'équilibre et de la coordination des mouvements. Du point de vue phylogénétique on distingue dans le cervelet trois parties qui correspondent

chacune à un stade de son évolution : l'archéocérébellum, prépondérant chez les poissons ; le paléocérébellum assez marqué chez les amphibiens, les reptiles et les oiseaux; et le néocérébellum très développé chez les mammifères, en particulier dans l'espèce humaine. Le cervelet pèse en moyenne 130 à 140 gr.

Les circuits de la conscience :

L'anatomie devenue une science de grande précision, ne nous renseigne que fort peu sur les spécialisations de chaque partie du cerveau. Il est loin le temps où les médecins cherchaient du bout de leurs scalpels le gîte secret de l'âme humaine. Les études récentes des physiologistes, nous permettent néanmoins de cerner les lieux spécifiques de certaines activités. Ces renseignements sont d'un grand intérêt pour celui qui souhaite comprendre la nature du principal support matériel de la conscience en lui permettant de localiser avec une bonne approximation les secteurs où peut évoluer celle-ci, et comprendre quelles sont les qualités de ceux-ci. Du point de vue de l'histologie, voici ce qu'écrit le **Dr Miguel Guirao** dans son excellent ouvrage : « **Anatomie de la conscience - Anatomie sophrologique** » - p.10 et 11. éd. Maloine 1979.

Les particularités du système nerveux humain, liées à la richesse et à la complexité de ses circuits, résultent d'une lente et difficile conquête évolutive, ce que confirme l'analyse fonctionnelle lorsqu'elle fait apparaître le rôle important de nombreuses structures archaïques placées au sein de structures récentes à fonction élevée très élaborée. A travers l'étude des grands stades de l'évolution, on découvre les changements qu'ils ont imposé et qui demeurent. C'est chez les Coelentérés que nous voyons apparaître ce que l'on peut appeler un système nerveux rudimentaire, formé d'une série d'éléments qui assurent l'équilibre de leur milieu et leur permet de s'adapter au milieu ambiant. Puis du fait de la complexité grandissante, on voit s'organiser une hiérarchie des fonctions qui se caractérise chez les Echinodermes par l'apparition de ganglions nerveux, véritables centres qui régissent la coordination des fonctions. Il faut attendre les poissons pour voir apparaître une structure corticale doublée d'un comportement plus autonome.

L'organisation fonctionnelle de structures sous-corticales déterminées dont l'importance est incontestable et qui, chez l'homme, semblent dominées par le cortex, apparaît réellement chez les oiseaux où des groupements de neurones, comme le thalamus et le corps strié représentent un véritable niveau de conscience, le premier analysant et intégrant les stimuli, le second assumant la responsabilité d'un comportement déjà complexe et varié. Chez l'homme, ces structures conservent des réminiscences de leur fonction primitive : le thalamus interprète l'information de nature intime affective, le corps strié élabore un type de conduite motrice accompagnatrice ou complémentaire de celle qui s'engendre dans le cortex humain parvenu à un niveau de développement élevé.

Chez les mammifères, la complexité du cerveau s'accroît et nous arrivons à l'homme où la corticalisation avec frontalisation représente le fait capital. Le lobe pré frontal organise et dirige le comportement à l'aide de la réflexion et de la prévision qui constituent les constantes directives des conduites. L'homme se connaît lui-même, dirige ses pas et prévoit les conséquences de ses conduites.

Du point de vue pratique, on peut affirmer que la conscience représente le champ d'intégration des processus mentaux , et dans le complexe cérébral, à tout instant les circuits conscients (c'est à dire la totalité) peuvent devenir présents et entrer dans le domaine de la connaissance, ou rester latents et subconscients mais disponibles et proche de l'émergence. Ils peuvent enfin demeurer sous-jacents, c'est à dire indisponibles car

appartenir au domaine de l'inconscient, bien qu'ils existent et agissent sur la conduite et interfèrent ou s'expriment par des moyens qui leurs sont propres. Il est important de faire la différence entre connaissance et conscience car même s'il est difficile d'appréhender les circuits inconscients d'un point de vue physiologique, ils n'échappent pas au "totum" de la conscience qui est le champ d'intégration de tous les processus mentaux. La géographie des divers circuits de la conscience peut s'établir comme suit :

- Le lobe frontal correspond aux aires de la délibération et de la prévision. C'est à ce niveau que s'exerce la réflexion après analyse de l'ensemble de la situation.
- Les zones de mémoires se trouvent dans les régions latérales basses des pariétaux.
- L'hypothalamus est le siège de l'émotivité et de l'ensemble des réactions affectives primaires (affectivité corporalisée). C'est au niveau de l'hypothalamus que se produisent les réactions au stress.

Dans un contexte d'évolution spirituelle ou de progression initiatique, un des objectifs primordiaux est la maîtrise émotionnelle. Cette action de contrôle devra essentiellement opérer au niveau de cette partie du cerveau, laquelle est dépendante du système neurovégétatif. L'hypothalamus constitue le cerveau primitif dans lequel s'élabore les réactions animales de défense et d'attaque.

L'aspect purement physiologique étant sommairement défini, nous allons aborder maintenant les divers aspects de la conscience, ou : phénomènes de conscience, subconscient et inconscient, ainsi que les divers niveaux qu'ils peuvent atteindre ou revêtir. C'est à partir de la connaissance de ces processus que l'on pourra étayer une progression et effectuer valablement une décréation absolument indispensable.

La compréhension de ces mécanismes, apparemment éloignés de l'idée qu'on peut se faire d'un cheminement initiatique, est fondamentale. Si l'on n'a pas une connaissance suffisante de ces divers processus, il devient difficile d'agir sur eux et de les contrôler. Nous insistons sur ce point, car la compréhension de ces "circuits", facilitera grandement la pratique de la concentration, du calme mental des techniques de visualisation et de méditation.



Dans le contexte naturel, la structure de la conscience s'organise selon une loi universelle : la loi du moindre effort, correspondant à une stabilité fonctionnelle permettant l'adaptation et la survie dans le contexte social. A un niveau supérieur, l'homme est un animal religieux qui s'interroge sur ses origines et son devenir, la fameuse question : d'où venons-nous, qui sommes-nous, où allons-nous. Les adeptes de tous temps ont répondu partiellement à ces questions dont les réponses complètes impliquent une capacité de globalisation et un niveau de conscience hors de portée des humains non préparés.

Le « Moi naturel », ou instinctif est celui que l'on constate chez le primitif et l'enfant. Il ne possède pas ou peu de duplicité, il s'adapte aux circonstances et n'est pas conscient de la double appartenance au monde divin et au monde de la matière. Ce Moi naturel, confronté aux difficultés de l'organisation sociale, va peu à peu intégrer de nouvelles informations qui formeront un tissu de concepts devenant un véritable corpus correspondant à ce que l'on nomme l'éducation. Les vieux archétypes de conservation animale s'adaptant à cette situation constitueront des systèmes de référence mentaux, réflexes de ruse et de domination, de possession et de satiété, de jeu et de duplicité. Les désirs résultants des divers sollicitations seront assouvis ou censurés par la programmation de l'éducation ou les interdits sociaux, ces événements non satisfaits seront alors refoulés.

La plupart seront oubliés, mais certains plus violents où plus souvent rappelés par les circonstances ou des tendances enregistrées dans l'inconscient formeront des états de tension non résolue. Ne pouvant s'exprimer, ils causeront des perturbations caractérielles, des phénomènes obsessionnels ou des réactions somatiques. L'ensemble de ces manifestations créant des situations de contraintes énergétiques empêchant un épanouissement du physique et du psychique.

L'ego se construit à partir du cumul des situations vécues et interprétées au travers du filtre de la censure personnelle constituée par le « Surmoi », la résultante forme un complexe de programmation qui masque la personnalité réelle au profit d'une personnalité d'apparence, formant carapace de protection. Le Moi social, ou ego est ainsi constitué d'une mosaïque de « petits Moi egotiques » correspondants aux différentes facettes de l'adaptation. Ces « personnalités multiples » sont grossièrement intégrées dans un contexte général moyen donnant une apparence de cohésion. La réalité d'éveil est de transformer en les dissolvant ces structures d'adaptation factices pour retrouver l'unité de l'être essentiel.

Hiérarchie de la progression

L'approche d'une procédure d'éveil varie d'un individu à l'autre, d'un contexte social, d'une époque, ou d'une civilisation à l'autre. Il est cependant possible de tracer les grandes lignes de ce type particulier d'évolution qui se déroule en phases successives. Voici un essai de synthèse de ces différentes phases adaptées à notre époque :

1- Une première période correspondant à l'interrogation et à la prise de conscience de la nécessité d'une progression. Cette phase est une réflexion sur la validité et le bien fondé de l'adaptation possible à cet engagement, fonction des qualités propres de l'individu.

2- Les préliminaires à la progression, constituent une approche du travail sur soi qui passe nécessairement par le mental. Un travail d'auto-analyse consacré à la compréhension des procédures de la voie. Lectures de textes classiques, portant si possible sur des récits ou biographies d'initiés ou de personnages ayant atteint ou du moins approchés le stade de l'éveil. On évitera soigneusement les « révélations » fantaisistes de pseudo-gourou et autres ouvrages à sensation. De la même manière on ne se cantonnera pas à une seule tradition, il est possible que la sensibilité ou l'intelligence soit en résonance avec un courant différent. Il convient cependant de se méfier de démarches « exotiques » dont les implications sont éloignées de nos racines culturelles ou ethniques.

Parmi ces textes on lira avec profit « La Bible », la vie de Moïse, en particulier dans les livres de Philon d'Alexandrie, « Les Evangiles », « L'Apocalypse » et tout particulièrement les œuvres de St Jean. La vie de Bouddha, y compris le roman de Herman Hesse « Siddharta ». Le « Ramayana », la « Bagavad Gita », La vie de Milarépa, « Tao-Te-King », Les « Confessions » de Jacob Bhöeme, Les « Exercices spirituelles » de St Ignace de Loyola, les « récits d'un pèlerin russe », les « sermons » de Maître Eckart, la « petite philocalie du cœur », « La vie d'Appolonios de Thyane », par Philostrate de Lemnos etc.

Cette liste n'étant pas limitative pas plus qu'elle ne constitue un impératif, elle correspond seulement à un exemple d'ouvrages types.

Cette phase de lecture ne devra pas être abrégée, car s'il est possible de parcourir ces ouvrages en quelques semaines, cela n'implique pas que la période d'assimilation soit de même durée. Certains livres doivent être lus plusieurs fois afin de faciliter la maturation. Peu à peu se dégagera une ligne de conduite, une « communion » avec l'attitude juste, d'où la nécessité de varier les lectures, de confronter les traditions pour éviter de dégager un mode de conduite partial ou sectaire. Celui qui se « spécialiserait » dans une voie spécifiquement chrétienne se trouverait en possession d'un bagage

essentiellement religieux, qui, s'il correspond à une éthique de qualité exceptionnelle, n'en est pas moins assez différente de l'universalité impliquée par une procédure d'éveil, laquelle se doit d'être universelle.

Les exercices ou les pratiques d'analyse, les techniques de régression, le Rebirth etc. ne sont pas favorables à une progression juste, car trop inféodées à la structure egotique du « Moi », même si les propositions paraissent acceptables en première analyse. Les procédures impliquées, sont basées presque exclusivement sur une acception (adaptation du Moi) du monde matériel, une harmonisation des tensions intérieures et l'application de techniques de régression, ce qui est antinomique avec les démarches initiatiques. En admettant que ces pratiques puissent replacer réellement l'individu à son niveau naturel de départ, c'est-à-dire dans l'intégralité de son « être naturel » - un retour à la case départ, en quelque sorte - le problème reste entier, car la potentialité de cet être de départ ne permet pas d'appréhender la connaissance suffisante pour cheminer vers l'éveil, l'être essentiel ; même si comme quelques uns l'affirment, cet état est propice au développement de certaines intuitions ou potentialités.

Quand aux systèmes modernes de décréation et de progression spirituelle proposés par quelques « écoles initiatiques » sous forme de séminaires, il s'agit de véritables piège à gogos. Pour ne citer que les plus connues : la formation proposé par l'église de scientologie, et sa cadette, issue du même tonneau, la technique « Avatar » . Ces procédures sont constituées de montages artificiels formés d'éléments disparates n'ayant pas toujours de relations entre-eux. Certaines de ces méthodes sont même assez destructrice et confinent aux techniques de programmation utilisés par certaines sectes.

La conscience naturelle est incapable de concevoir la vraie lumière. Comme le dit très clairement C.G. Durckheim, « Avoir une illumination est autre chose que d'être éveillé »

La voie est sans point d'arrivée, une voie qui est elle-même le but. La Voie est la Voie.
--

Il faut savoir aussi que la véritable progression n'est pas favorable à la vie communautaire, pas plus qu'elle ne favorise la notion de couple, sauf si les deux participent. Le décapage et l'abandon impératif de la sentimentalité n'étant pas propice à un équilibre affectif, sauf si les deux partenaires ont une grande élévation spirituelle. La Voie est solitaire et ne peut accepter de compromis.

3 - Après une période d'assimilation variant entre deux et trois ans, on atteint les prémices de la mise en pratique. Le travail sur soi. A ce stade, l'intéressé devrait être en mesure de savoir s'il est prêt à envisager réellement la progression et à s'engager sur la voie. Vient alors le début du travail. Celui-ci s'effectuera sur plusieurs plans : Le physique, le psychique et le psychologique.

Le plan physique - Trop souvent négligé, le physique participe activement à la progression vers d'autres plans de conscience. S'il est vrai qu'il existe une interaction entre le psychique et le physique (action psychosomatique), celle-ci est bilatérale dans une certaine mesure. Les attitudes du corps reflètent en partie les blocages et les tensions que subit la nature profonde de l'être essentiel, refoulé par la programmation du « Moi social ». Le travail sur le physique est donc une des priorités afin de corriger les imperfections les plus grossières en agissant sur les qualités énergétiques circulant dans le corps. A un niveau plus subtile, on pourra « optimiser » ces énergies dans le cadre d'une approche thérapeutique que l'on nomme voie des substances (voire chapitres suivants). Parallèlement, il sera impératif de développer l'énergétique individuelle. Ce travail d'une grande efficacité permettra en outre d'accélérer les procédures de correction et surtout

conforteront celles-ci en les renforçant. L'augmentation du potentiel énergétique évitant, entre autre, le phénomène de régression. Il permettra enfin la construction d'un corps d'énergie et ralentira considérablement les phénomènes de vieillissement.

Le plan psychique - Le plan psychique est plus complexe à appréhender mais reste néanmoins dans les limites de compréhension de la pensée analytique matérialiste. La mise en condition du psychique, dès lors qu'il est débarrassé des tensions, des passions et des désirs, est relativement facilitée par l'exercice méthodique de certaines techniques : calme mental, concentration, méditation, déplacement de conscience.

Ces différentes pratiques pouvant même être utilisées en tant que techniques de travail en parallèle des exercices visant le plan physique. Les deux procédures s'appuyant mutuellement. Il est certain qu'au fur et à mesure de la progression et de l'évolution, ces techniques seront de plus en plus efficaces. L'important est de les pratiquer régulièrement (par un exercice journalier) dès le début de la progression de manière à en acquérir une parfaite maîtrise.

Le plan psychologique (mental et mental supérieur) - Ce niveau constitue la pierre d'achoppement de la procédure. Il constitue la part la plus importante du travail, la décréation du Moi. Celle-ci s'effectuera par étapes successives. Voici ce qu'en dit K.G Durckheim dans son excellent ouvrage « Le maître intérieur », pages 148 et 149.

« Reconnaître les étapes à parcourir pour arriver à la transformation fait aussi partie de la préparation au chemin. « La règle fondamentale, le commencement et le but de tout travail, est de faire sentir ce qui se trouve d'essentiel sous les déformations ou dans l'inconscient d'un homme. Après la prise de conscience et la destruction des formes caduques, on peut toujours s'attendre à voir les forces vitales créatrices profondes reprendre sur un arrière plan nouveau. »

La métanoïa qui importe ici passe par une rupture et par la destruction des vieux systèmes. Sans l'anéantissement de l'ancien état de sujet, la mort du moi et l'abandon des formes périmées, sans sacrifices, enfin, il n'existe pas de transformation et sans cet esprit de sacrifice l'homme ne parvient pas à son centre.

La transformation est un mécanisme à multiples chaînons. L'homme y est le théâtre de luttes entre les grandes forces. Il les vit comme lumière et ténèbres, masculin et féminin, richesse et pauvreté. Il faut qu'il les éprouve, en souffre, et vive leurs oppositions pour qu'ensuite, par la transformation proprement dite, ils disparaissent dans la coïcidentia oppositorum et renaissent de la Lumière qui est au-delà de la lumière et des ténèbres. Cette expérience insigne est la première rencontre, bouleversante, avec notre vrai centre. Le chemin continue pourtant après avoir vécu cet au-delà des contraires. L'Etre exige, en un mouvement de métamorphose sans fin, une disposition d'esprit par laquelle l'homme parvenu à sa vraie maturité, un avec son centre et vivant par lui, ne s'arrête jamais sur la Voie. Car il s'agit d'une voie sans point d'arrivée, une voie qui est elle-même le but. L'homme a déjà atteint son centre quand il est définitivement sur le chemin vers lui.

Cet être-dans-son-centre une fois rejoint, une vie libre de souffrance n'a nullement commencé. Au contraire. Dans la mesure où l'homme laisse l'autre dimension s'éteindre et renaître en lui, que, trouvant en elle la racine indestructible de lui-même, il reconnaît son engagement à son égard et l'admet sans restriction, il est justement en état d'accepter la souffrance. Qu'il sache souffrir⁵ - et non qu'il ne souffre plus - est la preuve qu'il est parvenu à son centre. »

⁵ Il ne s'agit pas de renoncement ou de fatalisme imposé, mais d'une acception libre (NDLA).

Après l'éveil de l'être essentiel, commence le véritable chemin, l'homme doit se diriger vers le « Soi » où commence vraiment l'expérience...

*L'homme est comparable à un arbre
sa vocation est de croître en dépit des
obstacles, à lui d'éviter les difformités
extérieures et intérieures, reflets de son âme ?*

Chapitre 3 -

Le physique est le résultat de l'incarnation de l'individu dans le monde matériel. Comprendre notre état d'être incarné dans le monde de la création peut se faire selon plusieurs critères. Le plus simple, pour ne pas dire le plus simpliste, consiste à l'admettre du point de vue de la logique cartésienne. Dans ce cas, il n'y a pas grand chose à comprendre, mises à part les hypothèses plus ou moins sophistiquées des théoriciens de la création. Du point de vue traditionnel les choses se compliquent un peu, car il est indispensable de connaître les implications métaphysiques qui sous-tendent l'œuvre du « Créateur ». Il convient de noter au passage que ces « enseignements » tendent à être confirmés par les théoriciens de la physique moderne dont les certitudes convergent de plus en plus avec la tradition.

L'approche de cette connaissance implique la compréhension des éléments qui forment le monde de la création, lequel n'est que la résultante des différentes étapes du principe créateur. Les traditions Occidentales, sont assez confuses de ce point de vue, seule la tradition hébraïque fournit un modèle acceptable à une bonne intelligence du processus.

Traditionnellement, l'image archétype de l'origine de l'homme passe par le mythe du premier maillon : Adam (quelque soit le nom qu'on lui donne). Approcher dans un contexte symbolique le principe de la création permet de mieux comprendre la « sémantique » et les signifiants employés dans cet univers métaphysique. L'homme est incarné dans l'univers matériel constitué par les éléments. Dans la tradition occidentale, le nombre de ces éléments est de 4 (eau, terre, air, feu plus un cinquième, nommé éther). Ce système assez complexe est remplacé avantageusement par le système asiatique des cinq éléments (Bois, Feu, Terre, Métal, Eau) qui s'intègre plus harmonieusement dans l'ensemble de l'explication métaphysique. Comprendre le principe d'évolution de l'homme, c'est comprendre l'univers qui l'entoure et les éléments qui le constituent.



L'aspect physique du corps est un événement transitoire en évolution constante. Nous ne mourons pas avec les cellules qui constituaient notre corps à la naissance (à quelques exceptions près, encore que ces mêmes cellules sont formées d'atomes se renouvelant constamment et d'éléments chimiques qui se renouvellent sans cesse), celles-ci sont périodiquement remplacées selon des fréquences variables avec leur nature. Seul perdure durant une période plus longue le « message énergétique » constitué par les corps subtils.

Ce message énergétique est susceptible d'évolution. Il peut être modifié, enrichi, épuré, voire programmé. Ce qui permet de comprendre les relations de cause à effet, et plus précisément la manière d'agir sur les origines des dérèglements : les maladies.

Cette analyse offre en outre la possibilité d'une approche plus universelle de l'univers et la prise de conscience d'un phénomène commun à l'ensemble du cosmos : *L'impermanence* ».

L'impermanence est une notion fondamentale indissociable de toute évolution spirituelle, et indispensable à ceux qui souhaitent progresser dans une connaissance médicale complète.

L'impermanence, ou non durabilité des corps physiques, des possessions matérielles, des émotions (mais non des sentiments), de l'affect et des certitudes constituent une des clefs menant à des niveaux de conscience plus élevés et en particulier à l'hyperconscience (présageant l'éveil). L'assimilation « vécue » de cette notion est un puissant dissolvant de l'ego, nous reviendrons sur cette notion et ses procédures d'applications.

On comprend qu'une des principales applications de cette évidence permet d'envisager qu'une action exercée sur des plans subtils modifiables puisse affecter le corps physique en constante reconstruction.

Cette notion constitue une des clefs de la tradition initiatique.

Genèse de la théorie des cinq éléments

Les orientaux qui avaient analysés depuis très longtemps les rapports entre l'univers, l'homme et son environnement (la Terre) avaient mis en évidence un découpage des différentes fonctions de l'homme en harmonie avec la nature, mâle et femelle en relation avec les cycles naturels cosmiques, saisonniers et élémentaires. De cette étude et de l'expérience accumulée sur plusieurs millénaires est née la théorie des cinq éléments.

La plupart des traditions ont effectué ce type de classification, l'Europe occidentale a pour sa part défini une hiérarchie des éléments découpés en 4 : Air, Feu, Eau, Terre plus un cinquième, l'Ether.

L'Inde et la Chine ont défini un découpage similaire, à quelques variantes près (la différence n'étant en faite qu'apparente), puisque ces traditions constatent la présence de cinq éléments : le Bois, l'Eau, le Métal, le Feu et la Terre.

Chacun de ces éléments a été judicieusement choisi, car il correspond aux principales qualités élémentaires que l'on rencontre dans notre biosphère et se répercutent sur les trois règnes - animal, végétal et minéral, ainsi que dans la nature humaine.

Dans le cadre d'une étude traditionnelle, le choix du système asiatique des cinq éléments, plus souple, plus subtil et de ce fait plus précis, s'impose comme système de référence. Le système occidental des 4 éléments plus 1 (l'Ether) est moins pratique, car plus symbolique. Il est plus adapté aux démarches philosophiques et symboliques comme l'alchimie ou la spagyrie, mais plus difficile d'emploi dans un contexte d'analyse.

Pour mieux comprendre cette notion d'élément il est indispensable d'en connaître la genèse, qui plonge ses racines dans les temps mythologiques et s'appuie sur des notions de nature archétypique appartenant au fond commun de l'humanité.

Le Yin et le Yang

Un des aspects les plus évidents du monde animal consiste dans la différenciation sexuelle entre mâle et femelle. Cette complémentarité, dualité ou opposition, peut être étendue à plusieurs phénomènes. C'est ainsi que l'on constate, en les différenciant, les notions de froid et chaud, de haut et bas, de jour et de nuit et par extension de Lune et de Soleil, de solide et de liquide, de droite et de gauche etc.

Le binaire découle naturellement de l'unité. Le : UN, l'Unique, le nombre racine de lui-même. La notion de nombre repose entièrement sur le concept de l'unité, un nombre quelconque se définissant comme une collection d'unité. Chaque nombre est un aspect

particulier de l'unité absolue. Le *Tai Ki* dans la Chine se traduit par le grand Un, commencement et fin dernière.

L'unité figurée par le chiffre 1 possède des propriétés exceptionnelles :

Il ne peut se multiplier ni se diviser par lui-même,

$1 \times 1 = 1$ de même, $1 : 1 = 1$

Il est le diviseur de tous les autres nombres. Il est le seul qui s'augmente uniquement par l'addition et non par la multiplication. Il n'est précédé par aucun autre. Un est le tout, puisqu'il comporte en lui le double aspect quantitatif (être l'unité), et qualitatif de contenir potentiellement la totalité des autres nombres :

$1 + 1 = 2$, $1 + 1 + 1 = 3$, etc.

La diagonale d'un carré est égale à la racine de la somme de deux de ses côtés - Si l'on considère un carré dont chaque côté a comme valeur l'unité : $1 + 1 = 2$, la diagonale aura donc pour valeur $\sqrt{2}$ (racine de deux). Soit 1,41421356...

$\sqrt{2}$ peut donc se concevoir comme étant la *fonction*, instrument du devenir, jouant le rôle symbolique du passage de un à deux. $\sqrt{2}$ ne peut être considérée que comme une fonction permettant de concevoir le passage de l'unité au duel, mais ne l'expliquant pas.

Le binaire, issu de l'un absolu implique que l'unité pour prendre conscience d'elle-même doit se différencier. La *Monade* se transforme en conscience.

Nous savons que si le $2 = 1 + 1$ (quantitatif), du point de vue qualitatif le 2 est une division de l'unité, une duplication.

Le Yin/Yang ne pouvant se concevoir qu'à travers une relation évidente :

- de relativité
- d'opposition
- de complémentarité.

Le 2 archétype de la dualité est la base de toutes les opérations de réflexion. Il est la symétrie, l'origine de la distinction du pair et de l'impair, de la droite et de la gauche, symbole de la séparation, le nombre qui permet de construire une droite (entre 2 points) etc.

Considéré comme rythme, il est la base de l'oscillation, de la notion de pulsation, de fréquence. C'est le premier des nombres pairs et le seul qui donne la même valeur quand on le multiplie par lui-même ou qu'on l'additionne avec lui-même ($2 \times 2 = 4$, $2 + 2 = 4$).

L'acte créateur s'accomplit par le 1 et par le 2. Mystère de la partition divine, dynamisme primordial.

Cette notion fondamentale constitue une base des concepts de la médecine énergétique.

Le symbolisme du Yin Yang en découle directement.

L'Asie a une vocation agricole millénaire. Pour le paysan Chinois les cycles naturels ont une importance vitale. L'alternance des jours et des nuits, la succession des saisons, imposait la création de repères fiables. Horloges et calendriers devinrent autant de priorités. La solution la plus simple, celle du cadran solaire, fut rapidement adoptée. A l'origine un simple bâton planté dans le sol rempli cet office. Le gnomon marque le midi alors que le soleil est au zénith. Le milieu du jour s'exprime par l'ombre la plus courte, tandis que les heures successives s'allongent en décrivant une courbe régulière. Le matin au levé, le Soleil au ras de l'horizon projette une ombre allongée, comme le soir au couché. L'ensemble forme une courbe harmonieuse qu'il est facile de conserver en marquant des repères.

L'heure de la culmination marquée, le midi repéré, du même coup la direction du sud était repérée.

L'horloge se transforma vite en calendrier car pour une même heure et une même orientation, la hauteur du Soleil et la longueur de l'ombre varient en fonction des mois et des saisons. En été l'ombre est plus courte qu'en hiver, au printemps et à l'automne la distance par rapport à l'axe du bâton est la même, c'est l'équilibre, caractéristique des équinoxes.

Cette démarche très simple d'apparence détermine un des modes de pensée les plus féconds de l'histoire de l'humanité. Le raisonnement analogique et les qualités de synthèse des peuples d'Asie firent le reste. L'analogie entre les variations de la longueur de l'ombre en une journée et celles constatées au cours de l'année soulignèrent la similitude des cycles. Une journée de 12 heures (en Chine les « heures » traditionnelles valent 2 heures d'occident⁶), et une année de 12 mois sont en correspondance - l'un étant le modèle réduit de l'autre.

Le matin est donc le printemps de la journée, le midi l'heure la plus chaude, l'été, le coucher est l'automne et la nuit l'hiver. L'image est saisissante et l'analogie, nous le verrons, est remarquable. L'homme étant un animal diurne, son activité s'exerce durant cette période, tandis qu'il se repose la nuit. L'analogie avec les rythmes saisonniers et les réactions de la nature (en particulier les végétaux) accentue encore la justesse de cette observation. Le rythme binaire de l'alternance des jours et des nuits, ponctué de périodes d'éveil et d'assoupissement, marquèrent profondément la pensée chinoise. Pour désigner ces deux temps opposés et complémentaires, ils utilisèrent deux termes difficiles à traduire - le Yin, qui signifie le passif, l'inerte, et le Yang l'actif, le dynamisme.

Yin/Yang devinrent :

Yang - Jour	Yin - Nuit
Lumière	Obscurité
Été	Hiver
Chaleur	Froid
Sec	Humide
Externe	Interne
Homme	Femme
Travail	Repos
Activité	Inertie

Ces deux termes ne sont pas à proprement parlé des contraires, la pensée chinoise est plus nuancée. La notion Yin Yang n'est pas réellement dualiste, car lorsque l'un d'eux est présent, l'autre est obligatoirement concerné, impliqué, compris. On ne peut donc dire Yin et Yang, mais Yin Yang.

La variation du jour et de la nuit étant progressive comme les saisons, le matin et le printemps, l'automne et l'hiver, le passage du Yin au Yang se fait en se fondant, s'équilibrant, se succédant l'un à l'autre dans une densification subtile et nuancée. Ce sont donc une horloge et un calendrier de nuances qui se manifestent dans le ciel, sur la terre et dans l'activité humaine.

⁶ Ce concept mérite d'être souligné, notamment dans le cadre de l'acupuncture, où les traitements doivent être ordonnés dans le respect des cycles horaires vitaux. Bien peu d'acupuncteurs occidentaux semblent connaître ce décalage entre les heures chinoises traditionnelles (celles utilisées en acupuncture) et celles d'Europe. Il convient de préciser que, dans ce contexte, il s'agit des heures solaires du méridien local et non de « l'heure officielle ». Les praticiens travaillant sur la technique des points ouverts pourront, et devront méditer sur cet aspect.

A midi le Soleil culmine dans le ciel, celui-ci est donc de nature Yang, tandis que la terre froide et sombre est de nature Yin. Le ciel est une coupole, il est circulaire, la terre est plate, son symbole devient le carré. Les pièces chinoises anciennes symbolisent cette association.

Fig – 2

La périphérie circulaire de la pièce correspond au ciel tandis que le centre percé selon une forme carré symbolise la terre.

L'homme n'échappa pas à cette nomenclature.

L'unique créature verticale possède une tête ronde donc de nature Yang (la voûte céleste) tandis que ses pieds sont «carrés», de nature terrestre.

Le « *Tao* » résume ces appartenances en affirmant:

Le ciel est Yang, la terre est Yin ; entre ciel et terre apparurent les hommes.

Mais l'analogie ne s'arrête pas là, l'homme est un animal sexué, il se reproduit et vit en couple, réalisant ainsi une nouvelle association Yin Yang. La femme Yin, la terre, le carré est symbolisé par une équerre, tandis que l'homme Yang, le ciel est symbolisé par un compas. On retrouve ici la symbolique maçonnique provenant sans doute de ce lointain apport asiatique. En Inde le Dieu Shiva est un dieu ouranien, il est le ciel et féconde la terre, sa parèdre, la Déesse Kali de couleur noire, de là, *les Phallus de Shiva* fichés dans la terre de certains lieux privilégiés, Menhirs phalliques dressés sur des points telluriques.

L'équerre en dépit de son symbolisme Yin est un instrument de travail, donc Yang. Ce travail Yang permet de tracer des angles droits, des carrés et de générer des œuvres Yin. Comme le Yin engendre le Yang, le carré engendre le cercle (cercle inscrit), l'équerre reprend ainsi un autre aspect Yang. Le Yang génère le Yin qui génère le Yang.

C'est à partir du cercle, et plus précisément du centre de ce dernier que l'on construit le carré en traçant deux diamètres perpendiculaires (les diagonales). Comme la femme est issue de l'homme dans les traditions bibliques.

Le paysan chinois face à son gnomon (cadran solaire), regarde au sud (le Soleil), son côté gauche est dans le sens de l'activité (croissance solaire), son côté droit dirigé vers le soir tend vers le Yin. Pourtant, dans la plupart des cas les hommes sont droitiers et c'est le côté droit qui effectue les tâches (l'action), donc Yang...

L'homme est donc un microcosme où les rythmes Yin Yang se succèdent comme dans l'univers. Les variations d'heure en heure, de saison en saison se perpétuent selon un processus continu, le *Tao* ajoute qu'il y a toujours du Yin dans le Yang et du Yang dans le Yin.

Fig – 3

Ce symbolisme subtil est remarquablement exprimé dans le graphisme traditionnel suivant, malheureusement un peu galvaudé dans notre civilisation où il devient (en Inde par exemple le symbole d'une marque de cigarettes, privilège partagé avec l'utilisation de l'effigie du Dieu Ganesh pour le même type de produit !).

Dans ce symbole apparaît une loi universelle qui prouve l'inanité de la notion d'absolu qui complète celle d'impermanence.

L'alternance du Yin Yang se répercute dans le cosmos, dans la nature, dans la vie. Le cœur bat, la systole contraction (Yang) et la diastole, le repos (Yin). La respiration obéit à la même loi, de même que les temps de veille et de sommeil. L'existence humaine suit un processus équivalent au cours de son existence, de sa naissance à sa mort, de ce point de vue le déroulement de la vie est comparable au cycle annuel du printemps à l'hiver.

Tous ces rythmes sont réductibles à une activité binaire, dès lors que ce principe est admis. Les Chinois affinèrent encore leur analyse, comme le précise le professeur Lavier,

un des maîtres de l'acupuncture occidentale, de qui nous détenons une partie de cet enseignement.

« Ces considérations nous permettent de comprendre que lorsque Yin et Yang se succèdent en tant que principes opposés et alternants, ils représentent un dynamisme binaire. En revanche lorsqu'ils sont présents en même temps - et cela ne peut exister que grâce à un moyen terme - apparaît le ternaire essentiellement structural.

En d'autres termes, l'alternance Yin Yang représente un mouvement, alors que : ciel-homme-terre symbolise une architecture.

Les chinois ont mis au point une extraordinaire mathématique où interfèrent les structures ternaires et leur dynamisme binaire, dominés par les notions de relation et d'orientation ; et les médecins, dès la protohistoire, en utilisèrent les principes.

Ils posèrent le postulat encore valable de nos jours, que toutes les maladies proviennent d'une dysharmonie entre les rythmes (binaires) et les structures (ternaires) de l'organisme et leurs répondants dans le milieu. »

De ces concepts sont nés les prémices de la médecine énergétique. Les fièvres sont des expressions Yang, les insuffisances organiques des symptômes Yin. L'ensemble des méthodes de thérapie peut être intégré dans ce mode de pensée et d'analyse, tant du point de vue d'une médecine de réparation que dans le cadre d'une pratique préventive, ou une progression à caractère initiatique.

La notion de Yin Yang a été magnifiée dans un de ses développements les plus féconds de la pensée humaine sous la forme des *Koua*, lesquels nous intéressent au plus haut point, puisqu'ils participent à la compréhension de l'énergétique des cinq éléments et procèdent d'une des bases philosophiques majeures qui connaîtra sans doute un grand développement dans la pensée scientifique de l'avenir : le YI-KING.

Dans un souci de clarté, d'élégance et avec l'économie de moyens qui caractérisent les civilisations asiatiques, les Chinois de la période protohistorique ont symbolisé le Yin Yang d'une manière simple et précise.

Fig – 4

Le Yang est représenté par un trait continu, le Yin par une succession de deux traits plus petits, illustrant parfaitement la binarité, symbole femelle de partition et de fécondité.

La plénitude de ces deux éléments étant représentée comme ci-dessus par la superposition du même graphisme. On obtient la notion de Grand Yang et de Grand Yin.

Pour démontrer les variations Yin Yang, on peut décliner par le truchement de ces symboles les divers aspects qualitatifs de l'énergie. Partant du trait de base (qui peut être Yang ou Yin) on constate la croissance, la plénitude, ou la décroissance de l'énergie concernée.

On obtient dès lors le tableau suivant :

Fig - 5

Qui se lit de gauche à droite : Grand Yang, Petit Yin, Petit Yang, Grand Yin. Le grand Yang, Ouranien, solaire, mâle, caractérise la plénitude Yang. Dans le petit Yin, le yang commence à croître, ces deux idéogrammes appartiennent à la catégorie Yang. Le petit Yang démontre la croissance du Yin qui atteint sa plénitude dans le grand Yin (les deux idéogrammes appartiennent à la catégorie Yin).

On notera que le trait signifiant se trouve toujours à la base, le petit Yin commence toujours par un trait Yang (le Yang croissant), alors que le petit Yang commence par un trait Yin (Yin croissant).

Ces idéogrammes et leurs variations préfigurent la numérotation binaire, base du concept de l'informatique. Cet outil vieux de 5.000 ans est un des fondements du système d'analyse énergétique le plus sophistiqué connu actuellement. Il exprime à lui seul la théorie des cinq éléments

Dans un contexte différent, il est important de savoir que la physique moderne et en particulier la physique des particules, dans son double aspects corpusculaire et ondulatoire, se rapproche considérablement de ce concept.

Les « briques élémentaires », les atomes et leurs constituants ultimes ne sont pas conformes à ce que la science de ce début de siècle avait envisagé. La matière constitutive de notre univers n'est pas formée d'atomes fluctuants échangeant quelques particules pour maintenir leur cohésion, il s'agit plus vraisemblablement de « champs » énergétiques variables en qualité et en quantité qui maintiennent une structure qui n'est qu'apparente dans un moment figé par l'observation et dépendant du niveau de conscience de l'observateur. La nature de cette observation et celle de l'observant (appareil ou individu) modifiant les caractéristiques de l'objet observé. Ce concept un peu ardu pour le lecteur non averti se révèle prodigieusement important pour le chercheur qui souhaite progresser au-delà des seules limites fixées par le rationalisme. La notion d'impermanence est le lot commun de la plus grande part sinon de la totalité de l'univers.

Voici ce qu'en dit Jean-Marie Pelt dans un livre récent - **Dieu de l'univers, science et foi**. Éditions Fayard 1995.

« La physique quantique va plus loin et n'a pas fini de dérouter ses adeptes. Elle énonce que toute mesure apparaît comme une interaction entre l'objet mesuré et l'appareil de mesure : il existe entre les deux un couplage minimum qui n'est jamais nul. Une telle conception du rôle de l'observation était tout à fait étrangère à la physique traditionnelle et brouille la belle dialectique conceptuelle de l'objet et du sujet. C'est ensuite le beau schéma de l'atome en forme de système solaire qui s'effondre à son tour : avec Eisengberg, on apprend désormais qu'il n'est plus possible de connaître simultanément la position d'un électron autour du noyau et son impulsion, ou, plus simplement, sa quantité de mouvement - Nous nous retrouvons, dit Bernard Klein, dans la situation maintes fois citée du naturaliste qui voudrait étudier le comportement d'un oiseau qui ne chante que dans l'obscurité. S'il l'écoute, il ne peut le voir ; s'il le voit, il ne peut l'entendre. C'est très frustrant, surtout si l'animal est beau quand il chante !.. »

« Les principes fondamentaux de la physique quantique restent parfaitement étrangers à nos contemporains. Comment pourraient-ils comprendre, par exemple, la métaphore avancée par Ortolé et Pharabold (dans leur livre le Cantique des cantiques, le monde existe-t-il ? 1987), du Poisson soluble ? Pour se représenter une particule, il convient d'imaginer un poisson dans l'eau d'une rivière : comme l'électron, il n'occupe aucun point particulier de la rivière, et, pas plus que lui, il ne circule sous forme matérielle ; pourtant, quand on pêche le poisson, il devient bel et bien localisé au bout de la ligne. De même, l'électron devient ponctuel dès qu'on l'observe... »

Ces deux exemples qui ressemblent à des fables Taoïstes sont une approche de la réalité énergétique qui soutend notre univers, elles expriment la variation incessante en intensité et en nature du substrat énergétique et l'impermanence absolue qui en est le fondement. On comprend mieux pourquoi l'approche taoïste de l'énergétique (sous la

forme exprimée par les bigrammes et les trigrammes traditionnels) a plus de chance d'être, que les approches grossièrement matérialistes des systèmes classiques, y compris les systèmes philosophiques basés sur les quatre éléments. Il convient de choisir, en dépit des appartenances, si l'on souhaite une progression réelle et faire sienne toutes les théories, même les plus étrangères à notre mode de pensée. Ce mode de réflexion doit devenir pour vous une seconde nature. Tout ce qui peut vous aider à progresser doit être utilisé, en dépit des appartenances, des modes, de votre base de culture ou de votre ego !

Face au cadran solaire, l'observateur regarde le midi (le sud) qui correspond au grand Yang, par opposition naturelle le grand Yin est minuit, tandis que le petit Yin (à l'Est) devient le matin à son levé et le petit Yang se trouve être le couché (l'Ouest). Le grand Yang correspond donc à la tête de l'observateur, le grand Yin à ses pieds, le côté gauche est le petit Yin et le droit au petit Yang.

Le premier quart Est-Midi est en période Yang croissant, tandis que le second Midi-Ouest est en phase Yin croissant. Cette affirmation est conforme à une variation énergétique telle qu'abordée précédemment. Elle permet de situer ces mêmes qualités en fonction d'une orientation géographique, d'un développement horaire et par extension aux saisons de l'année.

Les bigrammes (Yin Yang) symbolisent les quatre saisons principales :

- 1) **Naissance, printemps**, Est, levé du Soleil : Petit Yin
- 2) **Été, culmination**, sud : Grand Yang
- 3) **Automne**, équilibre, Ouest, couché du Soleil : Petit Yang
- 4) **Hiver**, vide, nord : Grand Yin.

Correspondant au schéma ci-après :

Fig - 5

A ces quatre représentations de base du système énergétique, la tradition chinoise a adjoint un troisième terme, créant la notion de trigramme qui offre une qualité d'extension d'une grande précision. Ces trigrammes forment le système des *Koua*, d'une grande subtilité, qui s'exprime dans une philosophie achevée participant au concept du *YI-KING*, le livre des transformations.

Le livre des transformations est, sans doute une des œuvres les plus précieuses du patrimoine culturel de l'humanité⁷. Son origine remonte, au minimum au XX^{ème} siècle avant notre ère. Il propose un système associant les huit trigrammes deux à deux pour former une théorie de 64 hexagrammes. Le titre même de « livre des transformations », ou des mutations, démontre magistralement la philosophie de l'impermanence indissociable de la pratique d'évolution spirituelle. L'étude du Yi-King qui possède des qualités indiscutables du point de vu oraculaire, a fasciné le philosophe C.G. Jung qui a largement puisé dans cet enseignement pour définir la notion de synchronicité, où corrélation de séquences d'événements se produisant spontanément sans avoir de relations entre elles.

⁷ Il en existe deux traductions crédibles et complètes :

1) Le Yi-King, le livre des transformations de Richard Wilhem aux éditions de Médicis 1973.

2) Le Yi-King , de P.L.F. Philastre, éditions annales du Musée Guimet (2 volumes) 1982.

Les cinq éléments symboliques

Les deux bissectrices générées par les axes Nord/Sud et Est/Ouest de la figure précédente déterminent des points correspondants à des états énergétiques nuancés sur le cercle passant par les points cardinaux d'origine. Il convient de souligner que ces inclinaisons (45°) représentent symboliquement l'inclinaison de la terre sur son axe, que les chinois avaient découvert il y a plus de 4.000 ans et qu'ils connaissaient avec une précision remarquable pour l'époque (22°30 au lieu de 23°27).

Les quatre situations de base constituent les pôles d'états énergétique parfaitement définis : les saisons. Il convient de souligner qu'en reliant les quatre saisons, représentées par les bigrammes cardinaux, on obtient une figure carré, correspondant symboliquement à la terre. Cet argument supplémentaire souligne le fait que les saisons concernées sont bien celles qui concernent un lieu d'observation terrestre et non une localisation symbolique quelconque. Les bissectrices des axes verticaux et horizontaux deviennent de ce fait les diagonales du carré, point important qu'il convient de mémoriser.

Les saisons disposées sur le cercle cardinal s'engendrent l'une l'autre. Le printemps engendre l'été, qui engendre l'automne, qui engendre l'hiver. Ce cycle saisonnier, ainsi que le cycle horaire journalier varie qualitativement et quantitativement à chaque instant comme l'exprime la figure précédente.

Fig – 6

. Cette représentation demeure cependant assez relative puisqu'une figure circulaire ne peut exister sans un centre. L'absence de celui-ci, dans le cadre de l'observation des points cardinaux relève de l'absurde. Les Chinois définirent le centre de référence comme étant la Terre, croisée de l'horizontal et du vertical, qui reçoit et participe à ces énergies. Le centre est le point neutre de référence, « le centre de l'année » - *Une saison dans l'espace*, comme l'indiquait le grand vulgarisateur de l'acupuncture Léopold de Saussure.

Cet élément neutre constitue donc un point remarquable supplémentaire, synthèse des quatre autres du point de vue symbolique, quintessence, pour reprendre la définition employée par l'alchimie occidentale.

Les quatre énergies cardinales et la cinquième constituent « cinq potentiels » que les chinois identifièrent aux éléments symboliques :

Le Bois (Hou)
Le Feu (Houo)
Le Métal (Tching)
L'Eau (Choueï)
La Terre (T'ou)

Ces éléments correspondent, selon les critères Occidentaux du symbolisme (que l'on retrouve dans la médecine Paracelsienne, l'alchimie et l'astrologie) aux éléments suivants :

Le Bois correspond à l'élément Terre, Le Feu à l'élément Feu, le Métal à l'élément Air, l'Eau à l'élément Eau et la Terre à la synthèse des quatre éléments traditionnels de l'Occident.

L'élément terre occupe le centre, puisque c'est par rapport à la terre que se précisent les positions du Soleil, dont on déduit les saisons.

En tant qu'élément intervenant, la terre doit avoir un rapport direct avec les quatre autres, étant la synthèse, elle les contient tous !

