

**Omraam Mikhaël Aïvanhov**

# LES SPLENDEURS DE TIPHÉRETH

*Le soleil dans la pratique spirituelle*



*Œuvres complètes – Tome 10*

---

**ÉDITIONS   PROSVETA**

© 1974, Éditions Prosveta Société coop. (Suisse)  
© 1977, Éditions Prosveta S.A. (France), ISBN 2-85566-073-4  
© 1983, Éditions Prosveta S.A. (France), ISBN 2-85566-220-6  
© 1985, Éditions Prosveta S.A. (France), ISBN 2-85566-352-0  
© 1997, Éditions Prosveta S.A. (France), ISBN 2-85566-727-5

© Copyright 2012 réservé à S.A. Éditions Prosveta pour tous pays. Toutes reproductions, adaptations, représentations ou éditions quelconques ne sauraient être faites sans l'autorisation de l'auteur et des éditeurs. De même toutes copies privées, toutes reproductions audio-visuelles ou par quelque moyen que ce soit ne peuvent être faites sans l'autorisation des auteurs et des éditeurs (Loi du 11 Mars 1957 révisée).

Éditions Prosveta S.A. – CS30012 – 83601 Fréjus Cedex (France)

ISBN 978-2-85566-727-0

Édition numérique: 978-2-8184-0079-1

# I

Surya-yoga

Le soleil, centre de l'univers

Tout ce qui existe sur la terre est contenu  
à l'état éthérique dans le soleil

Vous l'avez sans doute remarqué, mes chers frères et sœurs, lorsque le soleil paraît, la nature est silencieuse, attentive ; elle se recueille comme si elle voulait recevoir quelque chose du soleil. Pour quelques minutes, la terre, les animaux, les insectes, les arbres, tout s'apaise et se tait, même les oiseaux... Les oiseaux s'éveillent avant le lever du soleil, ils sont joyeux, ils volent, ils chantent, mais quand le soleil commence à paraître, ils s'arrêtent un moment... Seuls, les hommes continuent à faire du bruit ; ce sont les seuls qui n'ont rien compris. Toute la nature se tait, mais eux continuent à frapper, à parler, à crier, comme si cet événement qui touche l'univers entier n'était d'aucune importance. C'est là qu'on voit combien ils sont irrespectueux et ignorants, car ils ne savent pas profiter de tous les bienfaits qu'apporte cette présence du soleil...

Et vous qui venez chaque matin au lever du soleil sur le Rocher\*, pourquoi venez-vous ? Les uns, c'est pour faire comme les autres ; d'autres, c'est pour regarder un beau spectacle... Mais combien viennent pour faire un travail grandiose et comprendre enfin ce qu'est le soleil ? Très peu. C'est pourquoi je voudrais

\* Au Bonfin, du premier jour du printemps jusqu'à la fin de l'été, les membres de la Fraternité Blanche Universelle se rassemblent sur une éminence rocheuse pour méditer en regardant le lever du soleil (Note des éditeurs).

vous parler de la signification et de l'importance du soleil, des possibilités et des richesses qu'il nous donne, afin que vous ayez des notions claires qui vous aideront à faire un grand travail spirituel.

Actuellement, on parle beaucoup de yoga. Je vous en ai dit aussi quelques mots en vous présentant les différentes sortes de yogas qui existent et qui viennent surtout de l'Inde et du Tibet, mais aussi de la Chine, du Japon, de l'Égypte, de la Perse... Car toutes les religions ont leur yoga, même le christianisme. Oui, les chrétiens ont toujours pratiqué l'adoration, la prière, la contemplation, le dévouement, l'amour envers le Créateur, c'est là l'aspect prédominant de la religion chrétienne, et dans l'Inde, on appelle cela Bhakti-yoga, le yoga de la dévotion, de l'adoration, de l'amour spirituel. Seulement, ce yoga convient à certains tempéraments, mais d'autres ont des qualités et des dons différents, et il faut donc leur donner d'autres possibilités. Nombreux sont les chemins qui mènent vers le Créateur. Les chrétiens se sont limités à une seule voie, qui est d'ailleurs merveilleuse, il ne faut pas la critiquer, mais les hindous, eux, sont plus riches, ils ont donné beaucoup d'autres méthodes.