Cette analyse peut sembler abstraite, paradoxalement, pour ceux d'entre nous qui ont perdu la notion primordiale du bon sens paysan. Il ne s'agit pas d'une théorie fumeuse mais d'une réalité due à l'observation. La Terre renferme le Feu (activité volcanique), elle comporte de l'eau (Mers et rivières), elle recèle du métal (minerais) et enfin fait pousser le bois (Les forêts). Le système des cinq éléments est de ce fait plus simple, plus complet, plus « rationnel » que les hypothèses savantes, parfois acrobatiques de la pensée occidentale.

La Terre occupe le centre de l'univers perceptible, pour un observateur se tenant à sa surface.

Fig - 7

Comme l'indique la figure ci-dessus :

La Terre participant à la théorie des éléments, trouve tout naturellement une place privilégiée, du fait de ses qualités, à une période du cycle annuel qui semble réunir les principaux atouts saisonniers :

l'été Indien, qui se situe à la fin de l'été traditionnel et avant l'automne.

Cet emplacement « royal » devient une intersaison.

De ce fait, l'élément terre prend place dans le cycle saisonnier entre le feu et le métal.

Fig - 8

Cet emplacement se justifie d'une autre manière, du fait que la terre se trouvant placée sur une des bissectrices de l'angle formée par les axes verticaux et horizontaux, elle occupe la position correspondant à l'inclinaison de son axe sur l'écliptique.

Pour des raisons de pratique, sinon d'esthétisme les chinois inclurent l'élément terre dans une figure régulière pentagonale où se trouvèrent réunis les cinq éléments.

Cette disposition, qui peut sembler arbitraire, du point de vue rationnel s'avère très efficace pour la compréhension générale de la tradition. Utilisée couramment dans la pratique de l'acupuncture, cette figure doit être parfaitement assimilée par les chercheurs.

Fig - 9

ROUE DES CINQ ELEMENTS

La représentation des cinq éléments selon la figure pentagonale classique prend le nom de cycle **Cheng**, (ou cycle de production).

Le sens de rotation de ce cycle est indiqué par les flèches à la périphérie (sens des aiguilles d'une montre).

Le Bois engendre le Feu

Le Feu engendre la Terre

La Terre engendre le Métal

Le Métal engendre l'Eau

L'Eau engendre le Bois

Le cycle complémentaire appelé **K'en** est un cycle de soumission (cycle de destruction ou de compensation). Il est représenté par le pentagramme (flèches intérieures).

Il est exprimé dans les définitions suivantes :

Le Bois soumet la Terre - Il s'en nourrit et la recouvre.

La Terre soumet l'Eau - Elle la canalise et l'absorbe.

L'Eau soumet le Feu - Elle l'éteint.

Le Feu soumet le Métal - Il le rend malléable et le fond.

Le Métal soumet le Bois - Il le fend, le taille et le coupe.

Description des cinq éléments

Chacun de ces éléments traditionnels possède plusieurs aspects et contient diverses tonalités. Il convient de souligner que cette proposition n'appartient pas seulement à la pensée asiatique, mais qu'elle est universellement appliquée dans la plupart des traditions.

1) Les aspects élémentaires :

A) Aspect symbolique. C'est l'aspect dont la description est le plus proche du modèle archétypique.

B) Aspect physique. Lié directement à l'observation de la nature, c'est une analyse pragmatique justifiée par l'analogie naturelle.

C) L'aspect énergétique, découle directement du principe, il définit la qualité énergétique découlant de celui-ci.

2) Les tonalités :

Dans les traditions asiatiques, rien n'est jamais fixe, de même que dans la nature rien n'est parfaitement pure ou homogène. Chacun des éléments possède des qualités qui dérivent quantitativement et qualitativement des autres. Ces « variations » s'expriment dans la notion de « tonalité », c'est ainsi qu'une eau peut être : eau/bois, eau/métal, eau/eau, eau/feu etc.

Le Bois.

Le Bois est symboliquement représentatif de l'Orient (le levé du Soleil). Il correspond au printemps, au matin, à la prime enfance. Axé sur la matière vivante, le corps physique. Les chinois nomment cette qualité énergétique « l'éveilleur ».

L'élément bois correspond à l'élément Terre des traditions occidentales, ainsi qu'en astrologie, ce qui explique certaines confusions dans les essais de rapprochement des deux traditions.

L'Eau.

L'Eau est symboliquement représentative du nord (le septentrion). Cet élément correspond à l'hiver, au Nadir, aux liquides. C'est l'énergie de la nuit, énergie de descente, au Yin. L'eau est en correspondance avec l'émotionnel, le corps astral.

Le Métal (air).

Le Métal est symboliquement représentatif de l'occident, l'Ouest. Il correspond à l'automne, à l'air, aux vents (la matière invisible par rapport au Bois).

C'est l'énergie du couchant, le crépuscule. Le Métal est en correspondance avec le corps mental, la pensée.

Le Feu.

Le Feu est symboliquement représentatif du sud, le midi. Il correspond à l'été, au Zénith, à la chaleur. C'est l'énergie de montée Yang.

Le Feu est en correspondance avec le corps affectif, les sentiments (et non les émotions).

La Terre (quintessence).

La Terre c'est l'été Indien (intersaison). La chaleur douce après le feu de l'été. C'est l'énergie humide. La Terre correspond au corps éthérique (synthèse énergétique harmonieuse). La Terre est le centre cardinal, le centre et le tout.

LES ETHERS.

Le principe énergétique fondamental qui génère ces énergies prend le nom d'éther. L'éther, c'est l'énergie universelle non différenciée, champ à caractère énergétique non manifesté. Cause productrice, source ultime de l'énergie manifestée dans les éléments. Cette substance originelle, nature primordiale, se spécialise dans les différents aspects élémentaires. Les principes énergétiques ainsi générés prenant le nom de l'éther correspondant à l'élément considéré.

Les tempéraments élémentaires

Le principe des éléments s'étend à la quasi totalité de l'univers créé, tant au niveau terrestre qu'au niveau du cosmos (le macrocosme et le microcosme). On retrouve ces qualités dans les trois règnes : minéral, végétal, animal et à fortiori dans les comportements humains où ces distinctions atteignent une grande subtilité, tant au niveau du corps physique que dans ceux des corps subtils.

Du point de vue de l'observation élémentaire, les mains sont très révélatrices de la dominante d'un élément chez un individu. Il convient néanmoins de préciser qu'un tempérament peu être mixte, c'est-à-dire exprimer deux, voire trois éléments qui dominent les autres, on a de ce fait une structure anatomique qui harmonise ces diverses dominantes. Le tempérament dans ce cas est une synthèse plus ou moins harmonieuse de ces qualités élémentaires.

A titre indicatif, voici une première approche des divers tempéraments accompagnée des formes de mains que l'on observe habituellement. Il est à noter que ces divers tempéraments connaissent des variantes selon que l'élément considéré est à dominante Yin ou Yang.

1) LE TEMPÉRAMENT BOIS :

Les sujets de tempérament bois sont assez favorisés. Ils sont travailleurs, toniques, Jupiteriens. Intrépides ou timides, ils sont coléreux et possèdent une grande imagination.

Fig - 10

Correspondant aux signes de terre de l'astrologie occidentale, leur tempérament est versatile et changeant. Une certaine instabilité d'humeur et la larme facile renforce leur charme (pour ceux qui y sont sensible). Séducteurs impénitents, ils se réfugient parfois dans les excès de nourriture ou d'alcool. Ils aiment se coucher tard.

Ils sont souvent « patraque » mais rarement malade, leur point faible réside en une certaine sensibilité à certaines périodes saisonnières, en particulier au printemps, ainsi qu'une certaine instabilité nerveuse. Le système hépatique est chez eux parfois source de tracas, ce qui les empêche d'avoir une totale confiance en eux.

Ils sont quelques fois allergiques aux fraises ou aux coquillages et sujet à certaines intolérances alimentaires.

La conduite dominante : se prouver qu'ils sont toujours jeunes. Leur rêve : l'immortalité.

Ce sont des actifs, souvent récompensés par leur courage, possédant un certain charme en dépit de leur susceptibilité passagère.

La main Bois est nettement jupitérienne, c'est une main proportionnée, avec des sillons nombreux sur la paume, les monts et les doigts. Les ongles sont carrés durs ou mous, parfois rongés.

2) LE TEMPÉRAMENT FEU :

Fig - 11 Les sujets de tempérament Feu, ainsi que le laisse à penser les caractéristiques de leur élément dominant, brûlent tout : eux-mêmes et les autres ...

Ils ont un regard dominateur, voire condescendant. Ils débordent d'énergie, ce qui les rend lestes, actifs et très élégants.

Hyperémotifs même agités, par défaut de résistance du cœur, ils peuvent être turbulents, difficiles, parfois timides et renfermés sur eux-mêmes. Ils dorment peu et redoutent l'été, car ils n'aiment pas la chaleur.

Leur allure est noble et fière (ainsi que leur homologue traditionnel occidental : le signe du Lion). Souvent révoltés, autoritaires, enthousiastes, parfois résignés et soumis. Leur capacité de travail est énorme, mais ils sont arbitraires et érigent leurs propres lois. Leur sens de la discipline est particulier, en réalité c'est celle qu'ils s'imposent.

Leur fragilité se situe au niveau cardiaque, ils peuvent être asthéniques, sujets aux hémorroïdes, souvent préoccupés par la sexualité, hypersurrénaux ou hyposurrénaux, ce sont des inquiets.

Ils paient de leur bonheur le succès de leurs entreprises, mais ils se prédestinent aux grandes causes par dévouement et sens de la grandeur.

Très jeunes, ils sont en conflit avec l'autorité parentales et se sentent rejeté ou incompris. Le sentiment de persécution leur complique souvent les relations humaines.

La conduite dominante : Une œuvre à accomplir.

Un grand sentimental à l'allure aristocratique.

La main Feu est une main martienne, assez longue, les doigts sont fins, les ongles pointus, parfois on remarque un assez grand écart entre les doigts. L'extrémité de ceux-ci sont quelquefois boudinés avec les ongles ronds.

3) LE TEMPÉRAMENT TERRE :

Fig - 12 Les sujets de tempérament Terre sont généralement potelés ou, complètement à l'opposé, du type sec, rétracté. Calmes, généreux ils ne recherchent pas les honneurs. Ils aiment les mets sucrés et sont sensibles à l'humidité, ce qui génère chez eux des rhumatismes en vieillissant. Ils possèdent une grande sensibilité tactile et leur regard affable rassure l'interlocuteur.

Ils n'appartiennent pas à la catégorie des hommes d'action, les grandes traversées océaniques ne sont pas leur tasse de thé.

Ce sont des penseurs et, revers de la médaille, ils confinent à l'excès de réflexion et se lancent dans des discussions interminables. Dans la forme « vide » de leur équilibre énergétique, ils touchent à la vacuité intellectuelle avec manque de concentration. Ils ont des difficultés pour la prise de décisions. Distracts, insouciantes ces mouvants philosophes ont une tendance à la générosité, le discours l'astuce et une propension marquée à la diplomatie. Ils ont le sens du comique, des calembours et un bon sens paysan bien ancré dans leur nature sensuelle.

Ils aiment se lever tard et sont sensibles à la dépression. Peu résistant aux épidémies ils sont de ce point de vue assez fragiles.

Le caractère dominant : Le terrestre, dans toute l'acception du terme.

Le pléthorique indiscipliné, gourmand et sensuel, ou le maigrelet inquiet de tout.

La main Terre est une main saturnienne, relativement courte et potelée. Une main pleine avec des ongles carrés, le sujet a tendance à « manger les peaux ».

4) LE TEMPÉRAMENT MÉTAL :

Les sujets de tempérament métal possèdent des silhouettes longilignes, élégantes. Ils sont simples minutieux et clairvoyants. Bons juges, leur énergie est extérieure.

Fig - 13

L'humeur des personnes de tempérament métal est plutôt triste, c'est la mélancolie de l'automne qui commence avec son cortège de problèmes cutanés et respiratoires.

Ce sont des flegmatiques au regard clair, ils inspirent confiance, bien que leurs visages soient impassibles. Il émane d'eux une force et un rayonnement apaisant. Ces personnages « Air » ont un grand sens de l'observation, ils aiment l'analyse ainsi que les sujets abstraits. Ils possèdent beaucoup de sang froid et mènent une vie régulière, efficace, ni bruyante, ni spectaculaire. Ils sont sérieux et précis, intellectuels dans toute l'acception du terme.

Ils constituent le type le plus égal à lui même des cinq tempéraments élémentaires.

Pour tous problèmes, ils trouvent la solution, même dans un cadre émotionnel, sans jamais se révolter, mais que les points de repères de son univers s'effacent, ou qu'ils se trouvent dans un contexte plus aventureux, ils sont fragilisés et leur efficacité s'en ressent.

D'une santé variable, mais toujours facile à soigner les sujets de cette catégorie peuvent souffrir d'hyposthénie, d'insomnies de bronchites et de divers maux d'origines respiratoires.

Caractère dominant : invisible mais efficace.

Le type générique : « aérien », intellectuel

La main Métal est de type vénusien, longue, sèche, parfois rugueuse. Les doigts tordus ou en crochet. Les articulations peuvent être apparentes, les ongles longs et étroits.

5) LE TEMPÉRAMENT EAU :

Fig - 14

Les sujets de tempérament Eau aiment le mouvement. Ils sont très axés sur leurs dos. Très rigides, ils sont assez faibles des reins, pour reprendre une expression populaire.

Les enfants Eau font des angines, adultes ils restent frileux, chétifs et manquent de vitalité.

Les personnes de type Eau ont le regard émouvant, souvent pathétique, ce sont des émotionnels passionnés. Ils sont généralement attachés au passé et toute action leur coûte, ce sont des contemplatifs. Ils sont très scrupuleux et très consciencieux. Leur aspect est assez froid, et ils ont souvent froid !

Leur tendance est de placer leur idéal dans l'amour et même au dessus de l'amour, d'où une vulnérabilité des défenses tant émotionnelles qu'organiques.

Pas toujours heureux comme des poissons dans l'eau, ils sont souvent difficiles à cerner.

Fragile au niveau de la gorge, ils présentent des risques d'infection, d'insomnie, d'insuffisance immunitaires et des états dépressifs.

Le caractère dominant : Des passionnés souvent malheureux, toujours « proche de l'eau ».

Le type générique : Rêver le monde.

La main Eau est mercurienne. C'est une main courte, boudinée et bouffie. Les ongles sont plats et fragiles (avec un aspect en péniche).

L'Arbre de vie, l'Arbre Séphirotique

La tradition Juive s'appuie sur une mystique d'une grande cohérence, dont la structure et la logique constituent un des monuments les plus remarquables de la pensée humaine. La base de cette tradition a une valeur universelle remontant à plusieurs millénaires. Les connaissances qu'elle exprime sont surtout connues en Europe occidentale dans leur aspect le plus populaire : la Kabbale.

Les enseignements de la Kabbale s'appuient sur le texte du Pentateuque (les cinq premiers livres de la Bible) et la tradition Mosaïque. Le *Pentateuque* ou *Torah* fait l'objet de nombreux commentaires constituant le corpus même de cette tradition.

La Kabbale possède un double aspect, celui d'un enseignement métaphysique et théologique de haut niveau, associé à une démarche moins flatteuse prenant le nom de « *Kabbale pratique* » confinant aux pratiques magiques (Talismanie, invocations, évocations etc.).

Voici la définition tirée du livre « L'initiation », en fin de volume.

« Bien qu'intégré dans le contexte de l'ésotérisme, la kabbale n'est pas réellement une discipline magique. C'est avant tout un outil de réflexion métaphysique, une discipline philosophique et théologique à vocation théurgique. Sous son aspect magique, la Kabbale se présente selon deux courants distincts, la Kabbale rabbinique (la plus courante, mais également la plus connue) et la Kabbale mosaïque, apanage des initiés - les *Mékoubalim*, ou Sinaïstes.

La Kabbale Mosaïque est de loin la plus passionnante car elle est issue du pur enseignement transmis théoriquement par Moïse (d'où son nom). Elle est malheureusement peu accessible, étant réservée à de petits cénacles évitant le prosélytisme. La Kabbale rabbinique, moins pure, est souvent mêlée de pratiques moins orthodoxes dues à différents apports - Traditions arabes, d'Europe centrale et confrontations avec la philosophie gréco-latine et le monde chrétien - elle constitue

néanmoins le principe de la Kabbale opérative. Sauf dans la Kabbale Mosaique, la pratique kabbalistique ne fonctionne pas selon un système initiatique ; la progression est reconnue par la notoriété ou le niveau des résultats. Le système de la Kabbale est très élitiste, ce qui en a assuré la pérennité. La barrière de la langue est également dissuasive, car il ne suffit pas de lire l'hébreu ancien ; encore convient-il de posséder l'araméen, le samaritain, le syriaque, le proto-sinaïtique et différentes langues sémites !

Les Kabbales dites chrétiennes ne sont que des « hérésies » sans fondement, si l'on sait que le principe de la Kabbale est une manipulation subtile des structures linguistiques de vocables hébraïques provenant des cinq livres originaux de la Bible, autrement dit le Pentateuque, la Torah.

La Kabbale opérative, terme qui fait frémir les puristes (à juste raison), est basée sur une manipulation des versets de la Bible selon des normes précises établies depuis quelques millénaires.

Le Notarikon, le Zirouf, la Témoura, la Guématria

Qu'on ne s'y trompe pas, ces méthodes sont de très réelles techniques d'approche métaphysique qui ont été « récupérées » par des manipulateurs avides de pouvoir ; elles n'en demeurent pas moins d'authentiques outils de progression spirituelle.

La Bible, ou plus précisément le Pentateuque a donné lieu à différents commentaires dont les principaux sont réunis dans un nombre restreint d'ouvrages, ce sont :

Le *Zohar* de Rabbi Shiméon Bar Yohai, le *Berger fidèle*, le *jardin des grenades*, l'*épée de Moïse*, le *Sépher-Ha-Raziel*⁸, le *Sépher Midot*, le *Chirim-Ha-chir*, le *Sépher Yétsira*, et à un niveau différent le *Talmud de Babylone* et le *Guide des égarés* de Maïmonide. Les autres livres « importants » étant généralement tirés de ces ouvrages de base, lesquels constituent la référence en matière de Kabbale pour les vrais kabbalistes.

La Kabbale est essentiellement une démarche passant par l'intellect ; la notion de mysticisme ne s'impose pas de prime abord. Les kabbalistes considèrent que le Pentateuque et les livres qui le commentent, contiennent cinq niveaux de lecture qui sont autant de degrés dans le domaine de l'évolution spirituelle :

Ces cinq niveaux forment le mot hébreu « P.R.D.S. » - wdrp (Pé, Resh, Daleth, Schin), qui se prononce Pardesh (en français ; Paradis !).

Chacune des lettres est l'abréviation d'une signification précise.

P = PARASHA = lecture directe au premier niveau, l'histoire en quelque sorte.

R = REMESH = l'utilisation de ce qui doit être. Loi du Talmud, règle de vie, autrement dit la morale.

D = DRASH = commentaires des érudits, ou « Hagada ».

S = SOD = le secret.

On comprend qu'à partir du même texte, il subsiste, après lecture, quatre niveaux de compréhension.

Pour comprendre le système de la Kabbale, il faut comprendre les modes de cryptage.

Voici ce qu'en dit le Dr Maurice Grinberg dans son ouvrage « Introduction au Zohar », éditions Dervy, Paris 1978, page 24.

Il existe quatre systèmes de chiffage dans la Torah (Pentateuque) :

⁸ La traduction la plus complète en français est due au Dr Maurice Grinberg, éd. Les Textes essentiels, 2 volumes.1980.

- **La Notarikon.**
- **Le Zirouf.**
- **La Temoura.**
- **La Guematria.**

A) NOTARIKON : Se sert des initiales des mots et substitue un sens nouveau au sens littéral.

B) ZIROUF : Remplace dans différents mots une lettre quelconque par une même lettre.

C) TEMOURA : Remplace dans différentes phrases un mot quelconque par un même mot.

D) GUEMATRIA : Remplace dans différentes phrases la valeur numérique identique d'un autre mot.

La Kabbale se situe surtout au niveau de l'étude et des actions symboliques. Le kabbaliste est un jongleur d'univers, un magicien du verbe, mais il se mêle rarement des affaires des hommes.

La Kabbale a influencé profondément les magies en ce sens qu'elle leur a fourni certaines clefs.

L'angéologie chrétienne est entièrement tirée de ces recherches sur l'Ancien Testament. Les noms des diverses émanations de Dieu que sont les anges. Ceux-ci résultent de la méditation suivies de manipulations savantes de l'art du cabaliste⁹.

La « Kabbale pratique » qu'utilisent certains opérateurs se résume en fait à la mise en forme de certains rites symboliques (phylactères, talismans) ou d'invocations aux hiérarchies angéliques et d'évocations aux hiérarchies contraires, les entités démoniaques. »

Outre ces différents aspects techniques, le « corpus » de cette métaphysique est constitué par un concept d'une extraordinaire puissance : celui de l'arbre Séphirothique.

La pensée juive a défini l'organisation de l'univers selon un schéma d'une grande homogénéité, rendant compte avec précision des divers plans de la création et de leurs interactions. Cette définition fondamentale complète harmonieusement les découvertes énergétiques de la pensée chinoise et constitue de ce fait un extraordinaire outil pour avoir une vision globale des plans subtiles et énergétiques du cosmos.

Même si cette approche se révèle inexacte dans l'avenir, il n'en demeure pas moins que les résultats de ce concept se vérifiant dans le domaine de l'énergétique et dans celui de la compréhension du processus thérapeutique, son utilisation se révèle particulièrement féconde dans le cadre d'une progression personnelle.

LES SEPHIROTH

L'Âme du principe cabalistique repose sur le concept des *Séphiroth*. Comprendre la notion de séphiroth implique de plonger dans l'univers de la mystique juive et plus précisément dans la pensée des cabalistes provençaux du 13^{ème} siècle.

Le Milieu divin

L'arbre Séphirothique est l'expression symbolique des plans subtiles aboutissants à l'univers créé par la volonté du principe créateur. Chacun de ces éléments (séphirah, singulier de séphiroth) représente une manifestation émanée de la divinité. Le terme de

⁹ Lire à ce propos le livre de Gérard le Gwen : Le livre des Anges. éd. Trédaniel 1995.

séphirah n'a d'équivalent dans aucune langue, on pourrait le traduire par « nombre joyau » ou « chiffre-saphir ».

La progression de ces émanations, s'exprime par la volonté de Dieu de contempler sa face. Car il est dit - « *Le visage ne regardait pas le visage* ». L'acte divin est organisé à partir de :

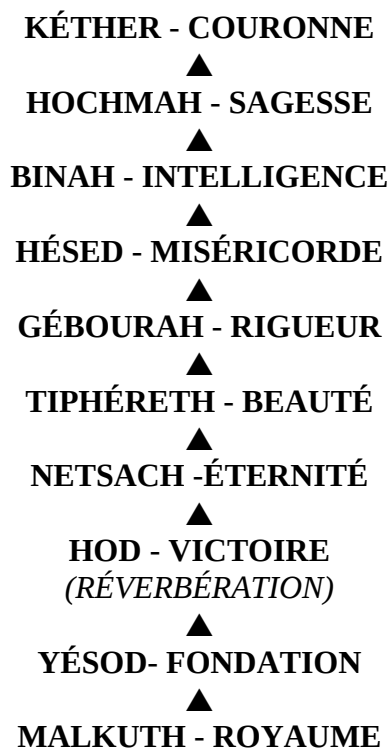
AÏN : le lieu qui n'est pas un lieu, l'origine qui n'a pas d'origine. AÏN, nulle chose, en hébreu, le néant absolu. AÏN, Dieu transcendant qui ne s'explique que par lui-même, car Dieu est Dieu.

Vient également (ni avant, ni après) le Tout absolu:

AÏN-SOF : d'un lieu symbolique, procédant de lui-même - Dieu a contracté le « Tout Absolu », pour permettre l'apparition d'un vide dans lequel pourrait se manifester le miroir de l'existence. Cet acte porte le nom de *Zimzoum* - Contraction.

Ce vide défini est enfermé par **AÏN-SOF-AUR** (la lumière sans fin née de la contraction de AÏN-SOF). La lumière sans fin a émané un rayon (Kav) allant de la périphérie vers le centre. Cet éclair a manifesté les 10 niveaux d'émanation : les séphiroth.

Émanées de AÏN, AÏN-SOF, AÏN-SOF-AUR, les séphiroth issuent de la première manifestation se présentent de la manière suivante :



Et s'organisent selon le schéma traditionnel suivant :

Fig - 15

Pour plus de commodité on utilise le schéma Séphirotique dans sa traduction phonétique internationale

L'arbre Séphirotique ainsi constitué, on admettra le sens de la formation en partant de Kéther vers Hochmah, Binah puis Hésed, Gébourah, Tiphéret, Netsach, Hod, Yésod pour aboutir à Malkuth. On remarque que cette Formation passe par une Séphirah spéciale « Daath », laquelle n'appartient pas à l'arbre, bien qu'elle en soit un des constituants majeurs. Il s'agit de la « Non-Sépirah », point d'équilibre de l'arbre, le *Rouach-Ha-Kodesh* correspondant à l'Esprit Saint, sur laquelle nous reviendrons un peu plus loin dans le texte. Cette figuration de l'arbre des séphiroth constitue le modèle archétype fondamental, correspondant au premier monde de la création, c'est-à-dire la construction symbolique pensée par le principe créateur. Il est continué par des « arbres » successifs descendant vers le monde de la réalité selon un mode particulier qui est abordé dans la suite de ce chapitre.

Fig - 16

Signification des Séphiroth formant l'arbre de vie.

1) Kéther - La Couronne.

La première séphirah est au bord du vide. Première manifestation émanée, *elle contient tout ce qui était, est et sera*. Elle est à la fois la séphirah origine et celle du retour final.

Point d'équilibre central de l'arbre (l'axe) à partir duquel le rayon (Kav), l'éclair étincelant du verbe est descendu pour se répandre dans les autres séphiroth.

2) Hochmah - La Sagesse.

Dans le monde divin, comme sur le plan humain, cette séphirah est celle de l'intellect actif intérieur - L'inspiration géniale, la révélation.

3) Binah - L'intelligence.

L'intellect dans sa forme passive, répétitive - Le domaine de la réflexion, de l'analyse.

- Daath - L'Esprit-Saint. Situé dans le pilier central, la « non-sépirah » Daath est le point d'équilibre, le Rouach-ha-Kodesh, l'Esprit-Saint.

Daath n'est pas manifesté, c'est l'étendue diaphane qui flotte dans les temps et les espaces. Elle est la connaissance qui jaillit de nulle part, le lieu où l'absolu peut pénétrer pour intervenir dans l'existence. Elle peut apparaître ou disparaître comme un reflet selon la volonté divine.

Elle n'est pas révélation comme Hochmah, ou réflexion profonde comme Binah - Elle est certitude et intuition.

4) Hésed - La miséricorde.

C'est la première séphirah qui exprime l'affectivité. Attribut de l'émotion intérieure active - l'amour, la tolérance et la générosité.

Il convient de remarquer que l'ensemble des séphiroth qui se trouve dans la colonne de droite (active) possèdent un caractère tournée vers l'expansion alors que celles de la colonne de gauche (passive) ont au contraire des caractéristiques de contraction.

5) Gébourah - Rigueur

Gébourah est la seconde séphiroth exprimant l'affect. Elle est l'attribut de l'émotion extérieure passive (rigueur et justice), c'est le discernement, la discipline.

6) Tiphéreth - La Beauté

Tiphéreth est au cœur de l'arbre - directement relié à toutes les séphiroth des piliers actifs et passifs. Tiphéreth est le cœur des cœurs, lié avec les séphiroth de l'affectivité (Hésed et Gébourah), elles forment la grande triade de l'Esprit divin, inspirée directement par le Rouash-Ha-Kodesh. Au niveau humain, Tiphéreth est le « Moi » supérieur, le « Je », le maître intérieur qu'il convient de libérer de l'emprise de l'ego pour atteindre les voies d'éveil. Tiphéreth exprime également l'idée d'harmonie et d'esthétisme par la pureté de son équilibre.

7) Netsach - L'Éternité

Cette séphirah correspond à l'action, l'application de la volonté divine - Les armées de Dieu. Elle correspond également au processus de développement psychologique et biologique, la vie. L'action instinctive et impulsive.

La forme passive, cognitive et régulatrice s'exprime dans la séphirah opposée :

8) Hod - Réverbération (Victoire)

9) Yésod - Fondation

Yésod est une séphirah d'une grande complexité. C'est une « porte » difficile à franchir dans le monde de l'évolution spirituelle. Yésod est génératrice, c'est à partir d'elle que d'autres arbres vont se manifester. Yésod se mute en une autre séphirah du plan inférieur au modèle archétype de l'arbre, ainsi que nous le verrons plus avant.

Elle est « le miroir dans le miroir » dans lequel l'arbre se voit lui-même. Cette fonction « réfléchissante » donne une bonne indication de la notion de génération inféodée à cette séphirah. Une image de l'image.

La fonction génératrice et la fonction miroir qui se complètent, implique que sa constitution soit claire. Dans le sens humain, elle est associée à la pureté (sous-entendu sexuelle), et correspond à l'ego. C'est l'aspect sous lequel les autres nous perçoivent. Dans le cas d'un ego non purifié, non décréé, non pacifié et maîtrisé, Yésod est le reflet déformé de notre nature profonde le « Je » illustré par Tiphéreth. La procédure de décréation de l'ego utilisé dans les processus d'éveil vise à maîtriser les tensions, éliminer les passions et les désirs, dissoudre l'ego, éradiquer cette distorsion égotique de manière à libérer le passage vers Tiphéreth, laissant paraître notre personnalité vraie. Yésod est un miroir déformant tant que l'ego domine, il déforme également notre vision du monde créant l'illusion de certaines perceptions (la « Maya » de la tradition indienne).

10) Malkuth - Le Royaume

La séphirah d'aboutissement, la plus basse de l'échelle, c'est là qu'aboutit le rayonnement divin. C'est le lieu d'éclosion des éléments. Sa nature est quadruple, car elle contient les quatre niveaux de l'arbre (racines, tronc, branches et fruits), les quatre éléments: feu, air, eau, terre (les cinq éléments dans la tradition asiatique).

Structure de l'arbre séphirotique

La structure de l'arbre Séphirotique est formée de trois piliers ou colonnes. L'axe central (pilier d'équilibre) dominé par Kéther, la colonne de droite active de type Yang, dominée par Hochmah (Sagesse), la colonne de gauche de type Yin, dominée par Binah (intelligence).

La Non-séphirah Daath, est le lieu mystérieux de manifestation de l'Esprit-Saint en relation avec la Séphirah Yésod qui est le point de « passage » avec les arbres inférieurs.

La forme archétype de l'arbre se reproduit selon quatre niveaux, les quatre mondes de la création, correspondant aux éléments traditionnels.

Les quatre Mondes

L'arbre Séphirotique de base correspond à l'archétype voulu par le principe créateur, il représente les attributs de celui-ci. C'est une configuration idéale fixe, immuable de toute éternité qui sert de modèle aux différents plans se succédant jusqu'au monde de la matière formant notre réalité.

Le premier monde Séphirotique se nomme *Azilouh*, il est associé au Feu créateur. Dans ce plan il n'existe ni mouvement dans le temps ni dans l'espace, c'est un instant parfait et éternel.

Dieu ayant voulu qu'il y eut un commencement des jours pour que se déroule la création, il y eut donc un autre arbre émané du premier qui constitua un autre monde, associé à l'air représentant l'intellect. Ce deuxième monde se nomme *Bérialh*.

A partir de *Bérialh* naît un troisième arbre, celui de la formation qui correspondant à l'eau. Il se nomme *Yetsirah* et donne naissance au quatrième monde, celui de l'action et de la matière : la terre appelée *Assiah*.

L'ensemble de la création se compose de quatre mondes correspondants à quatre niveaux élémentaires symboliques (Feu, Air, Eau, Terre) représentés par quatre arbres principaux liés entre eux par *Yésod* et la « non-séphirah » *Daath* de la manière suivante :

L'arbre d'Azilouh (Feu) qui constitue le premier monde, pénètre le monde de Bériah (l'air) depuis Yésod vers la non- Séphirah Daath.

Fig 17 - double

Depuis le monde de *Bériah*, Yésod est relié à la non-séphirah Daath de *Yétsirah*, et ainsi de suite...

Les quatre mondes: *Azilouh*, *Bériah*, *Yétsirah*, *Assiah*, forment un ensemble Séphirotique complet représenté par une figure complexe regroupant les quatre mondes. La fondation du monde le plus élevé (Yésod) soutend le monde inférieur en étant sa non-Séphirah Daath. Dans une représentation complète de l'arbre des quatre mondes, les séphiroth de l'arbre central portent les noms de séphiroth de chaque arbre pour souligner la notion de progression hiérarchique.

Fig – 18

L'illustration figurant ci-contre, est tirée de l'excellent ouvrage de Z'ev ben Shimon Halevi :

La Cabbale, aux éditions du Seuil, Paris 1980.

Les étudiants soucieux d'étudier cette discipline très complexe devront lire ce livre très complet et objectif, avant de se lancer dans des études plus spécialisées et surtout éviter les littératures de vulgarisation (très nombreuses sur ce sujet), dont la qualité et l'exactitude sont souvent plus que douteuses.

L'étude de l'arbre des séphiroth permet de comprendre les notions de plans énergétiques en relation avec les interactions des cinq corps subtils. Il est de plus indispensable à ceux qui souhaitent suivre une véritable voie de progression spirituelle. L'arbre de vie permet en outre de comprendre l'utilisation des plantes et leurs actions subtiles dans les divers circuits énergétiques, ainsi que leurs niveaux d'application.

En effet, selon le plan auquel elle s'adresse, les diverses plantes utilisées dans le cadre de l'énergétique des cinq éléments, vont « changer de registre » et leur mode d'activité va évoluer selon les niveaux d'évolution spirituel de la personne à qui elles sont appliquées.

La qualité spirituelle de l'initiateur intervient également dans ce processus, celui-ci étant partie prenante dans la progression, non seulement par son savoir faire mais également en tant que « canal » énergétique d'application. La procédure d'utilisation envisagée de cette façon permet de comprendre la relation subtile qui existe entre le patient, le praticien et l'intéressé.

Considérant l'homme comme un microcosme, la Cabale fait intervenir la notion d'arbre Séphirotique dans l'anatomie humaine, illustrant les divers plans d'application du point de vue énergétique et physiologique.

L'arbre Séphirotique dans l'anatomie humaine.

Dans le monde archétype d'Azilouh se trouve le prototype symbolique de l'être humain idéal. Cette figure mythique porte le nom d'Adam Kadmon, elle se reproduit dans les différents mondes pour aboutir à la forme de l'homme dans le monde de la matière : Assiah.

Nous reviendrons sur la réalité profonde de ces modèles successifs dans le volume traitant des phénomènes d'inconscient et des procédures d'évolution spirituelle.

Sur le plan anatomique, il faut savoir que les différentes séphiroth ont des correspondances précises avec les diverses fonctions physiques, énergétiques, mentales et psychiques de l'homme.

Ainsi, le corps physique est le lieu d'un schéma Séphirotique, le corps psychique possède le sien et l'évolution permet de s'élever progressivement vers des Séphirah de plus en plus subtiles effectuant ainsi un retour vers les origines. C'est cette procédure qui prend le nom d'éveil dans plusieurs traditions. Pour en revenir aux interactions présidant aux mécanismes du corps (Microcosme), voici un extrait de ce qu'en dit un éminent spécialiste de la Cabale :

Z'ev ben Shimon Halevi - « **La Cabbale** » - page 16 à 18, éditions du Seuil 1980.

« Ainsi donc à son niveau le plus élémentaire, le corps opère à partir des relations réciproques de terre, eau, air et feu. Ceci peut être observé dans des structures et systèmes comme les os et les muscles, les flux chimiques, les échanges gazeux et l'activité électronique. De façon plus précise, on peut considérer la hiérarchie des systèmes mécaniques, organiques et tissulaires, métaboliques et électromagnétiques comme des relations réciproques des piliers de Force et de Forme, d'énergie et de matière, comme les côtés actif et passif de l'œuvre de l'Arbre, sous la direction de la volonté des sens au niveau de Malchouth, du système nerveux réflexe au niveau de Yésod (Fondation) et du système nerveux central, y compris le cerveau, au niveau de Tiphéret, Siège de Salomon. Ainsi donc, énergie et matière sont liées, au cours de la vie du corps, à la volonté et à la conscience inhérente au Pilier central. Le visage supérieur de l'Arbre assiatique est la partie subtile du corps, et représente ce qu'on appelle dans la Cabbale « Zélim » ou image, qui correspond à la liaison éthérique entre le corps et la psyché. En partie physique, cette liaison est composée de l'énergie et de la matière les plus subtiles qui se trouvent dans le monde inférieur, et qui correspondent aux parties les plus grossières du Monde précédant. La Moitié inférieure (ou visage inférieur) du monde supérieur se superpose à la moitié supérieure du Monde inférieur. Certaines personnes perçoivent ce niveau avec le regard intérieur et voient son aura radieuse qui entoure le corps. La Kéther, ou Couronne, de l'Arbre du corps (Monde assiatique) correspond dans ce schéma cabbalistique à la Tiphéret du Monde yésiratique (Formation) de l'âme ou psyché - et à la Malchouth du Monde bériatique (Création) de l'esprit. Ceci montre comment les trois mondes inférieurs se recoupent dans les personnes qui vivent au niveau de la chair, et comment il est possible de connaître par expérience les mondes invisibles, en des moments où nous percevons une réalité plus profonde derrière le visage du Monde physique.

Fig – 19

L'anatomie de la psyché se base sur le même modèle séphirotique que celle du corps ; mais son énergie, sa substance et sa conscience sont celle du monde subtil de Yésirah (Formation). Pour être exact, le seul contact direct avec le monde physique se produit à travers la Malchouth élémentaire de l'Arbre yésiratique, qui est lié à la Tiphéret du corps - c'est-à-dire le cerveau et le système nerveux central. Ceci démontre la validité de ce schéma de l'interpénétration des Mondes, car c'est à ce niveau que le cerveau, organe physique de la cognition, fusionne conscience avec tissus, métabolisme et champs électromagnétiques. Juste au dessus se trouve la non-Sépirah Daath (Connaissance) du corps, qui correspond à l'Yésod (Fondation) de la psyché. Ainsi les deux Mondes se rencontrent et sont en relations réciproques : le Monde inférieur fournit les données sur le monde extérieur, et le Monde supérieur les perçoit psychologiquement, tout en transmettant au corps, et au monde extérieur, la Volonté qui descend des domaines plus internes et plus élevés.

L'Yésod de la psyché, l'esprit-ego ordinaire, est le niveau de la conscience, en partie physique, en partie psychologique, qui forme le Fondement de ce que nous pensons, ressentons et faisons. En fait, ceci est mis en lumière dans la configuration de l'Arbre par les groupes triangulaires, ou triades qui entourent Yésod. Trois voies arrivent en effet à Yésod, en provenance de Malchouth, Hod et Netsach qui constituent les angles de ce que l'on appelle la triade « végétale » de la psyché. Ainsi s'expriment les processus routiniers d'action, d'affectivité et de pensée qui président à l'activité quotidienne de la vie. On voit donc que la triade de gauche possède la qualité passive, réflexive de la pensée ; la triade de droite, ou côté actif, se rapporte à l'action ; tandis que la triade horizontale centrale,

au-dessus de l'ego, avec sa double nature à la fois active et passive, possède la qualité introvertie de l'affectivité. Il suffit de quelques observations personnelles de l'état ambigu de l'ego pour démontrer la validité de ce schéma. Par exemple, on peut se sentir déprimé, en pensant à un problème, tout en faisant son travail.

L'état « végétal » de l'ego peut être influencé par ce qui se passe au fond de la psyché, mais sa vision du monde est avant tout constituée par ce que l'individu a absorbé au cours de son éducation et de sa formation. Par exemple, une personne élevée en ville et une personne née à la campagne ont des attitudes et des valeurs différentes au niveau ordinaire de la vie « végétale ». Avec Hod et Netsach (les séphiroth psycho-biologiques de la maîtrise de soi et du désir, qui définissent la frontière - ou seuil- de la conscience banale) et avec Malchouth (la relation avec le corps), Yésod (l'ego) fait de ce grand triangle inférieur, avec ses trois subdivisions, le principal domaine d'expérience auquel ont accès la plupart des gens. En outre, Yésod concentre l'image qu'un individu possède de lui-même, qu'il soit érudit, vacher ou femme d'intérieure.

La triade suivante, composée de séphiroth yésiratiques Hod, Netsach et Tiphéreth, forme la zone immédiatement au-dessus de ce qu'on appelle la ligne liminale ordinaire de la conscience. Etablie entre Hod et Netsach, qui s'équilibrent et animent les processus psycho-biologiques, et s'élevant jusqu'à Tiphéreth (le Moi ou Gardien Intérieur), cette triade est dite « animale » et elle représente le seuil de l'éveil. Là, lorsque la puissance de Netsach est mise en œuvre et que la sensibilité de Hod est mise en alerte, il apparaît une conscience supérieure dont on fait parfois l'expérience en des moments de paix profonde ou de drame intense. C'est le lieu de la première extase - lucidité soudaine, passion profonde et illumination partielle. Cette conscience supérieure est très différente de la conscience ordinaire de l'ego et elle peut conduire la personne vers un état dépassant même la condition animale de volonté orientée vers la reconnaissance de Mondes supérieurs au monde physique - vers un état dépassant même le psychologique, car le Moi n'est pas seulement la couronne (Kéther) du corps et le noyau Tiphéreth) de la psyché, mais aussi la base élémentale (Malchouth) de l'Esprit (au sens de spiritus).

Accéder à ce niveau n'est pas exceptionnel, bien que cela se produise la plupart du temps dans l'inconscient, c'est-à-dire à travers le seuil Hod-Netsach qui sépare le Moi de l'ego. La voie qui relie Tiphéreth à Yésod à travers ce seuil est appelé par certains cabbalistes la voie du Tsaddik - La voie du sage - mais elle ne le devient que si elle est purgée du mensonge, d'autosatisfaction et de paresse psychologique.

Le Moi réside dans le Siègne de Salomon de la psyché. C'est ce qui, en nous, observe tout. Des voies le relie à ce qui est au-dessus de lui et à ce qui est en-dessous, c'est le centre d'une série de triades formées par les séphiroth supérieures et les séphiroth inférieures. Comme nous le verrons, les séphiroth passives et actives de l'intellect (Binah et Hochmah) et de l'émotion (Gébourah et Hésed) participent à leurs piliers respectifs et sont en liaison, non seulement entre elles (par des voies) mais avec Tiphéreth en laquelle elles se concentrent. Les triades de gauche sont les frontières (émotionnelle et intellectuelle) passives de complexes et de concepts qui limitent la psyché, tandis que celles de droites sont actives et stimulent l'activité affective et intellectuelle. Sur l'Arbre de la psyché, les triades latérales se complètent mutuellement : elles emmagasinent idées et émotions et rétablissent sans cesse l'équilibre intérieur de l'individu au cours de son évolution dans la vie.

La triade horizontale au-dessus du moi est le niveau de l'âme. Composée de Gébourah, Hésed et Tiphéreth - les séphiroth affectives de Rigueur et de Miséricorde, et la séphirah du Moi -, elle est le lieu de la conscience de soi et de la conscience éthique. C'est là, dans ce qu'on appelle traditionnellement la triade morale que l'individu perçoit la

valeur éthique de ses propres actes et de ceux des autres, c'est là qu'il discerne et évalue justice et charité. Selon une conception ancienne, c'est là le lieu où l'ange bon et l'ange méchant de chacun de nous résident pour nous tenter et nous encourager. C'est là que se trouvent aussi les portes du Paradis et du Purgatoire. Ces symboles archétypiques décrivent les états d'âme, et toute personne parvenue à ce niveau de la conscience de soi, sait que ces critères ne participent plus du monde naturel. La conscience morale vraie ne saurait se confondre avec les us et coutumes sociaux ou tribaux. L'âme est profondément enfouie dans les niveaux normalement inconscients de la psyché, et elle est intimement associée aux triades latérales des émotions et des concepts. Elle a également (à travers le Moi au niveau de Tiphéreth) accès à l'Esprit - la grande triade supérieure de Hochmah, Binah, Tiphéreth.

La triade de l'esprit se construit à partir des séphiroth de Sagesses et d'Intelligence, et de la séphirah du Moi ; elle a en son centre la Connaissance psychologique. Cette triade, on le verra, est également la triade inférieure du Monde supérieur de Création. Mais du côté de Yétsirah, elle est l'aspect spirituel de la psyché, l'endroit où l'individualité du Moi, tel qu'il s'exprime dans l'âme, est perçu dans un contexte cosmique. Le « visage » inférieur de l'Arbre yétsiratique - son aspect physique culminant en Tiphéreth - est, comme nous le verrons, presque sans aucun contact avec ce niveau, perçu uniquement au cours d'incursions mystiques profondes, comme la méditation. La triade de l'esprit (comme la triade divine ou suprême, au-dessus d'elle, qui, par l'intermédiaire de Kéther, est en relation directe avec le Monde d'Émanation), a peu de signification pour ceux qui n'ont pas conscience de la présence des Mondes cachés par-delà le « visage » du monde physique et les images de l'ego ordinaire. Pour ceux qui désirent faire l'expérience de cette réalité intérieure et l'explorer, une vision fugitive de ces Mondes supérieures survient au cours d'émerveillement et de crainte religieuse que suscite parfois le spectacle de la Création. Presque tous les êtres humains ont connu un de ces moments, au moins une fois dans leur vie.

La psyché considérée dans son ensemble est un organisme aussi achevé que le corps. Elle présente en elle de nombreux processus parallèles à ceux du physique. L'ego est le système autonome (réflexe) de la psyché, et le Moi, le centre directeur. L'âme est le métabolisme d'équilibre et de santé intérieure de la psyché, et la triade de l'esprit est la zone où un autre monde devient accessible. Comme le corps, la psyché vit selon des lois inconscientes, et une personne peut naître, vivre et mourir sans utiliser ne serait-ce qu'une fraction de son potentiel »

Ce texte fondamental fournit une précieuse définition qui permet de comprendre les interactions qui régissent notre microcosme individuel. Les bases rudimentaires de la Cabbale ainsi exposées sont suffisantes pour la compréhension globale des mécanismes initiatiques. Pour ceux qui souhaiteraient approfondir ces notions, nous ne pouvons que les encourager à l'étude des textes sérieux, tel le Zohar ou le Talmud dont il existe (heureusement) des traductions relativement fidèles dans notre langue.

Nous ne pouvons qu'encourager nos lecteurs à lire et relire le texte ci-dessus afin qu'ils se familiarisent avec ces notions dont la richesse se révélera progressivement au cours de la présente étude. L'Arbre de vie, issue de la tradition juive est complémentaire de la tradition asiatique du Yin Yang. La synthèse des deux traditions est particulièrement féconde et les applications au niveau des pratiques énergétiques d'un intérêt majeur. Associer l'Arbre de vie dans ses développements psychophysiologiques à la théorie des cinq éléments permet d'affiner la compréhension des mécanismes délicats des thérapies applicables aux différents niveaux des corps subtils. On comprend mieux le cheminement des processus passant d'une séphirah à l'autre par l'intermédiaire des « chemins »

conduisant de l'une à l'autre, les *Cinéroth*. Outre les exercices d'entraînement à la progression, l'application de certaines plantes spécifiques préparées selon la procédure spagyrique permet de faciliter considérablement cette progression spirituelle et initiatique en aidant l'approche des techniques d'éveil. Leur utilisation par les adeptes, améliore considérablement la qualité de certains entraînements et déblocages énergétiques. Cette procédure porte le nom de « *voie des substances* ». Certaines préparations associées aux pratiques de méditation et de décréations facilitent le « *lâcher prise* » si cher aux techniques orientales en « cassant le mental ».



Les quatre Mondes séphirotiques correspondent aux éléments symboliques que nous avons déjà défini :

AZILOUH - FEU

BRIAH - AIR

YETSIRAH - L'EAU

ASSIAH - Le monde de la vie - La Terre et le BOIS.

L'élément Terre est en réalité la matière noble, dans le sens d'élément synthèse des autres, fixé, coagulé, pour reprendre l'expression des alchimistes, alors que le Bois correspond à la notion de développements, de croissance, d'expansion : la Vie. Ce distinguo issue de la pensée chinoise introduit une notion importante et affine la compréhension des mondes élémentaires, surtout dans ses développements thérapeutiques. Pour les chinois le Bois, notion de vie réunie aux quatre autres, forme la Terre, la matière achevée.

Au niveau d'Assiah, c'est la réunion des 4 éléments, feu, air, eau, Bois qui constitue la véritable notion de Terre. Dans la tradition juive, la notion de Terre est équivalente à celle de Bois de la tradition asiatique. La terre, c'est la vie, l'élément nourricier.

Cette notion est d'ailleurs développée dans la tradition juive, en particulier dans le chapitre de la Genèse relatif à la création d'Adam.

Dieu façonna Adam avec de la terre (Adamah - la terre rouge) et l'anima de son souffle...

Il convient de souligner que cette « Terre » dont usa symboliquement le Créateur est l'argile rouge qui doit sa couleur à la présence d'oxyde de fer. Le sang est également rouge à cause de ce même fer qui est le vecteur de l'oxygène indispensable à la vie (l'air !). Le sang, dans les anciennes traditions, est « l'âme » que l'on ne doit pas consommer sous peine de devoir rendre des comptes au jugement dernier. Ceci n'est pas l'apanage de la pensée juive, puisque le médecin et philosophe grec Porphyre avait déjà écrit sur ce sujet un traité intitulé : De l'abstinence de la chair des animaux.

Ce qui illustre parfaitement la notion de synthèse de la totalité des éléments qu'implique l'élément Terre.

Il y a donc bien une ambiguïté dans l'explication des éléments de la tradition juive, ambiguïté qui est levée par les définitions chinoises de Bois et de Terre.

L'élément Terre, la matière est la synthèse des éléments principes Feu-Air-Eau selon la définition traditionnelle occidentale :

« La création s'est manifestée dans le ternaire équilibré par les trois éléments principaux qui sont :

- Le Feu S (Schin).
- L'Air a (Aleph).
- L'Eau m (Mem).

Ces trois éléments sont les éléments principes qui n'ont rien de commun avec les éléments terrestres que nous connaissons. Mais ce ternaire sorti du principe créateur se réalisa dans le monde visible (Assiah) par le quaternaire dont différentes combinaisons avec le ternaire principe, donnèrent naissance à toutes les lois cosmiques.

Le quatrième élément de ce quaternaire fut dénommé Terre, car il symbolise le plan inférieur de la matière solide.

Nous avons vu que l'Arbre Séphirotique se « reproduit » en descendant vers le monde de la matière, depuis le monde des archétypes, selon le modèle hiérarchique suivant :

Azilouh , le Feu, le monde archétype (Kether).
Briah, l'Air, le monde de la création (Hochmah et Binah)
Yetsirah, l'Eau, le monde de la formation (Chesed, Gébourah, Tiphéret, Netzash, Hod, Hésod).
Assiah, La Terre/bois, le monde matériel. (Malkuth).

Chacun de ces mondes contient potentiellement un Arbre qui lui est propre, incluant les quatre éléments, pour aboutir finalement à Assiah le monde matériel. Chacune des séphiroth contenues dans les quatre mondes contient également un arbre qui reproduit le modèle initial, c'est ainsi que la séphirah Malkuth du monde d'Assiah contient également un arbre séphirotique qui lui est propre. On comprend que ce système, bien avant les théories atomistes impliquait l'idée de modélisation des systèmes induisant entre eux des relations d'interdépendances, lesquelles présageaient des découvertes de la science moderne : la physique de globalité.

Cette spécificité nous intéresse au niveau de Yétsirah, L'Eau, le monde de la formation. Ce monde est celui de la circulation, de la fluidité, du mouvement des énergies, il est à la source des « Ethers-Principes » ou Ethers-formateurs, autrement appelés Ether-Vitaux, éléments essentiels des médecines énergétiques.

On trouve pour chacun des éléments un Éther qui lui correspond :

Eau - Ether vital.
Air - Ether réflecteur
Bois - Ether Chimique
Terre - Ether de lumière
Feu - Ether de chaleur

Que l'on retrouve au niveau du monde d'Assiah dans les rythmes saisonniers définis dans les traditions asiatiques.

BOIS - PRINTEMPS

FEU - ETE

TERRE- ETE INDIEN

AIR(METAL)- AUTOMNE

EAU- HIVER

Ces analogies sont sans limite, on retrouve ces associations dans tous les domaines de la vie, de la mystique et du monde matériel.

L'Eau, le « liquide » pour les rapports avec la circulation des biens matériels, l'argent.

Le feu, la chaleur, l'affection, pour l'amour.

Le bois pour la croissance, le développement, la vie, le corps physique.

L'air, le métal, pour la communication, la créativité.

La terre pour l'épanouissement des facultés, posséder un univers harmonieux.

Le sens primitif de ces messages implique la nécessité d'une parfaite « communion » avec les 5 éléments pour équilibrer et harmoniser tous les actes de la vie, des plus élevés aux plus humbles de notre parcours terrestre.

Ceci implique pour l'initié de suivre la loi interne qui découle de ces principes :

1) En premier lieu guérir : lui-même

2) En second : les autres

3) En troisième : la vie

4) En quatrième : la matière

5) Enfin s'allier (ou se mettre en harmonie) avec le principe créateur pour participer à la création de l'univers et le mener à son terme qui est la destruction du chaos, faire régner l'harmonie.

L'homme énergie

Le modèle archétype de l'homme réalisé, maître de ses énergies, de son corps physique et disposant des ressources de son esprit est illustré par le mythe de « l'Adam Kadmon ».

La structure de cet homme primordial aziloutique (reflet de Dieu) est en parfaite conformité avec le schéma Séphirotique. La Tête correspondant à Kéther, la bouche à la non-séphira Daath, le cœur à Tiphéreth, les organes génitaux à Yésod et les pieds (racines) à Malkuth¹⁰.

Cette figure symbolique, inventée par les kabbalistes recouvre le mystère des origines. L'Adam Kadmon est l'homme idéal imaginé par Dieu dans le monde supérieur de la création : Azilouh.

Cet homme univers, prototype de l'humanité est conçu par Dieu à son image.

Gen. 1-26.

*Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance*¹¹

Un peu plus loin dans le texte de la genèse on trouve une autre précision.

Gen. 1-27.

¹⁰ Cette disposition de correspondance sera maintenue jusqu'à l'Adam incarné avant sa chute, mais modifiée après celle-ci en ce sens que Tiphéreth correspondra désormais au plexus solaire et Daath deviendra une grâce qu'il conviendra de mériter. Plusieurs auteurs modernes et de nombreux astrologues n'ont malheureusement pas intégré cette donnée.

¹¹ Dans Gen. 1-26 le terme : Adam, est pris ici comme nom collectif désignant l'humanité, ce n'est que tardivement que le texte biblique transforme ce nom générique en nom propre, celui d'Adam, premier Patriarche.

Dieu créa l'homme à son image ; à l'image de Dieu il le créa, homme et femme il le créa.

Au fur et à mesure de la descente dans les mondes successifs, la création se densifie et l'homme s'incarne dans le monde d'Assiah (le monde de la matière).

La création d'Adam dans le monde de la matière n'est pas synonyme d'imperfections inhérentes à cette incarnation, mais comme l'aboutissement du projet archétype de l'Adam Kadmon issue du monde d'Azilouh. L'acte créateur matériel est précisé dans le texte de la Genèse de manière très détaillée.

Gen. 2-7.

Le Seigneur Dieu forma l'homme avec la poussière du sol et lui insuffla dans les narines un souffle de vie, et l'homme devint vivant.

La précision apportée « avec la poussière du sol » peut être interprétée de diverses manières, voici ce qu'en dit *Le dictionnaire encyclopédique de la Bible* - Editions Brepols 1987, page 15.

« Adam » est un nom commun ouest-sémitique qui signifie « homme ». En hébreu 'adam, il s'emploie généralement au sens collectif d' « hommes » et cette acception collective est normale aussi en sud-arabique qui utilise toutefois le terme 'dm dans le sens plus restreint de « sujets » ou « dévots ». Il semble vain de chercher l'étymologie d'un vocable exprimant une notion aussi fondamentale que celle « d'hommes » et rien ne permet de croire que ce mot est réellement apparenté à « dam », « sang », ou à 'adom, « rouge », ou encore à 'adamah, « sol », « terre ». L'auteur de Gen 2-7 ; 3-19.23, qui fait modeler l'homme avec la glaise du sol, ne vise pas à donner l'étymologie du mot 'adam ; il tire simplement parti d'une homophonie pour mettre en relief l'antique conception orientale suivant laquelle l'homme a été façonné avec de l'argile. C'est donc un jeu de mots, comme l'affirmation que l' « homme » provient de l' « humus ». Il est possible, cependant, que 'adamah, « terre », soit un terme d'origine présémitique que l'on pourrait mettre en rapport avec le nom de la déesse Adamma ou Adamtum, connue aux IIIe et IIe millénaires av. J.C., notamment à Ébla. C'était peut-être la Terre-Mère personnifiée, l'équivalent syro-anatolien de la « gè » grecque. Si cette hypothèse se vérifiait, la terminologie de Gen 2-7 ; 3-19.23 se rattacherait à un antique mythe anthropogonique.

Cette définition quelque peu divergente de celle que nous avançons dans les pages précédentes est une hypothèse savante dont la nature est d'une extrême solidité, il nous a paru indispensable de l'exposer dans le cadre d'une approche objective. Certains spécialistes, cependant, ne sont pas d'accord et confortent notre point de vue, assimilant le terme d'Adam et celui d'Adamah, la terre glaise ou la terre rouge. Cette suggestion reste également plausible d'autant que le texte hébreu, qui fait référence en la matière, possède des implications de type Cabalistique possédant plusieurs niveaux de lecture. Qu'on se souvienne de la notion de « Pardès ». Nous maintenons donc notre hypothèse qui se trouvera appuyée par certains développements que nous aborderons ultérieurement.

Ce point de divergence ne nuit cependant pas à la cohésion de l'ensemble de cette approche, à la fois mythologique, symbolique et énergétique de notre sujet. Il est également possible, comme cela arrive dans l'étude de traditions anciennes, que les deux hypothèses soient valables et n'en forment finalement qu'une seule. Dans la suite de notre étude et ce pour tous les sujets abordés, nous nous ferons un devoir de rapporter les variantes d'opinion comme il convient de le faire pour une approche scientifique rigoureuse.

De l'homme divin parfait, à l'homme incarné, la « qualité » de la réalisation semble conforme au projet du Créateur. Rien ne dit, dans les textes sacrés, que l'incarnation de

l'homme dans le monde matériel constitue une chute, une déchéance comme semble l'affirmer certaines interprétations sectaires, qui voient dans cette incarnation une perte de la perfection du projet initial. Cette mise en cause d'une déperdition de « qualité » est un camouflet au visage du Concepteur de l'univers, car cela sous-entend que sa réalisation n'est pas au point !

Toujours dans le texte de la Genèse, on trouve une variante du processus créatif, Dieu ne crée plus l'homme mâle et femelle, mais il forme d'abord le principe mâle (Adam) dont il tire le principe femelle : Eve.

Gen. 2-21.

Alors le Seigneur Dieu fit descendre une torpeur sur l'homme qui s'endormit ; il lui prit une côte, à la place de laquelle il referma la chair.

2-22

De cette côte qu'il avait enlevée à l'homme, le Seigneur Dieu fit une femme qu'il amena près de l'homme.

Eve, *Hawwah* - Est le nom donné par l'homme à la première femme, ce terme est issue du verbe hébreu : *Hayyah* (vivre).

Cette deuxième version de la création de la collectivité humaine est sans doute la conséquence de la juxtaposition de textes issus de différents courants. La Bible est un livre composé par de nombreux rédacteurs à des périodes différentes, en provenance de plusieurs régions, mais disposant d'une source d'inspiration commune.

Quoiqu'il en soit, le groupe Adam/Eve initial correspond au programme du Créateur et se maintient dans la conformité jusqu'à la séquence d'événement constituant la « Chute ».

La problématique de la chute adamique ne se situe pas réellement au niveau d'une transgression sexuelle, comme le veut l'imagerie infantile claironnée par les systèmes religieux, mais comme la trahison d'une alliance. L'homme rompt un serment tacite. Il dépasse les limites que lui a fixé son créateur.

On peut imaginer qu'Adam avant la chute, bien qu'intégré dans le monde matériel, possède des qualités et dispose de pouvoirs conformes à son divin prototype : l'Adam Kadmon du monde d'Azilouh. Il possède la maîtrise de son corps physique, de ses énergies et de ses potentialités « psy ». Il est en communion avec la création dont il participe et de laquelle il est le représentant le plus élevé hiérarchiquement. Il œuvre dans le sens du programme du Créateur des univers pour parfaire cette création à laquelle Dieu l'a associé : Organiser le chaos en loi d'harmonie pour en faire le chef d'œuvre d'équilibre, d'esthétisme et d'amour qui est l'objectif final.

Ces limites ne le satisfont pas, il veut égaler son concepteur et transgresse un ordre positif du Créateur, qui est celui de la frontière entre Dieu et l'homme. Adam rompt l'alliance en partant à la quête de la sagesse et de l'immortalité. C'est le « péché majeur » le péché contre « l'Esprit », que même Dieu ne peut effacer, ce qui reviendrait à se nier lui-même.

Dieu est le dispensateur de la sagesse et de la vie, il est la sagesse et la vie, vouloir atteindre une connaissance totale et devenir comme « Lui les Dieux », c'est vouloir absorber le Créateur, nier la limite qui lui est fixée en temps que créature, puisque Dieu est Dieu et l'homme est l'homme.

La sanction est immédiate, véritable rupture d'harmonie, l'homme sortant de son rôle, déstabilise l'ensemble. Dieu place l'humanité Adamique en face de la réalité qu'elle vient de créer. L'équilibre de la création est brisé, l'homme s'est exclu du « jardin », Dieu confirme le nouvel équilibre. Confronté au désordre et à son incapacité à « gérer » le chaos, l'humanité-Adam a perdu son intimité avec le Créateur. Cependant Dieu est amour,

il laisse toujours à l'homme déchu la possibilité de renouer avec l'harmonie. C'est une voie à sens unique, une solution loyale, utilisant les défauts et les qualités de la créature, l'orgueil et l'ego qu'il faudra dépasser et le courage générateur de foi qu'il faudra acquérir. Cette voie est une progression favorisant l'apprentissage du divin, une évolution s'appuyant sur des expériences successives pour parvenir au salut. Il ne peut en être autrement, la solution ne pouvant être celle d'un repentir geignard.

Il est donc vain de vouloir « remonter » la chute adamique, comme le préconisent certains courants initiatiques, afin, disent-ils, de retrouver la pureté de l'homme avant l'exil du jardin d'Eden. Si telle était la voie, nul doute que Dieu l'eût précisé dans son verdict, ce qui est loin d'être le cas. Le texte de la Genèse est très clair sur ce point : les hommes chassés du lieu d'Eden doivent reconquérir leur divinité par le passage obligé de la souffrance, de l'effort et de l'évolution. Aucune indication d'une voie de retour n'apparaît dans les différentes traditions. Une démarche à rebours ne procédant pas du plan divin ne peut dans ce cas aboutir qu'à une impasse. Le message qui transparaît dans les Mystiques chrétienne et judaïque est d'un autre ordre, il est tourné vers une évolution, une maturation spirituelle orientée vers l'avenir et non pas rétrogradant vers un passé mythique. Le but n'est pas d'obtenir le pardon par une culpabilisation et un repentir pour pouvoir faire marche arrière. Le message chrétien en est une indication supplémentaire. Le sacrifice du Christ « rachetant » l'humanité pour la fin des temps insiste sur le sens que l'homme doit donner à cette quête. La Rédemption constitue de fait une précision supplémentaire, puisque le pardon est acquis, il convient de reconstruire l'homme intérieur pour être reconnu de nouveau par le principe créateur. Cette procédure n'est pas le privilège du message de la Bible, il semble au contraire que celui-ci ne fait qu'explicitier un savoir archétypique commun à toute l'humanité et que l'on retrouve dans tous les enseignements spirituels.

Dans la voie rédemptrice telle que la prônent certains mouvements, la procédure est une démarche se référant à des enseignements historiques supposés, une imitation de concepts plus ou moins mythiques sur lesquels on ne possède que de vagues indications. Les procédures d'évolution sont beaucoup mieux « balisées », les chercheurs, les mystiques et les gnostiques ayant laissé de nombreux témoignages, la progression est un travail personnel d'épuration et de compréhension pour atteindre au discernement, parachevant l'évolution. C'est ce que les chrétiens appellent une vocation de salut universel, laquelle est rarement envisagée dans ce sens.

L'Homme est l'ombre de Dieu et les hommes sont l'ombre de l'Homme (sous entendu Adam).
--

Adad Shun Usur - Astrologue royal du 7 ^{ème} siècle av. J.C.

Les corps énergétiques de l'homme

L'homme est environné d'un univers réductible à cinq éléments. Élément duquel il procède. Selon l'élément dominant sa nature profonde il possède un tempérament en relation avec celui-ci. Les énergies qui circulent dans son organisme, sont également de nature élémentaire, soit au nombre de cinq. En étudiant d'une manière plus subtile la constitution de l'organisme on remarque que la nature énergétique de ce dernier correspond à cinq corps énergétiques de qualité élémentaire depuis le corps physique jusqu'au plus subtile, le corps causal.

La présence de ces cinq corps décrits par des « sensitifs » est mise en évidence par la technique de la photographie à effet « Kirlian », ou photographie à haute fréquence. Ce procédé donne une image correspondant apparemment à un rayonnement, il s'agit en

réalité du phénomène inverse. Un champ de haute fréquence, produit par un générateur est « plus ou moins absorbé » par l'état électrostatique de la surface du corps, il s'agit donc en fait de l'image de la plus ou moins grande absorption de ce champ par l'organisme, quoiqu'il en soit ce procédé met en évidence des phénomènes bio-électriques variant avec chaque individu et en relation directe avec les qualités de l'équilibre énergétique de ce dernier.

Ces cinq corps sont :

Le corps physique, le corps étherique, le corps émotionnel ou corps astral, le corps mental, le corps causal ou affectif, parfois nommé mental supérieur.

1) Le corps physique correspond à l'activité physiologique et à la circulation énergétique physiologique. D'un point de vue plus classique on dirait que l'homme équilibré jouissant de la santé, peut se mouvoir, voyager, développer son corps, le résultat est le corps physique. Le physique correspond à l'élément Bois.

2) Le corps étherique ou « aura » correspond à la qualité d'émission de l'énergie globale. Ce rayonnement permet de contrôler l'équilibre physiologique et ses anomalies. Un dysfonctionnement local sur un organe ou un circuit organique est perceptible à ce point de vue. Il résulte de cette analyse qu'un blocage psychosomatique correspondant à un stress, une maladie ou une « programmation » défavorable est parfaitement repérable. Le corps étherique pourrait se nommer « corps social ». Le corps étherique correspond à l'élément Terre.

3) Le corps émotionnel ou astral est en relation avec les événements relatifs à la sensibilité, aux émotions, il est sensible entre autre aux phénomènes de l'inconscient collectif. Il peut réagir aux émotions, à l'affection que les autres lui portent. Le corps astral correspond à l'élément Eau.

4) Le corps mental correspond à l'utilisation de l'intellect, apprendre, réfléchir, imaginer, ainsi que toutes les activités en relation avec l'intelligence et l'abstraction. Le corps mental correspond à l'élément Métal, (l'air de la tradition occidentale).

5) Le corps causal ou affectif (dans le sens élevé) est plus complexe, dans la mesure où il implique les choix, être mystique, incroyant, aimer Dieu, faire un choix affectif, choix du conjoint, d'un engagement, il gère les sentiments, pas les émotions. Il s'appuie sur le mental et intègre certains aspects de l'émotionnel. Le corps causal correspond à l'élément Feu.

Ces différents « corps » possèdent des liaisons entre eux, tout événement vécu, toute modification physiologique, substance ingérée aura des répercussions sur ces différents plans. Toute action sur l'un d'eux se répercute (à son niveau) sur celui qui le domine et inversement.

Dans une procédure initiatique, la décréation, l'entraînement, la méditation, l'utilisation des substances, produit des modifications spécifiques qui vont suivre la hiérarchie des différents corps. Ces modifications se répercutant finalement sur le corps causal, vont générer des séquences d'événements imprévisibles du simple point de vue de la conscience ordinaire.

Prenons un exemple concret. Une banale vaccination va induire sur les différents corps des réactions parfois dramatique. Sachant que les vaccins sont préparés à partir de

sérum d'animaux, l'injection d'une substance telle que le vaccin de la coqueluche, va produire au niveau du corps causal, un message de « bestialisation » lequel se répercutera en redescendant vers le corps mental, produisant certains blocages intellectuels, voire des retards scolaires etc.

Les procédures d'épuration utilisées dans un contexte initiatique sont destinées à harmoniser ces différents corps. L'utilisation de plantes, elles-mêmes en harmonie avec les éléments auront ainsi des actions sur chacun des corps, lesquelles se répercuteront de manière ascendante, pour finalement redescendre au niveau du physique. Ce qui explique pourquoi certaines maladies doivent être soignées sur un plan plus élevé que le simple plan physique, non pour en guérir les symptômes, mais pour éradiquer les causes.

Chapitre 4 -

Le souci d'une circulation énergétique harmonieuse ainsi que la qualité de celle-ci est une des préoccupations de ceux qui poursuivent une voie de progression. La circulation énergétique obéit à deux grands principes, le premier dépend essentiellement du psychisme (absence de tensions, de blocages, refoulements etc.) et résulte du travail personnel effectué par l'étudiant sur la dissolution de l'ego. Le second est constitué par un aspect plus mécanique, physique, il résulte de plusieurs facteurs qui se fondent dans une seule résultante, ce sont : la respiration, l'activité physique, l'énergie apportée par la nourriture et plusieurs entraînements spéciaux qui font l'objet de ce chapitre.

Ayant obtenu la maîtrise énergétique et une répartition harmonieuse de la circulation de celle-ci, l'étudiant améliorera sensiblement sa progression. Certains exercices particuliers, alliés à une bonne expérience de la méditation permettront en outre d'accentuer les qualités et l'importance de l'accumulation de ces énergies. Peu à peu la « densité » énergétique du corps éthérique connaîtra un accroissement qui peut devenir dans certains cas spectaculaire. Plusieurs fragments de ces techniques spéciales ont été « empruntés » par des instructeurs d'art martiaux et donnent les résultats que l'on sait. Mais ces applications sont nettement inférieures à celles que peut obtenir un adepte, car il leur manque une des principales clefs constituée par l'indispensable travail sur l'ego. Les répercussions énergétiques de ce point de vue sont énormes, car une bonne part de ces « ressources » sont commandées par la libre circulation de l'énergie spirituelle passant au travers des cinq corps. A ce niveau, la pratique se confond avec ce développement spécifique à la mystique que l'on nomme miracle.

Ce chapitre particulier de l'entraînement peut être commencé en même temps que le travail sur l'ego, ses répercussions seront sans doute moins importantes, mais l'accroissement des capacités du physique apporteront un surcroît de puissance aux efforts de décréation.

Notions de corps d'énergie

Une des appellations qui revient fréquemment dans les discours mystiques, orientaux et occidentaux, est celle de « corps de gloire », ou « corps de lumière ». On connaît à ces termes plusieurs synonymes : corps de gloire, corps de lumière, corps d'arc-en-ciel, corps d'énergie. Il s'agit de la densification d'énergie subtile accumulée et sublimée par la qualité d'élévation spirituelle d'un individu ayant atteint le niveau de l'éveil. Ce type de rayonnement énergétique très pure est exprimé dans la symbolique des différentes religions, par des expressions spéciales, tant dans la statuaire que dans les fresques ou les peintures. Dans la symbolique chrétienne le corps de gloire est souvent représenté par l'auréole qui entoure la tête des Saints ou des grands mystiques. En Inde, la silhouette peut être soulignée d'un ou plusieurs traits, ou plus souvent symbolisée par des fleurs de lotus à l'emplacement des chakras ou du moins par un lotus « à mille pétales » posé au sommet de la tête, au point d'émergence du chakra de libération supérieure de Kundalini : *Sahasrâra*. Cette dernière représentation correspondant dans la tradition Yogique indienne à « Paramashiva », à l'accomplissement.

Dans l'iconographie bouddhique, nous précise le dictionnaire de la civilisation indienne de Louis Frédéric, page 262.

« Le chakra est le halo qui se trouve placé derrière la tête des « saints ». Ce halo peut être de différentes sortes : derrière la tête (*shirashchakra*), derrière le corps (*prabhâvali*), en forme de flamme (*javâla*) »

L'appellation de « chakra » telle qu'utilisée dans les langues occidentales est en effet limitative, puisque ce mot désigne dans les traditions indiennes des notions beaucoup plus étendues, la plus simple étant la notion de puissance ou d'énergie, représentée par une « roue, disque » de type solaire, comme l'illustre la figure ci-après

Ce terme d'origine sanskrit désigne de nombreux objets en forme de disques plats en or, en bronze ou en fer. Il est également utilisé pour désigner le Soleil, privilège qu'il partage avec la *svastika* (la forme traditionnelle de la croix dite « *croix gammée* », symbole du Dieu Ganesh, fils de Shiva et de Pârvati. Le Chakra est une des armes énergie du Dieu Vishnu, une arme divine, ayant le pouvoir de détruire les ennemis comme l'éclair, il est représenté par la roue à huit rayons qui porte le nom de *Sudarshana*, devenu le symbole de la Nation indienne et figurant sur le drapeau de ce pays. Ce chakra représente la puissance sans limite de l'esprit qui tranche l'ignorance et détruit les passions.

Fig – 20

On voit que les notions d'énergie sont toujours mises en relation avec l'esprit, les passions et les tensions, ceci pour démontrer une fois de plus l'importance des blocages générés par un ego non maîtrisé.

La notion de corps d'énergie constitue un phénomène un peu excentrique par rapport à celle de voie de progression, quoiqu'elle s'y rattache de plusieurs points de vue. Cette technique spéciale vaut pour qu'on s'y intéresse, compte tenu de ses étonnants développements.

L'accumulation d'énergie subtile et la maîtrise de celle-ci n'est possible, dès lors, que l'organisme n'oppose pas de résistance ou de « perte » à la circulation de celle-ci et qu'il existe une harmonie entre les différents « circuits » formés par les systèmes physiologiques. Tout se passe comme dans un circuit électrique, où la résistance des matériaux dissipe une partie de l'énergie en circulation dans une ligne comme dans un système. Une mise à la masse imprévue provoquant un court-circuit et une résistance absorbant une partie de l'énergie disponible. Du stricte point de vue physique, les deux phénomènes offrent des similitudes.

La construction d'un corps d'énergie est le résultat d'un entraînement spécial (à moins que celui-ci se développe spontanément durant la procédure d'éveil). Cette élaboration se faisant par accumulation et visualisation du schéma corporel, chaque organe et partie du corps étant construite, tissée d'énergie durant plusieurs années. L'entraînement permanent assure une densification telle des énergies que ce « corps » atteint une véritable nature physique. Il « double en quelque sorte l'enveloppe matérielle de l'adepte. Au moment de la destruction du corps matériel, le corps d'énergie peut assumer le rôle d'un corps véritable dont il possède toute les apparences. Il est devenu autonome et durable. Cette procédure constitue un des procédés « d'immortalité » aboutissement de certaines techniques Taoistes, ainsi que de « connaissances secrètes » appartenant à la civilisation Celte. Avant d'arriver à la densification du corps d'énergie, l'adepte avancé pourra déjà éprouver les potentialités de cette étonnante technique, puisqu'au bout de quelques années de pratique (entre 8 et 12 ans), il sera en mesure de projeter des « bras d'énergies » capables de déplacer des objets ou de produire des effets physique. Ces projections guidées par la volonté et les qualités de visualisation sont de véritables « pseudopodes », ou tentacules d'énergies. On raconte que Gurdjieff était capable de réaliser ce genre d'expérience, il est également probable que l'extraordinaire résistance physique du moine Russe Raspoutine, était le fait de ce genre d'exercice. Il est certain que ces potentialités sont assez couramment utilisées par de nombreux adeptes, bien que cette maîtrise particulière ne soit pas un objectif en soit.

La construction du corps d'énergie est par contre d'un grand intérêt dans la mesure où elle constitue une aide puissante dans la réalisation de la maîtrise énergétique. Les exercices particuliers qui constituent cet entraînement, renforcent considérablement la résistance physique et psychique, régénèrent les tissus, ralentissent le processus de vieillissement et produisent un allongement de l'espérance de vie de plus de 30%. La pratique de cette méthode permet en outre de développer considérablement les facultés de concentration et permet en outre d'agir sur un nombre considérable d'individus.

Plusieurs types d'exercices sont proposés dans les traditions indienne, chinoise et celte. Elles offrent de troublantes similitudes et sont toutes basées sur des techniques spéciales de respiration, de concentration et d'une utilisation judicieuse de l'énergie tellurique du sol.

L'exercice de base décrit ci-après doit être pratiqué environ deux fois par jour, une fois le matin et une fois chaque soir. Il devra être poursuivi régulièrement sans interruption jusqu'à la disparition du pratiquant, l'interruption provoquant une décroissance rapide des potentialités obtenues. Un peu rebutant dans les premiers jours, il devient en quelques semaines un véritable moment de détente, certains adeptes le pratiquent jusqu'à huit fois par jour. Il convient de ne pas vouloir, dans les premiers mois, se lancer dans ce type de marathon, une trop grande fréquence la première année pouvant générer des crises de spasmophilie, alors que pratiquées régulièrement de telles séances ont tendance à résoudre ces crises chez les personnes qui en souffrent.

Exercice pratique de développement énergétique

Cette pratique d'accumulation énergétique est connue dans les traditions occidentales sous le nom de rituel de la Vouivre ou rituel du grand serpent (bien qu'il ne s'agisse pas de rituel à proprement parlé, mais d'exercice), chez les Bön (bonnets noirs du Tibet) et dans le Tchan chinois elle prend le nom de « *Shen-ti-yan* ». Cette technique très peu répandue, est le plus souvent enseignée oralement de maître à élève. Peu nombreux sont les textes y faisant allusion, et plus rares encore sont ceux qui en font la description (souvent tronquée). On peut considérer que le "rituel" de la Vouivre constitue la base la plus solide et la plus efficace d'entraînement d'un futur adepte. Cet exercice possède d'immenses potentialités, et ses applications sont multiples. Outre le fait qu'il s'agisse d'une pratique d'accumulation énergétique, les répercussions physiques, psychiques et spirituelles sont exceptionnelles. On peut sans exagération en dresser la liste suivante (qui n'est pas limitative !).

- 1) Augmentation de la vitalité physique et psychique
- 2) Régénération générale du corps et des organes.
- 3) Détoxication.
- 4) Développement des canaux subtiles et de l'énergie dans des proportions considérables.
- 5) Renforcement de l'énergie spécifique à Kundalini.
- 6) Epanouissement et formation des chakras.
- 7) Augmentation des potentialités de concentration.
- 8) Construction du corps d'énergie (corps de lumière, corps de gloire, corps d'arc-en-ciel), dont il constitue l'exercice de base.
- 9) Dédoublément, par projection du corps d'énergie.
- 10) Augmentation de la durée de vie, de 30 à 40 % de plus, au minimum.
- 11) Développement important du magnétisme personnel.
- 12) Augmentation de la résistance physique et de l'endurance.
- 13) Augmentation de la résistance aux maladies, avec un accroissement de la qualité du sang et du réseau nerveux.

14) Développement considérable des pouvoirs psychiques, assez spectaculaire : voyance, intuition, possibilité de charge d'objet, d'influence et de maîtrise des énergies et des éléments.

Cet exercice à lui seul développe de manière considérable et durable les pouvoirs. Poursuivi pendant quelques années (de 3 à 5 ans), il permet la réalisation de la plupart des pratiques initiatiques et des « rituels magiques de toute origine ».

Indépendamment de l'aspect purement magique, il constitue aussi un extraordinaire entraînement pour les adeptes du yoga qui constateront en quelques mois une augmentation de leurs potentialités.

Certains adeptes pratiquent cet exercice journallement depuis de nombreuses années, ils affirment qu'à lui seul, il constitue un raccourci dans la pratique des voies d'éveil. Dans le domaine de la spiritualité, il est déterminant pour affiner et développer les niveaux de conscience et l'approche du maître intérieur. C'est un véritable exercice d'alchimie spirituelle, une progression dans les voies de sagesse et d'immortalité.

On rapporte que durant la sombre épopée du IIIème Reich, les chefs nazi ayant noué des relations "occultes" avec des initiés tibétains de haut rang, ceux-ci mirent à leur disposition un groupe de huit spécialistes du Shen-ti-yan qui se relayaient 24 heures sur 24, pour pratiquer le rituel, complété de méditations actives, pour le plus grand profit du nazisme. Les résultats furent ce que l'on sait, le Reich menaça par sa puissance l'équilibre du monde. Au bout de quelques années, les tibétains rompirent leurs relations avec le régime d'Hitler, et ce fut le commencement de l'effritement. Bien que cette histoire risque de n'être qu'une des nombreuses fables courant sur le nazisme, il n'en demeure pas moins vrai que si tel a été le cas, l'hypothèse est fort plausible et les résultats en parfait accord avec les possibilités réelles de cette pratique...

EXERCICE :

L'exercice complet se déroule en trois phases, complétées éventuellement par une quatrième, facultative, dite phase d'action. Cette quatrième phase ne devant être pratiquée qu'après un minimum de neuf mois d'exercices soutenus.

L'exercice proprement dit, se déroule au sol. Traditionnellement, il doit être effectué à l'extérieur dans un lieu tellurique fort. Point d'émergence tellurique positif, proximité d'un menhir ou d'un dolmen (jamais sur la table de celui-ci qui est toujours négative) ou dans un endroit tellurique sauvage soigneusement repéré. Il peut être également pratiqué dans une habitation, le rayonnement étant malheureusement atténué, nécessitera un allongement de l'entraînement pour parvenir à un résultat équivalent. Quoiqu'il en soit, après quelques années, la finalité sera équivalente, seule la régularité portera ses fruits.

Après avoir choisi l'endroit, l'étudiant repérera soigneusement les quatre points cardinaux, qu'il marquera de manière à conserver ses repères. En extérieur, il sera bon de planter quatre piquets dont un coloré, pour identifier le nord.

Cet exercice doit être effectué de préférence le matin pour les femmes et l'après midi ou le soir pour les hommes. Cette indication revêt une importance secondaire, du fait que l'idéal après quelques années de pratique, est de le pratiquer plusieurs fois dans la journée.

L'habillement est quant à lui plus important. On choisira des vêtements amples, peu serrés, en matière naturelle, lin, coton ou laine. On évitera la soie, qui par nature est isolante, et plus encore les tissus synthétiques. Les ceintures seront exclues, l'étudiant sera pieds nus, et il ne devra porter aucun objet métallique (bagues, bijoux etc...).

Sur le lieu de l'exercice, on disposera une natte ou un tapis, pour isoler le corps de l'humidité. Cette natte devra être également en matière naturelle, roseau, paille, laine ou coton. En appartement, on évitera les moquettes synthétiques ou les revêtements de sol en plastique ou caoutchouc. Cette natte ou tapis sera disposée dans un sens nord-sud.

Lorsqu'on débutera pour la première fois l'exercice, on commencera celui-ci en Lune ascendante. Si pour une raison ou pour une autre, on doit l'interrompre quelques temps, il faudra le reprendre toujours en Lune montante.

Les accessoires indispensables à la pratique sont d'une grande simplicité, ils sont constitués d'une petite plaque de fer d'environ 5 cm x 4 cm, d'une épaisseur de 5 à 6 mm environ, les dimensions n'étant pas critiques, et d'une sphère (une forme d'oeuf semble mieux adapté) de plomb de 2,5 à 3 cm de diamètre selon les dimensions de la main de l'utilisateur, dont l'extrémité des doigts doit pouvoir effleurer la paume après s'être refermés autour de cet objet. En ce qui concerne la plaque de fer, le fer doux est préférable à l'acier, mais faute de mieux, celui-ci peut également convenir. La boule de plomb pourra être obtenue par martelage d'une chute de tuyau, ou par fusion dans un moule en plâtre, qui sera détruit après refroidissement.

Le croquis ci-après illustre les différentes dispositions utiles au cours de l'exercice.

Fig – 21

1re PHASE. (Environ 10 à 15 minutes).

Après avoir déroulé la natte, ou le tapis, l'opérateur disposera à l'ouest la boule de plomb, à l'est la plaque de fer. Il s'allongera la tête au nord, les pieds au sud écartés de 25 cm environ. Les bras seront étendus en croix, les paumes des mains vers le ciel, les pouces écartés des autres doigts, lesquels seront parfaitement allongés sans crispation (ceci est très important). La plaque de fer devra se trouver à portée de la main gauche, à une distance permettant de la prendre en main sans allonger le bras, et sans avoir besoin de tourner la tête pour s'en emparer. La boule de plomb sera de même à portée de la main droite. Une fois dans cette position (yeux fermés), l'opérateur se mettra en état de détente corporelle, relâchant ses tensions. Il opérera ensuite le calme mental. Parvenu à ce stade, il se concentrera sur sa respiration en visualisant l'air inspiré par les narines, sous forme d'un fluide lumineux d'un blanc pur (respiration ventrale en gonflant le ventre).

La lumière blanche inspirée sera visualisée, comme se concentrant sous la forme d'une petite sphère lumineuse rayonnant au niveau du cœur.. Après rétention (légère), du souffle, visualiser cette lumière virant au rouge intense

Fig - 22

– Puis expiration par la bouche de l'air, qui sera visualisé sous forme d'un fluide de couleur bleue. Durant cette phase d'expiration, l'opérateur prononcera le vocable « A » long, jusqu'au vide des poumons.

A la fin de la période déterminée, la relaxation et le calme mental seront maintenus. On respirera calmement et profondément, de manière ample.

2e PHASE. Dite de respiration solaire.A. (10 à 15 minutes).

Les yeux étant fermés, on commencera à pratiquer une respiration alterne (polarisé), en inspirant l'air par la narine droite (mâle, yang, solaire). Cette inspiration polarise l'air d'une manière subtile, et permet de charger un fluide correspondant au "magnétisme cosmique". Cette explication située au niveau du symbolisme, n'a dans la réalité matérielle ordinaire aucun fondement scientifique, mais dans la réalité physiologique, une telle respiration est d'une qualité très différente d'une inspiration habituelle. Il s'agit sans aucun doute d'une excitation de groupe de nerfs stimulant une zone

précise du cerveau (?). Cette inspiration doit durer environ une seconde, elle est donc rapide, puisqu'il s'agit de remplir la totalité des poumons (toujours en respiration ventrale). Cette opération se fera très facilement en portant la bouche vers la droite, et en tordant le nez. La narine gauche se trouve de ce fait obturée. L'opération devient rapidement un automatisme. Sans retenir le souffle, on expirera l'air par la narine gauche, en tordant le nez et en portant la bouche vers la gauche. L'expiration durera également une seconde. L'inspiration et l'expiration porteront le cycle à deux secondes. Ce cycle devra se faire la bouche fermée.

Dès que ce rythme sera établi, on prendra en main droite la boule de plomb, que l'on placera dans la paume de la main, puis on refermera les doigts de manière que l'extrémité de ceux-ci s'applique sur la paume.

Fig – 23

Le pouce sera rabattu sur le dessus de l'index, venant effleurer le majeur. De la main gauche, on prendra la plaque de fer, que l'on maintiendra à plat sur les doigts du centre allongés, tandis qu'elle sera retenue latéralement par l'index et l'auriculaire.

Les deux mains seront tournées vers le ciel, les bras maintenus en croix, la respiration "solaire" toujours rythmée sur le cycle de deux secondes. Lentement, on repliera les jambes, genoux hauts, de telle manière que les pieds soient rapprochés le plus près possible des muscles fessiers (en maintenant l'écart entre ceux-ci). La plante des pieds devra être le plus à plat possible sur le sol. On ouvrira les yeux, et on les laissera ouverts pour la suite de l'exercice, en maintenant le calme mental.

Après dix minutes environs de cette pratique, on passera à la phase suivante.

3e PHASE. Respiration solaire.B. (10 à 15 minutes).

Toujours en respiration polarisé, les yeux ouverts, on croisera les jambes au niveau des chevilles, les talons le plus près possible des fessiers et la plante des pieds le plus à plat possible sur le sol. Ceci étant, on repliera le bras droit sur la poitrine, le poing tenant la boule de plomb se trouvant sur l'épaule gauche, puis on repliera le bras gauche sur la poitrine, la main gauche tenant la plaque de fer se trouvant désormais, sur l'épaule droite. La respiration sera maintenue sur le même rythme, avec une certaine violence.

Parvenu au terme de cette phase, on reprendra une respiration normale (inspiration par les deux narines, expiration par la bouche), puis on lâchera la plaque de fer, et quelques secondes après la boule de plomb. La respiration étant redevenue normale, on allongera les bras, on décroisera les jambes et on restera immobile quelques minutes avant de se relever.

Fig – 24

Commentaires sur l'exercice

La respiration polarisée, dite "solaire", recharge l'organisme en énergie positive. Elle est associée dans cet exercice à la captation de l'énergie tellurique, provoquée au premier degré par les positions de la colonne vertébrale et de la plante des pieds. C'est donc un mélange de deux énergies que produit cette technique, énergie cosmique due à la respiration spéciale, énergie tellurique, par la position du corps et la présence de la plaque de fer dans la main gauche.

Le côté gauche du corps est considéré universellement comme étant le côté réceptif du corps. C'est donc la main gauche qui doit tenir la plaque de fer, qui concentre l'énergie

tellurique. On m'a plusieurs fois posé le problème des gauchers, chez qui le problème pourrait être inversé, le problème ne se pose pas en ces termes, puisque même chez un gaucher le cœur se trouve à gauche.

L'énergie tellurique va pénétrer par la main gauche et s'accumuler dans le corps. Le côté droit étant émetteur, il convient de bloquer la sortie d'énergie, pour obliger celle-ci à s'accumuler, c'est la raison pour laquelle le poing droit devra être refermé sur une masse de plomb (qui est imperméable à ce type de rayonnement). Dans ce schéma, l'énergie est obligée de s'accumuler dans le corps.

Cet exercice doit être effectué régulièrement, sous peine de nullité, une fois par jour étant un minimum. La moyenne prescrite pour un entraînement efficace, étant de deux exercices par jour (le matin et le soir, par exemple), ce qui permet d'envisager de suivre valablement une voie opérative, magique ou spirituelle. Certains opérateurs effectuent de 4 à 8 de ces exercices journallement, les résultats sont suffisamment remarquables pour qu'en une année ils soient pratiquement « opérationnels », ce qui ne les dispense nullement de poursuivre ce type de pratique journalière durant toute leur existence (à un rythme un peu plus réduit de deux à quatre exercices par jour, soulignons-le).

L'accumulation de ce type d'énergie produit au bout de quelques mois une spectaculaire augmentation de tonus et une régénération corporelle importante. L'intuition se développe rapidement, la voyance peut apparaître chez quelques-uns, surtout au cours de séances de méditation sur les chakras (notamment au niveau du chakra du cœur), la formation de certaines aptitudes et le développement de celles-ci est particulièrement saisissant et les phénomènes de montée de Kundalini peuvent survenir rapidement.

Au bout d'une année, quelques fois moins, surtout si l'on effectue plus de deux exercices par jour, il sera possible de pratiquer la phase IV, qui est une phase opérative particulièrement efficace. Il convient de noter que cette phase peut être associée à une technique de marelle, qui améliore considérablement certains types d'opération.

PHASE IV. Technique opérative.

La phase opérative doit être effectuée en respiration normale profonde, elle consistera à placer les bras le long du corps, les jambes allongées (en maintenant l'écart de 25 cm), puis à fermer les yeux et à se mettre en état de concentration/visualisation (méditation) sur un but à atteindre ou une situation à provoquer.