Pour ceux qui sont plutôt faits pour l'étude, la réflexion philosophique, le travail de la pensée, ils ont donné le Jnani-yoga, le yoga de la connaissance, afin qu'ils puissent rejoindre le Seigneur par la voie de l'intelligence.

D'autres n'ont pas ce penchant pour la science et la philosophie, ni la moindre envie de rester agenouillés, de contempler et d'adorer : ils ont une volonté puissante, des énergies à dépenser, un grand dévouement. Ils veulent servir les autres, ils veulent travailler. Le Karma-yoga est fait pour eux, c'est-à-dire le yoga des œuvres, des réalisations, des devoirs à accomplir sans attendre ni paiement ni récompense. Le Karma-yoga est le yoga de l'action gratuite et désintéressée.

Pour ceux qui veulent se dominer, maîtriser leurs instincts, leurs impulsions et leurs tendances inférieures, existe le Radja-yoga : par la concentration et la domination de soi, ils arrivent

eux aussi à atteindre l'Éternel, à se fondre en Lui, ils deviennent les « rois » (radja signifie roi) de leur propre royaume.

Le Kriya-yoga est le yoga de la lumière : penser à la lumière, la connaître, la comprendre, s'entourer de couleurs, les introduire en soi et les projeter autour de soi. C'est un travail magnifique, c'est le yoga de Babadji.

Le Hatha-yoga est pour ceux qui aiment faire des exercices physiques, prendre toutes sortes de postures, d'*âsanas* comme on les appelle : se plier, se tordre, se rouler en boule, s'allonger, se mettre à plat ventre, se relever, faire passer les jambes derrière la tête, etc. Ces exercices qui sont basés sur la connaissance précise des centres que l'on déclenche en prenant telle ou telle posture, demandent beaucoup de volonté et de persévérance. Le Hatha-yoga est le yoga le plus propagé en Occident, mais les pauvres Occidentaux n'ont pas le tempérament et la constitution des Orientaux ni les conditions de calme et de silence pour le pratiquer, et beaucoup finissent par se détraquer physiquement et psychiquement. Combien de gens j'ai rencontrés, qui m'ont avoué qu'ils avaient abandonné le Hatha-yoga parce qu'ils se sentaient devenir déséquilibrés ! Il faut être très prudent, je n'ai jamais conseillé aux Occidentaux de pratiquer ce yoga.

L'Agni-yoga est le yoga du feu : penser au feu, travailler avec le feu, éveiller le feu en soi-même. Puisque le feu est à l'origine de toute la création, l'Agni-yoga est encore un chemin qui mène vers le Créateur.

Le Chabda-yoga, le yoga du Verbe, consiste à prononcer certaines formules – ou mantras – à tel moment, tel nombre de fois, avec telle ou telle intensité... Le Verbe est une puissance, et celui qui sait agir avec cette puissance obtient de grands résultats.

Maintenant, je voudrais vous parler d'un yoga qui dépasse tous les autres : c'est le yoga du soleil. Il était connu dans le passé : les Grecs, les Égyptiens le pratiquaient, ainsi que les Perses, les Aztèques, les Mayas, les Tibétains... Maintenant on l'a abandonné, surtout en Occident. Puisqu'en sanscrit le soleil se dit *surya*, nous donnons à ce yoga le nom de « Surya-yoga ».

C'est mon yoga préféré, car il réunit et résume à lui seul tous les autres yogas. Oui, pourquoi ne pas réunir tous les yogas en un seul ?

Le disciple de la Fraternité Blanche Universelle ne peut pas rester un être étroit, limité, car il représente l'homme de la nouvelle vie qui doit se développer dans tous les domaines. Il doit agir avec un désintéressement absolu : c'est le Karma-yoga. Il doit chercher Dieu, L'aimer et L'adorer : c'est le Bhakti-yoga. Il doit méditer, se concentrer pour arriver à se maîtriser, à gouverner tout le peuple de ses cellules : c'est le Radja-yoga. Lorsqu'il reste assis en méditation sur le Rocher ou exécute les mouvements de notre gymnastique du matin ou ceux de la paneyrhythmie, c'est, si l'on veut, du Hatha-yoga !... Il projette de la lumière et des couleurs, il s'entoure d'une aura lumineuse : c'est le Kriya-yoga. Il se concentre sur le feu et lui donne la possibilité de brûler en lui toutes ses impuretés : c'est l'Agni-yoga. Il veille sans cesse à être maître de sa parole, à ne pas prononcer de mots qui séparent les êtres, qui introduisent en eux le doute ou le découragement, il s'efforce au contraire de devenir un créateur de la nouvelle vie : c'est le Chabda-yoga. Enfin, il se concentre sur le soleil, il l'aime et le recherche, il le considère comme une porte qui ouvre sur le Ciel, comme la manifestation du Christ, le représentant de Dieu, et c'est le Surya-yoga. Le disciple qui le pratique ne rejette aucun des autres yogas, au contraire, il devient un être complet, il vit dans la plénitude.