L'image doit être précise et en rapport étroit avec l'effet à obtenir. Ce peut être un événement précis, une influence à projeter ou un état à obtenir. L'opérateur peut également méditer sur une marelle¹² résumant une progression d'événements, le résultat dans ce cas précis pourra être plus sophistiqué. Cette pratique sera poursuivie entre 5 et 10 minutes, et si elle est bien préparée, elle offre un pourcentage de réussite absolument exceptionnel. A elle seule, cette méthode permet d'éviter l'utilisation d'un grand nombre de rituels d'action. Il est à noter, que les adeptes utilisant la technique de captation tellurique peuvent au bout de quelques années de pratique enclencher la plupart des actions nécessaires utiles dans la vie courante, tant pour eux-mêmes que pour des tiers. Sans jamais perdre de vue que les objectifs doivent toujours être de type bénéfique, sous peine de « polluer » gravement les corps subtiles supérieures, ce qui se solderait à terme par des situations conflictuelles parfois tragiques pour l'expérimentateur. La méditation authentique ne devant avoir pour objectif que la progression spirituelle, à l'exclusion de tout autre objectif, cette pratique permettant un contact avec l'être essentiel.

¹² Voir cette notion fondamentale dans les chapitres suivants.

Cette méthode très efficace peut être appuyée par plusieurs attitudes complémentaires qui en augmenteront qualité et efficacité, en particulier en effectuant un travail d'épuration des énergies physiques. Ce traitement particulier offrira l'avantage d'influer directement les corps subtiles supérieures et d'harmoniser l'énergétique globale. Ce type d'opération pourra être réalisé par une attitude mentale juste, ainsi que par l'utilisation de plantes judicieusement choisies en fonction de leurs natures élémentaires à des périodes définies. Cette méthode complémentaire d'une très grande efficacité porte le nom de « *Voie des substances* ». Elle est appliquée en Asie depuis des centaines d'années et fait partie de l'arsenal de la médecine chinoise des cinq éléments. On retrouve également une partie de ces enseignements, bien que plus limitée, dans la médecine Ayurvédique de la tradition indienne, ainsi que dans les médecines paracelsienne et la médecine spagyrique occidentale.

Plusieurs chercheurs occidentaux, comme le Dr Dassonville, Eric Marié, le Dr Bach, largement plagiés par des imitateurs peu scrupuleux, ont travaillé sur ces disciplines pour les adapter à la vie moderne. Leurs résultats très encourageant, contrôlés par le procédé de photographie Kirlian, permettent à l'étudiant poursuivant une voie d'éveil de disposer d'une gamme importante de substances fournissant une aide appréciable et offrant toutes les garanties.

La voie des substances

On trouve une abondante littérature traitant de la nature élémentaire des plantes, pierres précieuses et substances animales, tant en Occident qu'en Orient. La voie des substances, qui ne peut être considérée que comme un adjuvant dans une procédure de progression, utilise ces potentialités en renforçant ou en harmonisant les énergies des corps subtiles.

Il existe deux modes d'application de ce principe, différents dans leur approche, mais complémentaires.

- 1) La méthode naturelle.
- 2) La technique spagyrique.

La méthode naturelle utilise les propriétés élémentaires des plantes, c'est-à-dire qu'elle s'intéresse plus particulièrement aux plantes de caractère médicinal ou du moins comestible, en relation avec un des cinq éléments. On trouve des plantes Bois, Feu, Terre, Métal, Eau qui agissent électivement sur l'un ou l'autre de ces éléments. Il est rare dans ce contexte qu'on utilise une seule plante, on préfère en général utiliser des « complexes » réunissant plusieurs plantes, l'aspect médicinal dans ce cas renforçant la nature élémentaire et élargissant considérablement la qualité élémentaire impliquée. L'action des végétaux a ceci d'intéressant que cette action ne se situe pas au seul plan physique, quoique qu'à ce niveau l'application est d'une grande efficacité, mais induit des actions spécifiques sur les plans subtiles aux niveaux des corps supérieurs. Il convient en outre de préciser que ce type d'action agira en fonction du niveau d'évolution atteint par celui qui l'emploie, en ce sens que les plantes agiront là où elles ont une efficacité, et ce, même au niveau le plus subtile. On peut parler à ce stade d'une véritable « intelligence végétale ».

La technique spagyrique fait appel à une intervention de haute technicité. La spagyrie étant une application de l'art alchimique à la phytothérapie. Les préparations et manipulations étant axées sur la réalisation d'élixir, de sels essentiels et de « pierres », analogues à la fameuse *Pierre philosophale* et que l'on nomme « *Pierre Verte* ». Ces réalisations ont pour principales actions d'épurer et de stimuler les corps subtiles en

facilitant la « détoxification » des différents plans de l'organisme. La réalisation spagyrique constitue en elle-même une voie au même titre que l'alchimie, sa description et ses domaines d'application dépassent considérablement le but de cet ouvrage.

Le monde et l'univers qui nous entourent sont une apparence de Dieu, tout est issu de « l'Unique ». C'est pourquoi nous ne devons négliger aucun signe, tout conspire à nous aider et à nous guider si nous restons disponibles et attentifs...

L'utilisation pratique des substances

Dans le cadre d'une progression, l'emploi de substances végétales apporte un certain nombre d'avantages et peut même dans certains cas amorcer des phénomènes de sensibilisation aidant à l'éveil. Il ne faut cependant pas espérer, à l'aide de cette unique méthode, obtenir des effets comparables à ceux d'un travail individuel. Le cheminement dans une voie de progression est un travail globale, du plan physique, psychique, mental et spirituel.

Les substances végétales par leurs combinaisons provoquent plusieurs types d'actions, que l'on peut définir de la façon suivante :

- a) Des actions de détoxification et d'épuration en éliminant les toxines accumulées, facilitant ainsi les circulations énergétiques du corps physique.
- b) En apportant des ressources à un élément déficient, ou en corrigeant celui-ci (cycle de génération ou de destruction). Cette particularité relevant plus des pratiques thérapeutiques de la médecine des cinq éléments ou de l'acupuncture.
- c) En harmonisant ou équilibrant le système énergétique des cinq éléments.
- d) En induisant, après une phase d'harmonisation impérative, certaines sensibilités des plans supérieurs qui facilitent la progression.

Ces acquis ne pouvant être réellement profitables (et durables) que si leurs utilisateurs procèdent parallèlement à un travail personnel, dans le cas contraire les effets n'auront de répercussions que sur le plan physique et encore ceux-ci n'auront qu'une action limitée dans le temps.

Dans le cadre d'une procédure efficace et harmonieuse, il convient de s'inspirer des conseils et modes opératoires suivants.

Les Préparations de base

Les préparations à base de plantes sont relativement faciles à effectuer et à la portée de tous, pour peu qu'on respecte certains impératifs. Chaque préparation est en rapport avec un élément et celui-ci en harmonie avec une saison. Pour chaque élément on retiendra deux préparations de base, l'une nommée draineur et l'autre énergie. Les préparations draineurs pourront faire l'objet d'une prise durant 21 jours consécutifs, elles seront suivies d'une période d'arrêt de sept jours avant d'utiliser une autre prescription. On pourra également choisir d'utiliser le mélange énergie correspondant pour des personnes ayant déjà effectué un cycle de draineur (voire en fin de chapitre).

La préparation la plus simple étant de prendre ces plantes dans leur « totum », c'est-à-dire séchées et réduites en poudre. On choisira impérativement des plantes de qualité « biologique » et on les étendra sur une toile de lin environ deux heures en plein Soleil de midi par temps clair et sans nuage. Cette poudre sera placée dans des cachets de pain azyme, que l'on préférera aux gélules dont la gélatine est issue de sous-produits animaux (en particulier le porc, animal impure dans la plupart des traditions). La préparation en

cachet est d'une grande simplicité. Les produits réduits en poudres sont mélangés en quantités égales, puis on remplit la face inférieure du cachet en tassant la poudre, on humecte les bords et on place le couvercle qui adhère facilement. Chaque cachet est préparé avec une quantité du mélange de 1 à 1,5 gramme. La posologie étant de deux cachets le matin et un le soir environ (30 minutes avant les repas). Ces préparations peuvent être effectués par un herboriste complaisant, car il convient que le préparateur respecte les conditions d'exposition solaire préliminaires.

1) Mélange Bois draineur - Artichaut, citron (bois et feuilles), gentiane, pissenlit (feuilles) Orthosiphon.

2) Mélange Feu draineur - Aubépine (sommité fleuries), cerfeuil, Lotier corniculé (sommité fleurie ou feuilles), mélisse, reine des prés.

3) Mélange Métal draineur - Thym, eucalyptus, origan (semences), hysope, piloselle.

4) Mélange Eau draineur -Bouleau, vigne rouge, bruyère, cassis, prêle.

5) Mélange Terre draineur - Menthe poivrée - iris - anis étoilé (semences), basilic, lavande.

6) Mélange Bois énergie - Arbousier, bourdaine (écorce), citron (bois et feuilles), lavande, souci.

7) Mélange Feu énergie - Airelle (baies), aubépine, framboisier (feuilles), oranger (fleurs), rose (pétales).

8) Mélange Métal énergie - Bourrache, marjolaine, laurier, thym, genièvre.

9) Mélange Eau énergie - Bouleau, cyprès, ginkgo-biloba, tilleul, verveine.

10) Mélange Terre énergie - Camomille, gui, menthe poivrée, millepertuis, olivier, romarin.

Utilisations :

Outre les emplois à valeur thérapeutique figurant ci-après, les mélanges draineurs et énergie doivent être utilisés tout au long d'un cycle annuel qui se répète chaque année. Le débutant sera bien inspiré de commencer ce cycle par une série de « draineur » la première année, réservant les « énergies » pour le cycle suivant.

Fig - 25

L'idéal étant de commencer à la période hivernale correspondant au solstice d'hiver en prenant le « draineur Eau », puis continuer au printemps avec le Bois, en été avec le Feu, au moment de l'été indien (août) la Terre et en automne pour finir avec le Métal. Selon le cycle traditionnel ci-après.

L'année suivante, considérant une progression régulière, l'étudiant pourra suivre le même rythme avec les « énergies », il lui sera toujours possible (et même conseillé)

cependant, s'il en ressent le besoin de suivre une cure de « draineur », dans ce cas il fera précéder sa cure « énergie » par une cure « draineur ».

Voici maintenant quelques indications de nature thérapeutique et physiologique correspondant aux différents mélanges

1) Mélange Bois draineur -

Le Bois draineur est un tonique digestif, qui aide au fonctionnement de la sphère hépatique. Il draine les impuretés de l'organisme. C'est un désintoxiquant efficace, un régénérateur cellulaire améliorant la vitalité. On utilise le Bois draineur contre la constipation, la fatigue musculaire, le cholestérol, l'engorgement de la vésicule biliaire et les troubles intestinaux.

2) Mélange Feu draineur -

Active les échanges cellulaires. Draineur circulatoire, il est conseillé pour les jambes lourdes, les problèmes circulatoires et veineux, les insuffisances microcirculatoires et la fragilité capillaire. Excellent pour les coronaires, il est indiqué pour les palpitations. Apporte de la chaleur vitale et du dynamisme.

3) Mélange Terre draineur -

Régulateur du plexus solaire. Draineur sanguin, draineur lymphatique (purification de la rate). Purificateur général. Régénère le corps éthérique. Intoxication médicamenteuse. Apporte l'équilibre digestif. Régulateur de l'appétit. Exalte la beauté intérieure. Il constitue une des clefs d'ouverture vers le « Moi supérieur ».

4) Mélange Métal draineur -

Antiseptique des voies respiratoires. Oxygénation de la cellule. Pour le dysfonctionnement respiratoire (bronchite, rhume, asthme etc.). Détoxiquant nerveux, drainage respiratoire.

5) Mélange Eau draineur -

Anti-douleur. Diurétique, terrain migraineux, crise de goutte, cystite, rétention d'eau, œdème, rhumatisme, douleurs articulaires et de la colonne vertébrale. Reminéralisant, c'est un bon adjuvant pour la solidité des ongles et les cheveux cassants. Equilibre de la fonction rénale et des états grippaux.

6) Mélange Bois énergie -

Augmente la confiance en soi. Régénérant cellulaire (hépatisme chronique), alcoolisme. Purifie le corps émotionnel. Renforce les immunités naturelles. Affirme la personnalité, augmente la mémoire. Utilisable pour les caractères irritables, coléreux et même agressifs.

7) Mélange Feu énergie -

Renforce la personnalité (timidité), apporte la joie de vivre. Etats de stress, restauration affective. Drogue (désamorce le processus de motivation). Puissant équilibrant du plan émotionnel et psychique. Régénération du cœur et des vaisseaux.

8) Mélange Métal énergie -

Mélancolie, chagrin, découragement, pessimisme. Tabagisme. Donne du ressort. Augmente l'activité intellectuelle par apport d'oxygène. Positive le mental.

9) Mélange Eau énergie -

Anti-stress (brûle les angoisses), état d'anxiété, spasmophilie. Calmant du système sympathique, état de dépression. Freine le vieillissement tissulaire. Manque de volonté. Troubles du sommeil. Renforce la résistance à la fatigue (régénère les reins et la vessie).

10) Mélange Terre énergie -

Tonique énergétique de type solaire. Obsessions, souci, dégoût de la vie. Manque d'attention, difficulté de concentration. Apporte la sérénité. Préparation aux examens. Intoxication par le thé ou le café. Harmonise le plexus solaire.

On remarquera que les composants de ces produits ne sont pas obligatoirement de la « nature traditionnelle » de l'élément qu'ils confortent ou influencent. Ceci tient au fait de l'expérience et à la nature secondaire de leur action. Par exemple, certaines plantes Métal influant sur des organes Feu, ou des plantes Eau influant sur les organes Bois etc.

Il convient à ce niveau de considérer l'harmonie de la résultante tant au niveau physique que sur les plans subtils.

Il existe d'autres mélanges ayant des fonctions de compléments pour les personnes déjà avancées. Il faut néanmoins préciser qu'ils n'ont qu'une activité réduite au plan physique dès lors que la progression est insuffisante. En aucun cas on ne peut s'appuyer sur la seule activité des ces mélanges dont la fonction est de faciliter et d'harmoniser les circulations énergétiques entre les différents plans.

Notons ces cinq mélanges utiles à la progression :

1) Mélange pour faciliter le développement du sens de l'initiative.

Ce mélange neutralise les pensées négatives, c'est un stimulant énergétique globale. Il brûle les émotions et apporte de l'élément Feu à l'organisme. Il harmonise les éléments, c'est également un détoxiquant des drogues et des médicaments.

Sa composition : Arnica, buis, eucalyptus, lavande, vigne rouge.

2) Mélange pour faciliter la créativité.

Développe l'intelligence du cœur (progression spirituelle, sur un terrain déjà préparé). Favorise l'esprit de tolérance et facilite la paix intérieure.

Sa composition : Achillée, armoise, fraisier, mélilot, ortie.

3) Mélange apportant une exaltation de la personnalité positive.

Abondance. Apporte de l'énergie vitale, régularise les cycles endocriniens. Augmente l'estime de soi, efface les douleurs émotionnelles. Diminue le stress.

Sa composition : Angélique, cannelle, frêne, ginseng, sauge.

4) Mélange favorisant la sagesse naturelle et l'intuition.

Stimulant psychique, élixir solaire, l'énergie de la nature. Harmonise le corps éthérique. Restructure et augmente tous les processus de vie par équilibre des cinq éléments. Régénère les facteurs de santé de l'organisme par apport d'élément Feu au système nerveux central. Augmente la résistance globale. Régularise la fonction de l'hypothalamus. Facteur générateur de joie de vivre et de chance.

Sa composition : Euphrase, gui, cassis, chêne, laurier, millepertuis.

5) Mélange favorisant le lâcher prise.

Casse le mental (dans un sens utile à la progression spirituelle), en même temps qu'il le positive. Augmente la qualité du sommeil. Restructure et dynamise l'aura.

Sa composition : Mauve, passiflore, gui, romarin, mélilot, tilleul.

Ces mélanges particuliers constituent un clavier subtil avec lequel l'utilisateur apprendra à jouer en fonction des réactions de son corps biologique et de son ressenti énergétique. Au fur et à mesure de sa progression le choix s'affinera et les résultats deviendront plus perceptibles. Ces « produits » se révéleront de fidèles alliés qui accompagneront le disciple tout au long de sa vie terrestre.

Les minéraux et les plantes savent depuis longtemps que « tout est un », à nous de les rejoindre dans cette connaissance dont ils nous montrent le chemin.

Chapitre 5 -

*« Il n'y aura pas de nouvel âge,
s'il n'y a pas d'homme nouveau. »
Jacques Castermane*

Ce que nous nommons le mental, ou le psychique, constitue un des chapitres les plus délicats de l'entraînement dans la cadre d'une progression à vocation spirituelle ou initiatique. Encore que nous n'aborderons pas dans ce chapitre les détails des procédures de décréation esquissées plus avant dans le texte. Cet aspect de la progression doit être particulièrement soignée et celui qui s'y adonne doit parvenir à une maîtrise de ses différentes facettes.

La mise en condition du « Mental »

Le Mental, ou conscient, est un univers complexe, fruit de l'expérience et de l'éducation, conforté par l'ego (le masque social dans ses multiples aspects), censuré par le Surmoi (conditionnement dû à l'éducation), guidé par la logique rationnelle et dynamisé par l'orgueil. C'est une créature rétive, parfois lâche, surnoise et souvent dangereuse. L'objectif de toute progression est la dissolution de cet être encombrant qu'il conviendra de maîtriser en évitant ses pièges. Pour parvenir à ce résultat, paradoxalement on utilisera dans un premier temps les ressources du mental, car c'est l'outil le plus performant pour comprendre les mécanismes d'éveil, dans un second temps, alors que l'être essentiel commencera à être perçu, on s'en remettra à « l'intelligence du cœur », dont il est difficile d'exposer le mode d'expression.

La mise en condition du mental passe par différentes phases plus ou moins complexes selon les individus. Le plus étrange de cet enseignement est qu'il est censé nous apprendre une chose que nous savons tous, mais que la cristallisation de notre ego a masqué pour nous faciliter la survie sociale. L'art de l'initiateur est de retrouver dans les excroissances de notre masque égotique (la personnalité existentielle) ce qui correspond aux soubassements profonds de notre personnalité essentielle. C'est là le sens profond des épreuves initiatiques ou des exercices, parfois absurdes d'apparence, qu'imposent certains maîtres. Il faut faire craquer les structures artificielles de l'ego, fissurer l'être existentiel, en objectiver les constructions pour mieux s'en défaire. Cette phase de décapage peut être obtenue individuellement, bien que les risques de dérapage soient nombreux. Il convient dans cette démarche de se méfier des possibilités de l'ego qui pour se défendre est capable de prendre des « déguisements » d'une grande subtilité. C'est le cas de certaines formes subtiles que l'on nomme « ego spirituelle », où le « Moi » se conforme à l'idée qu'on se fait des attitudes d'éveil. Le risque dans ce cas devient une réalité tragique et celui qui est la dupe de ce mécanisme, se fourvoie dans l'erreur, souvent de manière irréversible.

La présence d'un initiateur, que celui-ci ait atteint ou non la maîtrise, pourvu qu'il soit parfaitement instruit de la démarche, permet la plupart du temps d'éviter ce genre d'erreur. A condition que l'initiateur lui-même ne soit pas victime de la même erreur, ce qui est malheureusement fréquent. Un nombre impressionnant de « Gourous » étant habités par un ego spirituel parfaitement structuré !

Une excellente solution pour aborder ce type de situation est de commencer le travail par une période d'interrogation objective. Il ne s'agit pas de faire une analyse en compagnie d'un psychanalyste et encore moins de faire une auto-analyse, ces démarches étant très subjectives et filtrées par les mêmes règles qui gèrent l'ego. Pour mener à bien ce genre d'expérience, mieux vaut aller aux sources. Le moyen le plus simple étant de

remonter à une période de l'enfance antérieure, ou du moins contemporaine des premières phases de l'éducation, à une époque où celles-ci n'avaient pas encore trop conditionné la structure de l'être. En général vers l'âge de 6 ou 7 ans.

Cette méthode simple et empreinte de sagesse est issue du bon sens naturel, car à cette époque l'individu commence à envisager un but qu'il souhaiterait atteindre. Certains veulent devenir musicien, artiste, d'autres savants, les uns veulent voyager (devenir explorateur), sportif, devenir riche, etc. En réduisant à leur réalité les objectifs baroques, comme ce garçon qui veut devenir pilote, jockey ou pompier. En cherchant ce qu'exprime la finalité de cette vocation, le pilote étant synonyme de vie active et de voyage et le jockey implique des relations avec les animaux et une activité corporelle ou sportive, on retrouvera facilement les objectifs élémentaires inspirés directement par la nature profonde avant que celle-ci ne soit passée au crible de la raison. Ce fil conducteur étant retrouvé, on essaiera de rappeler les différentes implications qui l'entouraient, l'enthousiasme qui soutenait ce projet, la ligne conductrice que l'on s'était tracé. Retrouver et objectiver ce souvenir c'est retrouver « notre légende personnelle ».

Muni de cette clef, on mettra en parallèle la réalité de la vie vécue. Celle-ci est-elle en conformité avec cette « légende personnelle », en est-elle très éloignée, ou bien pour une bonne part s'y conforme-t-elle ?

Bienheureux, celui qui a pu réaliser ce « rêve d'enfance » et vivre tout ou partie de sa légende personnelle, car son ego est moins enraciné que chez celui qui s'est écarté de cette objectif, peut-être naïf à son début mais en conformité avec les aspirations d'une période *inspirée*.

Imaginons un jeune garçon qui tel « Indiana John's » veuille devenir un savant archéologue, voyageur impénitent et aventurier de l'impossible. Parvenu à 40 ans ce même individu a fait une carrière de journaliste, ou de grand reporter, à moins qu'il ne soit devenu archéologue. Dans cette hypothèse, il a vécu des moments de danger, s'est passionné pour des civilisations différentes, aime la vie et les êtres humains, se passionne pour la connaissance et la compréhension des autres. Cet homme est très proche de sa légende personnelle. Si cette même personne a poursuivi une carrière de fonctionnaire, compte ses jours de vacances et ses points de retraites, se réfugie dans un conservatisme rassurant et par en vacances en suivant la transhumance, celui-là a déchu de sa légende personnelle, autant que s'il était devenu médecin de province, commerçant ou employé de banque. Ni l'une ou l'autre de ces hypothèses n'est dictée par les événements, il est faux de faire rentrer dans ce contexte, la chance, le diktat des parents ou des entraves sociales, il s'agit de volonté et de fidélité à la part secrète qui est en nous.

Retrouver notre légende personnelle nous permet de nous souvenir des enchantements que cela nous inspirait, de retrouver ce que nous voulions être, en réalité ce que nous sommes, mais pas ce que nous sommes devenus. Cette simple démarche nous permet de mesurer le degré de perversion et de compromission que nous avons accepté. Il n'est pas question de faire un retour en arrière, mais de retrouver « les racines de nos rêves », pour les raviver et essayer de voir comment s'en rapprocher. Cette épreuve va être très utile pour comprendre le mode de fonctionnement de notre ego, cerner notre système de censure et faire connaissance avec nos « petits Moi » sordides et égotiques.

Les Petits Moi

Les petits Moi, sont légions. Des dizaines ou des centaines de « petits démons » qui sont notre réalité de l'instant. Une première catégorie serait à classer dans le domaine des compro-missions à la politesse, cette dernière étant en fait sans gravité, mais recèle un petit Moi plus consistant illustrant notre « Moi-lâcheté ». Petits mensonges « innocents »,

attitude humble et soumise devant le flic qui vous rappelle à l'ordre, intérêt poli et assentiment apparent pour une discussion avec laquelle vous êtes en parfaite opposition. Alignement systématique pour une réglementation absurde, ou opposition méthodique vis-à-vis d'un ordre plus ou moins établi. Ignorance, ou surdité confortable, pour les problèmes des autres, jugement doctrinaire des connaissances, des amis ou des relations, engagements jamais tenus, serment de circonstances, ligne de conduite conforme au stéréotype d'une profession, conduite sexuelle en « harmonie » avec les normes, ou prise de position systématiquement opposée, ce qui est strictement équivalent et aussi infantile, ces compromissions pourraient constituer plusieurs dizaines de tomes d'une encyclopédie.

Il n'est pas question de culpabiliser et de battre sa coulpe en faisant pénitence durant des décennies, un excès en entraînant un autre diamétralement opposé, après une telle constatation, mais de s'évertuer à comprendre le mécanisme d'un comportement, pour le démonter et le réduire à ses composants de départ, c'est à dire une chose banale. Il n'est pas question non plus de moraliser, les moralisateurs sont trop souvent des castrateurs, mais de comprendre certaines « déformations » qui sont (dans les deux sens) des entraves à une progression. Ceci étant acquis, l'attention étant attirés sur le problème, celui-ci sera relativement facile à objectiver et à « brûler », c'est à dire à éviter. Ce qui en langage clair équivaut à s'en désaccoutumer. Il en va de même de la plupart des « scories » de la programmation sociale. Etre attentif est la seule condition de ce type de déprogrammation. L'orgueil, le mensonge, la suffisance, l'indifférence devant les passions, les désirs sont autant de piège qu'il convient de désamorcer. En contrepartie, il est facile de les remplacer par leurs contraires, la compassion, l'attention, la disponibilité peuvent devenir des réflexes salvateurs. Il faut parvenir à la transparence du « Moi », de manière à laisser apparaître l'Être essentiel à la lumière. La méthode monastique, résout facilement ce problème par sa négation du « Moi social ». Elle brise ce « Moi » en le niant. Ce mode d'existence est une école d'indifférence vis-à-vis du social, des passions et des désirs, effaçant l'ego par inaction de celui-ci, oubliant le rang, les prérogatives et ses sollicitations, la perte de l'identité, le changement de nom, étant des facteurs favorisant. D'autant qu'une occupation spirituelle pleine et entière permet une compensation d'une grande efficacité. La nature a horreur du vide, il convient dans cette démarche de remplacer progressivement un mode de comportement par un autre, sous peine de « compensation sauvage » incontrôlable. Dans ce contexte, on comprend l'intérêt de la voie des substances qui accélère les processus de circulation de « l'information énergétique ».

Conscient de ces obstacles, l'étudiant aura à sa disposition un arsenal de méthodes d'une grande efficacité pour peu qu'il les intègre dans son mode opératoire. Ces procédures classiques doivent être parfaitement intégrées pour atteindre leur seuil d'efficacité, ce sont :

Les techniques du calme mental, les méthodes de concentration, de méditation, la notion de déplacement de conscience et le « Hara ».

Exercice et conseil de correction liminaire

Parvenu à une étude objective de la situation, l'étudiant sera bien inspiré de prendre un conseil extérieur, Dans ce contexte il est un avis qu'il ne faut pas négliger, d'une impartialité relative, aux yeux de quelques uns, mais riche d'enseignements quand on s'adresse à un professionnel sérieux. Il s'agit de faire exécuter une étude graphologique de son écriture. Dans ce mode d'expression apparaît un certain nombre de facteurs, indiquant des tensions. Fort de ces indications, durant plusieurs semaines il s'efforcera de modifier son écriture en adoptant une écriture régulière et penchée du côté droit. Cette légère

contrainte aura une répercussion du mécanique vers le psychique très favorable en induisant une certaine uniformité dans l'analyse. Ce type d'expérience étant souvent concluante.

Le noyau sombre de l'homme est sa propre essence qu'il a empêché de se manifester.

L'Être essentiel est le véritable noyau de l'homme. En lui, celui-ci, participe inéluctablement à la réalité surnaturelle de l'Esprit divin universel.

L'Être essentiel est la modalité de sa propre présence en l'homme et la façon individuelle dont, par sa force créatrice, il cherche à prendre forme en lui et, à travers lui, dans le monde.

L'Être essentiel est l'énergie sur laquelle se fonde toute vie personnelle. Par une perpétuelle transformation, il tend vers une conscience et vers une structure d'existence qui lui soit conforme.

L'Être essentiel est l'absolu en l'homme, la source de sa liberté de personne au sein de tout le contingent spacio-temporel.

Le refus, dans la conscience humaine, de l'Être essentiel produit l'ombre la plus profonde. Elle est pourtant, cette ombre, la lumière primordiale refoulée. Lorsque la clarté pourra se lever, alors seulement le paysage de la vie qui lui est destinée deviendra entièrement visible à l'homme.

Les racines des forces de l'ombre plongent toujours dans la petite enfance. Le refoulement des impulsions vitales de l'enfant, causé par des paroles décourageantes, un manque de compréhension et d'amour, nuit à ses élans naturels et à son besoin d'expression et d'épanouissement dans leur ensemble. Il l'empêche aussi de prendre conscience de son essence surnaturelle et de la développer. On s'aperçoit cependant que la libération des pulsions naturelles, refoulées dans le passé ne suffit pas nécessairement à libérer la profondeur transcendante. Il faut que le malaise né de l'Être essentiel contrarié devienne conscient comme tel, puis soit éliminé par des moyens appropriés.

K.G Dürckheim.

LE CALME MENTAL

Pour la plupart des amateurs, le vide mental est une forme de "concentration" neutre, dans laquelle l'étudiant s'efforce de refouler des pensées parasites en visualisant une surface uniforme. Cela revient en fait à une visualisation d'objet, mais en aucun cas à l'obtention d'un vide mental, ou plus précisément d'un calme mental. Cette erreur fréquente est due principalement à une mauvaise interprétation des conseils enseignés par les traditions ou à des erreurs de traduction, dans le cas des disciplines du yoga. Il est question de calme mental et non de vide, ce qui est légèrement différent, le second étant la conséquence du premier. La pratique du calme mental constitue la pierre d'achoppement des pratiques traditionnelles. Il convient donc de maîtriser parfaitement cette technique avant de poursuivre une progression.

Le calme mental est une attitude de réceptivité non dirigée, c'est une absence TOTALE de pensée, sous quelques formes que ce soit. Une sorte de no man's land, un état neutre absolu. Il doit pouvoir être maintenu quelques minutes, ou plusieurs heures. Les opérateurs entraînés peuvent même le maintenir plusieurs jours durant. Cet état spécial est susceptible d'être enclenché en une fraction de seconde, dans le cas d'un adepte confirmé, dès lors que celui-ci a assimilé le vécu de cet état et est capable de le retrouver. Le calme mental constitue une attitude indispensable pour la méditation, la visualisation, les élaborations de marelle, les sorts, le déplacement de conscience ou les préliminaires à la

prière active. C'est l'état chamanique de base. Outre, ces avantages considérables, le calme mental constitue une mise en condition de qualité pour l'acquisition de données provenant de l'inconscient collectif ou dans le cadre d'un entraînement au phénomène de voyance. Il est de plus un puissant facteur de rééquilibrage du mental et des énergies du corps qui dans cet état circulent plus librement. Il constitue également un exercice de choix pour une "récupération" après un effort, une grande fatigue, une épreuve stressante ou une convalescence. Dix minutes de calme mental sont l'équivalent d'une heure de sommeil, effet comparable, mais en plus profond à celui de la relaxation sophronique.

TECHNIQUE DU CALME MENTAL

La position idéale est la position assise, colonne vertébrale bien droite. On pourra utiliser avec profit un coussin de méditation, sorte de petit coussin de forme ronde ou carré très ferme. Les jambes pourront être repliées en tailleur, ou ce qui est préférable, en lotus ou demi-lotus. Le port de tête est important, celle-ci sera maintenue bien droite, sans tension inutile. Les mains seront posées à plat sur les cuisses, une autre position pourra être adoptée lors de certains exercices de méditation plus avancés. On commencera l'exercice par une série de respirations lentes et profondes (en pratique une dizaine) ; inspiration par le nez en gonflant le ventre (très important). La respiration "ventrale" offrant la particularité de tirer le diaphragme vers le bas et de faire travailler les poumons dans leur totalité. La plupart des gens ne savent pas respirer, il respire "par le haut". L'air résiduel restant peut stagner durant plusieurs mois ! Après la phase d'inspiration profonde, on effectuera une légère rétention de l'air (une ou deux secondes), puis on expirera lentement par la bouche en contractant légèrement l'abdomen. Cet exercice terminé, on complètera par une seconde série de respirations plus rapides, mais toute aussi profonde en tournant à fond la tête sur le côté droit durant dix respirations, puis sur le côté gauche un nombre de fois égal. Ce deuxième exercice permettant une bonne oxygénation de chacun des hémisphères cérébraux, ainsi qu'une bonne irrigation thyroïdienne, dont les conséquences sont une stimulation du système endocrinien.

Après ces exercices préparatoires, on laissera la respiration revenir à un rythme plus naturel. On relâchera les tensions musculaires, puis les yeux fermés, on s'efforcera au calme physique.

Dans un premier temps, un flot d'image passera dans l'esprit. Un kaléidoscope de scènes disparates, mélangées, confuses, éclatantes, fugaces ou persistantes... Un « film » fou, constitué de souvenirs, d'images oniriques, de scènes traversées dans les heures précédentes ou fort éloignées dans le temps. Peu à peu le défilement ralentira, quelques images persisteront, puis après quelques minutes disparaîtront. Les images s'espaceront de plus en plus, deviendront floues, éparses, symboliques. Dans les intervalles, on pourra percevoir des flashes de couleurs ou des images abstraites. En poursuivant encore, les images deviendront sporadiques, puis d'un coup, rien... Le calme... le « vide », le « Rien ». C'est là le calme mental.

Durant la première partie de l'exercice, dans laquelle les images se succèdent, on devra IMPERATIVEMENT regarder « sans voir » ; laisser défiler les images sans S'ATTACHER à aucune, ne pas chercher à analyser ou à se remémorer. Laisser FILER les séquences sans essayer de les considérer ou de les rattacher à un souvenir, sans étonnement ni émotion. C'est la CLEF indispensable pour atteindre le calme. Ce flot d'images correspond à l'excitation du cerveau, sollicité par l'univers extérieur à l'activité bioélectrique que l'on nomme ondes bêta. Si vous considérez ce défilement d'un œil atone, « bovin », en quelque sorte... Cette activité non entretenue, s'éteindra... Quelques soubresauts, quelques flashes et le « rien ». A ce moment, l'activité cérébrale d'activité

constituée par ces ondes bêta, sera remplacée par une activité de type alpha, laquelle est formée d'ondes régulières et plus lentes. Dans l'activité bioélectrique de l'encéphale l'activité alpha, correspond à une fréquence de détente, proche du sommeil. C'est un état de calme mental.

Souvent, au début, le calme surprend, involontairement on essaye de l'analyser... Le kaléidoscope redémarre, les images reviennent... Il suffit de laisser passer, et le calme revient.

Voilà donc ce fameux calme mental, que d'aucun poursuit vainement, en dépit d'efforts souvent importants pour maîtriser leur volonté ! C'est justement l'inverse qu'il faut faire, et ce n'est pas les descriptions pseudo-intellectuelles où soi-disant psychologiques qui pourront les aider, la simplicité est souvent complexe à décrire. Pourquoi vouloir visualiser une surface blanche ou neutre (!), en refoulant des impressions rémanentes, alors qu'il suffit d'atteindre la non-pensée par épuisement du stock d'image sans s'attacher à aucune.

La pratique du calme mental doit faire l'objet d'un entraînement régulier, avec un minimum de deux exercices d'au moins vingt minutes, chaque jour. Ils devront être poursuivis plusieurs mois durant, même si la maîtrise est parfaite. Ces exercices pourront être effectués dans une pièce calme, en lumière atténuée, en l'absence de bruits et surtout de musique trop rythmique. Il est également conseillé d'effectuer ces exercices en extérieur, à la campagne par exemple. Parvenu à une pratique aisée, on s'exercera dans une ambiance plus bruyante (bord de mer, avec le bruit du ressac ou en ville les fenêtres ouvertes). Plus tard, on exécutera les exercices dans une ambiance normale. Une fois le principe parfaitement maîtrisé, on devra parvenir au calme mental dans n'importe quelle situation, y compris dans des situations de conflit ou de danger. Ceci est particulièrement important dans le cadre d'une pratique initiatique usuelle. La qualité de ce type d'entraînement doit en effet aboutir à l'obtention d'un réflexe exécutable en toute circonstance et sans effort, par exemple : obtenir le calme mental en exerçant une occupation. Un adepte est en effet capable d'opérer le calme intérieur en utilisant seulement une partie de sa conscience pour assumer l'activité concernée, comme s'il était un observateur extérieur impassible, par une attitude proche de la concentration.

RESPIRATIONS ENERGETIQUES

Dans les enseignements traditionnels, le problème de la respiration revêt un caractère impératif que la plupart des étudiants semblent vouloir laisser de côté, comme s'il s'agissait d'un problème mineur. Il est vrai, que pour un profane, l'acte simple que constitue la fonction respiratoire n'est paré d'aucune auréole mystérieuse... Esotérique ! De nombreux auteurs ne traitent même pas le sujet, qui est semble-t-il indigne de leur plume. Les scripteurs orientaux, et les orientalistes en revanche en font grand cas, négligeant par ailleurs d'autres aspects fondamentaux. La pratique à laquelle doit parvenir l'étudiant doit être considérée comme une science globale et aucune de ces facettes ne doit être négligées ou exagérées, c'est pourquoi on doit insister sur un entraînement général complet et harmonieux.

La respiration doit être considérée du double point de vue de l'assimilation énergétique et de la répartition de cette énergie dans le corps. Le souffle dans ce cas est le vecteur énergétique privilégié, le « *prâna* » des Hindous, le souffle vital, identique à l'intelligence et à la sagesse. Dans cette tradition, c'est la respiration qu'il est nécessaire de discipliner par la pratique du « *prânâyama* », exercices physiques de contrôle de la respiration. Cette action du souffle ne s'arrête pas là, nous le verrons dans le chapitre

réservé aux vocables dont le souffle constitue un des points les plus essentiels. Pour l'ensemble de ces raisons, l'étudiant s'attachera à respecter les conseils de base qui suivent.

1) Exercices de base de la respiration rythmique

La respiration rythmique est une technique simple et d'une grande efficacité énergétique. Elle ressemble, à quelques variantes près à la pratique respiratoire proposée en préliminaire aux exercices de calme mental. Cette respiration peut d'ailleurs avantageusement remplacer celle-ci, quand on en aura acquis une parfaite maîtrise.

Ce type de respiration doit devenir un automatisme, dès qu'un effort ou une concentration sont requis, elle doit dans tous les cas être pratiquée régulièrement, plusieurs fois par jour.

La respiration rythmique est une respiration consciente, qui augmente de manière sensible les potentialités de celui qui l'effectue. C'est une respiration ventrale en trois temps selon un rythme prédéfini.

Inspiration, en gonflant le ventre, puis rétention du souffle et expiration avec contraction abdominale, selon le rythme : 4 - 2 - 8 , ou 6 - 2 - 10

Ce rythme doit être choisi en fonction de votre tempérament, et doit être basé sur votre propre rythme biologique, par exemple les battements de votre cœur. Par exemple : inspiration, 4 battements, rétention, 2 battements, expiration, 8, etc...

Après quelques semaines d'exercices, vous noterez une nette amélioration de votre tonus et de votre pouvoir de concentration.

2) Respiration avec « barattage »

Un second exercice respiratoire que vous devrez effectuer au moins une fois par jour consiste en une respiration complétée d'un barattage des organes internes. C'est un exercice d'une grande efficacité pour éliminer les toxines et faire travailler le système circulatoire. Cet exercice devra être pratiqué le matin par exemple, en le faisant précéder par une respiration rythmique de 10 minutes environ.

Il se pratique debout, jambes écartées, légèrement fléchies, le dos courbé, les mains posées sur les cuisses. Après une inspiration ventrale profonde, on expirera lentement, puis en rétention de souffle, on contractera lentement les muscles du ventre. On rentrera le ventre en serrant au maximum, puis toujours en rétention, on projettera la masse musculaire violemment vers l'avant, puis vers l'arrière en un mouvement rapide, une dizaine de fois. On inspirera lentement et on expirera de même et on recommencera pendant une dizaine de minutes. Cette technique produit un véritable barattage de l'intestin, et un massage très dynamisant sur le foie, la vésicule et la rate. Il active considérablement la circulation sanguine au niveau hépatique, fortifiant cet organe qui constitue un filtre tant physiologique qu'émotionnel. Il stimule également les fonctions intestinales, il est excellent contre la constipation.

LA CONCENTRATION

La concentration est d'une utilisation journalière dans le contexte initiatique. Il est indispensable d'en acquérir une parfaite maîtrise, sous peine d'être incapable de progresser efficacement.

Ce que l'on entend généralement par concentration, est assez différent de la réalité profonde que recouvre ce terme. Pour la plupart, la concentration consiste en une tension à la fois physique et psychique, se traduisant par une mimique expressive, telle que le froncement des sourcils, convergence oculaire, contraction de la mâchoire, etc... La concentration est devenue synonyme de refoulement des pensées parasites, et analyse

« forcenée » du sujet concerné. Ce type de concentration n'est en fait qu'une analyse structuraliste d'un thème, faisant essentiellement appel aux facultés du cerveau gauche, qui est, rappelons-le, siège de l'analyse logique de type rationaliste.

La concentration telle qu'elle est envisagée dans le contexte traditionnelle est un procédé découlant de la technique du calme mental et proche des pratiques de méditation. C'est une concentration « sans analyse », celle-ci pouvant faire l'objet d'une seconde phase, dite phase de réflexion sur l'objet de la concentration. La concentration est une fusion avec l'objet, un non-effort, un non-agir. C'est un statisme de l'esprit, un acte qui transcende l'acte mental lui-même. L'enseignement Chinois du Tchan, précise

« que la concentration mentale s'opère dans la décontraction totale du corps et de l'esprit (le calme mental), et qu'il convient d'amener posément, calmement, d'une façon paisible et douce, le mental sur un point précis, une donnée unique, un sujet bien déterminé et laisser là ce mental, posé en permanence, immobile, sur ce sujet précis ».

La concentration de ce point de vue est en fait proche d'une méditation, dans laquelle l'opérateur qui se concentre sur un thème doit impérativement se détacher de la pensée, ou du moins assister à son action de penser, comme un observateur extérieur. Il faut, précisent les traditions asiatiques : «avoir conscience que l'on est en train de penser ».

La concentration, à son stade élémentaire, s'effectue de la manière suivante :

Après avoir défini le but ou le sujet, thème de la concentration, l'opérateur se placera rapidement en état de calme mental et de calme physique. Il ouvrira les yeux et considérera l'objet ou le sujet, sans passion, sans critique ou analyse. Simplement, il “pose” son regard, sans se laisser distraire par une pensée parasite, qui, si elle ne retient pas l'attention s'éliminera d'elle-même. C'est un calme mental, les yeux ouverts. Cette concentration est donc une « communion » avec l'objet cible qui devient « unique », aucune pensée ne venant distraire cette contemplation. Peu à peu le sujet observé emplira la totalité de l'esprit. C'est là, une concentration effective. L'étudiant aura à cœur de s'entraîner méthodiquement à cette pratique qui, progressivement, développe chez lui un très grand pouvoir d'attention et de visualisation.

Cette pratique de concentration offre en outre un accroissement remarquable des possibilités de mémorisation, ainsi que la possibilité de communiquer des images et des informations à la partie subconsciente, qui est particulièrement sensible aux stimuli de cette sorte. Nous verrons l'intérêt de cette pratique pour ceux qui utiliseront des « marelles ».

Un exercice de concentration bien mené doit durer au minimum 15 minutes, les sujets peuvent être très diversifiés, du plus banal au plus complexe, sans que jamais on ne cherche à analyser les détails.

EXERCICES DE CONCENTRATION TYPE

Ces exercices vous permettront de vous familiariser avec le processus de concentration, et surtout ils vous permettront de déterminer vos qualités de concentration. Ils sont proposés dans un ordre de difficulté croissante, le dernier surtout, ce qui semble paradoxale, mais il est beaucoup plus complexe de maintenir une concentration sur un objet, à la limite de l'abstraction, que sur une image complexe. Ceux qui ont une pratique du Zen, comprendront à quoi je fais allusion.

Chacun de ces exercices doit être précédé de quelques minutes de calme mental, ils seront poursuivis de quinze à trente minutes, au moins une fois par jour, le soir de préférence, durant une semaine de suite pour chacun d'eux.

- 1) Concentration sur une pomme posée sur une surface claire (non blanche).
- 2) Concentration sur un pantacle ou dessin symbolique tracé à l'encre de Chine sur un bristol ou un parchemin.
- 3) Concentration sur une représentation de paysage (photo ou tableau d'un format de 20 X 25 environ), attention : le sujet doit être neutre, jardin Zen par exemple.
- 4) Concentration sur un cercle (diamètre environ 6 à 7 cm) tracé à l'encre de Chine sur une feuille de papier blanc.

Comme on peut s'en rendre compte, le principe de la concentration est relativement facile à effectuer. La principale difficulté réside dans le maintien de cette concentration. Il est fréquent qu'une pensée parasite nous entraîne dans un processus de réflexion éloigné du thème de la concentration. C'est pourquoi les asiatiques insistent sur l'aspect de vigilance et, surtout, de désolidarisation entre le penseur et la pensée. D'où le conseil de s'observer en train de penser.

Quand nous observons une personne en train d'effectuer une tâche répétitive, nous remarquons très rapidement s'il effectue une erreur dans l'enchaînement de ses gestes, s'il a une distraction, alors que lui-même ne s'en rend pas forcément compte sur l'instant. Il y a un décalage entre l'erreur et la prise de conscience de celle-ci. C'est pourquoi le fait d'être l'observateur de ses propres actions, donne une meilleure acuité, une vigilance efficace. Il en va de même quand on effectue une concentration et qu'une pensée parasite vienne nous distraire, nous pouvons réagir instantanément et repositionner notre "concentration" sur l'objet concerné.

Cette vigilance « d'observateur extérieur » étant elle-même une forme de concentration, il est important de la développer pour soi-même, afin de s'observer de manière continue pour maîtriser le processus de concentration.

Pour illustrer ce phénomène, voici une histoire d'origine indienne que les Maîtres du « Joriki » (pouvoir de concentration), enseignent à leurs élèves.

« On raconte que le Roi Janaka qui régnait sur Vidheha au VII^e siècle, proposa une épreuve à l'un de ses sujets qui se vantait d'une excellente faculté de concentration. Il fit emplir à ras bord une coupe de verre et lui demanda de faire le tour de quelques salles du palais sans verser une goutte. Le sujet jugeant l'épreuve assez simple accéda au désir du souverain et exécuta le parcours sans verser la moindre goutte. Le Roi le félicita, mais lui posa néanmoins une question. – Votre démonstration est concluante, dit le souverain, mais pouvez-vous me décrire avec précision les meubles, tapisseries et statues que vous avez rencontrés sur votre chemin ? L'homme ne sut que répondre. Le Roi en souriant lui dit – La concentration est attention parfaite et conscience totale... »

EXERCICE DE DEVELOPPEMENT DE LA VIGILANCE

L'exercice suivant, inspiré de l'histoire du Roi Janaka est souvent pratiqué aux Indes par les étudiants du Joriki. Dans la présente version, je l'ai emprunté à l'enseignement Tchan.

On dressera une liste d'objets ou de sujets divers (20 ou 30) sur une fiche de carton, en écrivant lisiblement à raison d'un sujet par ligne. Par exemple :

- 1) Une boîte d'allumettes.
- 2) Un cheval.
- 3) Un journal.
- 4) Un balai.

5) Une serviette éponge. Etc...

Par ailleurs on remplira un verre à pied, d'eau à ras bord. On prendra la fiche dans la main gauche, le verre plein dans la main droite, et bras tendu, on effectuera un parcours dans un lieu connu (appartement, grande salle, etc...). En cet appareil, on se déplacera en prenant bien garde de ne pas verser une seule goutte d'eau. Tout en progressant, on devra jeter un coup d'œil au premier objet de la liste, la boîte d'allumettes, on visualisera cette dernière durant quelques secondes, sans marquer de temps d'arrêt, et en surveillant le verre d'eau. Puis on fera de même avec le deuxième objet et ainsi de suite.

Cet exercice pratiqué régulièrement augmente les facultés de concentration et développe les qualités de visualisation ainsi que la mémoire. On devra commencer avec une liste d'une vingtaine d'objets dont on augmentera le nombre progressivement jusqu'à une quantité de l'ordre de cinquante environ. Au bout de quelques semaines, l'étudiant sera en mesure de constater la progression de sa vigilance mentale de manière effective.

La pratique de la concentration nous mène directement à celle de la visualisation.

LA VISUALISATION

Le problème de la visualisation est un faux problème, porté au pinacle par les gourous marchands qui du haut de leur insuffisance toisent le marché de l'initiation, en accordant à cette technique valeur de panacée. Une foison de textes, de livres, de brochures et autres texticules propose des méthodes de visualisation. Les unes créatrices, dynamiques, actives, réalisatrices, les autres passives, transcendantes, analytiques et parfois psychédéliques, voire même anarchiques ou carrément asthmatiques !

A écouter ces G.I (gentils initiateurs), il suffit de s'installer confortablement chez-soi, de tendre une oreille attentive à une musique relaxante ou de procéder préalablement à quelques gymnastique inspirée, avant de se lancer dans la visualisation de quelques-uns de nos fantasmes favoris, pour que ceux-ci s'empressent de se bousculer à notre huis dans les semaines qui suivent...

En étant cynique, on peut affirmer, à l'analyse de ces méthodes (dont certaines sont valables, mais insuffisantes), qu'il suffit de rêvasser en image, pour résoudre la plupart des problèmes. Il est inutile de préciser que ce genre d'occupation est diamétralement opposé à l'attitude psychique qu'il convient d'obtenir dans le cadre d'une voie de progression spirituelle.

La visualisation est certes importante dans le contexte qui nous préoccupe, mais elle ne constitue qu'un des maillons d'un ensemble. Visualisation et problème d'imagination se traduisent sous formes de clichés ou de sensations intérieures, lesquelles sont prisonnières de notre boîte crânienne. Il faut à ces « sensations imaginaires » un vecteur et une énergie pour être actives ou extériorisées, sinon tous les romanciers seraient submergés par les situations, parfois délirantes, dont ils noircissent forces pages.

Certains se récrieront, qu'après avoir suivi la méthode "X" de visualisation créatrice, ils ont obtenu des résultats probants. Je n'en doute nullement, mais de quels résultats ? Et dans quel contexte ? Et surtout quelles ont été les « retombées » quelques semaines, voire quelques années plus tard !

Car en matière de méthode de réussite personnelle, le sujet conserve le souvenir de ses triomphes, mais oublie copieusement ses déconvenues. Façon de se rassurer en voulant convaincre les autres. Il convient de souligner que les méthodes de visualisation sont principalement « construites » à partir de deux concepts : le premier est une mise en relaxation de type sophronique, le second consistant en une « projection » imaginaire d'une situation simple que le praticien souhaite pouvoir vivre ou réaliser.

Je serai tenté de dire que cela ressemble à une prière en bande dessinée. Il est certain que la qualité émotionnelle associée à l'image trouve un écho au niveau du subconscient et modifie sensiblement le comportement de ce dernier, produisant un conditionnement progressif de celui-ci. Ce conditionnement, s'il est répétitif, dévie les « programmations » d'échec qui constituent les causes principales des dérapages incontrôlés de la majeure partie des abonnés à l'erreur perpétuelle. Il s'agit alors de visualisations de rectification ou de reprogrammation personnelle, ce qui en soi est très positif, mais totalement insuffisant. Il est beaucoup plus intéressant de travailler sur la décréation de l'ego, le résultat étant beaucoup plus efficient.

La visualisation doit être considérée comme une phase indispensable, positionnée dans une séquence logique de divers processus rigoureux et parfaitement définis. Sortie de ce contexte, il s'agit de visualisation spéculative n'ayant qu'un retentissement émotionnel chez le rêveur concerné.

Il sera important que le lecteur réellement motivé par une progression spirituelle ou initiatique, admette la réalité de l'enseignement traditionnel et comprenne qu'elle n'est pas toujours conforme à celle que propose les méthodes en 10 leçons et autres belivesées, promotionnelles infantiles. Il s'agit d'anti-aristotélisme, de non-A, si vous préférez, plutôt que d'une herméneutique du catalogue de la Redoute ou d'une exégèse de France-dimanche, simple problème de vocation...

La visualisation est problème d'imagination, de créativité et de mémoire. Il est aisé pour quiconque a une bonne maîtrise du calme mental et de la concentration d'opérer une visualisation dans des conditions acceptables.

Après s'être concentré sur un thème, réel, symbolique ou imaginaire, en évoquer l'image est une tâche facile. Il faut éviter que cette dernière soit perturbée par une pensée parasite, c'est tout l'intérêt de la qualité de concentration. Si l'on doit créer une scène ou une image symbolisant un objectif, c'est là le problème d'imagination créatrice, il n'est donc pas besoin d'écrire un ouvrage pour définir les modalités de création. Il est évident que celui ou celle qui désire visualiser et « projeter » ensuite une séquence événementielle, choisira une figuration facile et en parfaite harmonie avec le but visé. La qualité de cette image étant fonction de l'entraînement et sa valeur résultante en rapport directe avec la subtilité, pour ne pas dire l'intelligence et la sensibilité de celui qui l'exerce. Il ne faut pas perdre de vue que ce « cliché » doit avoir un rapport sans ambiguïté avec le but à atteindre, et qu'il doit être de ce fait suffisamment explicite pour être « reçu », donc identifié, par le subconscient. Si le résultat souhaité, touche de près l'opérateur, il convient que l'image choisie corresponde émotionnellement à la sensibilité réelle de celui-ci, sans devenir un élément de perturbation surtout au niveau affectif, ce qui nuirait à la qualité de concentration.

On appelle image, tout objet. Celui-ci peut être graphique, symbolique, picturale, figuratif ou en rapport avec les sens (ouïe, toucher, vue, odorat) ou un composé de deux ou plusieurs de ces sens. Une « image » peut être le sentiment d'une situation vécue ou à vivre dans un avenir défini plus ou moins éloigné. Cette situation prospective devant être plausible et conforme aux capacités de l'opérateur, en un mot réalisable. On devra éviter des sujets contraire à l'éthique profonde ou des thèmes négatifs. Il y aurait alors risque de rébellion de l'inconscient ou refoulement, situation qui pourrait gravement perturber les couches profondes de la personnalité et détruire une partie du travail de décréation péniblement acquis. C'est ce que d'aucun nomme le choc en retour, qui est souvent une réaction auto-punitive.

Dans la réalité opératoire, la visualisation se confond avec la concentration et surtout avec la méditation qui fait l'objet de la suite de cet exposé. Quoiqu'il en soit, il est important de préciser les bases d'une visualisation optimale.

Compte tenu de ce qui précède, calme mental, concentration, etc... la procédure efficace de visualisation peut être résumée de la manière suivante :

Après avoir défini le thème de l'image à visualiser, l'opérateur se placera en état de calme mental, puis il « évoquera » en se concentrant sur celle-ci. Cette image ne doit subir aucune interférence (v.concentration). Peu à peu, elle occupera la totalité de la disponibilité consciente. En aucun cas, la visualisation ne doit être analysée et laissée prise à une réflexion si minime soit-elle. Cette image doit être perçue comme une présence palpable, affective, actualisée. On devra la sentir, voyager en elle, s'identifier à son existence. L'opérateur fait un avec. Elle est. La conscience devient l'image, elle communie en elle, le moi est effacé. S'il s'agit d'un scène il est impératif de se concentrer sur sa réalité, se déplacer en elle, tourner autour des objets, voir les couleurs, les ombres et la lumière, sentir les odeurs, entendre les sons, percevoir les bruits les plus discrets, observer les mouvements, assister aux événements. C'est une réalité objective, une actualité, non une projection spéculative...

Cet état spécial peut être maintenu de quelques minutes à près d'une heure dans certains cas. Il est généralement inclus dans un contexte opératoire pour avoir une efficacité contrôlable.

Il est important de souligner que cette qualité de visualisation, qui n'a rien d'exceptionnelle, peut être mise en scène dans le cadre d'un groupe. Il va sans dire que dans ce cas la qualité du résultat en sera considérablement amplifiée.

Voici maintenant deux exercices d'entraînement qui permettront d'acquérir rapidement une bonne maîtrise de cette technique indispensable, à la condition que ceux-ci fassent l'objet d'un entraînement régulier...

Exercice traditionnel de visualisation avec les flammes

Ce type d'exercice a inspiré de multiples adaptations, en particulier celles proposées par le Dr Lefebure, dans ses travaux sur les phosphènes. Je me contenterai de rapporter un exercice de base pratiqué par les adeptes de diverses traditions qui l'utilise depuis quelques siècles. Ce procédé est surtout utilisé comme technique d'ancrage d'un état de conscience particulier. On pourra par exemple choisir une image symbolisant un état particulier recherché, tel que la maîtrise du contrôle mental, le déplacement de conscience ou celui des énergies dans un secteur particulier, etc...

Pour le contrôle mental, ce peut être une image de plan d'eau, calme comme un miroir, dans lequel se reflète un ciel sans nuage. L'exercice consiste à s'installer dans une pièce peu éclairée, assis sans contrainte face à une table sur laquelle se trouve une bougie allumée à une distance de moins d'un mètre. Durant 30 à 40 secondes, on fixera la flamme, sans cligner les yeux et sans bouger les globes oculaires. On éteindra la bougie et on fermera les yeux. Il se produit alors une sensation « phosphénique », c'est à dire une rémanence visuelle de la flamme de la bougie que l'on "verra" se colorer de multiples teintes, rouge, jaune, vert, etc...

Dans ce point lumineux qui persistera de longues minutes, on visualisera (en miniature), l'image choisie. Certains utilisent une ampoule électrique opaline, pour cet exercice, la lumière est à mon sens trop violente et peu à la longue causer des incidents oculaires. Cette association, rémanence plus visualisation, favorisant l'exercice du maintien de l'image choisie comme objet de concentration. Au bout de quelques temps, le phosphène de la flamme disparaîtra et seule perdurera l'image du thème défini.

Dans le cadre d'exercices sur le contrôle mental, celui-ci sera plus durable et moins sujet à des perturbations parasites, au fur et à mesure de la poursuite de l'exercice, il pourra devenir rapidement permanent.

Exercice annexe de renforcement de la volonté et de la concentration

Cet exercice est utilisé par certains hypnotiseurs ou plus précisément par des personnes s'entraînant à la fascination pour développer la puissance de concentration et la qualité du regard. Il est en outre, particulièrement efficace pour améliorer la tonicité oculaire ainsi que la circulation sanguine des zones annexes. C'est un des meilleurs exercices pour le développement de la concentration et la maîtrise de celle-ci.

Le matériel utilisé est très simple et peut être facilement exécuté en quelques minutes sans outillage.

Matériel utilisé :

1 paire de ciseaux. 1 cutter. De l'encre de chine. Un double décimètre. Une feuille de bristol blanc, format 21 X 29,7.

Dans cette dernière, vous découperez une bande de 29,7 cm sur 10 cm de large, puis une bandelette de même longueur sur 2 cm de large. Ces deux bandes seront préparées selon le schéma suivant.

Fig – 26

Vous passerez la bandelette dans les encoches de la bande large, de manière que la partie noircie se trouve cachée et que la bandelette puisse coulisser librement. Un des trous (diamètre de 0,5 cm) sera noir, l'autre restera blanc. En maintenant la bandelette entre le pouce et l'indexe vous pourrez faire subir à celle-ci un mouvement alternatif de va et vient de manière que la tache noire apparaisse dans l'un ou l'autre des deux trous. Votre matériel est prêt. L'exercice va constituer à déplacer la bandelette sur un rythme d'abord lent et régulier, puis plus accélérer, en suivant des deux yeux l'apparition de la tache noire, à droite, puis à gauche, puis à droite etc...

Pour ce faire vous devez vous asseoir confortablement, maintenir la bande de votre main gauche, placer l'ensemble à 20 cm environ de vos yeux, puis avec votre main droite déplacer la bandelette. Vous devrez poursuivre cette exercice durant 5 à 10 minutes au moins deux fois par jour. Dans un premier temps, vous effectuerez une série d'exercices à vitesse modérée, puis de plus en plus rapidement. Au bout de quelques semaines, vous serez capable de soutenir un rythme très rapide. Dès que cela sera faisable sans effort, vous continuerez l'exercice en éloignant l'ensemble à 30 ou 40 cm. Toujours en accélérant. Vous arriverez à une maîtrise suffisante pour pouvoir continuer l'exercice à la demande, sans la présence de votre bande de carton, c'est-à-dire à faire osciller vos yeux de droite et de gauche à grande vitesse dans n'importe quelle situation. Arrivée à ce stade, poursuivez régulièrement cette aptitude acquise. Vos progrès en matière de concentration seront considérables.

Une des « retombées » de cette exercice se situe au niveau de l'ascendant que l'opérateur peut avoir sur ses interlocuteurs. Cette technique est utilisée par les « quimboiseurs » et les macumbeiros du Brésil, qui utilisent ce regard tremblotant pour capter l'attention d'un sujet. Cet exercice de fascination donnant un regard magnétique et brillant facilitant la suggestion de manière impressionnante. Il constitue en plus un des meilleurs exercices de concentration capable de libérer un énorme potentiel psychique, dès que l'entraînement est complet. Il convient de préciser que si la potentialité acquise est intéressante, son emploi se limite au seul monde des pouvoirs !

LA MEDITATION

La méditation est une discipline qui est à la base de la plupart des pratiques spiritualistes, magiques et religieuses. La méditation est une approche spécifique d'un thème, par communion, par fusion et parfois avec identification à l'objet de ce thème.

Il existe plusieurs formes et plusieurs degrés de méditation, certains simples et accessibles à tous, d'autres subtiles et parfois dangereux. Il y a des méditations solitaires, d'autres collectives ou nécessitant l'aide d'un guide ou d'un maître.

Dans la tradition Indienne, le terme de méditation peut se traduire par, l'effort juste, l'attention juste, la concentration juste, qui signifie plus précisément « développement ».

Voici un extrait d'un article de Pierre Massein (Dict. des religions PUF). Page 1077.

Nature de la discipline de l'esprit

Ce développement peut être interprété dans le sens d'une « discipline mentale » ou d'une « culture mentale », encore qu'il ne désigne pas une activité purement spirituelle, mais plutôt un entraînement psychosomatique. On voit donc qu'il ne s'agit pas d'une prière ou d'un exercice de piété ayant pour base l'activité discursive de l'intelligence. Ce qui est développé, dans la méditation bouddhique, c'est une attention aussi pure que possible à la réalité telle qu'elle se manifeste intérieurement ou extérieurement, et une compréhension aussi claire que possible du caractère impermanent (anicca) et non substantiel (anattâ) de toute réalité phénoménale, compréhension qui fait surgir la claire vision du caractère douloureux (dukkha) de l'existence phénoménale, et qui, du fait même, coupe la racine du désir qui rend l'homme prisonnier de dukkha. C'est donc par la pratique de la méditation menée efficacement jusqu'à son terme que le bouddhiste peut obtenir la libération totale et définitive, qui lui donne accès au Nirvana.

Les deux méthodes de culture mentale :

On distingue deux sortes de méditation : le développement de la tranquillité (samatha-bhâvanâ) et le développement de la vision profonde (vipassanâ-bhâvanâ).

La voie de la tranquillité (samatha). – La tranquillité est un état d'esprit concentré, inébranlable, paisible, qui purifie l'esprit de ses souillures et de ses attachements. Elle s'obtient par la pratique de la méditation assise, pendant laquelle l'esprit est fixé sur un seul objet : c'est la concentration ou samâdhi. On distingue trois degrés différents dans la concentration. Au niveau le plus élevé, l'esprit est complètement absorbé : il peut alors entrer dans les jhâna (en sanskrit : dhyâna) ou absorptions. Du point de vue bouddhique, les jhâna pourraient constituer un écueil, dans la mesure où le méditant s'y arrêterait pour s'y complaire ; or leur rôle et leur intérêt ne sont que relatifs : ils contribuent à purifier suffisamment l'esprit pour que le méditant puisse ensuite développer avec succès la vipassanâ, qui est en fait la seule technique de méditation propre au bouddhisme.

La voie de la vision profonde (vipassanâ). – La vision profonde est comme une lumière intérieure qui apparaît brusquement, et qui fait saisir de façon intuitive l'impermanence, la misère et la non-substantialité de tous les phénomènes corporels et mentaux. Seule cette vision profonde mène au Nirvâna. L'apparition de cette lumière intérieure est conditionnée par la pratique intensive de l'attention à tout ce qui advient au méditant : la conscience vigilante de toutes ses activités permet au méditant de vivre totalement dans le présent, dans l'acte même qu'il est en train de poser. Cette attention vigilante ne doit pas aboutir à un retour sur soi-même, car alors le méditant penserait « je fais ceci » : il deviendrait conscient de lui-même, et ne vivrait pas dans son acte, mais dans l'idée « je suis ». Au contraire, le méditant doit s'oublier complètement. C'est d'ailleurs dans le moment où son créateur est complètement absorbé dans son action et où il est débarrassé de la conscience de soi, que toute grande œuvre est accomplie, qu'elle soit intellectuelle, artistique ou spirituelle.

Il peut sembler paradoxale d'illustrer la pratique méditative en choisissant un texte axé sur la seule tradition Indienne et plus particulièrement bouddhique, en fait, les pratiques de méditation sont équivalentes dans la plupart des traditions. Seule la terminologie est différente. On retrouve dans la tradition mystique chrétienne le même processus, et la tradition du monde celte lui est comparable. On pourrait multiplier les exemples en les étendant au monde sémite ou à l'Islam sans que cette affirmation ne soit démentie.

La méditation est, on le comprend aisément au travers de ce qui a été dit, une technique appuyée sur la concentration qui en constitue la pierre d'achoppement. L'opérateur devra consacrer régulièrement de longues heures aux pratiques de la méditation, la progression est à ce prix. Dans le cadre de l'ésotérisme pratique, la méditation devra porter essentiellement sur des thèmes en accord avec la progression, en mettant l'accent sur la décréation du Moi, la dissolution des désirs ou des passions ou sur des aspects énergétiques personnels, tels que des méditations avec déplacement de conscience sur les plexus (chakras), sur la respiration et sur le Hara.

La méditation pratique

La question qui se pose à tout homme s'engageant sur la Voie est de savoir comment entreprendre réellement la progression. A cette question il n'est qu'une unique réponse : la pratique de la méditation.

La méditation est l'outil le plus efficace pour préparer le physique et le psychisme afin d'entreprendre une réelle progression. Elle représente un des seuls moyens d'atteindre à la transparence, d'écarter les obstacles et de percevoir les prémices de la manifestation de l'Être essentiel. Méditer sert à transformer l'homme tout entier.

Souvent envisagé sous l'angle contemplatif, la méditation peut être également un instrument actif, en ce sens qu'elle permet de travailler sur les passions et les désirs, de les objectiver et de les rejeter, ou de les brûler, pour reprendre la terminologie traditionnelle. Cette activité particulière permettra la destruction des obstacles à la progression en désamorçant peu à peu les mécanismes soutenant le « Moi social ». Ce travail incessant est une lutte journalière qui durera autant que l'existence, il convient donc de s'y préparer pour acquérir un maximum d'efficacité.

Outre la méditation, le futur disciple devra intégrer trois disciplines indispensables, celle de l'apprentissage du silence, parfois bien nommée *liturgie du silence*, celle de l'immobilité et la plus importante, la respiration juste, **sans laquelle rien ne progresse!**

Le silence

Nommé souvent « liturgie du silence », cette pratique est indissociable de la méditation. Cette attitude devra être pratiquée le plus souvent possible, durant de longues périodes allant de quelques heures à une ou deux journées. L'art du silence diminue considérablement les tensions, il rend les réactions des petits « Moi » moins efficaces. C'est un exercice facile permettant un apaisement de l'esprit et diminuant considérablement la prise des situations de conflit. Il fait partie intégrante de la vie initiatique, ce qui n'empêche nullement celui qui s'y adonne de parler dans le cadre de la vie sociale. L'efficacité du silence se trouve considérablement renforcé quand il est associé avec l'immobilité et le contrôle de la respiration.

L'immobilité

Aussi facile à entreprendre que la technique du silence, l'immobilité apporte une dimension supplémentaire base de l'apprentissage de la méditation juste. Cette pratique doit s'effectuer de préférence en étant assis, la colonne vertébrale droite. Tout comme le silence auquel elle est associée, cette pratique doit être effectuée journalièrement, le plus longtemps et le plus souvent possible. Les périodes d'immobilité totale peuvent aller de une à plusieurs heures. L'immobilité apporte au corps un calme qui facilite les fonctions internes et la respiration, comme le silence un apaisement à l'esprit. L'immobilité doit être totale, l'étudiant s'interdisant tout mouvement si infime soit-il. Peu à peu, avec la pratique, il sentira une énergie puissante l'environner, il se trouvera en relation avec l'énergie de la « Vie », l'énergie du monde. La paix qui envahit le corps engendre une disposition de l'esprit telle, que les bruits et l'agitation extérieure ne peuvent plus le troubler.

La respiration

La respiration est une des attitudes clef de la progression spirituelle. Cette respiration est un puissant dissolvant des tensions et des « scories » des « petits Moi égotiques ». Elle est un des principaux facteurs participant à l'acquisition de la « transparence » du Moi existentiel, permettant l'épanouissement de l'Être essentiel.

Ce type de respiration doit devenir un réflexe, une habitude et faire partie intégrante de la vie courante. Il convient de ne pas la confondre avec les exercices respiratoires proposés plus avant dans le texte, qui ne sont que des exercices ponctuels à visées énergétique.

La respiration à caractère initiatique n'est pas occasionnelle, mais doit devenir habituelle. Elle est impérative durant les périodes de méditation, de silence et d'immobilité. Elle se pratique en 4 temps, en position assise ou debout.

Temps 1 - L'inspiration. L'inspiration sera faite naturellement par les narines. En même temps que celle-ci on fera descendre le diaphragme (respiration ventrale), ce qui aura pour effet de gonfler un peu le ventre.

Temps 2 et 3 - L'expiration, celle-ci se fera par la bouche, assez lentement sur un temps double de celle de l'inspiration (donc deux mesures de temps). Durant cette phase on serrera doucement le ventre de manière à bien vider les poumons en remontant le diaphragme.

Temps 4 - Les poumons étant vide on bloquera, sans forcer, en retenant la respiration durant le même temps que l'inspiration.

Inspiration - expiration - expiration - rétention...

Ce type de respiration un peu contraignante dans les premiers exercices, deviendra rapidement une habitude à laquelle le pratiquant ne prêterait plus aucune attention au bout de quelques semaines. Peu à peu il se surprendra à appliquer cette technique dans la vie courante, pour son plus grand bénéfice.

Une respiration juste rapproche de sa propre profondeur. L'expiration exprime l'action, l'effort et l'élimination, c'est en expirant que l'on parle, que l'on chante, que l'on crie, que l'on fait un effort. L'inspiration au contraire est un moment d'assimilation, de récupération d'énergie. La rétention est le moment de repos, la « réflexion ».

Méditation passive & méditation active

La méditation est un outil de dissolution des aspects négatifs et contraire à la progression et en même temps un formidable outil de création, d'apprentissage et d'éducation, tant dans la vie initiatique que dans la vie courante. Il existe deux formes de méditation, l'une passive plutôt tournée vers l'intérieur, c'est le « Zazen » des japonais, l'autre active permettant la réalisation et l'apprentissage de technique physiques - entraînement sportif de compétition, tir à l'arc, peinture, modelage, etc.

La méditation passive - La méditation passive implique une certaine discipline et la maîtrise de plusieurs comportements (calme mental, immobilité, assise parfaite, respiration, régularité des horaires). Il existe deux formes méditatives de ce type :

La méditation sans objets qui est une recherche sur le vide, une descente dans les profondeurs de l'Être.

La méditation sur un thème précis.

La méditation sans objet, appelée méditation sur le vide, cette pratique est surtout réservée à des personnes déjà avancées sur le Voie. Son objectif est, entre-autre de se dégager du multiple pour se préparer au mystère de l'éveil.

La méditation sur un thème précis, peut avoir plusieurs objectifs. Dans un premier temps il sera bon de méditer sur les aspects négatifs du Moi, remonter à leur source, les objectiver pour mieux les rejeter, ce qui sera plus facile, car une fois réduits à leurs composants ils sembleront futiles et sans intérêt. On pourra également méditer sur les composants de certaines qualités (le désintéressement, la compassion, l'amour, etc). Dans le cadre d'une méditation, on ne traitera qu'un sujet à la fois. Certains thèmes classiques sont éminemment efficaces pour la progression, ce sont les thèmes de « la coupe », de « l'arbre » et celui de la « Croix » . A chacun de ces symboles, l'étudiant devra s'identifier, jusqu'à devenir l'objet de sa méditation.

La coupe reçoit et distribue, l'arbre communie avec la nature, plongeant ses racines dans la Terre et se hissant vers la lumière du soleil, la croix réunissant les quatre points de l'horizon, mais aussi les forces d'en haut et celles d'en bas, ceci indépendamment de ses connotations chrétiennes. Ces différentes pratiques seront étudiées en détail dans un ouvrage en préparation.

Le but de toute pratique initiatique est l'unité avec l'Être essentiel. La méditation est un outil de transformation de l'individu pour atteindre la « transparence » du Moi, afin de faire éclore l'Être.

La technique physique

La pratique de la méditation implique la connaissance et l'apprentissage des conditions physiques indispensables à sa mise en pratique, en particulier la posture qui revêt une certaine importance.

L'assise est fondamentale. Il convient de s'asseoir sur le sol les jambes croisées, soit en « lotus », soit en demi-lotus, c'est-à-dire avec une seule jambe posée dans le creux de la cuisse opposée. La colonne vertébrale sera bien droite, les reins légèrement cambrés de manière que le fessier soit un peu dirigé vers le haut. Les chinois disent que *l'anus doit regarder la Lune*.

Les mains s'appuient sur le ventre un peu en dessous du nombril, au niveau du Hara. Les doigts de la main gauche posés sur ceux de la main droite, de façon à ce que les pouces se rejoignent à leurs extrémités et forment un cercle légèrement aplati avec les autres doigts.

La méditation se fera les yeux mi-clos, le regard « posé » sur le sol à environ 1,50 mètre, sans fixer ni se concentrer sur aucun point. Néanmoins, le méditant peut utiliser un support, « pierre de méditation » sur lequel il « pose » son regard¹³

La pratique commencera par une détente physique, une phase de calme mental et la prise de respiration qui devra être maintenue durant toute la durée de la pratique.

Le pratiquant est libre de choisir le thème de son choix.

¹³ Les pierres de méditation ont une grande importance dans la pratique. Elles peuvent être de diverses matières, Basalte, Corail fossile, elles seront généralement taillées selon une forme particulière.

- Intermède -

Voici une historiette qui permettra à ceux que tente l'aventure du travail intérieur de méditer un peu sur l'âpreté du parcours. Le chemin de la décréation est semé d'épines et de tentations, de retour en arrière et de concessions qu'il faut dépasser, ignorer, comme le Christ au désert qui repousse toutes les tentations, pour ensuite être servi par les Anges !

Il faut réussir une catharsis de l'aspect noir que chacun de nous recèle en lui.



Cette histoire (très interprétée par votre serviteur Breton) est dérivée de la vie d'un Gentilhomme Breton du XVII^{ème} siècle, Pierre de Kériolet, dont la vie a également inspiré l'écrivain (Breton lui aussi) Le Quintrec dans son *"Christ aux Orties"*, excellent roman parut en 1982 aux éditions Albin Michel.



En un peu moins de dix années, Pierre de Kériolet avait parcouru un tiers de l'Europe. De la Basse Saxe à la Hollande, de l'empire Germanique aux confins de l'Italie, des Carpates à l'Espagne il avait poursuivi sa quête. Il avait rencontré les Docteurs les plus savants, les alchimistes et les astrologues les plus éminents, il avait même été enseigné par quelques cabalistes de haute volée, et était revenu à son point de départ.

Il avait appris ce que peu d'hommes de son temps connaissaient. Il savait les rouages secrets des livres de Corneille Agrippa, il était capable de discourir sur la « Polygraphie », de Jehan Trithème, et même il possédait à fond les oeuvres du Docteur Dee, magicien officiel de la cours d'Angleterre. L'étendue de son savoir en magie était étonnante... Mais il n'avait jamais trouvé le secret du pouvoir. Il était savant outre mesure, mais plus démuné qu'un sot pour produire le plus petit résultat. Rien !

Il pouvait presque tout expliquer, tout comprendre, mais aucun de ses rituels n'ébranlait les sphères tant supérieures qu'inférieures, aucun de ses diagrammes, de ses pantacles, de ses fumigations ne déplaçait le moindre esprit, pas le plus petit démon, pas l'ombre d'un diabolin. Ses incantations ne dérangent même pas les chiens et les chats du voisinage. Seul, peut-être "Axel", son beauceron, daignait-il éternuer parfois lors qu'il sommeillait trop près du réchaud des fumigations que son Maître allumait durant les opérations. Rien !

En dépit de ses veilles, de ses jeunes prolongés, de ses méditations, de ses macérations, aucune invocation, aucune évocation ne produisait l'amorce d'un effet. Rien !

Rien ! Rien ! Rien !

Sa fortune avait fondu comme la neige au printemps. Il ne lui restait que le manoir de ses pères et quelques terres qui jouxtaient la bâtisse. Dans un ultime sursaut de volonté, devant tant de "rien" accumulé, il en avait conclu que la seule solution était de "LE" trouver, d'obtenir de "LUI" ce que l'étude n'avait pu lui procurer. Il fallait le rencontrer et accepter le grand sacrifice, conclure le "pacte" et obtenir ce qu'il désirait en échange de son âme.

Il reprit son bâton de pèlerin, liquidant le reste de ses biens et se lança une fois encore sur les routes. Durant trois ans, il chevaucha, sillonnant l'Europe, du nord au sud et d'ouest en est. Il vivait chichement pour que dure sa quête... Nul part il n'obtint d'indication suffisamment précise pour savoir où se tenait celui qu'il cherchait. A Prague, un jour, on lui donna une piste, mais quand il était arrivé sur les lieux où "IL" s'était manifesté, on lui dit que l'affaire était vieille de six ans, et que depuis, "IL" ne s'était plus montré. Une autre fois au Portugal, il avait rencontré une fille qu'on disait avoir des "relations" avec "LUI". Avec une poignée de monnaie et la promesse d'une bourse rondelette, la donzelle avait accepté de le mener près de son coquin.

La garce l'avait guidé à travers bois et landes dans une clairière isolée. Là, elle avait tracé un cercle avec des cendres de charbon de bois, posé trois chandelles de couleur verte en triangle, puis s'était dévêtue, frottée le ventre, la vulve et les seins d'un mélange de graisse, de jus de plantes et de piment ! Ce qui ne tarda pas à la mettre dans un état d'excitation peu banal ! Elle lui dit de se dissimuler non loin de là et de rester discret. Elle s'allongea sur la mousse, et feula comme une chatte en chaleur. Un bruissement dans les fourrés se précisa, puis un immense bouc noir aux cornes luisantes, au sexe turgescent, d'un bon rejoignit la fille et l'enfila d'un coup de son braquemard tendu, à la satisfaction des deux protagonistes. Pierre de Kériolet était stupéfait, ne sachant que penser. Le bouc ayant fini son affaire, un autre fracas retenti dans les broussailles. Pierre se tint coi. Deux Hommes massifs, des bergers sans doute, les chausses sur les genoux, le membre viril en émoi, prirent la suite du bouc, à la grande joie de la bayadère. Le bouc quant à lui s'était mis à brouter prosaïquement près des chandelles.

Rongeant son frein, le pauvre gentilhomme reprit sa route. Peu de temps après, une affaire étonnante défraya la chronique. Depuis des semaines, et même des mois, un couvent de religieuses était la victime des assiduités du « Malin ». Des centaines de témoins avaient assisté lors de messes solennelles à la Cathédrale à des spectacles effrayants. Là, les religieuses étaient prises d'un mal étrange, elles se convulsaient, recrachaient les hosties, injuriaient le Saint-Sacrement, écumaient, se roulaient sur le sol, retroussaient leurs robes en des attitudes qui ne laissaient aucune équivoque. Bref le couvent entier était possédé. Le phénomène perdurait et ne semblait point vouloir cesser.

Très ému, Kériolet fila vers la ville de Loudun, persuadé qu'enfin il allait aboutir.

Il ne fut pas admis auprès de la supérieure, qui en dehors de ses accès lubriques, conservait, par la grâce de l'Evêque la direction de son couvent. Considérée comme une victime, elle faisait l'objet de hautes protections, qu'il eût été indécent de contrarier. C'est tout juste s'il put rencontrer un coadjuteur obscur, qui se lança dans une diatribe contre le malheureux confesseur des dites nonnes, l'accusant de commerce avec le démon - Le malheureux confesseur, en l'occurrence l'Abbé Grangier, devait d'ailleurs payer de sa vie les élucubrations hystériques de ces brebis - (absolument authentique).

Un matin alors qu'il errait en ville, il se trouva mêlé à un important rassemblement populaire. Massés auprès de la Cathédrale, ils attendaient la énième procession qui conduisait les soeurs à la messe solennelle. Le Gentilhomme fit comme eux. Bannière en tête la longue cohorte s'étirait, quelques religieuses calmes d'apparence, défilaient, encadrée par force moines, moinillons, diacres et porteurs de goupillons, précédé d'un prélat à l'air ennuyé.

Un homme debout à côté de Pierre, émit un petit rire discret. Kériolet se tourna pour considérer le rieur. Il était grand vêtu de sombre, une coiffure équivoque lui couvrait le chef, et ses yeux étincelaient. Pétrifié, le Breton n'osait respirer. L'autre pris un air affable.

- Tu me cherchais ? dit-il .

Le reste de la journée, ils la passèrent dans une taverne discrète. Pierre écoutait avec attention le discours brillant de son vis-à-vis. L'autre lui faisait mille-grâces, lui décrivant par le menu la vie fastueuse qui s'offrait à lui. Kériolet devenait grave. Une curieuse alchimie mûrissait en lui, mélange perfide de désirs fanés et d'espoirs mort-nés auxquels se superposaient des fragments de plaisirs douceâtres. Une victoire aux couleurs pâlissantes se dessinait devant ses yeux. Un kaléidoscope résumant ses aventures tourbillonnait en lui, théorie fumeuse d'errances imbéciles. Une larme de fiel coula dans son cœur.

Méphisto renchérisait, faisait le gros dos, le paon, le beau... Le tentateur affina son verbe, faisant miroiter l'attrait du pouvoir, rebondissant sur l'incalculable masse de savoir qui allait être sienne, glissant sur la fortune, les femmes qu'il aurait, les honneurs sans fin... Pierre demeurait de glace. Son visage devint pareil à celui d'un catafalque, un gisant de bon granit d'Armor. Dans le Celte païen, s'allumait la flamme de Patrick, l'Evêque vainqueur de l'Irlande et de la Celtie.

Le Diable, inquisiteur, senti la menace.

- Enfin que veux-tu, tonna l'entité ?

Pierre de Kériolet se leva, en proie à une intense répulsion pour celui qu'il avait tant cherché. D'une voie étonnamment puissante il cria.

- Je sais maintenant que je te hais. Je veux dégueuler tout le noir que j'ai dans l'âme !

L'autre chancela, ce courba sous l'impact du verbe, recula, bousculant pêle-mêle bancs et tables et s'en fut par la porte qui resta béante derrière lui.

L'ennemi, n'est autre chose qu'une partie de la personnalité du Gentilhomme Breton. Sa présence est une objectivation de ses désirs, de ses pulsions. Son ego noir. Il effectue une purification, exorcise ses démons. C'est un rejet, une catharsis. Il se confesse à lui même en objectivant sa réalité obscure, en prenant conscience de son "moi social" plein d'envie de désirs et de domination. Tout comme le héros de "la guerre des étoiles" qui combat son double, qui se combat lui-même, en tuant "l'homme noir" qui est en lui lors de son initiation dans l'ordre des chevaliers Jedi.

C'est un aspect de la décréation, que l'on retrouve dans la plupart des récits initiatiques ou mystiques. C'est aussi, souvent l'aspect qui passe le plus inaperçu de toute une littérature à vocation initiatique qui fait l'impasse sur cet aspect fondamental. C'est le sens profond de la quête du Graal.

Chapitre 6 -

Indépendamment des techniques menant à la progression spirituelle, un certain nombre de personnes souhaitent mettre en pratique les potentialités acquises. Bien que ces démarches ne soient pas conformes à la progression, certaines d'entre-elles restent licites quand elles sont utilisées dans un cadre positif, c'est-à-dire dans le sens de la Vie. Plusieurs techniques étant susceptibles d'avoir des fonctions utilisables dans le cadre thérapeutique (tant physique que psychique), ou dans des domaines connexes utiles à la communauté. Il n'en demeure pas moins que toutes ces pratiques peuvent être déviées et utilisées dans un sens beaucoup moins lumineux, dans ce cas le praticien prend des risques importants, qui peuvent même lui interdire la pratique d'une voie de progression.

Parmi ces techniques de « pouvoirs » il en est une qui peut s'avérer d'une grande utilité dans le cadre de la dissolution de l'ego, mais dont les capacités dépassent notablement ce seul emploi. Cette technique se nomme l'art des « Marelles », ou Diagrammes.

Les Marelles

Les marelles sont des techniques d'ancrage, utilisant les possibilités de la mémoire visuelle et faisant appel aux méthodes de concentration. Ce sont des glyphes, des graphismes, des symboles ou des lettres utilisés par un opérateur pour mémoriser une idée, une sensation ou un état de conscience particulier. Après avoir défini le type de graphisme à utiliser, le praticien se concentrera sur ces différents éléments, puis les notera soigneusement, se constituant ainsi une « bibliothèque » d'enchaînement de situations ou d'impressions. La simple évocation ultérieure de ce graphisme devra, s'il est parfaitement maîtrisé, évoquer la situation de départ ou l'état spécifique correspondant. Il est à noter qu'un grand nombre de carnets de rituels souvent incompréhensibles pour le profane sont constitués de « notes » symboliques de ce type appartenant à un praticien initié et ne possédant un sens que pour celui qui les a créés. Les arts magiques et l'ésotérisme sont pleins de ces chausse-trappes sur lesquels s'échinent vainement des générations de dupes !

Le procédé très particulier de la marelle, ne sera abordé ici que dans ses applications spécifiques aux développements des possibilités d'un opérateur.

La marelle qui est un procédé d'origine occidentale, est d'un intérêt majeur pour les adeptes. Ce procédé "d'ancrage", terme cher aux techniciens de la PNL (programmation neuro-linguistique), est particulièrement sophistiqué, il convient de méditer en les analysant les répercussions qui peuvent se révéler délicates. On ne doit jamais perdre de vue le fait que la marelle constitue une "programmation" d'actions réflexes, actionnant les couches profondes du psychisme, et modifiant parfois de manière considérable les circuits énergétiques de l'organisme. La marelle ou diagramme, est destinée à "enchaîner" des séquences d'états selon une chronologie établie. Chacune des images constitutives doit être déterminée avec un soin extrême, puis méditée avec une maîtrise de concentration particulièrement juste. Ces images, éléments d'une mosaïque, seront associées en un dessin qui fera lui-même l'objet d'une méditation répétitive, et d'un mot ou vocable de pouvoir en relation avec le symbole du thème défini. Au rappel du dessin, l'ensemble du processus s'enchaînera, et son efficacité sera d'autant plus grande qu'elle aura été associée avec un vocable porteur.

Les Marelles d'opérateur

Après l'étude sur la concentration, telle que nous l'avons définie au début du présent volume, nous allons pouvoir aborder des marelles d'action particulièrement performantes.

Une marelle de ce type est constituée d'une trame formée de méditations successives axées sur des états spécifiques (réalisables), organisés de manière chronologique pour reproduire ou développer une action déterminée dont l'objectif se situe au niveau du praticien. La marelle peut être considérée comme un abrégé de ces séquences, induisant au niveau subconscient la mise en condition souhaitée.

Prenons un exemple concret, celui d'un opérateur souhaitant développer ou enclencher un phénomène de montée d'énergie. Le travail de mise en condition de ce type d'action peut être contraignant et implique des méditations successives souvent longues et complexes, variant avec chaque individu. L'opérateur disposant d'une marelle pourra provoquer cette mise en condition de manière quasi instantanée et faire face à une situation demandant sa disponibilité.

Après avoir établi la succession de thèmes, de méditations et d'attitudes mentales indispensables, l'opérateur va les classer en séquence. Il obtiendra une suite logique de la progression pour parvenir à son but. Parallèlement, il créera un dessin d'une géométrie relativement simple, de dimensions modestes, pour être visualisé d'un seul coup d'œil. Ce dessin sera décomposé en plusieurs fragments, tel un puzzle, et chacun d'eux soigneusement repéré.

Durant plusieurs semaines, l'opérateur pratiquera des concentrations sur chacune des étapes de la mise en condition, en associant à chacune de ces phases l'un des fragments de son dessin. Chaque partie de ce dernier deviendra en quelque sorte le symbole de la phase de concentration concernée. Cette première étape franchie, l'opérateur travaillera sur la totalité du thème, en méditant les phases consécutives et en *vibrant* le vocable défini pour chaque fraction du dessin. Peu à peu, il se contentera de visualiser le dessin en entier en y ajoutant le vocable. Après quelques mois de cet exercice, la seule vue du dessin associée au vocable, provoquera au niveau subconscient le déclenchement de la succession des étapes nécessaires à l'obtention de l'état souhaité. Ce diagramme constitue une *marelle* susceptible d'induire au niveau subconscient la totalité des opérations programmées. Le procédé de marelle parfaitement mené permet à un opérateur d'effectuer des opérations complexes impliquant de nombreuses méditations, et surtout d'entretenir en les développant des facultés choisies. C'est ce que la tradition occidentale nomme « Marelle de pouvoir ».

Conception d'une marelle

Si l'on considère un état donné, but de la pratique souhaité par un opérateur. Celui-ci « découpera » l'ensemble de l'opération en différentes phases, par exemple :

– Concentration N° 1 – Concentration, visualisation N° 2 – Déplacement de conscience – Drainage d'énergie – Concentration N° 3 – Vocable et projection.

Il associera à son programme le diagramme d'une marelle qu'il aura déterminé, soit par exemple, le dessin suivant :

Fig - 27

Il découpera ensuite ce diagramme en autant de parties qu'il convient, en lui superposant une grille pour faciliter le repérage, si le programme comporte 6 phases

différentes, il formera une grille de six cases, si il y a 8 étapes, il découpera en 8, etc. Ce qui donnera :

- Durant une semaine (plus dans certains cas), l'opérateur effectuera des concentrations successives sur la phase 1 associée au fragment N° 1 du dessin.
- Les semaines suivantes, il effectuera la même opération sur les phases 2, 3, 4, 5, 6, etc. associés aux dessins correspondant.
- Lors de chaque progression, ou passage d'une case à une autre, devra s'opérer un exercice de "révision", par exemple, lors de la phase 3, il est indispensable de refaire une concentration complète de la phase 1, puis de la 2, etc...

Fig - 28

Le procédé doit être chaîné. La septième semaine (ou période), l'ensemble des phases doit être ainsi récapitulé en se concentrant sur le dessin total ainsi que sur le vocable associé.

REMARQUE 1

- Il est impossible de donner un exemple réellement concret, car les phases de concentration varient avec chaque individu.

REMARQUE 2

- Le mode de construction du dessin peut varier, le scénario peut être conçu comme un story-board, et chaque image comme un élément d'une mosaïque, dans ce cas on envisagera la marelle comme un véritable film illustrant un conte ou une légende.

Le « Moi » va utiliser toute l'intelligence pour ruser et masquer la « Voie ». Il convient d'utiliser cette même intelligence pour désamorcer les pièges.

Marelle de lettres, Marelle de symboles

La technique de la marelle peut revêtir divers aspects. On peut créer des marelles graphiques utilisant le découpage de graphismes en divers fragments facilement identifiables, ou remplacer ces dessins par des lettres ou des symboles. On obtient dans ce cas des marelles de lettres ou des marelles symboliques dont chaque élément correspond à une partie du message de programmation. En ce qui concerne les lettres, celles-ci peuvent être regroupées pour former un mot « spécial » n'ayant de signification que pour celui qui l'a inventé. Ce mot de « pouvoir » étant un résumé de concept énergétique ou d'attitude psychique. La disposition des lettres peut également être envisagée sous la forme d'un carré magique.

Ces pratiques séduisantes offrent par contre un grave inconvénient, celui de devoir attacher une « signification » symbolique ou énergétique à un « objet » commun, que l'on rencontre à chaque instant de la vie. Le risque alors est que le processus s'enclenche dès la rencontre de ces signes et que par trop de sollicitations le processus s'efface. Ces procédures sont donc à éviter.