Je vous montre l'idéal nouveau, le nouveau modèle d'humanité qui se crée dans la Fraternité Blanche Universelle : des êtres dont l'idéal est de développer toutes les qualités et vertus. Car dans le Surya-yoga l'adoration est comprise, la sagesse est comprise, la puissance est comprise, la pureté aussi, l'activité, le dévouement, la lumière, ainsi que le feu sacré de l'amour divin. Voilà pourquoi je m'occuperai les jours prochains de vous présenter ce yoga du soleil, afin que vous sachiez ce qu'il est et quels bienfaits vous recevez en venant chaque matin voir le lever du soleil.

Avec les autres yogas, vous ne développez qu'une partie de vous-mêmes, tandis qu'avec le Surya-yoga vous mettez en activité tous les centres en vous, parce que vous vous liez à la puissance qui dirige et anime toutes les planètes de notre univers, le soleil, et là, vous avez obligatoirement des résultats. Voilà pourquoi je peux vous dire que tous ces yogas, qui étaient considérés dans le passé comme magnifiques, et qui sont magnifiques encore, céderont la place au Surya-yoga qui les dépasse tous, parce qu'à travers le soleil on travaille avec Dieu Lui-même. Certains qui ont fait des expériences ont réussi, et vous ne pouvez pas imaginer tout ce qu'ils ont gagné, dans quelle lumière, dans quelle clarté, dans quel émerveillement ils vivent ! Je vous dirai même que ce que personne n'a pu m'apprendre, c'est le soleil qui me l'a révélé, car aucun livre ne peut vous donner ce que le soleil vous donnera si vous apprenez à entrer en relation avec lui.

C'est très facile à comprendre et je vous donnerai un exemple très simple. Imaginez que vous lisiez un livre, le meilleur : la Bible, ou les Védas, ou le Zend-Avesta, mais c'est l'hiver, et vous n'êtes pas chauffé, alors vous prenez froid et vous devez vous coucher. Eh oui, le livre le meilleur ne peut pas vous chauffer ! Imaginez aussi que c'est le soir : la lumière diminue et bientôt vous ne pouvez plus lire ; là encore le livre le meilleur ne peut pas vous éclairer ! Et si vous êtes devenu anémique parce que vous avez trop lu ou trop travaillé, le livre ne peut pas vous redonner de la vitalité. Tandis que le soleil, lui, vous donne la chaleur, la lumière et la vie : il est donc le livre le plus avantageux.

Personne encore ne se rend compte de l'importance du soleil. Bien sûr, la science s'occupe de lui, mais pour l'utiliser, pour le mettre en bouteilles, pour le vendre. On ne voit toujours que l'aspect matériel, financier. Pour l'aspect spirituel, on est loin, tellement loin !... Même les religieux en sont loin, et surtout les religieux. Or, c'est justement cet aspect spirituel que je veux vous montrer : ce que représente le soleil, ses rayons... comment se développer spirituellement par la connaissance du soleil, par



la pratique du soleil, en sachant comment le regarder, le contempler, et même entrer en lui...

Le soleil est l'origine et le père de toutes choses, il est la Cause première ; la terre et les autres planètes sont sorties de lui, c'est lui qui les a engendrées. C'est pourquoi la terre contient les mêmes éléments que le soleil, mais à l'état solide, condensé. Les minéraux, les métaux, les pierres précieuses, les plantes, les gaz, les corps subtils ou épais qui se trouvent dans le sol, dans l'eau, dans l'air et dans le plan éthérique, sont sortis du soleil. Donc, les produits pharmaceutiques, qui sont fabriqués à partir de substances minérales ou végétales, viennent du soleil... Oui, tous les médicaments, toutes les quintessences que les chimistes ont réussi à extraire et à préparer, viennent du soleil. Vous verrez dans un moment quel chemin s'ouvre maintenant pour le disciple, comment, en se concentrant sur le soleil, il peut s'approprier, capter dans leur pureté originelle les éléments nécessaires à son équilibre et à sa santé.