Marelles de pouvoir

Les marelles doivent être considérées comme des outils de puissance, leur nombre doit être volontairement limité, le praticien devant maintenir celles-ci opératives en rafraîchissant ses souvenirs régulièrement (plusieurs fois par semaine dans les premières années, et une fois par semaine par la suite, le pouvoir est à ce prix !). Ce qui limite le nombre de marelle par opérateur. Il est amusant de souligner que dans les jeux de rôle, type Donjons et Dragons, les personnages assumant les rôles de magicien ou de clerc, doivent se plier à ce genre de règle, et ne disposent que d'un nombre de sorts limités. On retrouve la même contrainte dans les livres de « Tolkien », « Le seigneur des anneaux » et dans un autre livre du même auteur, « Bilbo le hobbit ».

Un autre inconvénient de la multiplication des marelles est le risque d'interférence que peuvent produire certains thèmes entre eux, ainsi que le nombre d'informations que peut supporter le subconscient sans risque de surmenage.

La marelle peut assumer un grand nombre d'applications. Une fois le principe maîtrisé, il pourra adapter le procédé à plusieurs cas de figures, mais en aucun cas il ne devra fixer une marelle sans avoir acquis, et vérifier qu'il est capable d'assumer avec succès la réalisation de son programme en l'absence de celle-ci. C'est-à-dire par les moyens normaux de la concentration et des déplacements de conscience.

Imaginons qu'un opérateur souhaite effectuer une montée énergétique afin de canaliser celle-ci. Dans un contexte normal, il devra suivre un certain cheminement de concentration et de déplacement de conscience, sans parler des exercices d'accumulation énergétique. S'il est incapable d'atteindre ce but par les moyens classiques, un peu long pour un opérateur inexpérimenté, il faut le reconnaître, il ne devra JAMAIS établir une marelle pour accéder à cet état. L'effet serait DESASTREUX. La marelle agit comme un programme "contraignant" le subconscient à se placer dans un certain état. Si le subconscient n'a pas l'expérience souhaitée, et se trouve dans l'incapacité de reconstituer le cheminement, par manque de précision (cas d'une marelle mal conçue ou incomplète) ou d'expérience (si l'opérateur n'a jamais pu réaliser l'opération), le subconscient fonctionnant par analogie, il se produira une tension, laquelle risque fort d'être somatisée par l'inconscient incapable d'exécuter l'ordre. Dans ce cas, ce peut-être la folie, un déséquilibre neurovégétatif, un ulcère, une dépression ou un cancer...

Les outils de pouvoir sont dangereux, ils ne peuvent être placés entre les mains de personnes incompetentes ou imbéciles. Heureusement, le système se protège de lui-même, puisqu'une marelle efficace ne peut être réalisée que par des personnes ayant maîtrisé calme mental, concentration, vigilance et pratique de visualisation.

Il me souvient d'un étudiant, qui avait conçu une véritable passion pour les systèmes de marelle que je lui avais enseigné depuis peu, qui se lança à corps perdu dans l'expérimentation. Il avait imaginé une marelle pour... centupler ses possibilités sexuelles ! Je le mis en garde, contre une telle démarche, d'ailleurs incompatible avec une progression initiatique sérieuse. Sans tenir compte de mon conseil, il effectua sa programmation... Quelques mois plus tard, il fut atteint d'une atrophie testiculaire ! Adieu veaux, vaches, cochons...

Je livre à votre réflexion ces lignes d'Oscar Wilde.

« Aucun homme n'est assez riche pour racheter son passé ».

DOMAINES D'APPLICATION DES MARELLES

Les marelles sont lumière éclatante, ou plus noires que vous ne pensez...

Ne perdez jamais de vue qu'une marelle est un procédé d'ancrage très sophistiqué et que vous ne pourrez « ancrer », sans risque, qu'une chose vécue, donc réalisable, puisque réalisée. Si certaines des possibilités des marelles décrites ci-après vous étonnent, elles n'en relèvent pas pour autant de la littérature fantastique. Certains opérateurs très entraînés sont capables de réaliser ce genre de pratiques. Les marelles qu'ils ont conçues et qu'ils utilisent, n'ont, pour seuls objectifs, que d'être opérationnelles afin de réaliser ces “prodiges” de manière quasi instantanée. Il faut considérer, d'un certain point de vue, la marelle comme un raccourci technique, un “sub-espace magique”. Dans le cadre d'une énergétique personnelle, elles deviennent outils de premier ordre, accélérant l'acquisition de potentialités de grande utilité.

Dès lors qu'un opérateur a suivi un entraînement tant sur le plan psychique et mental, que sur le plan énergétique, il devient apte, après quelques années (entre trois et cinq ans), à explorer plusieurs domaines des sciences traditionnelles. Ceux-ci sont variés et constituent à terme des spécialités pour lesquels l'opérateur sentira plus ou moins d'affinité. La talismanie, la théurgie, la recherche spirituelle, la quête de l'Être essentiel, le développement du corps de gloire, la spagyrie ou certaines voies particulières, comme les arts martiaux à très haut niveau...

Pour ce faire, il devra forger un certain nombre d'outils qui lui permettront de conforter son entraînement, ou plus simplement d'effectuer avec succès des opérations complexes avec un minimum de préparation. Les marelles constituent ces outils privilégiés. Un autre aspect étant l'élaboration de familiers ou d'opérations portant sur les phénomènes égrégoriques, ceci dans un contexte très différent.

Marelle de contrôle énergétique et de pouvoir

Le développement de “pouvoirs” se résume souvent à des questions de discipline dans le cadre d'un entraînement. Il s'agit le plus souvent de contrôler des phénomènes énergétiques, et d'acquérir la maîtrise de certains états de conscience. Prenons par exemple les pratiques du “Tumo”, qui est, je le rappelle, une technique permettant un réchauffement du corps utilisé par les Tibétains pour résister aux froids extrêmes. Cet exercice nécessite une grande maîtrise de la concentration sur l'élément Feu et une faculté de répartir l'énergie à la surface du corps. La pratique du Tumo comprend plusieurs phases dans sa mise en application. L'étudiant qui aura réussi à dominer le mécanisme, pourra facilement construire une “marelle Tumo”, qui lui permettra de réaliser de manière quasi instantanée, la mise en condition souhaitée. Il en va de même pour la pratique de Loung-gom qui est basée également sur une maîtrise d'une respiration rythmique (comme d'ailleurs la marche Afghane), associée à une concentration particulière. Cette technique, également tibétaine, permet à celui qui la pratique de marcher à grande vitesse durant plusieurs jours d'affilés, sans ressentir la fatigue, avec une dépense d'énergie minimum. Le Loung-gom fait aussi partie des pouvoirs que l'on peut programmer avec la technique de marelle. La liste de telles applications serait trop longue, les spécialités de pouvoir étant particulièrement nombreuses. Quoiqu'il en soit, il convient de souligner que toutes les techniques nécessitant plusieurs phases successives pour atteindre une mise en condition, sont réductibles à une marelle. Il en va de même, pour les déplacements de conscience ou les concentrations énergétiques dans différents points du corps. Après que l'étudiant soit parvenu à réaliser ces déplacements, il lui sera loisible de créer une marelle simple pour reproduire le phénomène à la demande, le processus deviendra un simple automatisme. Le problème est identique pour plusieurs procédés de mise en condition psychique, comme la voyance, la sensibilisation à l'inconscient collectif, etc...

Quelques adeptes ont même poussé plus loin l'expérimentation en créant des marelles d'éveil magique, qui sont d'autres formes de marelle de pouvoir. Il ne faut cependant jamais perdre de vue que ces instruments sont extrêmement délicats et dangereux, c'est pourquoi on ne devra les utiliser, dans le cadre de la recherche d'une voie d'éveil, qu'avec une extrême circonspection. La raison est que ces marelles sont élaborées par une certaine forme d'expression de l'ego et que la programmation volontaire utilisée risque à terme d'être un obstacle supplémentaire à devoir dissoudre !

Les marelles d'éveil magique

L'éveil magique est une expression inventée pour les besoins de la cause par quelques opérateurs à la recherche de solutions plus performantes pour accélérer certains processus. Le terme d'éveil magique est une appellation assez vague couvrant un grand nombre de spécialités. De telles marelles sont assez délicates d'emploi, puisqu'elles ne s'appuient pas sur une pratique acquise, mais procèdent d'une démarche spéculative, avec tous les risques que cela comportent. Nous avons en mémoire le conseil prescrit un peu plus avant dans ce texte où je soulignais les risques importants de somatisation, en cas de non identification de « l'ordre » programmé, par l'inconscient ? Ignorant ce risque, certains conçoivent des marelles prospectives, destinées à produire l'éveil de certains pouvoirs. Ces marelles sont conçues de manière assez large pour limiter le risque de blocage psychique. On peut se risquer à imaginer qu'elles constituent des sortes de demandes, sinon de prières s'adressant au « Je » ou à une quelconque entité, pour que des circuits spéciaux se mettent en œuvre... De tels procédés sont généralement utilisés comme des suggestions post-hypnotiques pour augmenter la sensibilité, provoquer des aptitudes au magnétisme, à la voyance, etc. Elles sont de toutes façons éminemment dangereuses et absurdes.

D'autres vont plus loin, cherchant des pouvoirs sur les éléments. Les risques se trouvent dans ce cas décuplés. Il n'est pas impossible que quelques bricoleurs de l'occulte ayant « joué » avec les éléments n'aient subi à plusieurs reprises des accidents cuisants qui ont mis fin à leur expérimentation. Je pense notamment aux dizaines de cas de combustions spontanées dont furent victimes des individus apparemment dans des situations banales, qui se sont « enflammés spontanément » devant des témoins stupéfaits...!

Marelle et longévité

La technique de la marelle peut être associée aux processus de recherche de la longévité. Dans ce contexte précis, les marelles peuvent être conçues à plusieurs niveaux. On peut par exemple créer un programme de détoxication, afin d'épurer l'organisme, tant sur le plan psychique que physique. Il s'agit alors de marelles simples stimulant les organes d'élimination, reins, foie, vésicule, etc... Ou de marelles agissant sur la détente, la relaxation et la dynamisation cérébrale. Il peut être question également de marelles de contrôle d'énergie permettant de porter une énergie de reconstruction à un organe défaillant pour le régénérer. Le principe du déplacement de conscience étant acquis, il sera possible de combiner des méditations spécifiques sur un organe avec un déplacement d'énergie spécifique. Le mécanisme d'action peut être décrit comme suit : si l'on a établi une procédure de concentration énergétique associée à un vocable, il sera aisé, ayant effectué un déplacement de conscience dans un organe déterminé, de procéder au déclenchement du phénomène par visualisation du signe de marelle et prononciation du vocable correspondant. Il en va de même des procédures de déblocage ou de renforcement d'activité des chakras. Cette méthode constitue une technique de choix pour aider la montée de Kundalini (ceci pour les personnes n'ayant pas la volonté de suivre une

progression normale). Dans ce cas précis, on devra débiter par la stimulation énergétique des chakras inférieurs, pour peu à peu « forcer » l'énergie vers le haut. Ce procédé doit être utilisé avec circonspection afin d'éviter des accidents parfois catastrophiques en cette matière. Il faut en outre préciser que ce genre de démarche anti-naturelle, s'adressant à un organisme non préparé (physiquement et spirituellement), n'est jamais durable, seuls les dégâts résultant ayant quelques chances de survie.

Pour en revenir aux pratiques favorisant la longévité, il convient de signaler que celles-ci sont presque essentiellement basées, dans un premier temps, sur une maîtrise de l'accumulation énergétique. On comprendra sans peine tout l'intérêt des marelles associées à la pratique des vocables.

Avant de clore ce passage sur le procédé de marelle, il est difficile d'oublier deux utilisations assez étonnantes appartenant à ce concept, l'une d'elle, très concrète, est utilisée par de très rares écoles d'arts martiaux, l'autre se situant à la limite du « thriller » fait l'objet d'une certaine assiduité dans quelques endroits dispersés dans le monde, en particulier dans l'océan Indien.

Marelle de Ninja

Bien que le terme de marelle ne fasse pas partie de l'enseignement des arts martiaux, quelques écoles développant à haut niveau l'aspect spirituel, utilisent un procédé analogue aux diagrammes des enseignements traditionnels occidentaux.

Les Ninjas, on le sait, sont des guerriers d'une efficacité redoutable, excellant dans plusieurs disciplines. Subissant un entraînement d'une sévérité extrême dans un contexte de vie spartiate, ils sont particulièrement exercés aux méthodes de concentration et de vigilance. Certaines écoles professent d'ailleurs une éthique proche du Zen, et les résultats sont spectaculaires. Ces guerriers surentraînés utilisent des exercices de méditation utilisant les déplacements de conscience et visualisent les séquences d'enchaînement de « kata ».

Quelques maîtres ont mis au point des séries de concentration/méditation qui peuvent être assimilées à des programmes de mise en action d'une mobilisation énergétique, sensorielle et de vigilance totale. Le guerrier doit combattre en état de concentration et peut mobiliser en une fraction de seconde la totalité de ses connaissances et automatisme de combat en se référant à une marelle associée à un vocable (lequel n'est le plus souvent qu'un cri modulé). Dès lors, le combattant va laisser agir l'autre, c'est-à-dire le guerrier intérieur. Il devient vigilance et action, le programme de marelle entre en jeu. Les notions d'émotion sensorielles sont effacées, le calme mental domine, la concentration est omniprésente. Le guerrier dans cet état est totalement dépersonnalisé, il est le combat. La rapidité des réactions est multipliée par dix, aucune faute dans les enchaînements des phases de combat, l'attention est globale et dépasse largement la faculté d'information des sens dans l'état normal. L'homme est devenu une machine idéale à l'efficacité surhumaine.

Ce genre de méthode peut avoir des résultats désastreux si le sujet qui les applique n'a pas procédé à une dissolution préalable de ses tensions, passions et désirs, en un mot s'il n'est pas transparent, car alors se produisent des situations de conflit intérieur qui entraînent de graves conséquences somatiques ou des déséquilibres mentaux. Il est vrai qu'un individu ayant atteint un niveau suffisant de transparence ne se risquera pas à des jeux aussi infantiles.

Après un tel entraînement, on comprend pourquoi certains maîtres développant des niveaux de conscience très élevés, répugnent au combat, ils se contentent de développer un esthétisme portant à la perfection le combat devenu un art.

Il ne faut pas voir dans cette démarche, une école de machine à tuer. Certes, les ninjas et d'autres pratiquants des arts martiaux sont de redoutables combattants, mais il est

un niveau où les voies se rejoignent dans une perspective tendant vers une finalité commune : l'éveil.

On peut rapprocher de ces techniques les utilisations de marelles élaborées à partir de déplacements énergétiques basé sur le Taï t'chi, cette gymnastique chinoise qui permet (quand elle est pratiquée à haut niveau) de développer la concentration et surtout la vigilance. Le Taï t'chi est d'ailleurs fortement conseillé en technique d'appoint pour les futurs opérateurs.

Marelle et lycantropie

Voici pour terminer avec la notion de marelle, une application pour le moins insolite. Issue des pratiques chamaniques, cette technique frise le fantastique sur bien des points.

Qu'est-ce que la lycantropie ? La définition qu'en donne un dictionnaire est la suivante :

Lycantropie, croyance d'après laquelle les hommes peuvent se transformer en loup (ou en d'autres animaux). Dict. Robert. éd. 1986.

Autrement dit loup-garou ! Vous serez sans doute surpris d'apprendre qu'il existe des sorciers enseignant à leurs élèves les techniques de transformation en garou, et que cet enseignement se perpétue de nos jours dans plusieurs traditions. Le loup n'est pas le seul modèle choisi par ces étranges professeurs, il convient même de préciser qu'il est rarement pris comme animal de référence, on lui préfère d'autres animaux plus communs, discrets, en un mot passe-partout. Ce peut-être le cerf, le sanglier, le chien, un fauve commun à une région, etc... La panthère était, pour les Mau-mau, considérée comme un animal représentatif de leurs croyances, elle fut le modèle qu'ils privilégièrent dans leur folie sanguinaire qui défrayait la chronique il y a plusieurs dizaines d'années. Cet échantillonnage est en relation avec la notion d'animal de pouvoir, enseigné dans la plupart des écoles chamaniques. On retrouve ces pratiques dans quelques lieux isolés du Jura, de la Corse, à Ceylan, dans l'est de l'Inde, en Indonésie, et à l'île Maurice..!

Est-ce à dire que la procédure enseignée permet une transformation effective en un quelconque animal ? En vérité non, mais le résultat est très proche, puisque l'individu programmé par une marelle, s'identifie à l'animal et développe une énergie considérable et une telle concentration, que toute personne le rencontrant se trouve instantanément sous le coup du « charme » et « voit » l'animal en question. Seul un adepte possédant une grande maîtrise du mental reconnaît la réalité humaine du garou. Souvent la présence d'un maître accompli ou d'un initié de haut niveau suffit à rompre l'illusion.

Pour parvenir à cette qualité d'application, il faut un entraînement journalier durant de nombreuses années, et le jeu n'en vaut pas la chandelle. Sans compter que le malheureux garou, se trouve toujours à la merci d'une mauvaise rencontre, sous la forme d'un fusil chargé à chevrotines... Quant aux motivations présidant à de tels exercices, le moins qu'on puisse dire est qu'elles ne sont pas empreintes d'un angélisme militant.

Les sorts

Les techniques de marelle ont été, et sont encore, utilisées par les praticiens de la basse magie et des différentes formes de sorcellerie pour des actions rapides, pas toujours d'une moralité exemplaire, mais souvent efficaces. Ces procédures demandent de la part du praticien un certain niveau d'entraînement et une grande habitude de la pratique. Le sort est une intention objectivée, généralement accompagné d'un vocable, ou mot de pouvoir,

projeté par un opérateur pour créer un « vortex » énergétique dans lequel s'engouffre l'intention. Celle-ci est le plus souvent très simple et de nature émotionnelle instinctive, car plus le « message » est simple plus l'action est efficace. Les sorts, sauf exception, ont une durée de vie extrêmement limitée. Cette durée se réduit le plus souvent à la consommation de l'intention, celle-ci ayant eu lieu, le potentiel est dissipé.

Cette partie obscure des arts magiques porte le nom de science des ligatures, ou tissage de sort. Voici comment procèdent les opérateurs de cette discipline mondialement répandue.

Le sort, nous l'avons dit est une intention objectivée. Il est la concrétisation d'une « séquence d'événements » créée artificiellement par un opérateur. Dans un premier temps celui-ci va définir l'effet à obtenir, puis il va imaginer une cause plausible et réaliser une visualisation de son scénario. A chaque séquence de l'action, le sorcier va associer un fragment de marelle et effectuer une série de méditations préliminaires. Il va ensuite réunir les séquences, revisualiser l'ensemble ainsi que la marelle associée. Le sort est prêt. Il est évident que les spécialistes du tissage de sort ne préparent pas chaque « sort » de cette manière, ils utilisent une technique pratique, sorte de raccourci, qui leur permet de « préfabriqué » les sorts. Il s'agit des fameux carnets de sorts.

Le carnet de sort

En homme d'expérience, le sorcier a catalogué un certain nombre de demandes qui reviennent souvent. Cette fréquence de répétition permet de définir un certain nombre d'éléments communs à plusieurs situations parfois différentes. Le praticien va donc « travailler » sur ces éléments répétitifs en leur associant un fragment de marelle, un symbole et un vocable. Il va dresser un véritable catalogue événementiel associé à autant de parties de marelle. Durant des mois et même des années, il va opérer des méditations sur chacun de ces éléments, qu'il révisera sans cesse, de manière à entretenir la dynamique de ces « programmes ». Cette collection d'un genre particulier est souvent regroupée dans un cahier que le praticien « révise » constamment. Dès qu'un problème lui est soumis, il lui est possible après analyse de la situation de construire rapidement une séquence répondant à la demande et sans transition d'appliquer la nouvelle marelle ainsi constituée. Le système du carnet de sort est un véritable « mécano » de « répliques énergétiques » à une où des situations données. Ce travail de longue haleine n'est pas une entreprise aussi facile qu'on le pense, même si l'idée qui y préside paraît simple, cette mise au point fastidieuse ne pouvant être exécutée que par un individu suffisamment préparé et dont l'efficacité est prouvée. La construction du code de marelle n'est pas la partie la plus facile, car les combinaisons d'éléments doivent pouvoir s'enchaîner graphiquement sans solution de continuité.

En possession de son sort, le praticien va pouvoir passer à l'acte. Chaque spécialiste à sa technique, mais ces dernière sont très voisines dans leurs mode d'application. Généralement, le praticien va pratiquer un léger calme mentale, puis il visualisera sa marelle pour conditionner son psychisme, enfin il tracera sur le sol un graphisme instinctif, la « Grille », qui devra lui venir spontanément, avec la main, ou avec un bâton en même temps qu'il dira ou criera son vocable d'action. Certains tracent le sort dans l'air avec une baguette, d'autre du bout du pied et quelques uns vont le « danser » et le tracer à l'endroit qui leur semble le plus approprié. La notion de gestuelle ou d'attitude corporelle étant un des éléments complémentaires de la pratique. Une notion très importante est celle de « l'inspiration » créant le geste de *la grille*, ce dernier s'impose dès lors que le praticien est imprégné de son action. Cette création, qui ressemble parfois à un griffonnage, est la matérialisation de l'intention.

Quelques spécialistes de haut niveau préfèrent charger un objet quelconque, une pierre, d'où l'expression populaire - *Il a jeté une pierre dans mon jardin* -, une statuette, un objet personnelle, une lettre, voire un animal (le chat est souvent choisi en raison de ses capacités électriques). D'autre plus avancés prépareront un produit spécial, le condensateur, sorte d'accumulateur ayant la particularité de conserver ce type d'énergie. L'utilisation d'un condensateur offre en plus la possibilité d'effectuer plusieurs opérations de suite augmentant ainsi la puissance du sort. Ce type particulier de sort prend alors le nom de charge.

Le sort tracé ou marqué en un lieu précis ou sur un objet quelconque n'a plus qu'à attendre son « utilisateur ». Cette technique de marquage constitue un véritable « *ancrage* » d'intention vitalisé par l'énergie du verbe et de la gestuelle de l'opérateur.

Laissez-moi vous dire une histoire de sort qui vous aidera à mieux comprendre le processus.

Gwen avançait dans la forêt. Son bâton serpent à la main, il écartait les taillis et les ronces qui entravaient sa progression. Vêtu d'un "jeans" un peu délavé, d'une chemise de toile blanche, un poncho de laine venant d'Argentine sur les épaules, il avançait sans hâte, régulièrement. Son couteau au manche de bois, serré dans son étui de cuire battait sa hanche au rythme de ses pas. Hormis son bâton, un vieux briquet de cuivre, son paquet de tabac et sa pipe, il ne portait aucun autre objet. Quiconque l'aurait croisé à ce moment l'aurait pris pour un promeneur herborisant dans les taillis...

Un lointain aboiement auquel d'autres répondirent lui firent stopper sa marche. Avec attention il écouta. Là bas des chiens donnaient de la voix. Une meute à en juger par la multitude des appels. Il plissa les yeux. Une chasse à courre ? Il pensa. Apportés par le vent, les fragments d'un tumulte lui parvenaient en staccato. Par bouffées, en mineurs et en majeurs. La meute venait dans sa direction. Il sourit. Lentement il fit demi tour et revint sur ses pas. A cent mètres il avait croisé une piste, un passage, certainement crée par un gros animal, coutumier du parcours. Parvenu à la trouée, il observa le sol... C'était un passage de cerf. Les empreintes allant d'un sens et de l'autre montraient que l'animal utilisait fréquemment cette sente. Les traces les plus récentes dataient certainement de l'aube, vers *la fraîche*, l'animal risquait de l'emprunter pour rejoindre un point d'eau, à moins que quelque chose ne l'oblige à se réfugier dans un endroit qui lui était familier. Gwen connaissait bien la topographie de ce secteur et savait qu'à environ trois kilomètres se trouvait une source s'épandant dans une mare... Peut-être l'abreuvoir du cerf, car la piste se dirigeait dans cette direction. Au loin, la voix tragique de la meute devenait persistante. Un son de trompe de chasse ponctue le concert.

- Les cons..., murmura-t-il entre ses dents.

Il rejeta son poncho sur son épaule, posa le bâton, s'assit par terre et ... retira ses bottes, ses chaussettes qu'il fourra en boule dans une poche. Reprenant son bâton, il se mit en travers de la piste, pieds nus sur le sol.

Il inspira profondément, gonflant le ventre et expira avec une lenteur calculée. Un instant il ferma les yeux. Les muscles de son visage se détendirent, sa bouche s'entrouvrit légèrement, les plis de son front s'effacèrent, ses épaules s'affaissèrent. Il était immobile comme les hêtres et les chênes qui l'entouraient. La forêt se tut. Progressivement il entrouvrit les yeux. Le regard vague filtrait entre ses paupières. Iris dilatés. Un souffle profond et continu fusait de ses lèvres. La main gauche s'étendit, paume tournée vers les frondaisons, la main droite tenant le bâton se tendit devant lui. Vite, très vite, il traça de la pointe du bâton autour duquel s'enroulait un serpent sculpté, un diagramme sur le sol. Un

mot sourd, à peine murmuré, mais résonnant curieusement au milieu de sa poitrine, fusa, ponctuant la fin du geste.

Ses traits se contractèrent à nouveau, les yeux s'ouvrirent, un air malicieux transforma son visage et s'acheva par un sourire. Il sauta en dehors de la piste, enfila chaussettes et bottes et fila à quelques dizaines de mètres dans les taillis.

Quelques instants plus tard, un bruit de galop se fit entendre. Des sabots martelaient le sol, on entendit un halètement court et puissant. Le cerf arrivait dans un fracas de branches cassées. Le cou légèrement allongé, le bois un peu en arrière, l'écume à la bouche... La bête était visiblement fatiguée. Il ralentit sa course. Ses yeux sombres bordés de khôl, cherchaient quelque chose. Il s'arrêta à quelques pas du diagramme, huma l'air, inquiet. Il broncha en apercevant l'homme en poncho, qui bourrait sa pipe tranquillement.

Gwen regardait le cerf en souriant. Par sympathie il cligna de l'oeil dans sa direction.

- Courage camarade, va mon vieux... Il lança d'une voix sourde.

Le cerf renifla bruyamment. La voix des chiens montait. Le cerf déglutit, lança un dernier regard au "brucho", s'éleva d'un bon au dessus du diagramme et fonça sur la piste à peine marquée. Gwen le suivit des yeux quelques instants et se mit en route à travers les fourrés en suivant un chemin parallèle à la piste.

Les chiens arrivaient, oreilles battantes au rythme de leurs pattes courtes et puissantes. Le vacarme était assourdissant. Quelques centaines de mètres derrière, les premiers cavaliers se profilaient.

- Ils le tiennent, cria celui de tête.

Piquant des deux, il excita son cheval. Une sonnerie de trompe retentit, prévenant la compagnie.

Les chiens étaient à quelques pas du diagramme, ceux de tête s'arrêtèrent, reniflant, poussés par les autres abrutis par la course. La meute s'attoupa face au diagramme. Un des chiens en profita pour lever la patte contre un frêne qui ne lui avait rien fait. Les chiens de tête baissèrent la queue, l'un deux eut un jappement craintif auquel fit écho un autre, puis un autre encore...

Tournant casaque l'un des chiens fonça dans les broussailles au hasard suivi par un de ses compagnons... En quelques fractions de seconde ce fut la débandade. Les uns partaient à droite, les autres à gauche, certains faisaient demi-tour, une pagaille extrême s'ensuivit. Le premier cavalier arriva sur les lieux, croisé en chemin par quatre chiens terrorisés courant ventre à terre, pressés de retrouver leur chenil. Interloqué, il arrêta son cheval qui broncha en piétinant le diagramme devenu inutile.

- Nom de Dieu, hurla le cavalier en arrachant sa bombe.

Deux autres chasseurs l'avaient maintenant rejoint.

- Les chiens sont fous, cria l'un d'eux, qu'est ce que c'est que ce bordel ?

A moins de cinquante mètres, à demi dissimulé derrière un tronc, Gwen riait en allumant sa pipe.

Cette histoire s'est déroulée en forêt de Compiègne dans les années 80. Elle fit bien rire ceux qui en eurent connaissance. La baronne de R ..., d'une noblesse pseudo aléatoire, qui commanditait cette joyeuse corrida, dû attendre deux jours pour récupérer ses chiens. Elle ne put reconstituer sa meute qu'en offrant un prime de cent francs par chien aux gamins des villages alentours qui firent bonne recette en les lui rapportant. Le crime de paie pas, mais il coûte cher à ceux qui dérangent les copains d'un sorcier, surtout quand on les chasse à courre.

Quant au cerf, le soir près du point d'eau, il but à la santé de tout le monde, sous le regard attentif de Gwen qui se bourra une pipe pour fêter ça. Depuis, ils se sont perdus de vue...

Le sort qui est au centre de cette histoire est un sort en *grille*. Dans sa forme élémentaire, il est simple à mettre en oeuvre et réussit sans trop de difficultés pour des demandes pas trop sophistiquées, au grand ravissement des débutants qui l'essayent. Tel qu'il est décrit dans ce récit, bien qu'élémentaire, il nécessite de la part de celui qui le "jette" à ce niveau une grande maîtrise. Une analyse sommaire du processus permet de mieux appréhender cette « réalité » magique ».

Le processus du sort en général s'appuie sur une trame subtile. Sa mise en pratique nécessite la prise de conscience d'un entraînement qui est dans sa finalité la forme la plus pure de l'acte magique.

En décomposant l'histoire précédente, notre sorcier (brucho, au Brésil, au Portugal et en Espagne), a dans un premier temps pris conscience de la situation. Il a donc visualisé la situation : une meute de chiens (visualisation de situation), puis un cerf fuyant devant eux. Il a ensuite construit une image mentale de ce qu'il voulait obtenir (l'histoire ne dit pas s'il a ou non utilisé la procédure de marelle), des chiens arrêtant leur poursuite et s'égayant dans les bois (visualisation active volontaire, construction de l'imaginaire). Ensuite, il a fait monter ses énergies, plus précisément, les a mobilisées, concentrant sa conscience en un point de haute densité, comme un pratiquant des arts martiaux qui devient le "coup" qu'il va porter, ou la flèche dans le cas du tir à l'arc. Parvenue à ce stade il a opéré instantanément un calme mental (respiration et relâchement musculaire). Il a attendu de ressentir l'imminence de l'inspiration, en maintenant sa visualisation.

La main a tracé une grille (diagramme) sur laquelle il a projeté sa conscience (déplacement de conscience), devenant lui même la grille, la chargeant, l'investissant. Le sort est devenu pour lui une réalité absolue. C'est le "hoc est" (cela est, de la messe catholique). La volonté a été fulgurante, sans faille, et non perturbée par une sensation ou pensée parasite. Le phénomène de rupture qui a clos cette action, a de ce fait été violent (phénomène de coupure produisant une induction énergétique). Le diagramme chargé est devenu actif. Le cerf a senti quelque chose, mais cette chose n'était pas hostile, au contraire. Peut-être, même la bête a-t-elle perçu inconsciemment l'aide qu'on lui apportait et une certaine complicité ?

Pour les chiens leur instinct les a averti de quelque chose d'inquiétant et de redoutable... Vous connaissez la suite.

Le « Modelage »

Il existe une curieuse technique pratiquée dans les pays Celtes ainsi que par les chamans d'Amérique du sud. Cette méthode d'une grande efficacité peut être réalisée pour « créer » une ambiance particulière dans un lieu. Par exemple on pourra choisir comme thème le calme, la détente ou la paix, dans une chambre de malade, la joie de vivre, le dynamisme, etc.

La technique est simple pour une personne entraînée et demande environ une demi-heure. Le praticien effectuera une méditation très poussée sur le sujet du thème choisi, tout en « modelant » entre ses mains une boule d'argile rouge, ou de cire d'abeille. Il pourra, s'il le souhaite renouveler plusieurs fois l'opération. Celle-ci étant effectué, il déposera l'objet façonné dans le lieu pour lequel il l'a « chargé ». L'argile et la cire sont des supports éminemment réceptifs, comme nous le verrons dans le chapitre relatif aux

phénomènes de charges. Il convient de souligner que ce genre d'objet à une durée de vie extrêmement brève (entre trois et sept jours).

Cette pratique d'ancrage très particulier peut également être effectuée sur des objets ou des statuettes. On choisira en ce cas des objets en bois ou en pierres, lesquels sont plus longs à charger mais conserve l'influence parfois très longtemps. C'est ainsi que certaines statues de saints accumulent l'énergie spirituelle des prières qui leur sont adressées.

Dans le cadre d'actions instantanées les « Bruchos », sorciers indiens du Brésil, modèlent ce genre d'objet (qui constitue une charge énergétique ou émotionnelle) pour influencer une personne et s'arrange pour lui remettre celui-ci. Dès que le contact physique s'opère, la contagion se fait, le charme agit...

Chapitre 7 -

La science du verbe est une des traditions les plus anciennes que connaissent les civilisations indo-européennes. Le pouvoir des sons et la connaissance des mots secrets font parties intégrante de toutes les mythologies. La quasi totalité des livres sacrés font référence à une phase de création du monde à partir du verbe. Dans le monde matériel de la création, le son constitue également un moyen d'action. L'énergie de la parole, du chant, de la prière ou du cri est à la base de la plupart des événements magiques ou religieux. La liturgie, l'incantation, le charme ou la bénédiction sont des expressions de ces propriétés.

LES VOCABLES

Il est une spécialité dans le domaine magique qu'on appelle l'art de l'enchantement. Enchanter un objet, un individu ou un animal, ne relève pas seulement des légendes ou des modernes jeux de rôles, c'est aussi un acte magique particulièrement élaboré. Enchanter, c'est charmer – du latin *carmen* (chant sacré, formule magique) – Ce “*carmen*”, ce chant, est l'art de combiner les sons, de chanter le sortilège, d'incanter pour agir, c'est-à-dire pour le magicien de projeter sa volonté. L'art du charme est celui de l'incantation active, de la manipulation de vocables agissants, de mantrams et de mots de pouvoirs. Cet art des vocables agissants est omniprésent dans la totalité des sciences initiatiques, la connaissance des sons combinés, l'étude de leurs rythmes et les règles de leurs compositions constituent un ensemble d'une grande complexité qui forme à lui seul une spécialité. L'art des Bardes, magiciens et poètes en est l'aboutissement. Toutes les magies font appel à l'incantation du chaman Sibérien qui chante son rituel de guérison, en passant par le sorcier Brésilien qui marmonne des sons étranges en tissant ses sorts. Le mage mêle à la poésie de sa liturgie, des sons dont toute signification apparente est absente et le moine tibétain récite ses mantrams tout en méditant, tandis que le maître du sabre accompagne son action de “cris” modulés parfaitement codifiés. Le son sous forme de vocable sert de vecteur à la volonté et à l'énergie de l'opérateur, il extériorise en la ponctuant la concentration et la rituel. Charmes, sons, vocables et mots de pouvoirs constituent la science du verbe que les écoles bardiques enseignaient en même temps que la versification et la nature du véritable nom des choses. Il est une vieille tradition Celte qui affirme que chaque objet, chaque être, chaque animal, du plus humble caillou à la créature la plus évoluée, possède un nom secret, un vocable particulier auquel il obéit. Celui qui est maître des mots et connaît le véritable nom des choses à prise sur elles. Cette idée se retrouve dans la quasi totalité des traditions. Celle du maître du Nom, le Baal Shem, dans la Kabbale, les noms secrets d'initiation dans les différentes traditions. Sur le continent Africain, par exemple, les membres de certaines ethnies portent un nom officiel et un nom secret, par peur de l'envoûtement !



Le bagage de l'initié implique une connaissance minimum de la science des vocables. Cette technique rarement abordée dans la littérature spécialisée revêt une très grande importance dans le cadre de la manipulation des énergies et dans plusieurs applications opératives, en particulier dans la conception des mots de pouvoir, qui trouve une application privilégiée dans le cadre d'utilisation des marelles.



Les éléments sonores de base se nomment phonèmes. Ces phonèmes sont l'expression de l'énergie sonore, perçue par l'oreille et dans certains cas par la totalité de l'organisme. Les sons, simples ou composés utilisés conjointement avec la concentration, une visualisation ou un déplacement de conscience, prennent le nom de vocables dans les traditions occidentales ou de mantrams dans les traditions extrêmes orientales. Les sons composés et les tonalités rythment ces souffles en modulant leurs effets.

La connaissance du type de vibration propre à chaque sujet permet d'influencer celui-ci, soit par un sens de désorganisation ou de reconstruction, tant énergétique que physique. Dans le processus incantatoire, on émet des vibrations qui génèrent des états physiques ou émotionnels qui par la répétition influencent l'objectif. La combinaison vibratoire synchronisée avec une attitude mentale spécifique et étayée, dans certains cas, par une géométrie corporelle (gestuelle) en accord, se trouve considérablement renforcée. Il est indispensable de connaître les applications et les implications de chacun des termes que constitue l'alphabet des vocables.

LES VOCABLES SIMPLES

Parmi les phonèmes de base, il y en a 3 qui sont privilégiés, car ils prédominent dans la quasi totalité des langues indo-européennes, ce sont : **A – I – U** (u se prononçant : ou).

Dans le contexte traditionnel :

A correspond à l'énergie de conscience transcendante.

I correspond à l'énergie de volonté.

U correspond à l'énergie de la connaissance (ou de l'éveil).

A - A peut être considéré comme un phonème originel qui précède l'ensemble des autres. Son spontané, il est produit sans effort par les organes de phonation. Il symbolise la totalité énergétique.

C'est par lui que les phonèmes constituant les mots sont porteurs de signification.

Symbole du permanent, il anime toutes les consonnes.

A – Le A long (surmonté d'une barre horizontale) est une voyelle dédoublée, qui est prise de conscience. C'est le phonème de béatitude, dans le sens d'une prise de conscience du soi.

I – La volonté correspond à une orientation de la pensée, à l'intention. Dans I, il n'y a pas émanation, mais pensée orientée vers la création.

I – I long. Redoublement, qui correspond à une tendance vers la connaissance. Domination, souveraineté.

U – (Ou). Ecllosion ou révélation dans la conscience cosmique. La matrice. Le projet de manifestation prend une forme d'éveil au sein de la conscience universelle en tant qu'identité vers lequel se porte l'énergie du créateur.

E – C'est l'union de la conscience (sous ses deux aspects) à l'énergie de la volonté. Plusieurs énergies se manifestent dans E, qui est donc : **E** (synthèse), mais aussi , **A** (long) + **I** et

A + I (long).

Sous ce dernier aspect, il devient réceptacle.

E apparaît donc comme un germe des forces qui manifeste l'univers, puisqu'il est formé des énergies de A la conscience transcendante ou A (long) de la béatitude, et de I la volonté ou I (long) la domination.

O – O est issu de la rencontre de A ou A (long) avec U. La révélation croît, mais liée à une diminution de la conscience.

L'énergie de l'activité de O se manifeste plus clairement dans AI.

AI – Ce phonème s'obtient (au niveau phonétique) en ajoutant A ou A (long) à E.

Si l'on reprend ce qui a été dit précédemment, E apparaissant comme triangle pointe en bas et A comme énergie, l'ensemble AI forme un nouvel ensemble de deux triangles interpénétrés A (+ et -) formant le sceau de Salomon, l'étoile à six branches, indiquant l'union du cosmique et de la terre.

AU – Résulte du rapprochement de A ou A (long) avec O. Cette prise de conscience, du point de vue phonétique manifeste totalement l'énergie d'activité. D'un point de vue plus pragmatique, on peut résumer ainsi l'ensemble des phonèmes usuels et leurs implications :

A : L'émission, l'expansion, l'extension, l'étonnement approbatif et contemplatif. La réceptivité, la diffusion énergétique.

L'affirmation positive. La contemplation intérieure commence avec le A.

Aï : Qui réunit – Aspect Yin.

B : L'enveloppe, ce qui entoure, la protection. N'oublions pas que la lettre beth, dans l'alphabet hébraïque correspond à Maison.

C : La légèreté.

D : La focalisation de l'énergie.

E : La résistance, le contact, l'imperméabilité. A un certain niveau, notion d'obstacle. E constitue la négative universelle. Dans le cadre d'une gestuelle opérative, le E permet la coordination de la volonté et du geste, la possibilité d'agir à l'instant juste. E est symbole de la sagesse.

F : la compréhension. F exprime la domination paisible de ce que l'on crée par magie.

G : La fermeté intérieure.

H : Le souffle en phase d'inspiration.

I : La volonté, l'affirmation. Cette voyelle a la plus haute intensité vibratoire, elle permet en ouvrant les bras, simultanément avec sa prononciation, de renforcer la personnalité, sa pratique libère les automatismes d'expansion et fait disparaître l'anxiété. Il agit positivement sur l'arbre de vie.

K : L'emprise de l'esprit sur la matière.

KI : Energie – nature yang

L : La forme imposant sa loi sur la matière. La lumière.

M : L'harmonie, la vibration, l'onde, l'eau. C'est l'expression de ce qui est en accord, juste et équilibré.

N : La fermeture, la fin.

O : La circulation unificatrice et pacifiante. O est la négative particulière. par cette résonance s'établit la compréhension de ce qui a étonné. O impose un retour sur soi-même, il est la continuité dans la transmutation des énergies.

P : L'énergie ascendante. L'énergie contenue, brusquement libérée, s'élève. Amplifié par A et T qui soutiennent un geste brusque des membres supérieurs, dans les arts martiaux notamment.

R : La rotation. Phonème du feu, symbolise les énergies incessantes.

S : L'apaisement de l'activité.

Sch : Le bruissement, le vent doux purificateur.

T : L'énergie descendante. Le crépitement.

Ts : L'allègement, le soulagement.

U (ou) : Le refroidissement, la densification, l'homogénéité, la pacification.

V : L'enveloppe mouvante.

Z : La souplesse, l'extrême légèreté. La décontraction.

N.B - Ce tableau a été établi à partir d'un texte de J.D Cauhepe.

C'est à partir de cet alphabet phonétique, que l'on peut amorcer la conception de certains vocables et mots de pouvoir.

A titre d'expérience, avec l'aide de ce tableau, méditez sur la signification du mantram **AUM**, cher à la tradition Bouddhique, vous comprendrez l'importance de ce vocable et sa qualité.

On devra connaître la signification symbolique de chacune des lettres avant de composer des mots de pouvoir, lesquels devront être médités dans leur signification profonde avant d'être utilisés. Chaque vocable doit être soutenu par la concentration sur sa signification lors d'une utilisation. Les opérateurs qui utilisent la technique des génies familiers pourront avec intérêt composer le nom de ce dernier à l'aide du tableau de vocable. Il est à noter que les vocables utilisés dans la pratique des sorts, doivent être établis de même.

Combinaisons de vocables ou de mantrams

Les vocables peuvent être considérés comme les pièces d'un « mécano ». Ils sont combinables entre eux pour former des « mots » représentant des potentialités qui seront mises en action par leur prononciation ou vibration. Le fait de vibrer un vocable n'a en soit, qu'une influence très faible sur l'objectif choisi. Le vocable doit être considéré comme un support, un vecteur, dont la charge énergétique est constituée par l'énergie accumulé par l'opérateur, et dont la qualité d'action est modulée par la faculté de concentration et de visualisation. Un mot de pouvoir est digne de ce nom quand l'opérateur est capable de maîtriser ces trois actions simultanément.

Le reste n'est que verbiage sans intérêt. Les mots de pouvoirs sont de ce fait **IMPERATIVEMENT PERSONNELS**, puisqu'ils sont fabriqués par l'utilisateur et à son usage exclusif. Ils doivent faire l'objet de méditations régulières pour conserver leur signification pro-fonde au niveau subconscient, c'est pourquoi les « magiciens » conservent soigneusement leurs livres de sorts qu'ils ressassent sans cesse pour entretenir la capacité d'utiliser les possibilités des mots de pouvoir. Avant une action, le praticien effectuera une méditation sur le vocable à employer, sous peine d'obtenir un effet négligeable. Dans certains cas, il est possible qu'un opérateur puisse utiliser des mots de pouvoir classiques, c'est-à-dire des vocables appartenant à une tradition, ou construits par un autre opérateur. Dans cette hypothèse, le praticien doit se livrer à une véritable « autopsie » du vocable concerné, pour se l'approprier et le programmer au niveau profond de sa conscience. Chaque phonème doit être médité, et les associations faire l'objet de concentrations successives approfondies. C'est à cette seule condition qu'un mot étranger peut être intégré dans la collection personnelle d'un praticien. A ces mots de pouvoir peut être associé (pour les renforcer) une « marelle » qui multipliera considérablement l'action du vocable concerné. L'acte magique est un phénomène global qui implique la synthèse de nombreux paramètres, c'est pourquoi les chasseurs de grimoires perdent leur temps en utilisant des fragments déformés d'une rituelie qui ne leur correspond pas, et pour laquelle ils n'ont aucun entraînement.

Règles de composition

Les règles de composition des vocables sont assez libres. Du fait qu'il s'agit d'un montage à vocation utilitaire, on évitera les contradictions symboliques

(mouvement/calme, action/repos, etc...), puis on agencera les phonèmes en respectant la chronologie de la logique d'action. Par exemple : P.A.T, c'est-à-dire - libération d'énergie, émission, énergie descendante -

Ce qui donnera, en accompagnant l'émission verbale d'un geste adapté un coup dont l'impact sera suffisamment puissant, si l'opérateur possède une bonne dose d'énergie accumulée par l'entraînement, une concentration parfaite et une bonne pratique du déplacement de conscience. Cet exemple peut paraître extrême, et assez loin des préoccupations initiatiques, il n'en est rien, car la voie occidentale comme les voies extrême-orientales constituent des voies dites : *voie du guerrier*. C'est-à-dire des engagements ou ont doit maîtriser l'action. Le principal ennemi à vaincre est soi-même. Il faut tuer le dragon, pour devenir dragon soi-même, c'est-à-dire dompter les énergies pour mieux les utiliser.

La voie de la chevalerie traditionnelle est représentée symboliquement par l'Archange St Michel qui triomphe du dragon... Lequel dragon n'est pas forcément la représentation des forces du mal, le véritable mal est constitué par la faiblesse, l'impuissance à contrôler les forces dont on a besoin pour progresser spirituellement, les faiblesses sont des complexes aux noms de démons !

Lors de la composition de vocables, on évitera l'accumulation de consonnes, sous peine d'avoir un vocable imprononçable, comme ceux que l'on rencontre dans une certaine littérature fantastique. Pour n'en citer qu'une, l'aimable falsification du Nécronomicon, livre canular édité à la suite des romans de H.P Lovecraft.

Les règles de composition se résument donc à ceci :

Etude objective du but et de la qualité de modulation énergétique à appliquer. Sélection des vocables utilisables, en évitant un cumul inutile. Un vocable court est plus performant. C'est au niveau de l'image mentale que l'on enrichit l'intention. Vient ensuite la méditation sur chaque phonème, puis sur le mot de pouvoir formé, enfin le choix de la géométrie conforme, c'est-à-dire la gestuelle en relation avec l'action, c'est pourquoi certains chamanes, même où dansent leurs sorts en les accompagnant d'incantations.

Action des vocables sur les différentes parties du corps :

Dans les vocables d'action, il en est que l'on peut nommer vocable de guérison ou de stimulation organique. Ils peuvent être utilisés par l'opérateur, pour lui-même ou pour autrui. Ils sont de ce fait un outil de grande utilité pour les thérapeutes et guérisseurs de toute obédience et de toute tendance.

Ces vocables doivent être "construits" de manière à correspondre à l'action souhaitée (apport d'énergie, apaisement, drainage, etc...).

Ils seront ensuite utilisés par l'opérateur, soit sur lui-même, soit pour autrui. La pratique du Kiai, ce « cri qui tue » de l'imagerie populaire appartient à cette qualité de vocable. Le mot Kiaï est défini par deux idéogrammes dans la tradition asiatique.

Le premier (Ki) signifie : conscience, esprit, cœur, volonté.

Le second Aï : mutuellement, réciproquement, unir.

Le Kiaï, dit J-D Cauhepe, a toujours été employé par l'être humain et nous le retrouvons chez les peuples antiques des traces de son utilisation. La tradition Celtique fait état des exploits de Cuschulain, fils de Dieu, qui dut surmonter de multiples épreuves, dont l'une consistait à franchir un précipice. Il se joua de celle-ci après avoir gonflé d'air sa puissante poitrine, et jeté un formidable cri aux échos de la contrée, ce qui, associé à son élan, lui permit de triompher de l'obstacle.

Le Kiaï, cri qui décuple les forces, est une pratique des voies du guerrier, pratique de combat, mais également de thérapie comme en témoigne le texte ci-dessous (cf. J-D Cauhepe).

Ce cri spécialement émis, est l'un des secrets du pouvoir de l'influence sur autrui et sur soi-même. Poussé avec énergie, sans retenue, il doit avoir l'exacte vibration nécessaire à cet effet. La vibration gère des fonctions motrices de l'attaquant comme celles de l'attaqué, et permet de pénétrer « l'enveloppe-défense » de l'opposant, et de retourner la situation. Le Kiaï, cri qui « rencontre l'esprit », dans un but de structuration, est différent de celui qui désorganise. Il émane d'une pensée différente. Il est donc un phénomène sonore produit dans un état mental de tout l'être, et permet à l'énergie latente qui anime l'individu, de jaillir intensément.

Quel est le pouvoir du Kiaï ? Quel est le pouvoir du contrôle obtenu sur le réflexe respiratoire ? C'est celui du pouvoir universel appelé comme nous l'avons déjà vu « Akasha ». Il fortifie la musculature abdominale, et permet d'affiner la localisation du centrum. Projeté à l'unisson au cours des exercices de stimulation, il contribue à activer la fonction neurovégétative. Plus il est épuré, plus il développe l'esprit par le pouvoir de la vérité.

Le Kiaï est un son en « A » que chaque individu modifie, mais dont il tend à se rapprocher. Phonétiquement, il peut s'exprimer par un « Aï » fondu dans un borborygme proche de « eight, heult ou halt ! »

Son extériorisation se produit spontanément, et directement sans articulation, ni modulation. C'est comme un « bang », une brusque et très brève détonation. Toute l'efficacité de ce cri se trouve condensée dans sa brusque intensité, et comme celle du son décroît proportionnellement au carré du rayon sonore, l'émetteur devra être le plus près possible du récepteur.

Par son action intense et soudaine, le Kiaï agit sur les deux parties de l'appareil auditif, et entraîne par diminution de la pression artérielle et ralentissement du rythme cardiaque, la syncope. A ce sujet R.Lasserre mentionne dans l'un de ses ouvrages, que le Docteur M. Guibaut, en 1898, avait mis en évidence les modifications respiratoires et circulatoires provoquées par le sifflet de Galton. Si les marches militaires intensifient l'amplitude de la respiration, et l'accélèrent, ainsi que le rythme cardiaque, par contre elles diminuent le pouls. Dans l'antiquité, la musique était utilisée comme procédé vasoconstricteur. Ulysse ayant été mordu par un sanglier, eût recours à ce moyen pour stopper l'hémorragie. Cette action constrictive se produit non seulement au niveau des vaisseaux, mais également dans le domaine pneumogastrique (l'âme du violoncelle humain), et divers autres organes, tel que l'estomac.

L'entraînement au Kiaï comprend, comme toute étude, un certain nombre de phases, que l'étudiant doit aborder consciemment et sans précipitation. Ces étapes liées à la maîtrise du Ki sont : le juste-instant et l'émission proprement dite. Psychologiquement, l'instant propice à la libération de l'énergie s'inscrit entre deux pensées, un expir et un inspir du récepteur. L'inscription du Kiaï est identique à celle des sphères rebondissantes. Saisi par la surprise, le récepteur reste figé, perd le fil de sa pensée et n'engage aucune action. Si en Aïki-Jitsu, le Kiaï renforce l'impact destructeur de l'atemi, en Aïkido, il est un acte d'arrêt ou de diversion, qui en désarmant mentalement le partenaire, permet de le pacifier. La puissance mentale d'arrêt, de rappel à la raison ou à la vie dans l'art du « Kwappo » (associé à une pratique manuelle), jaillit, renforcée par la tension mentale que sous-tendent la contraction des poings et la percussion d'un pied au sol.

Il convient de souligner que le Kiaï fait parti des vocables classiques que chacun peut introduire dans son répertoire.

Utilisation personnelle et générale des vocables en thérapie.

1) Utilisation personnelle : dans le cadre de l'utilisation personnelle, une fois le vocable parfaitement établi et médité, l'opérateur se mettra en état de calme mental, puis il effectuera un déplacement de conscience à l'emplacement de l'organe souhaité. Il visualisera cette organe et commencera la récitation de son vocable pendant une période variant de 5 à 10 minutes. Cette opération sera renouvelée régulièrement, autant qu'il est utile.

2) Utilisation en thérapie générale : dans ce contexte, les domaines d'application sont vastes. Le thérapeute doit avoir une parfaite maîtrise énergétique, une éthique sans faille, et un excellent entraînement des pratiques du calme mental, de la concentration ainsi que du déplacement de conscience. On procédera de manière identique à une utilisation personnelle, sauf qu'on placera la main droite à l'emplacement de l'endroit à traiter, index, majeur et pouce réunis, annulaire et auriculaire repliés. La main gauche ne participe pas à l'action (la main gauche étant la main de captation, la droite celle d'émission). La respiration doit être puissante (respiration avec rétention). La concentration extrême, on visualisera l'organe un court instant et l'on déplacera la conscience en même temps que la récitation du vocable choisie. Cette technique donne d'excellents résultats sur les méridiens d'acupunctures conjointement avec des massages aux huiles essentielles, ainsi que sur les points énergies des cinq éléments.

Association des vocables et des symboles

Une des applications les plus puissantes de l'ésotérisme se situe au niveau de l'association des symboles archétypes et du verbe. Les énergies mobilisées dans ce contexte se renforcent mutuellement quand elles sont appliquées par une personne possédant une parfaite maîtrise de la concentration. La force du symbole est de participer à l'inconscient collectif. Sa signification est connue par la totalité des membres d'une communauté, voire par l'ensemble de l'espèce humaine. Dès lors qu'il est médité par des exercices de concentrations consécutifs, par un individu entraîné, il devient partie intégrante de celui-ci. L'association à un vocable, ou un mantram en harmonie avec le symbole, fournit à celui-ci la puissance énergétique permettant une action physique. La projection de ce symbole est analogue à celles des « sorts en grille » ou des procédure de marelle.

Vocables et *chakra*

Au cours d'une progression spirituelle, l'évolution du système énergétique implique une compréhension de l'ensemble des centres et circuits qui le compose, en particulier des Chakras. Si un certain nombre d'écoles, de disciplines spiritualistes ou à vocation initiatique font de ces centres particuliers la pierre d'achoppement de leurs procédures d'évolution, ils sont dans l'erreur, le travail sur les chakras (ouverture et fermeture) ne stimule pas l'évolution spirituelle, mais se trouve être la conséquence de celle-ci. Les Adeptes authentiques ne considèrent l'activité énergétique de ces endroits spéciaux que comme la « retombée » des progrès de l'épuration physique et psychique. L'activité des chakras, la circulation et à fortiori la montée de l'énergie, entendez *Kundalini*, n'étant que le résultat de la disparition des obstacles causés par les tensions internes et les différents blocages. Les Chakras et leurs éveils (ou ouvertures) expriment les réactions sélectives des fonctions subtiles spécifiques au cours de l'évolution.

A l'état naturel, les *Chakra* sont pratiquement inexistants, inactifs, serait un terme plus approprié, bien que leurs situations soient réelles. Ces endroits privilégiés

n'acquièrent une réalité que dans l'hypothèse de l'existence d'une force qui puisse les atteindre. Il est donc absurde de « travailler » sur des points (ou centres) en l'absence d'une qualité spéciale d'énergie qui les alimente. Cela reviendrait à faire construire et à entretenir à grand frais, une superbe résidence dans un pays où on ne peut pas se rendre !

Dès lors que l'éveil énergétique s'amorce et que la décréation des tensions devient une réalité, on doit se préoccuper de ces différents points vitaux.

L'action des vocables constitue dans ce contexte particulier un outil complémentaire particulièrement adapté. La préparation, la tonification et l'entretien de ces centres sont relativement simples et pourront être exécutés par des méditations centrées sur chacun d'eux précédées de stimulations par des vocables et des images symboliques les représentant. Dans un cadre préparatoire, l'étudiant pourra effectuer ce genre d'entraînement en dépit de la faible activité de ces points. Dans ce cas précis, il ne s'agit pas d'exercices « forçant » une activité, mais d'une technique douce de préparation. Cette méthode ayant l'avantage de n'agir qu'au niveau d'activité du point qu'elle sollicite. L'action étant faible sur un point non activé, elle se renforcera dès lors que celui-ci est à son niveau optima.

Voici donc les éléments de base de cette pratique.

Les *Chakra* (figurés comme des roues énergétiques) sont au nombre de 7 plus un 8^{ème} situés au niveau de la rate connu des Esséniens sous le nom de « petit soleil » dont la fonction est de dynamiser, de relancer la vie. Il existe également 21 *Chakra* secondaires dont le rôle est la captation et la distribution énergétique ainsi que des chakras « périphériques » situés aux extrémités des doigts des mains et des pieds, plus le Chakra de la rate. Ce sont ces chakras qui sont mis en évidence dans le cadre des photographies « kirlian » pour établir des diagnostics énergétiques du fonctionnement des organes dans la médecine Ayurvédique et son interprétation Sino-Européenne de la médecine des cinq éléments.

1) Mûlâdhara : représenté symboliquement par un lotus à 4 pétales. Situé au niveau du Pubis, à la base de la colonne vertébrale, il correspond à l'énergie sexuelle, l'énergie de la vie. Il se « nourrit » de l'énergie des aliments et de la respiration, correspond à l'odorat, au Dieu Ganesh, à la Terre, il est stimulé par la couleur rouge. Le son qui lui correspond est le vocable : **A**

2) Svâdhisthana : représenté par un lotus à 6 pétales. Situé sous le nombril (deux travers de doigts), au niveau du « Hara », entre les capsules surrénales. Il correspond à l'énergie physique au Dieu Vishnu, à l'eau et commande également l'énergie sexuelle et le magnétisme. Il se nourrit de l'énergie fournie par les aliments à un niveau plus subtile que le précédent, il est entretenu par le contexte émotionnel et capte les énergies telluriques. Il est stimulé par la couleur Orange (safran). Le son qui lui correspond est le vocable : **E**

3) Manipûraka : représenté par un lotus à 10 pétales. Situé au niveau de l'estomac, il correspond à la vue, au feu, à Rudra, à la conscience et aux facultés intellectuelles. C'est un accumulateur d'énergie, opérant la synthèse des différentes sources, alimentaire, sexuelle et cosmo-tellurique. Il est stimulé par la couleur jaune (Soleil). Le son qui lui correspond est le vocable : **O**.

4) Anâhata : représenté par un lotus à 12 pétales. Situé au niveau du cœur (le chakra cardiaque). Il correspond au vent, à Ishâ, il est alimenté par les énergies des nobles sentiments (réalisations spirituelles, charité, compassion, amour du divin, etc.). Siège de

l'intuition et de la médiumnité, il est stimulé par la couleur verte (couleur complémentaire du rouge - la sensualité). Le son qui lui correspond est le vocable : **U** (qui se prononce ou).

5) Vishuddha : représenté par un lotus à 16 pétales. Situé dans le creux du cou sous le larynx. Il correspond à Shâdashiva, à l'Ether. Il est alimenté par les phénomènes vibratoires harmonieux. Il est le centre de la créativité et contrôle l'émission du verbe. Il est stimulé par la couleur bleue (couleur de Shiva et de Jupiter/Zeus), le son qui lui correspond est le vocable : **I**.

6) Âjnâ : représenté par un lotus à 2 pétales. Situé à la racine du nez. Il correspond à l'esprit, à Sambhu. Il est le siège de l'intuition sous tous ses aspects, de la voyance et contrôle la méditation. Il est stimulé par le violet intense et le son qui lui correspond est le vocable : **Mhh** (prononcé la bouche fermé).

7) Sahasrara : représenté par un lotus à 1.000 pétales. Situé au dessus de la fontanelle, vers le sommet du crâne, c'est le point de libération. Siège du rayonnement spirituel de l'éveil (l'auréole des saints), la flamme de l'Esprit, le lotus flamboyant. Aucun vocable ne correspond à ce point.

On comprend l'importance du vocable « **OM** » où « **AUM** » quand on analyse les éléments qui le compose...

Chapitre 8 -

Nature de l'énergie.

Le fonctionnement énergétique s'appuie sur une circulation d'énergie vitale, dont la nature échappe à la science moderne. Pour les scientifiques, seuls sont pris en compte l'aspect biochimique et bioélectronique. Au niveau de la tradition, il existe une énergie vitale spécifique, dont les « fluides » électrique ou chimique ne sont que les conséquences. Bien que cette notion soit parfaitement connue des traditions occidentales, afin de ne pas rompre le raisonnement adopté dans le présent texte, c'est encore une fois à la tradition chinoise que nous nous adresserons, compte tenu de la clarté et la logique qui la caractérise.

Le développement des canaux d'énergie - Le Qi

L'origine de ce concept est fort ancien, lié à l'acupuncture, il est certainement contemporain des origines de cette dernière, c'est-à-dire du néolithique, puisque les premières "aiguilles" étaient formées de minces poinçons en pierre taillée comme l'affirme les historiens de la médecine chinoise !

Le Qi, Ch'i où Tch'i, c'est l'énergie vitale indifférenciée – Le souffle du cosmos, l'énergie de la terre – Le Qi apparaît comme le symbole universel de la force. Le terme ancien pour le désigner était Tch'i ou Hi en dialecte cantonnais, Ki selon l'ancienne transcription occidentale, Qi dans la transcription moderne. Le mot Tch'i signifie littéralement : gaz ou éther.

L'historien chinois Tchang Tsai écrivait sous la dynastie des Song : « *Tout dans l'univers, est constitué par le Tch'i. Les hommes et toutes les choses ne sont formés en réalité que d'une même substance matérielle.* ».

Le Tch'i est donc à l'origine une matière universelle, essentielle, fondamentale, encore convient-il de comprendre ce que la métaphysique chinoise entend par "matière".

Tchang Tsai, il y a plus d'un millénaire la décrivait comme « *une force inhérente à toute matière* » , ce qui est étonnamment moderne quand on sait la définition de la physique moderne où la matière est considérée comme une forme d'énergie condensée !

Cette pré-matière indifférenciée est une énergie, une force qui agit l'atome et l'étoile, le souffle de Dieu.

Le Tch'i est « *abstrait et impalpable, ce qui est la nature du ciel, mais à l'origine de toute matière concrète, la terre* », lit-on dans le Ling Tch'ou (antique traité de médecine). Matière et énergie ne sont donc que les expressions d'une même réalité, comme le feu qui brûle la paille, qui libère de l'énergie.

Les taoistes précisent que les échanges entre matière et énergie démontrent l'universalité du phénomène. Le Tch'i c'est l'inconnaissable qui se transforme perpétuellement. « Le Tch'i ne peut se voir et se comprendre qu'à travers les modifications matérielles », c'est l'énergie immanente qui anime notre matière énergie.

L'être vivant est donc une énergie animé par elle-même, et « le ciel et l'homme sont de même essence » , rapporte le professeur Jacques Lavier citant le Ling Tch'ou. Cette énergie universelle est symbolisée par l'association du caractère chinois signifiant : riz, combiné avec le caractère signifiant vapeur.

Le riz : élément nutritif, produisant l'énergie vitale.

Fig - 29

La vapeur : le gaz, l'énergie impalpable, le souffle.

Fig - 30

Donnant le **Qi** ou **Tch'i**, idée de matière, élément, nourriture et énergie inconnaissable, dont le caractère est :

Fig - 31

C'est le Tch'i qui se spécialisant dans l'organisme, se polarise et se trouve être l'origine du Yin Yang. Le Tch'i a des propriétés d'adaptation infinies, outre ses propriétés de polarisation en Yin Yang, il se spécialise en plusieurs aspects :

énergie végétative, énergie ancestrale, etc.

Le Tch'i (Qi) est l'énergie en cause dans la quête des forces subtiles menant aux voies d'immortalité.

Les chemins de l'énergie

Les différents aspects que prend le Qi ont besoin, pour circuler dans l'organisme, de chemins adaptés pour remplir leurs missions. Si plusieurs formes de ces énergies ont pour vecteur le sang et empruntent de ce fait les canaux sanguins, d'autres formes plus subtiles possèdent un réseau spécifique qui dépasse le simple aspect de la physiologie sous sa forme anatomique. Ce réseau est formé par les méridiens d'acupuncture nommés Tching en chinois. L'étymologie du caractère Tching est éloquent du point de vue de la description des qualités spécifiques à cette fonction.

Comme pour le Tch'i, le caractère Tching est formé d'une association de trois caractères classiques particulièrement démonstratifs de la fonction.

L'idéogramme de la soie, celui du courant (dans le sens de courant souterrain) et celui du travail (activité).

La soie : Un fil ténu, presque invisible, impalpable, capable de méandres.

Fig - 32

Le courant : Un courant d'eau souterrain, aux méandres indiscernables.

Fig - 33

Le travail : Symboliquement celui de l'homme travaillant la terre, l'activité.

Fig - 34

Le Tching : la réunion des trois, représentant le méridien d'acupuncture.

Fig - 35

Le Tching dans sa représentation moderne

Flg - 36

Le Tching est donc un “canal” ténu, invisible circulant généralement sous l'épiderme et reliant entre eux divers points remarquables, les points actifs du réseau, communément appelés point d'acupuncture. Ces méridiens sont répartis à la surface du corps et chacun d'eux est en relation avec un organe directeur ayant des fonctions bien définies. C'est ainsi que l'on trouve les méridiens du cœur, du foie, des reins, des poumons, etc. Plus un certain nombre de méridiens spécialisés, comme le vaisseau Gouverneur ou le vaisseau Conception.

Le présent livre n'ayant pas pour objectif l'enseignement de l'acupuncture médicale, nous nous bornerons à une étude d'approche des processus énergétiques dans le cadre de notre recherche.

Il convient cependant de préciser que les organes en relation avec les méridiens ont eux mêmes des caractéristiques Yin Yang selon la fonction (symbolique) des organes et viscères auxquels ils sont inféodés, ou selon la qualité de “charge” énergétique qu'ils sont susceptibles de contenir. On trouve des organes de typologie Yin et des organes de typologie Yang. En général, les organes de potentialisation (passifs) sont Yin alors que les organes actifs sont Yang.

La pratique médicale de l'acupuncture consiste donc en une suite de manipulation sur ces divers points en fonction de symptômes ou des résultats physiques, énergétiques ou psychiques à obtenir. Cette médecine des énergies va pour ce faire utiliser divers procédures d'actions dont les principales sont : la tonification et la dispersion. Certains points nécessitant une stimulation d'autre au contraire un drainage énergétique. N'oublions pas la base d'action de l'équilibre Yin Yang qui veut qu'un excès d'une des polarités affaiblisse l'autre.

Les moyens d'actions sur les points de ces méridiens sont assez divers, les plus connus sont constituées par l'implantation d'aiguilles d'acier sur les endroits privilégiés réputés pour leur efficacité. Une autre méthode est celle des Moxas, technique de stimulation par la chaleur produite par des petits cônes de matière végétale (généralement ces cônes sont en armoise, matière qui présente toutes les qualités requises), que l'on fait brûler lentement sur le point à traiter. Une autre procédure est celle des massages cutanés, sorte de micro-massages circulaires exécutés avec l'extrémité des doigts sur le point. Enfin une pratique peu connue et d'une grande efficacité, car elle associe deux pratiques médicales efficaces, celle des micro-massages, conjointe avec l'utilisation des essences de plantes, ou huiles essentielles (spécifiques au point traité).

Les Micro-Massages énergétiques.

La technique de massage des points d'acupuncture est une pratique traditionnelle. Les points stimulés de cette façon réagissent d'une manière comparable à une stimulation par les aiguilles d'acier. Il convient cependant de souligner que l'action est moins violente, plus progressive et nécessite une répétition plus rapprochée et plus fréquente pour l'obtention de résultats comparables. La pratique de l'acupressing nécessite une moyenne de deux à trois séances, au lieu d'une dans le cadre d'utilisation des aiguilles, trois jours de suite. Une pratique moins connue est l'utilisation conjointe d'huiles essentielles, ou essences de plantes, en massage directe sur le (ou les) point(s), ou sur un plexus

énergétique (chakra). La nature de l'essence ou du mélange devant être en harmonie avec la nature du point. La pratique de l'acupressing avec l'utilisation d'une essence donne des résultats exceptionnels surtout dans les problèmes de tonification, de développement ou d'ouverture. Cette méthode, pourtant très ancienne, commence à être utilisée avec succès par l'université de médecine de Pékin.

Dans le contexte qui nous préoccupe nous n'étudierons que les actions sur les vaisseaux Gouverneur (V.G), Conception (V.C) et les chakras.

Les massages Gouverneur / Conception.

Ce type d'action donne des résultats spectaculaires en très peu de temps. Il présente d'énormes avantages sur plusieurs techniques (aiguilles, moxas, etc.) en particulier, celui d'être parfaitement inoffensif et sans contre-indications. La technique utilise exclusivement les deux principaux méridiens de composante Yin Yang: le Vaisseau Gouverneur et le vaisseau Conception.

Les stimulations effectuées sur ces méridiens sont capables de résoudre la plupart des déséquilibres énergétiques et un grand nombre de pathologies fonctionnelles.

Cette pratique est également applicable aux plexus ou "Chakras", soit pour les stimuler, soit pour les tonifier dans le cadre d'un éveil de ces centres de forces considérés dans toutes les traditions comme des capteurs (ou des centres générateurs d'énergie subtile). L'utilisation de mélanges d'huiles essentielles complète cette manipulation qui se hisse dans ce cas au niveau des pratiques d'éveil.

1) Le vaisseau Gouverneur :

Ce méridien correspond à l'axe cérébro-spinal (système nerveux central), son énergie est à dominante Yang, il est en rapport avec l'énergie diurne solaire. Il part du coccyx, remonte le long de la colonne vertébrale et suit la ligne médiane du crâne, la partie supérieure de la face et se termine sur la gencive supérieure. Ce méridien comporte vingt huit points ayant chacun une action spécifique. L'action de ce méridien se décompose en deux type d'action : dans sa partie inférieure, comprise entre le coccyx et la sixième vertèbre cervicale, il agit essentiellement sur l'énergie physique, dans sa partie supérieure, c'est-à-dire de la 7ème vertèbre cervicale jusqu'à la gencive supérieure, son action est plus spécifique de la sphère du psychique (intellect, volonté, etc.). Son rôle principal consiste à harmoniser ces diverses fonctions entre elles. C'est un méridien de réserve des énergies du corps.

2) Le méridien Conception (Jenn Mo, l'épouse) :

Nommé l'épouse, certain préfère le nommer Vaisseau directeur, car il assume la surveillance de tous les méridiens Yin, il possède un sens complémentaire signifiant la gestation. Son énergie est à dominante Yin et répond au système nerveux végétatif, il est en rapport avec l'énergie nocturne lunaire. Le trajet de ce méridien est simple, il part d'un point situé entre l'anus et les organes génitaux, puis remonte sur l'axe médian de l'abdomen jusqu'à un point situé à mi-distance entre la lèvre inférieure et la pointe du menton. Le méridien conception compte également vingt huit points. Ce méridien se divise en trois parties : la première des points 1 à 8 VC, qui a une dominante génito-urinaire. La seconde, de 9 à 15 VC, de l'ombilic à la pointe du sternum qui a une dominante digestive. La troisième sur le thorax de 16 à 24 VC, qui a une dominante respiratoire.

TECHNIQUES DE MASSAGE

Le micro-massage doit être effectué par l'extrémité des doigts, car à cet emplacement l'équilibre énergétique Yin Yang du masseur est neutre, Yin et Yang étant

théoriquement en position d'équilibre. L'extrémité des phalanges étant en mesure de fournir ou d'absorber les énergies.

Pour les points classiques (points d'acupuncture) on utilisera la pulpe du pouce en débordant de quelques centimètres autour du point. Le massage à l'aide d'huile essentielle se fera avec une huile, ou un mélange approprié au type de point choisi, (se reporter à la rubrique huiles essentielles). Le massage sera effectué pendant dix minutes environ dans le sens des aiguilles d'une montre (sens dextrogyre). Si l'on traite plusieurs points, ceux-ci devront être en harmonie, et on utilisera un seul type d'essence ou de mélange. Dans le cas du traitement de plusieurs points, on procédera de la même manière que les praticiens qui posent plusieurs aiguilles, en commençant par les points les plus bas. Toutefois, dans cette méthode la multiplicité constitue plus une nuisance, il est conseillé de ne pas traiter plus de deux emplacements, trois au maximum, par séance.

La durée de chaque massage ne devra jamais excéder une durée de dix minutes.

En ce qui concerne les traitements des rhumatismes ou les problèmes ayant trait à la mobilité des membres inférieurs (paralysie, rééducation) on pourra commencer à traiter les points dans l'ordre qui convient à ces traitements particuliers.

Dans le cadre de l'emploi des essences de plantes, le nombre de séances ne devra pas dépasser trois par semaine, espacées d'une période de 24 heures.

Les traitements par micro-massage sont parfois plus longs à provoquer un résultat, mais tout en étant plus progressifs ils sont aussi souvent plus efficaces que ceux pratiqués avec les aiguilles, ils peuvent en outre être poursuivis pendant plusieurs semaines sans inconvénient.

On ne devra procéder à ces pratiques qu'au moment de calme énergétique, et en l'absence de perturbation personnelle ou climatique contraire.

Sont contre-indiqués :

Les périodes de stress, les règles, les suites d'un voyage en avion, une émotion, les états dépressifs.

Les perturbations climatiques, périodes de tempête, cyclone, orage, grande marée, éruption volcaniques, etc.

Sont fortement déconseillées les actions sur une femme enceinte passé le cinquième mois de grossesse.

Les moments les plus propices sont le matin et éventuellement la fin d'après midi après 16 heures, au moment où se produit le cycle d'équilibre énergétique.

On ne devra jamais effectuer de massage après un repas et pendant la période de digestion.

Pour obtenir un effet maximum, il est conseillé de faire étendre le patient au moins une demie heure avant le traitement dans une pièce calme, en lumière atténuée et de le mettre dans un état de relaxation. On pourra utiliser la pratique de la sophrologie pour préparer la séance. Un organisme parfaitement détaché est plus réceptif qu'un organisme non préparé, la diététique constitue un adjuvant de choix pour une telle pratique.

Après le traitement, on couvrira le patient d'une couverture et on le laissera se reposer au moins une demie heure, toujours en lumière atténuée.

Remarque sur le repérage des points :

Le pouce chinois ou : Cùn

Outre l'identification géographique s'appuyant sur des points de repères anatomiques, la tradition chinoise utilise une mesure particulière : le pouce ou "Cùn" qui

vaut environ 18 millimètres, grosso-modo cette mesure équivaut à la largeur moyenne du pouce dans le sens transversal. Cette mesure est assez peu précise, mais largement suffisante pour le repérage corporel, lui-même très variable d'un individu à l'autre. Avec l'habitude, le repérage des points ne posent aucun problème, surtout en ce qui concerne les méridiens utilisés en énergétique, les méridiens Gouverneur et Concepteur, où les points de repères sont nombreux.

A) Vaisseau Gouverneur, points d'action.

Flg -37

1 VG : Tchrang Tsiang - Grande force, raideur prolongée. Ce point est situé à la pointe du coccyx, à un pouce au dessus de l'anus.

Action : Hémorroïdes chroniques, prolapsus rectal, fissure anale, constipation, prurit vulvaire ou anal, urétrite, douleurs lombaires, impuissance totale ou partielle, convulsion, troubles mentaux.

2 VG : Yao Iu - Point d'action de la région lombaire. Ce point est situé sur l'articulation sacro-coccygienne, au-dessous de la 4ème vertèbre sacrée.

C'est un point d'action sur le chakra racine, ou chakra Mûlâdhâra.

Action : Douleurs lombaires, hémorroïdes, incontinence anale, constipation, sensation de froid dans les membres inférieurs, insensibilité des pieds jusqu'aux reins, absence ou troubles des règles, ce point est très utilisé en Chine pour l'analgésie dans les interventions sur le bassin : gynécologie ou césarienne.

3 VG : Yang Koann - Porte du vent. Ce point est situé entre les apophyses épineuse des 4ème et 5ème vertèbres lombaires.

C'est un point d'action sur le chakra Svâdhisthâna.

Action : Douleur des genoux, névralgies lombaires, arthrite de la colonne vertébrale, paralysie des membres inférieures, diarrhée avec ballonnements, douleurs rénales.

4 VG : Ming Menn - Porte de la vie, ou de la lumière. Point des Geishas.

Ce point est situé entre les 2ème et 3ème vertèbres lombaires.

Action : Certaines migraines, fièvre, état congestif, arthrose vertébrale, paralysie des membres inférieurs, lumbago, sciatique, entéocolite, diarrhée, leucorrhée et pertes diverses, mauvaise assimilation des aliments. Impuissance totale ou partielle, trouble de l'érection et de l'éjaculation, il stimule la virilité, c'est un point réputé, particulièrement utilisé par les geishas.

5 VG - Siuann Tchrou - Axe ou pivot.

Ce point est situé entre la 1ère et la 2ème vertèbre lombaire.

Point d'action du chakra Mânipûra.

Action : contractures lombaires, mal de dos, tous les problèmes de digestion, indigestion avec diarrhée et aliments non digérés dans les selles. Troubles du transit intestinal.

6 VG - Tchi Tchong - Vertèbre centrale du dos.

Ce point est situé entre les apophyses épineuses des 11ème et 12ème vertèbre dorsale.

Action : Les troubles mentaux en général, délire de possession, certaines démences séniles. Epilepsie. Hémorragies intestinales, hémorroïdes, éruption de la peau.

7 VG - Tchong Tchrou - Pivot central.

Ce point est situé entre la 10ème et la 11ème vertèbre dorsale. Ce point est interdit en acupuncture traditionnelle avec les aiguilles ou les moxas, mais il est manipulable dans le cadre des micro-massages.

Action : Certaines douleurs lombaires, maladies des reins.

8 VG - Tsin Chou - Muscle contracté.

Ce point est situé entre les 9ème et 10ème vertèbres dorsales.

Action : Epilepsie, agitation physique, toutes les affections de l'estomac. Contractures dorso-lombaires.

9 VG - Tché Yang - Arrivée de Yang.

Ce point est situé entre les 7ème et 8ème vertèbre dorsale.

Action : Manque d'énergie, dépression, fatigue chronique, asthénie et psychansthénie, manque de tonus et de résistance, amaigrissement. Donne de la force. Oppression, essoufflement, toux, asthme, anorexie.

Douleur en coup de poignard dans le dos ou dans les côtes. Membres froids avec œdème.

10 VG - Ling Tai - Temple de l'âme.

Ce point est situé entre les 6ème et 7ème vertèbre dorsale.

Action : Point des refroidissements, point d'asthme essentiel, surtout en cas de rhume ou de bronchite. Irritation des bronches et bronchite du fumeur.

11 VG - Chenn Tao - Voie de l'esprit divin.

Ce point est situé entre les 4ème et 5ème vertèbre dorsale.

C'est un point d'action du chakra Anâhata.

Action : Point spécifique des affections cardiaques. Très bonne action sur le tonus cérébral, les inflammations du visage avec œdème de la face. Tous les coups de froid avec de la fièvre, asthénie nerveuse, dépression, angoisse et perte de mémoire. Excellent point pour les suites de dépression, l'épilepsie et les convulsions.

12 VG - Chenn Tchou - Colonne du corps.

Ce point est situé entre les 3ème et 4ème vertèbre dorsale.

Action : Asthénie nerveuse ou dépression, point important dans toutes les paralysies et affection médullaires et cérébrales.

13 VG - Tao Tao - Creuser la voie.

Ce point est situé entre les 1ère et 2ème vertèbre dorsale.

Action : Dépression nerveuse, tristesse, manque d'énergie, vertige, un des grands points de la fatigue. Maladies fébriles.

14 VG - Ta Toui - Grande vertèbre.

Ce point est situé entre la 7ème vertèbre cervicale et la 1ère vertèbre dorsale.

Action : C'est un point très important de réunion de tous les méridiens Yang, qui relance l'énergie dans toutes les maladies, dépression, asthénie, paralysie, perte d'énergie physique et psychique, anémie, insomnie, psychopatie et tous les désordres psychosomatiques. Ce point est très important dans les cas de spasmophilie, ainsi que dans les gênes et insuffisances respiratoires.

15 VG - Ia Menn - Porte du silence.

Ce point est situé à trois pouces au-dessus du 14 VG, sous la 2ème vertèbre cervicale.

Action : Surdité, certains troubles mentaux à la suite de chocs émotionnels. Vertiges, bourdonnements d'oreilles.

Les points 16, 17, 18, 19 n'ont qu'un intérêt strictement médical, certains sont très délicats à manipuler et d'autres sont des points complémentaires.

20 VG - Pa  Où - Cent rencontres.

Ce point est situé sur le sommet du c r ne dans l'arc joignant les pavillons des oreilles. Il est situé dans un petit creux.

C'est l'emplacement exact du chakra Sahasrâra qui ne se trouve pas comme l'affirme certains "inspirés de la kundalini-express", sur la fontanelle.

Action : point de réunion de tous les Yang. C'est un point d'une grande importance, le plus important de l'acupuncture. Point de cent réunions, il met l'homme en relation avec le ciel. Ses indications sont multiples, mais les micro-massages et intervention sur ce point ne doivent jamais être faits en début de séance, sous peine de voir le patient sombrer dans une crise paroxysmique ou simplement s'évanouir. Tous les déséquilibres psycho-somatiques, toutes les maladies Yin en tonification et les maladies Yang en sédation.

Vertiges, céphalées, anémies cérébrales, la fatigue du système nerveux, les palpitations. Désordre nerveux, dépression, perte de mémoire, perte de goût, etc.

Les points 21 à 28 sont des points d'intérêt médical plus spécifique.

Ouverture du méridien VG

Il faut savoir que ces différents points ont de remarquables qualités curatives, mais le praticien devra impérativement "ouvrir" le méridien VG, le mettre en service en quelque sorte avant toute séance.

La clef d'ouverture nommé R ou Tsri est situé sur la main droite dans le haut du pli qui se forme en serrant le poing, à l'aplomb de l'auriculaire.

Ce point pourra être stimulé, soit par aiguille, massage, ou chauffé par moxa, ou en approchant une cigarette tenue à quelques centimètres durant une dizaine de minutes. C'est le premier point clef ouvrant le vaisseau gouverneur. Il pourra être complété par un massage du point Chenn Mo situé sous la pointe de la malléole externe, à un demi-pouce entre deux tendons (cheville du pied gauche).

B) Vaisseau Conception, points d'action.

1 VC - Roé Inn - Réunion des Yin.

Ce point est situé au centre du périnée, entre les testicules et l'anus chez l'homme, entre la fourchette et l'anus chez la femme.

Action : Constipation, migraines, hémorroïdes. Toutes les affections génitales et anales : prurit, vaginite, éruptions locales. Impuissance.

2 VC - Tsiou Kou - Arcade pubienne.

Ce point est situé sur la ligne médiane, au bord supérieur du pubis, au niveau du creux de l'artère sus-pubienne. En principe à la naissance des poils.

Action : Les affections génito-urinaires fonctionnelles. Atonie sexuelle, frigidité, Impuissance, état de faiblesse. Cystite, cystalgie, vaginite, orchite.

3 VC - Tchong Tsi -Pôle du milieu.

Ce point est situé sur la ligne médiane, un pouce au-dessus du pubis, quatre pouce sous le nombril.

Action : C'est un point très important au niveau gynécologique. Fatigue extrême. Tous les troubles menstruels, leucorrhées, dysménorrhées, hémorragie, retard ou avance des règles, vaginite, vulvite. Frigidité et surtout stérilité. Les chinois insistent sur la notion de stérilité de toute origine. C'est aussi un excellent point pour traiter l'impuissance.

4 VC - Koann Yuann - Barrière de la source.

Ce point est situé un pouce au-dessus de 3VC.

Action : Ce point a les mêmes applications que le précédent, il a la même importance, avec cependant quelques nuances en plus : impuissance et érections molles, douleurs spasmodiques du bassin. C'est un point important pour l'utérus. Formellement interdit en cas de grossesse, comme d'ailleurs tous les points de la zone génito-urinaire.

5 VC - Ché Menn - Porte de pierre, ou élixir de longue vie.

Ce point est situé deux pouces en-dessous de l'ombilic.

Action : Ce point représente pour le taoïste le centre "génital" de l'homme et de la femme. Il est considéré comme pouvant engendrer l'immortalité ou du moins une grande longévité. On pourra le traiter deux fois par semaine. Durant les méditations, les moines placent un doigt sur ce point pour conserver l'éternel jeunesse. Manque d'énergie, grande fatigue, épuisement sexuel, impuissance et frigidité, stérilité.

6 VC - Tsri Haé - Océan d'énergie.

Ce point est situé un pouce et demi en-dessous de l'ombilic.

Action : Extrême faiblesse, manque d'énergie, état chronique d'épuisement, asthénies morales et physique. Oppression. Toute affections aiguës de l'abdomen qui fatiguent. Incontinence d'urine, insomnie, impuissance, verge rétractée.

7 VC - Inn Tchiao - Liaison des Yin.

Ce point est situé un pouce en-dessous de l'ombilic.

Action : Tous les désordres et faiblesses en énergie. Les états dépressifs et psychotiques. Impossibilité d'uriner, douleurs des ovaires, règles irrégulières, stérilité. Douleurs abdominales.

8 VC - Chenn Tcheu - Palais de l'énergie.

Ce point est situé au creux du nombril.

Action : Œdème. Diarrhée profuse, dysenterie. C'est un point important de réanimation. L'utilisation de ce point n'est pas très facile en micro-massage, la plupart du temps ce point est utilisé avec la technique des moxas, en remplissant au préalable le nombril de sel et en posant dessus un cône d'armoise.

9 VC - Choé Fenn - Partage de l'eau.

Ce point est situé à un pouce au-dessus du nombril.

Action : C'est le point de l'œdème par excellence, de la rétention d'eau, des ascites. Constipation, météorisme, anorexie. Troubles intestinaux avec spasmes.

10 VC - Sia Koann - Zone inférieure de l'estomac.

Ce point est situé à deux pouces au-dessus de l'ombilic.

Action : Similaire à celle de 9 VC. Mais en plus : indigestion, douleurs à l'estomac, vomissement, avec rejet constant de la nourriture.

11 VC - Tchien Li - Situation établie.

Ce point est situé à trois pouces au-dessus de l'ombilic.

Action : Œdème, enflure de tout le corps, ventre gonflé, indigestion.

12 VC - Tchong Koann - Canal médian de l'estomac.

Ce point est situé à quatre pouces au-dessus de l'ombilic.

Action : Point Mo de l'estomac, il est important dans toutes les affections gastro-intestinales; même application que les précédents, mais plus spécifique de l'estomac. Gastrite, spasme douloureux, etc.

C'est de plus un point d'action nerveuse très important, d'où sont intéressés pour les phénomènes spasmodiques et les troubles psychosomatiques. C'est un point tranquilisant à utiliser dans les syndromes d'activité nerveuse. Très valable pour les crises d'angoisse.

13 VC - Chang Koann - Partie supérieure de l'estomac.

Ce point est situé à cinq pouces au-dessus de l'ombilic.

Action : Agit en parallèle avec le point 12 VC, indigestion, douleurs d'estomac... Névroses d'angoisse, insomnie.

14 VC - Tsiu Koann - Grande chapelle.

Ce point est situé 6 pouces au-dessus de l'ombilic, et à un pouce sous l'appendice Xyphoïde (pointe extrême du sternum).

Action : Idem aux précédents, spasmes de l'estomac, anxiété, angoisses, etc.

C'est en plus le point "Mo" du cœur. Palpitations, éréthisme cardiaque, spasmes du diaphragme. Vomissements incrochables.

15 VC - Tsiou Oé - Queue de pie.

Ce point est situé à la pointe de l'appendice Xyphoïde, soit 7 pouces au-dessus de l'ombilic.

Action : point spécial de l'épilepsie, détend les angoissés, psychasthéniques et anxieux. Spasmes d'anxiété de la gorge, huchet. Douleurs cardiaques d'origine nerveuse, angor, névralgies intercostales. Mais aussi perte de virilité, point important en association avec ceux en-dessous de l'ombilic.

16 VC - Tchong Ting - Pagode centrale.

Ce point est situé dans un creux, au-dessus de l'appendice Xiphoïde.

Action : Pneumonie, toux, congestion pulmonaire, bronchite, emphysème pulmonaire, asthme.

17 VC - Trann Tchong - Milieux de la poitrine.

Ce point est situé sur le sternum à la hauteur des mamelons, un pouce au-dessus du point 16 VC.

Action : Ce point est un point maître d'énergie, sur lequel il convient d'agir dans tous les troubles de l'énergie. C'est un point particulièrement important à notre époque où la nourriture et le stress de la vie quotidienne ont tendance à instaurer des déséquilibres. Névralgies intercostales, asthmes, aphonie, toux glaireuse. Ce point donne du souffle, tonifie la voie des chanteurs. Egalement pour ballonnement, aérogastrite, vomissements incœrcibles. Excellent point pour les flatulences et le météorisme.

18 VC - Yu Trang - Palais de Jade.

Ce point est situé 2 pouces au-dessus de 16 VC, dans une petite dépression du sternum.

Action : Même indication que les précédents, complémentaire. Anxiété, boule dans la gorge.

19 VC - Tsré Kong - Palais pourpre.

Ce point est situé un pouce au dessus de 18 VC.

Action : Même indication que 17, 18 VC. Toux quinteuse avec expectoration collante et visqueuse.

20 VC - Roua Kaé - Caverne somptueuse.

Ce point est situé au-dessus de 19 VC, à un pouce et demi sous la base du sternum, au niveau de la deuxième côte.

Action : angine, gorge enflée, impossibilité de déglutir, amygdalite, pharyngite, abcès. Toute les affections O.R.L.

21 VC - Siuann Tsi - Enrouler précieusement.

Ce point est situé sur le bord supérieur de la fourchette sternale.

Action : Angine, laryngite, déglutition difficile, spasme gastrique. Idem à 20 VC.

22 VC - Tienn Trou - Elévation céleste.

Ce point est situé à un pouce et demi de la fourchette sternale, au fond du creux sternal.

Action : Congestion de la face et du haut du corps, aphonie, abcès de la gorge, bouffée de chaleur, oreillons, adénites, paralysie faciale, œdème du visage.

23 VC - Lienn Tsiuann - Source active.

Ce point est situé dans un creux au-dessus de la pomme d'Adam.

Action : idem aux précédents, avec cependant une action marquée au niveau des glandes salivaires, surtout dans les cas d'hypersalivation, les stomatites, langue enflée, paralysie faciale, plaie de la bouche et des gencives.

24 VC - Tchreng Tsiang.

Ce point est situé sur la ligne médiane, au menton entre la lèvre inférieure et la pointe du menton.

Action : Paralysie faciale, œdème du visage, torticoli (très bon point), névralgie dentaires, stomatite, pyorrhée.

Ouverture du méridien VC.

Comme pour le vaisseau Gouverneur, le vaisseau Conception est assujéti à une clef qui permet de "l'ouvrir". Cette clef est un point nommé : Lié Tsiué, situé à deux pouces au dessus du pli du poignet droit sur l'os radial (c'est à dire le tranchant supérieur de l'avant bras). On préparera ce point soit par un massage ou un réchauffement, comme précédemment.

Les huiles essentielles utilisées dans les micro-massages.

Les huiles essentielles forment un secteur à part dans la phytothérapie. Cette spécialité est couramment nommée aromathérapie (du mot grec, *arôma* : épices).

Les aromates connus depuis l'antiquité, furent utilisés par les Grecs, les Egyptiens, les Indiens et les Chinois. Tombés dans l'oubli (surtout dans les civilisations Occidentales), sauf en ce qui concerne leur utilisation en parfumerie, ils connurent un regain d'intérêt durant les XVI et XVIeme siècles.

La technologie de fabrication est issue des produits de la distillation des plantes (sans fermentation) ou des techniques d'expression ou d'incision suivies d'une décantation et d'un filtrage, pour recueillir des produits huileux, volatiles et odorants, contenant les principes actifs.

Les propriétés des huiles essentielles (ou essences) sont très variées, et si les applications antiseptiques sont connues, peu de personne savent qu'elles possèdent d'immenses pouvoirs curatifs dans un grand nombre de domaines : cicatrisation, reconstruction tissulaire, action synergique et relance d'activité hormonale...

Elles peuvent en outre concurrencer très largement certains antibiotiques de manière spectaculaire sans en avoir les inconvénients (surtout au niveau de l'accoutumance).

En dépit de ces qualités, il convient de se montrer très prudent en la matière, certaines huiles essentielles du commerce sont souvent coupées avec des alcools ou des produits moins avouables n'ayant aucune propriété pharmaco-dynamique. La meilleure garantie étant de n'acheter que des huiles portant, sur l'étiquette, la mention 100% pure et naturelle.

Dans le cadre des micro-massages à vocation énergétique le nombre des essences utilisées est relativement limité. Un grand nombre d'huiles ayant des propriétés curatives variées, sont utilisées par les praticiens de l'acupuncture dans le cadre de traitements médicaux sur les autres méridiens, mais cette pratique est affaire de spécialiste maîtrisant le clavier subtile de ces produits qui ne pardonnent pas les maladresses.

Principales essences utilisées dans les micro-massages énergétiques.

Les essences utilisées dans le cadre de l'énergétique se limitent à celles ayant essentiellement des propriétés tonifiantes, ce sont principalement :

L'essence de menthe, d'ylang-ylang, de persil, d'estragon, d'orange douce, de sarriette, de santal, de cannelle et de basilic.

1) Essence de Menthe (piperita). Tonique général, stimulant nerveux.

La menthe est un tonique général, antiseptique général et intestinal. Antispasmodique (gastrique, colique). C'est un puissant stimulant du système nerveux, utilisé pour des massages ponctuels sur la colonne vertébrale et sur les points en relation avec une tonification des nerfs. L'essence de menthe est stomachique, elle est indiquée pour la fatigue générale, les indigestions, l'aérophagie, les spasmes gastriques, les intoxications alimentaires, les palpitations, les vertiges, les vomissements nerveux, certaines migraines, les bronchites; elle favorise l'expectoration.

Petit détail pratique : l'essence de menthe éloigne les puces et les moustiques. Quelques gouttes d'essence dans un lit diminuent ce genre de désagréments.

2) Essence d'Ylang-Ylang. Aphrodisiaque, impuissance, frigidité, tachycardie, spasmophilie, angoisse.

Les fleurs fraîches d'Ylang-ylang donnent une huile essentielle particulièrement agréable à l'odeur. C'est un antiseptique pulmonaire et urinaire qui a une action régulatrice sur le cœur. Particulièrement indiqué pour les tachycardies, c'est en plus un hypotenseur et un calmant de l'excitabilité (spasmophilie et angoisses). Son action aphrodisiaque est très particulière, puisqu'elle est considérée par certains comme anaphrodisiaque, c'est-à-dire l'inverse. En fait l'action de cette essence est essentiellement utilisée pour des problèmes d'impuissance occasionnés par des blocages psychosomatiques (angoisses), représentant plus de 70% des cas étudiés.

L'huile essentielle d'Ylang-ylang, indépendamment de son côté tonique, a un effet relaxant marqué sur la musculature involontaire. C'est avec l'essence de persil un stimulant sexuel à la fois doux, progressif et efficace. L'action privilégiée de cette essence se situe surtout au niveau des frigidités féminines; Dans ce cas précis, il sera très utile de l'associer à l'essence de persil laquelle augmente la tonicité des organes féminins. L'Ylang-ylang jouant dans ce cas un rôle d'inhibiteur des tensions et des angoisses, sans diminuer la sensibilité.

L'huile essentielle d'Ylang-ylang peut être utilisée tant sur le méridien Gouverneur que sur le Conception, avec une mention particulière pour son action sur le sternum en ce qui concerne les problèmes sexuels.

3) Essence de Persil. Tonique circulatoire, impuissance, frigidité.

Tonifiant des parois veineuses, favorisant l'acte sexuelle chez l'homme par vasodilatation et chez la femme en renforçant et fortifiant la tonicité vaginale, l'essence de persil est un activateur puissant des gaines vasculaires.

Dans le cadre des micro-massages, l'huile essentielle de persil est plus adaptée pour les points relevant du vaisseau Conception.

4) Essence d'estragon. Problèmes neuro-végétatifs, spasmes digestifs, hoquet, problèmes sexuels.

L'estragon, ou herbe aux dragons fut introduit en Europe par les Croisés. C'est un cordial, stimulant, apéritif et carminatif. Stimulant général, l'estragon agit fort bien dans les cas de dystonie neurovégétative, dans le cas de spasmes digestifs et intestinaux. C'est un des remèdes de base de l'arthritisme.

En micro-massages, on l'emploiera surtout pour ses propriétés antispasmodiques, en particulier sur tous les points d'action de l'angoisse. Sur le vaisseau Conception, c'est une essence de choix pour les problèmes d'éjaculation précoce et toutes les maladies spasmodiques.

L'estragon est un relaxant général favorisant la circulation énergétique.

5) Essence d'orange douce. Tonique musculaire et nerveux, angoisse, spasmophilie.

L'oranger est un arbre originaire de Chine, acclimaté dans certaines parties de l'Europe et de l'Afrique du nord. Le zeste du fruit fournit l'huile essentielle dite : "huile de Portugal".

L'huile de Portugal est un tonique musculaire et nerveux très actif, c'est un anti-infectieux qui renforce les défenses de l'organisme (en usage interne). Détoxifiant très efficace, elle a une action protectrice du système vasculaire, c'est en plus un tonocardiaque légèrement tranquilisant et antispasmodique. Excellent traitement d'appoint pour l'angoisse, la spasmophilie et l'insomnie.

En micro-massage on pourra l'utiliser indifféremment sur les vaisseaux Gouverneur et Conception. L'essence d'orange douce est une des essences les plus efficaces dans la stimulation des points d'énergie.

Compte tenu de ses qualités exceptionnelles, l'essence d'orange douce peut être utilisée en massages sur toute la longueur de la colonne vertébrale. Ces massages seront légers et dirigés du bas vers le haut. Le résultat est particulièrement tonifiant et relaxant.

6) Essence de sarriette. Tonique général rapide, tonique cardiaque et fatigue sexuelle.

L'huile essentielle de sarriette est un tonique général à effet rapide. En usage interne la sarriette donne d'excellents résultats sur la digestion, elle est carminative et évite les ballonnements intestinaux. L'essence a une action très marquée sur les glandes surrénales, d'où une action tonique sur la sexualité. Il semblerait que l'essence de sarriette favorise la circulation du Ch'i.

Elle est efficace sur les asthénies intellectuelles et certaines impuissances (en particulier celles causées par la fatigue ou un mauvais fonctionnement des glandes endocrines).

Dans la pratique des micro-massages, tous les points de stimulation énergétique donnent d'excellents résultats avec l'essence de sarriette. On notera que cette essence est particulièrement adaptée au massage sur le point de Geishas qui stimule les surrénales (pour les hommes comme pour les femmes). Il est également possible d'effectuer un massage avec un mélange d'essence de sarriette et d'huile d'amande douce sur la totalité de la région lombaire en insistant sur les reins. Ce mélange sera effectué dans la proportion suivante : 6 cc d'essence de sarriette pour 125 cc d'huile d'amande douce (la dose utile se situant entre 3 et 5 % d'essence).

7) Essence de Santal. Relaxant, stimulant physique, tonifiant et décontracturant.

L'huile essentielle de santal est tirée d'un arbre originaire de l'Inde. Cette huile au parfum très corsé et délicatement orientale possède des propriétés très estimées au niveau de la peau. Elle peut être utilisée avec discrétion pour parfumer le corps. Les Indiens l'utilisent fréquemment pour parfumer le bain. Cette essence possède des propriétés relaxantes et décontracturantes, elle est légèrement aphrodisiaque, surtout pour les femmes. En micro-massage on l'utilise surtout sur les points inférieurs du méridien conception où elle a des propriétés proches de celles de la sarriette (en moins puissant).

Les proportions du mélange huile/essence sont du même ordre que pour la sarriette.

8) Essence de Cannelle. Stimulant physique et sexuel.

L'essence de cannelle, outre ses propriétés digestives est un excellent stimulant sexuel tant pour les hommes que pour les femmes. C'est un excellent traitement de la fatigue qui contribue à la relance de l'activité des glandes endocrines. Cette essence peut être utilisée indifféremment sur le méridien Gouverneur ou sur le méridien conception.

9) Essence de Basilic. Tonique nerveux, stimulant.

Le basilic est un excellent stimulant nerveux. Il sera principalement utilisé pour tonifier ou traiter le système nerveux. C'est aussi un excellent stimulant des surrénales qui peut être employé en alternance avec la sarriette. Son terrain d'action privilégié est le méridien Gouverneur et en général tous les points ayant une action sur le système nerveux. La proportion du mélange est identique à celle de la sarriette.

Stimulation de la circulation du Ch'i

Un point très important est celui qui permet d'activer la circulation du Ch'i dans le corps. Ce point est situé sous la plante des pieds, il se nomme YONGQUAN.

Il peut être stimulé régulièrement, chaque jour soit par un massage manuel mais mieux encore en faisant rouler (circulairement) une bille de bois de 2 à 3 cm de diamètre sous chacun des pieds durant une dizaine de minutes.



Cette stimulation est pratiquée facilement en position verticale chaque matin.

LES CHAKRA

Les *Chakra* dont nous avons déjà abordé un des aspects dans le chapitre relatif aux vocables, peuvent être stimulés et renforcés à l'aide de complexes à base d'huiles essentielles. Cet aspect particulier de la tradition est intéressant de plusieurs points de vue, outre la tonification et la préparation de ces centres, ce type d'intervention permet d'avoir une action marquée au niveau des énergies subtiles en particulier au niveau du corps causal et des retombés que cela implique tant sur le physique que sur les séquences d'évènements, donc du quotidien.

Massage particulier des *Chakra* :

Mélanges subtiles et chakras : Les centres vitaux, ou chakras sont ainsi que nous l'avons déjà vu précédemment, au nombre de six. Ce sont, en partant du chakra inférieur :

1) Le Chakra racine - Mûlâdhara

Fig - 39

Correspondant à l'élément Terre. Situé au dessus et en arrière des organes génitaux, au dessus des vertèbres formant le coccyx. On peut l'exciter par des massages sur un point situé sur la face supérieure de l'os pubien.

2) Svâdhishtana

Fig - 40

Correspond à l'élément Eau. Il est situé en avant de la colonne vertébrale un peu en dessous du nombril. On peut l'exciter par des massages sur un point situé à deux travers de doigts sous le nombril.

3) Manipûraka (ou Manipûra)

Fig - 41

Correspond à l'élément Feu. Il se trouve en arrière de l'estomac vers le haut de celui-ci, il correspond au plexus solaire, à la partie inférieure du sternum. Les massages seront localisés à cette zone.

4) Anâhata

Fig - 42

Correspond à l'élément Air. Il se trouve derrière le cœur au centre de la poitrine. Le massage correspondant sera effectué à cette hauteur, sur le sternum.

5) Vishuddha

Fig - 43

Correspond à l'Ether. Situé en arrière de la gorge. C'est un point d'accès difficile, le massage se fera assez largement sous la pomme d'Adam.

6) Ajnâ

Fig - 44

Correspond à l'esprit. Il est situé au centre du cerveau (?), situé à la racine du nez, dans l'espace entre les sourcils.

Enfin le septième « chakra », qui est le point d'émergence, est constitué par **Sahasrâra**, qui est situé au sommet de la tête. Il représente l'accomplissement de la montée de Kundalini.

Fig - 45

Chacun de ces *Chakra* correspond à une étape de la montée énergétique (Kundalini), il convient donc de faciliter et de préparer cette progression en fortifiant ces points au fur et à mesure de l'évolution. Ces centres peuvent être considérés comme des paliers, des noeuds énergétiques, à la fois récepteurs et émetteurs. La montée de kundalini est liée à l'élaboration du corps d'énergie et la circulation énergétique constitue un parcours obligé dans toute démarche initiatique ou spiritualiste. L'énergie primordiale étant lovée dans le chakra racine, la pratique consistera à éveiller dans un premier temps les centres inférieurs, pour ensuite travailler les chakras situés plus haut dès que l'on en ressent la nécessité.

La pratique de cette méthode consiste en un massage rotatif pratiqué avec la pulpe des doigts. Pour les chakras on utilisera le majeur et l'index réunis. Le massage consistant en une rotation assez large sur le point dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour se faire, après repérage du point à traiter, on déposera un peu du mélange d'essence, et on massera le point durant 5 à 10 minutes, jusqu'à complète absorption du produit.

Le massage particulier de ces points spéciaux doit être précédé d'une procédure particulière assez peu connue.

Avant de "travailler" sur un Chakra on traitera son point correspondant sur le méridien Gouverneur, durant dix minutes (après avoir ouvert le dit méridien comme il est indiqué dans la pratique des points énergétiques d'acupuncture). On laissera ensuite le sujet se relaxer pendant une dizaine de minutes et l'on commencera le massage sur le Chakra proprement dit. Après l'opération, le sujet devra rester allongé pendant une demie-heure. A cette occasion un exercice de méditation (déplacement de conscience) sur le point traité ne peut que compléter efficacement le traitement.

fig - 46

- Cette illustration montre la correspondance entre les *Chakra* et les points d'acupuncture, en particulier les points se trouvant sur le méridien gouverneur -

Il est évident que la composition des mélanges d'essences est variable pour les différentes zones d'application. Les spécialistes ont déterminé trois types de mélange correspondant à trois zones d'action spécifique. ATTENTION, certains fabricants peu scrupuleux, offrent sous le nom de Chakra-Oil,¹⁴ des compositions sous forme de « Set » comportant 7 mélanges différents. Il s'agit de manipulations mercantiles, outre le fait qu'on ne doit jamais pratiquer d'intervention sur le chakra supérieur, il n'y a que trois Chakra-Oil, correspondant aux zones spécifiques suivantes :

Zone 1 – Correspondant aux *Chakra* inférieurs Mûlâdhara et Svâdishthana.

Zone 2 – Manipûraka et Anâhata.

Zone 3 – Vishuddha et Âjnâ.

Le septième chakra Sahasrâra (qui n'est pas considéré comme tel, mais comme le point d'émergence de Kundalini) n'a besoin d'aucune préparation du fait qu'il correspond à

¹⁴ Le nom Chakra-Oil a été inventé par Pierre Manoury en 1979 et cité dans plusieurs de ses ouvrages postérieurs. Les compositions sont également décrites dans ces livres, il s'agit donc, de la part des marchands, d'un acte de plagiat.

une qualité d'énergie d'un tel taux vibratoire qu'il dépasse les possibilités des complexes aromathérapiques. Il est, ne l'oublions pas, synonyme d'éveil, et à ce stade, aucun élément matériel ne peut intervenir.

Les complexes d'essences sont mélangées avec des huiles naturelles facilitant la pénétration dans le derme. Ces huiles dynamisées doivent être soigneusement purifiées, car elles servent de vecteurs aux essences qu'elles véhiculent. Ce sont généralement des huiles de d'amande douce, de palmes et de coco dont la neutralité est compatible avec les produits actifs. Les produits plus élaborés utilisent de l'huile de millepertuis, dont la qualité vibratoire est plus adaptée à une action de ce genre. Ce type d'huile étant utilisé pour des personnes ayant déjà atteint un niveau d'évolution spirituelle assez poussé.

Les dosages recommandés appartiennent aux concepteurs des produits, ceux-ci conservent par devers eux le dosage exacte pour éviter des préparations hasardeuses.

Ces préparations comportent les mélanges suivants :

A) Composition de "Chakra oil 1" –

Correspondant à la première zone (chakras inférieurs).

Veytiver, Patchouli, Bois de rose, Ylang-ylang, Santal, Cèdre.

B) Composition de "Chakra oil 2" –

Correspondant à la seconde zone (chakras moyens).

Santal, Orange, Girofle, Vanille.

C) Composition "Chakra oil 3" –

Correspondant à la troisième zone (chakras supérieurs).

Nérol, Bois de rose, Encens, Limette, Verveine.

Pour des raisons d'économie, certains vendent des huiles essentielles coupées, ou pire, des huiles dont les constituants sont des parfums de synthèse. Inutile de préciser que ces produits n'ont aucune action, sinon des répercussions catastrophiques, tant du point de vue pharmaceutique que du point de vue initiatique. La nature aromatique et la nature vibratoire sont aussi différentes que peuvent l'être un sac de pois chiche et un pot de caviar !

Les huiles utilisées doivent être de qualité 100% pure et 100% naturelle.,

Outre le massage, la mise en pratique de cette méthode est la suivante :

Le massage peut être quotidien, avec un jour d'interruption chaque semaine. Il peut être effectué le matin et le soir. Le soir de préférence. On commencera impérativement par les *Chakra* inférieurs (1 et 2). Jamais par les chakras supérieurs, ce qui serait totalement inutile. Ces massages devront être poursuivis durant tout le temps nécessaire à l'éveil de la zone considérée et mené parallèlement aux autres exercices (méditation, tellurisme, etc...). Dès que l'opérateur aura la certitude de pouvoir passer à la zone supérieure, il pourra abandonner le massage des chakras inférieurs.

Chaque séance doit être précédée par un exercice de calme mental, puis de méditation sur le point concerné. Il sera assez facile d'effectuer un déplacement de conscience sur le point manipulé du fait de la persistance de la sensation après le massage. Le massage peut être effectué par une tierce personne, mais dans ce cas, il convient que celle-ci soit en parfaite harmonie avec le but visé, il est même souhaitable que cette personne poursuive la même voie.

La stimulation des chakras par les massages facilite considérablement l'ouverture de ceux-ci, les renforce et les épanouit. Afin d'améliorer la circulation énergétique, il est indispensable, dans le même temps, d'effectuer régulièrement un massage le long de la colonne vertébrale à l'aide d'une huile adaptée.

Pour ce faire, on utilise un mélange possédant la même base neutre d'huile végétale vibrée dont la formule de composition est basée sur les essences suivantes.

Energy-oil : Santal, Amande amère, Ylang-ylang, Patchouli de Singapour, Girofle, Menthe crépu.

Le massage doit être effectué avec les deux mains disposées parallèlement à la colonne, toujours en partant du bas de l'épine dorsale et en remontant jusqu'au cou. Le massage doit être ferme, mais non appuyé, il se fera assez lentement, jusqu'à absorption de l'huile par la peau.

Les apports énergétiques externes non alimentaire

Outre l'aspect énergétique d'origine alimentaire, il existe d'autres sources moins habituelles qui ne sont pas à la portée du profane. Ces ressources sont de plusieurs natures, et demandent une certaine sophistication pour pouvoir être mise en œuvre de manière profitable. Leurs qualités et leurs puissances n'offrent qu'un intérêt limité dans la vie courante, car elles débordent très largement les applications communes. Elles deviennent par contre indispensables dans un contexte initiatique du fait de leurs disponibilités quasi illimitées, de leur souplesse d'emploi et surtout de leur puissance extrême.

L'une de ces techniques que je ne citerai que pour mémoire appartient à des techniques spéciales de magie sexuelle, faisant appel à des pratiques spécifiques basées sur une dynamisation énergétique comparable à celle du tantrisme. Cette option implique un engagement particulier qui n'est pas le fait de tous. L'accumulation d'énergie basée sur cette méthode est particulièrement bien adaptée (quoiqu'elle la dépasse largement) à la pratique magique. Cette spécialité donnant, pour certains individus, d'étonnants résultats. Elle n'est aucunement comparable avec les pratiques tantriques de la voie droite, qui préconisent une "économie" des énergies sexuelles et certaines formes d'abstinence. Cette discipline s'approchant plus du tantrisme de la voie gauche, en ce qu'elle préconise une participation active en groupe. Les phénomènes d'exacerbation énergétique contrôlés, produisent une véritable "musculature" des circuits concernés, offrant les perspectives de réussites souvent spectaculaires à court terme. Cette pratique n'étant d'ailleurs pas incompatible avec les pratiques qui suivent. Il convient cependant d'être très réservés dans l'usage de ces méthodes dont la finalité peut être sujet à caution.

La forme la plus puissante d'apport énergétique extérieur est sans aucun doute constituée par une branche spéciale de la tradition magique Occidentale, qui est la pratique de captation de l'énergie tellurique. Cette technique dépasse très largement la simple pratique magique, puisqu'elle amorce l'élaboration du *corps de gloire* ou corps d'énergie, constitue une des clefs de la longévité et de la régénération (V.exercice de captation tellurique).

Chapitre 9 -

La manipulation des énergies subtiles pose un certain nombre de problèmes pratiques, comparables à ceux de l'électricité ; en particulier ceux de devoir disposer de « sources » stables, d'accumuler et de transformer ou canaliser ce type particulier de fluide. L'expérience intuitive de la recherche traditionnelle a permis très tôt de découvrir les propriétés que possédaient certaines substances naturelles. Les résultats très satisfaisants furent appliqués dans un grand nombre de disciplines tant magiques, que médicales et même dans le cadre de la spiritualité. Le plus étonnant fut que, bien qu'étalé au grand jour et faisant l'objet de discours, de commentaires et même d'un certain nombre d'ouvrages, les applications réelles furent le plus souvent restées, sinon secrètes, du moins discrètes. Ceci tient au fait que ces substances étaient le plus souvent considérées comme relevant d'un usage presque uniquement thérapeutique, puisque la plupart d'entre-elles sont d'origine végétale, animale et plus rarement minérale.

On peut diviser ces substances en deux groupes :

- 1) Les substances neutres mais à propriétés accumulatrices.
 - 2) Les substances actives générant une qualité particulière d'énergie subtile.
- Les deux types étant souvent utilisés conjointement comme nous le verrons plus loin.

Les substances accumulatrices

Bien que qualifiées souvent de neutre, ces substances possèdent néanmoins des qualités de rayonnement qui leurs sont propres, mais dont le caractère « universel » n'occasionne pas d'incompatibilité. Dans cette catégorie on trouve principalement : l'huile d'olive (pure), la cire d'abeille, l'argile rouge, l'ambre, le pétrole brut (la fameuse huile de roche) bien qu'assez typé et peu employé. Dans une moindre mesure : le vin rouge, le sang, les plumes, certaines pierres de nature cristalline, comme le granit, ou certaines pierres aux extraordinaires capacités, comme les pierres de corail fossile, véritables « pierre vivante », utilisées par certains sculpteurs à l'exclusion de tout autre calcaire. On peut aussi proposer certaines résines à la fois accumulatrices et génératrices d'influences marquées - Gomme adragante, résine de Sang-dragon, Kopal, baume de Ceylan, térébenthine de Venise, ainsi que plusieurs huiles dont il convient de préciser qu'elles sont également très spécialisées - Huile de millepertuis, huile d'oeillette, huile de lin. Les Métaux quand à eux sont relativement difficiles d'emploi, car leurs qualités de charge sont médiocres, surtout en ce qui concerne la durée. Ce sont principalement des alliages complexes - *L'élektrum* (alliage constitué des 7 métaux planétaires : Or, Argent, Mercure, Cuivre, Fer, Etain, Plomb), le Bronze (dans la mesure où on lui adjoint une petite quantité d'argent et un peu d'or). Les bois, bien que très spécialisés sont très moyens au niveau de la charge. Ils sont surtout employés en complément, parmi les meilleurs on trouve : le Chêne, le Frêne, le Poirier, l'Acacia, l'If, le Cornouiller, le Grand Houx, l'Olivier, le Buis, le Bouleau, le Cèdre et le Santal, ainsi qu'un grand nombre de bois exotiques. Les plus aptes étant Le Chêne, l'Olivier et le Cèdre. Ce n'est d'ailleurs pas par hasard, si la plupart des grandes civilisations ont utilisé ces essences dans les édifices à vocation religieuse ou dans les œuvres d'arts. Diverses substances plus difficiles à classer peuvent être utilisées dans ce type d'emploi : la plus merveilleuse mais très délicate est l'Eau. Son emploi se limite à des opérations ponctuelles, mais bien employée, elle révèle des qualités exceptionnelles. On notera également : le charbon natif, l'ivoire, les os et la corne (bien qu'il faille se méfier de ces substances qui peuvent conserver la mémoire tragique de la mort de l'animal dont ils proviennent).

Les substances actives

Enumérer les substances actives relève d'une entreprise encyclopédique, aussi ne retiendrons nous que les principales. Ces produits sont classés soit en fonction de leurs qualités « élémentaires », selon la théorie des 4 éléments de la tradition occidentale ou de celle des 5 éléments des traditions asiatiques, soit en fonction de leurs qualités « planétaires » selon les critères de l'astrologie traditionnelle et de la spagyrie. Ces classifications qui feront sourire quelques rationalistes, ont cependant prouvé leurs capacités de manière éclatante dans le domaine thérapeutique.

Ces classifications mettent en évidence les qualités de ces substances (de manière analogique) correspondant à leur modèle symbolique. C'est ainsi que l'on rencontre des plantes Feu, Métal, Eau, etc. Ou bien des plantes vénusienne, martienne, jupitérienne, etc.

Le mode de repérage traditionnel faisant appelle à une théorie curieuse nommée théorie des signatures. Cette « hypothèse » affirmant que les influx planétaires « signent » de leurs sceaux les végétaux en harmonie ou en sympathie avec le principe qu'ils représentent. Cette signature s'illustrant par une forme en relation avec le symbole, une couleur, une forme particulière du fruit ou de la graine, une marque en profondeur, une coloration, des taches remarquables, etc.

Par exemple le Tournesol est une plante solaire, tandis que le Nénuphar est lunaire, l'Ortie est de type martien (l'agressivité). Ces types d'analogies bien que très subjectifs ont cependant droit de citer, car les propriétés thérapeutiques sont très souvent conformes à la signature. L'exemple du nénuphar est assez représentatif. Les propriétés symboliques de la Lune sont en relation avec la nuit, le sommeil, la détente, l'activité nerveuse dont les dérèglements sont l'angoisse, l'insomnie, le nervosisme... Or, les propriétés pharmacologiques du nénuphar sont effectivement calmantes et légèrement soporifiques. On peut aller plus loin dans la mesure où la Lune est en relation avec l'Eau, or dans la théorie des cinq éléments l'Eau correspond à la psyché, aux rêves, mais également aux Reins, à la vessie, à l'élimination (donc élimination des toxines, épuration, etc.), qui est une des fonctions de l'élément Eau - baptême, lustration, eau bénite - Au niveau du corps émotionnel, L'Eau, la Lune c'est la catharsis, le rêve ou le cauchemar qui évacue les tensions. La médiumnité, la voyance (le miroir magique). Cette connaissance de caractère analogique faisait partie des enseignements des écoles initiatiques, enseignements que l'on retrouve dans les mythologies et dans les légendes.

Ces substances caractéristiques seront donc utilisées comme « générateurs » des énergies subtiles qu'elles représentent. On peut les utiliser « nature » ou d'une manière plus sophistiquée en les associant avec une substance accumulatrice qui va se charger progressivement de leur influx, ou bien en concentrer les propriétés en les transformant en « essence » ou extraits. Les essences étant rappelons-le : « le principe volatile » ou aromatique obtenu par la distillation des plantes sèches ou fraîches. Dans les traditions ces essences correspondent au « Mercure », c'est-à-dire à « l'Esprit » de la plante considérée.

Classement des principales plantes actives

Les tableaux ci-après sont établis en fonction de leurs « sympathies » planétaires, en tenant compte de leurs affinités élémentaires selon la classification traditionnelle occidentale (système des 4 éléments). Il convient de préciser que les propriétés de ces plantes ne concernent nullement l'aspect thérapeutique, mais leurs spécificités du point de vue initiatique ou spirituel.

Tableaux des activités des végétaux associés aux planètes.

1) Plantes du Soleil

Plantes	Eléments	Propriétés spécifiques
Acacia	Feu/air/eau	Inspiration, guérison, évolution au niveau spirituel.
Achillé	Feu	Désenvoûtement, protections et talismans, exorcismes.
Angélique	Feu/air/eau	Harmonisation des énergies, paix, guérisons. Protection contre les passions.
Basilic	Feu/air/eau	Clarté mentale, contre les angoisses, acquisition de facultés psy. (Voire également à Mercure)
Buis	Feu/air/eau	Protection importante. Inspiration. Guérison.
Camomille	Feu/air/eau	Imagination. Protection. Guérison
Eucalyptus	Feu/air/eau	Harmonie. Mental et facultés psy. Protection, paix, guérison
Euphraise	Feu/air/eau	Développement des qualités initiatiques. Inspiration, protection, guérison, voyance.
Fougère	Feu/air/eau	Donne gloire et renommée.
Gui	Feu/air/eau	Développe les facultés subtiles. Chance, protection, guérison.
Laurier	Feu/air/eau	Chance, protection, inspiration. Développe l'imagination littéraire.
Marguerite	Feu/air/eau	Provoque des sentiments élevés. Ethique. Inspiration poétique.
Peuplier	Eau	Fortifiant du système nerveux. Eveil du mental.
Pommier	Feu/air/eau	Chance, harmonie, guérison.
Rose (rouge)	Feu/air/eau	Sentiments religieux. Mysticisme. Harmonie spirituelle, voie d'éveil.
Romarin	Feu/air/eau	Guérison, lucidité, protection.
Sauge	Feu/air/eau	Chance, prospérité, richesse, protection, guérison.
Thym	Feu/air/eau	Richesse matérielle, santé, protection.
Valériane	Feu/air/eau	Guérison des dépressions. Paix, harmonisation des énergies. Guérison.

2) Plantes de la Lune

Alchemille	Air/eau	Renforce et guérit le psychisme
Anis	Air/eau	Protection du psychisme, lutte contre l'emprise. Renforce la réceptivité psy.
Aubépine	Air/eau	Protection du foyer, du couple. Favorise les mariages.
Bruyère	Air/eau	Protection des enfants. Protection du foyer.
Chou	Air/eau	Purifie le psychisme, affine la circulation des énergies physiques. Reconstruction organique, guérisons.
Citron	Air/eau	Protection, renforcement et tonification du psychisme. Purification des lieux.
Concombre	Eau	Lutte contre la stérilité
Fraisier	Air/eau	Protection du foyer
Fenugrec	Air/eau	Favorise la vie matérielle.

Iris	Air/eau	Développe la voyance, les capacités de visualisation. Favorable aux procédures d'éveil. Purifie le mental.
Lotier corniculé	Air/eau	Développe l'intuition et la voyance, les pouvoirs subtiles et la visualisation. Calme les angoisses.
Mélisse	Air/eau	Protection du couple, protection du psychisme
Nénuphar	Air/eau	Inspiration, rêve, voyance. Apaise le psychisme
Pensée sauvage	Air/eau	Favorise les sentiments nobles et profonds. Protège le couple et le foyer.
Pervenche	Air/eau	Protège le foyer et le mariage.
Varech	Air/eau	Protège des dangers venant de l'eau. Protection de la navigation et des marins.

3) Plantes de Mercure

Ache	Eau	Purificateur du psychisme, calme le système nerveux.
Amande	Eau	Améliore le travail intellectuel.
Basilic	Feu/air/eau	Une des plantes les plus importantes et les plus bénéfiques. Protection, clarté mentale. Induit l'acquisition de hautes facultés psychiques subtiles (Voir également à Soleil).
Carvi	Eau	Favorise l'intellect. Protège des passions (surtout amoureuses). Favorise la dissolution des « petits moi ».
Fenouil	Eau	Attire l'argent, favorise le commerce.
Menthe	Eau	Repose et tonifie le système nerveux. Favorise l'activité cérébrale.
Noisetier	Eau	Idem à Menthe
Origan	Eau	Favorise la chance. Donne de la liberté. Fortifie les nerfs. Protège des passions amoureuses.
Pissenlit	Eau	Chance sur le plan matériel. Attire l'argent.
Tomate	Eau	Calme les nerfs, éteint les passions
Rhue	Eau	Attire l'argent, calme les nerfs.

4) Plantes de Vénus

Abricot	Feu	Active le désir sensuel.
Anémone	Feu	Favorise les sentiments, protège des passions.
Aneth	Feu	Vitalité et attraction.
Avoine	Feu	Prospérité matérielle. Force et protection.
Bouleau	Feu	Favorise le mariage, protège la vie affective.
Cannelle	Feu	Développe l'inspiration artistique. Art et créativité. Augmente les capacités de création.
Clou de Girofle	Feu	Apaise les conflits passionnels. Favorise l'harmonie des couples.
Gentiane jaune	Feu	Favorise les sentiments sincères. Protège des passions amoureuses.
Géranium	Feu	Idem à Gentiane.

Jasmin	Feu	Attire l'amour. Développe des facultés psy.
Myrtille	Feu	Paix affective. Protection contre les passions.
Orchidée	Feu	Développe l'érotisme. Crée une ambiance troublante. Favorise les passions et la sensualité.
Poirier	Feu	Favorise les relations amoureuses.
Primevère	Feu	Développe les passions et la frénésie. Favorable aux débauches.
Sureau	Feu	Protège des envoûtements d'amour.
Vanille	Feu	Provoque les désirs sensuels. Développe l'érotisme. Allume les passions.
Violette	Feu	Provoque les passions amoureuses.
Ylang-Ylang	Feu	Développe les passions et la sensualité. Favorable aux débauches (Voire également à Lilith).

5) Plantes de Mars

Absinthe	Feu	Destruction de larves. Protection contre la possession.
Ail	Feu	Dégagement de lieux. Force au combat.
Ajonc	Feu	Protection contre la concurrence.
Chardon bénit	Feu	Protège contre les pertes, en particulier l'argent. Force et protection.
Chicorée	Feu	Ecarte les ennemis. Donne du courage. Protection.
Coriandre	Feu	Puissance et courage, favorise la volonté.
Cumin	Feu	Idem.
Gingembre	Feu	Augmente la vitalité sexuelle. Donne force et puissance. Assure la protection des biens.
Moutarde graines	Feu	Eloigne les ennemis et en protège. Protection des activités commerciales. Protection contre la jalousie.
Ortie	Feu	Idem
Piment	Feu	Protection. Puissance. Virilité.
Pin	Feu	Idem.
Poivrier	Feu	Idem.
Quinquina	Feu	Exorcisme, désenvoûtement. Protection des lieux.
Vétiver	Feu	Attirance sexuelle. Vitalité. Puissance.

6) Plantes de Jupiter

Aigremoine	Eau	Justice, progrès.
Basilic	Eau	Voire à Mercure et à Soleil.
Chevrefeuille	Eau	Protection sociale. Elévation de situation. Relations dans le monde des affaires (banques).
Chiendent	Eau	Richesses, respectabilité.
Erable	Eau	Richesses. Emploi.
Jacinthe	Eau	Relations bancaires. Elévation sociale. Emploi.
Patience	Eau	Attire l'argent. Prospérité.
Salsepareille	Eau	Elévation sociale. Richesses. Emploi.
Tilleul	Eau	Apporte la joie.

7) Plantes de Saturne

Bourdaine	Eau	Justice et équilibre. Progrès sociaux.
Céleri	Eau	Sagesse. Protection. Purification.
Cyprès	Eau	Préparation à la mort, approfondissement spirituel.
Fumeterre	Eau	Protection, désenvoûtement, exorcisme.
Hêtre	Eau	Préparation à la mort. Sérénité.
Orme	Eau	Vérité, justice. Procès.
Sceau de Salomon	Eau	Apporte la stabilité sociale.
Trèfle	Eau	Eloigne les épreuves, purifie.

8) Plantes de Lilith

Ylang-Ylang	Feu	Voir à Vénus. Cette plante appartient plus au domaine de Lilith qu'à celui de Vénus.
Orchidée	Feu	Voire à Vénus
Katrafay	Feu	Virilité, frénésie, lubricité, envies de débauches.
Piment gris	Feu	Puissance, protection, force.

Utilisations pratiques des substances accumulatrices : les Condensateurs et les charges.

Les substances accumulatrices forment une catégorie spéciale de produits qu'utilisent les praticiens de l'ésotérisme, et qui portent le nom de « condensateurs ». Il existe une autre variante de condensateurs constituée d'une association entre substances accumulatrices et substances actives, on les nomment « charges ». Les uns et les autres possèdent cette précieuse qualité d'accumulation des énergies subtiles, mais les charges ont ceci de particulier c'est qu'elles sont sélectives, un peu comme des filtres optiques, elles ne diffusent et n'accumulent que des énergies en harmonie avec leur propre nature.

Dans la pratique, les compositions des condensateurs spécialisés sont fixés par l'expérience, à quelques variantes près. Pour des raisons d'efficacité on prépare ces mélanges en y associant plusieurs plantes (en poudre et en huile essentielles) avec des métaux (sous forme d'oligo-éléments) et des minéraux en « sympathie » avec la nature énergétique recherchée. Outre les condensateurs de nature élémentaire (4 ou 5 éléments), les plus usités sont des condensateurs planétaires qui recouvrent la plupart des cas de figure se présentant dans le contexte opératif. Les condensateurs utilisables dans le cadre des pratiques égrégoriques sont beaucoup moins sophistiqués du fait qu'ils ont plutôt une fonction accumulative, ils sont de ce fait confectionnés à base de deux ou trois éléments classiques (cire, huile) auxquels on ajoute une dominante élémentaire ou Luni-solaire.

Composition des condensateurs planétaires

1) Soleil -

Domicile : le Lion

Exaltation : Bélier

Opérations en relation avec le Soleil : Réussite sociale, les honneurs et distinctions honorifiques, haute positions, les opérations de prestige, la promotion sociale, la communication et le milieu relationnel (politique ou artistique).

En thérapie : l'énergie vitale, la reconstruction physique, la régénération. L'affect. Les maladies coronariennes et cardiaques.

Métal : Or

Oligo-élément : Or

Couleurs : jaune et or

Pierres : Escarboucle, diamant, rubis.

Huiles essentielles : Angélique - Basilic - Sauge.

Plantes : Acacia - Achillé - Angélique - Basilic - Buis - Camomille - Eucalyptus - Euphrase - Fougère - Gui - Laurier - Marguerite - Peuplier - Rose (rouge) - Sauge - Romarin - Thym - Valériane - Pommier.

2) Lune -

Domicile : Cancer

Exaltation : Taureau

Opérations en relation avec la Lune : Voyance, inspiration, induire la rêverie et les songes prophétiques, développement de l'imagination, réceptivité de l'inconscient collectif, compréhension et résolution des problèmes par l'imaginaire, développement de l'intuition et de la sensibilité.

Métal : Argent

Oligo-élément : Argent

Couleur : Blanc

Pierres : Pierre de Lune, parfois le diamant.

Huiles essentielles : Citron - Anis

Plantes : Alchemille - Anis - Aubépine - Bruyère - Chou - Citron - Concombre - Fraisier - Fenugrec - Iris - Lotier corniculé - Mélisse - Nénuphar - Pervenche - Pensée (sauvage) - Varech.

3) Mercure -

Domiciles : Gémeaux, Vierge.

Exaltation : Vierge

Opération en relation avec Mercure : Toutes les opérations de commerce, la thérapie (en particulier les affections en relation avec les nerfs, les dépressions), la compréhension dans les études et les réussites dans ces domaines. Les jeux, l'argent, les dialogues, la pratique de la médecine, la diplomatie, l'écriture (livres et romans), mathématiques et créativité.

Métal : le Mercure ou Vif-argent.

Couleurs : les couleurs mélangées.

Pierres : Sardoine - Aimant.

Huile essentielle : Carvi - Basilic - Menthe.

Plantes : Ache - Amandier - Basilic - Carvi - Fenouil - Menthe - Noisetier - Origan - Pissenlit - Tomate - Rhue.

4) Vénus -

Domiciles : Taureau et Balance.

Exaltation : Poissons.

Opérations en relation avec Vénus : La séduction, les problèmes affectifs, la publicité, le commerce de luxe, les réussites artistiques. La sensualité, la création esthétique, les arts en général. L'équilibre dans un couple, le charme, la tendresse et la séduction.

Métal : Cuivre

Couleur : Vert

Pierre : l'Émeraude

Huiles essentielles : Cannelle - Girofle - Géranium.

Plantes : Abricot - Anémone - Aneth - Avoine - Bouleau - Cannelle - Clou de girofle - Gentiane (jaune) - Géranium - Jasmin - Myrtille - Orchidée - Poirier - Primevère - Sureau - Vanille - Violette.

5) Mars -

Domiciles : Bélier et Scorpion.

Exaltation : Capricorne

Opérations en relation avec Mars : Protections, conflits, combat, art militaire. Destruction, mort. Stratégie (militaire ou industrielle). Victoire sur opposition. Sport de compétition.

Métal : Fer

Oligo-élément : Fer

Couleur : rouge

Pierre : Rubis.

Huiles essentielles : Cumin - Coriandre.

Plantes : Absinthe - Ail - Ajonc - Chardon bénit - Chicorée - Coriandre - Cumin - Gingembre - Moutarde - Ortie - Piment - Pin - Poivrier - Quinquina - Vétiver.

6) Jupiter -

Domiciles : Sagittaire et Poissons.

Exaltation : Cancer.

Opération en relation avec Jupiter : Acquisition de biens. Santé : les thérapies en relation avec le système hépatique, l'émotionnel et l'énergie. Réussite sociale, notoriété, succès stables. Amours... Placements immobiliers ou boursiers. Séduction en général. Jeux. Honneurs (rentables), épanouissement.

Métal : Etain

Oligo-éléments : Or + cuivre (certains disent le Zinc).

Couleur : Bleu

Pierres : Saphir, cornaline.

Huiles essentielles : Basilic, chèvrefeuille.

Plantes : Aigremoine - Chèvrefeuille - Basilic - Chiendent - Erable - Jacinthe - Patience - Salsepareille - Tilleul.

7) Saturne -

Domiciles : Verseau et Capricorne.

Exaltation : Balance.

Opérations en relation avec Saturne : Longévité, études alchimiques, théologie, spiritualité. Médecine dans le cadre de la recherche. Elévation spirituelle, mysticisme, compréhension métaphysique et philosophique. Méditation. Protections.

Oligo-éléments : Or + Fer

Couleur : Noir

Pierres : Obsidienne, Onyx.

Huiles essentielles : Céleri, Cyprés.

Plantes : Bourdaine - Céleri - Cyprès - Fumeterre - Hêtre - Orme - Sceau de Salomon - Trèfle.

8) Lilith -

Domicile : Scorpion

Exaltation : Poissons

Opérations en relation avec Lilith : Réussite (charme, séduction, passion, sensualité). Débauches, prostitution, magie sexuelle, déchaînements génésiques. Amour de groupe, Pédophilie, Argent vénal. Drogue. Commerce érotique. Cinéma, théâtre... Peinture, sculpture. Attirance sensuelle, régénération sexuelle. Rupture (couple), adultère.

Métaux : Argent + Cuivre + Mercure.

Oligo éléments : Cuivre + argent.

Couleurs transparentes, fumées, opalescent... (dans les noirs et les violets).

Pierres : Pierre de Lune fumée, Opale, Opale de feu.

Huiles essentielles : Persil - Ylang Ylang.

Plantes : Ylang-Ylang - Orchidée - Katrafay - Piment gris.

Utilisations pratiques

Les condensateurs constituent un chapitre important de la pratique opérative. On les utilisent chaque fois qu'on a besoin d'une source énergétique constante, ou pour conserver une charge énergétique dont on disposera ultérieurement. Certains condensateurs (les condensateurs planétaires entre-autre, on la propriété de s'auto-régénérer (durant un certain temps) en se chargeant des énergies planétaires. Ces propriétés sont utilisées dans des domaines très divers : Médecine énergétique (utilisant les éléments), Talismanie, en associant un pantacle avec le condensateur correspondant qui lui fournit l'énergie nécessaire pour le rendre actif. Création d'une ambiance ou compensation d'un lieu. Fabrication d'un support d'entité (statue de saints, entité, totem), élaboration d'un esprit servant ou génie familier en particulier avec les condensateurs planétaires, etc.

Les charges

Parmi les multiples utilisations des propriétés des condensateurs, il en est une particulièrement efficace, cette technique spéciale est nommée : Charge.

La charge est un « montage » constitué des propriétés d'accumulation et de générateur des condensateurs associés aux possibilités particulières des cristaux de quartz.

Fig – 47

Les charges sont constituées d'un réceptacle neutre, creux, en terre cuite, pierre de corail fossil, en porcelaine ou dans un métal favorable (principalement le Bronze ou le laiton). Le principe accumulateur est constitué par un peu de cire d'abeille coulée dans le fond du récipient, on recouvre ensuite d'un peu d'huile d'olive, dans lequel on ajoute quelques pincées de poudre de plantes, quelques gouttes d'essence et d'oligo-éléments, un fragment de métal, le tout en harmonie avec la nature planétaire (ou le caractère spécifique) de la charge. L'ouverture sera fermée par un cristal de roche s'emboîtant dans l'ouverture. L'étanchéité étant assuré par un joint en mastic, ou un peu de colle. Certaines statuettes d'origine indienne possèdent ainsi un réceptacle secret contenant un condensateur, un ou plusieurs cristaux figurant les yeux ou le troisième œil faisant office d'amplificateur ou de diffuseur.

Ainsi préparé, l'objet est prêt pour faire l'objet de méditations successives ou de rituels destinés à lui assurer son efficacité. Les condensateurs et les charges mixtes, c'est-à-dire utilisant des principes générateurs n'ont pas besoin d'être « chargés » préalablement.

Par contre, la présence du cristal est fondamentale, celui-ci canalise l'énergie et potentialise les effets du condensateur. Le cristal de roche possédant des propriétés de « vibrer » sur la fréquence d'émission qui le sollicite. La nature du condensateur est « amplifiée », ou du moins diffusée par le cristal qui assure le rayonnement énergétique dans un rayon de plusieurs mètres autour de l'endroit où il est entreposé. On peut ainsi réaliser des charges en relation avec les éléments, en particulier dans le cadre de la théorie des cinq éléments. De telles charges pourront avoir une excellente action sur les corps subtils, les chakras ainsi que les points d'acupunctures. Elles peuvent être d'un intérêt majeur pour les séances de méditation et durant le sommeil pour régénérer un élément physiologique déficient.