À l'heure actuelle les gens se gavent de médicaments, ils ingurgitent des pharmacies entières dans l'espoir de se guérir. Ils ne pensent jamais à aller chercher plus haut, dans les régions subtiles, d'autres éléments meilleurs, ils se contentent de prendre dans le plan physique les substances dont ils ont besoin. Et d'où viennent ces substances ? Du soleil. Alors n'est-il pas préférable d'aller les chercher directement, en haut, à la source ?

Pour comprendre cette idée, il faut savoir que l'univers où nous vivons s'est formé par condensations successives.<sup>1</sup> Au commencement était le feu. Le feu a peu à peu émané de lui une substance plus dense, l'air, qui à son tour a émané l'eau. Et alors, l'air veut retourner vers son père, le feu, mais son père lui dit : « Non, non, j'en ai assez de toi, va-t-en, tu es très heureux là-bas ! » Et l'air se met à pleurer, pleurer, et voilà la pluie ! Vous direz : « Oh là là ! en voilà une explication ! » Oui, ce sont des explications... « maison » !... L'eau, à son tour, s'est débarrassée de ses éléments les plus denses, et la terre s'est formée. On a d'ailleurs maintenant les preuves scientifiques que la vie sur

la terre est sortie de l'eau. Chaque élément est une condensation d'un autre élément plus subtil : l'air du feu, l'eau de l'air, la terre de l'eau. Mais au-delà du feu que nous connaissons existe un autre feu, la lumière du soleil, qui est à l'origine de toutes choses et dans laquelle on peut trouver à l'état subtil, éthérique, tout ce qui existe sur la terre.

Vous direz : « Mais que s'est-il passé pour que tous ces éléments se soient condensés ? » Il a suffi qu'ils sortent du centre. Le centre, c'est le soleil. Lorsque les éléments contenus dans le soleil se sont éloignés vers la périphérie, ils se sont condensés, ils sont devenus opaques, lourds et pesants... Et il en est de même pour nous, mes chers frères et sœurs : en nous éloignant du centre, du sein de Dieu, nous sommes devenus ternes et pesants. Pour retrouver notre pureté et notre lumière, nous devons retourner vers le centre.

Vous allez voir comment les prescriptions de toutes les religions vont se rejoindre dans cette recherche du centre, ou si vous préférez, symboliquement, du soleil. Lorsque l'homme décide de retourner vers le centre, il se produit des changements dans tout son être... Je vous ai souvent parlé de cette « assiette à beurre » que j'avais vue, il y a des années, à Luna Park. C'était une plate-forme ronde, tournante, sur laquelle montaient des jeunes gens... La machine se mettait en marche, le mouvement s'accélérait de plus en plus, et bientôt ceux qui se trouvaient à la périphérie étaient pris dans le tourbillon des forces centrifuges qui les déséquilibrait et les projetait de tous côtés vers l'extérieur, tandis que ceux qui étaient au centre restaient à leur place, debout, immobiles, souriants. Grâce à cette image, je vous ai montré que plus vous vous éloignez du centre, plus vous êtes soumis à une force désordonnée, chaotique, et peu à peu vous perdez votre équilibre et votre paix. Mais quand vous vous approchez du centre, au contraire, le mouvement change, et vous vous sentez dans le calme, la joie, la dilatation.<sup>2</sup>

C'est à partir de pareilles observations que les Initiés ont découvert des états de conscience extraordinaires leur permet-

tant d'établir une science, une philosophie, des méthodes. Leurs recherches, leurs découvertes sont arrivées jusqu'à nous, et maintenant je vous les transmets pour votre utilité et votre perfectionnement. Seulement, il faut me comprendre : j'ai le privilège de disposer d'un langage très clair, très simple, enfantin presque, alors que tout ce que vous trouverez dans les ouvrages des religieux et des philosophes est tellement abstrait et obscur ! Mais pourquoi ne pas simplifier l'expression des grandes vérités ? Pourquoi ne pas les rendre claires et accessibles même aux enfants ?... Voilà une qualité que Dieu m'a donnée : savoir présenter les choses clairement et simplement.

En venant chaque matin avec le désir de contempler le soleil, d'y puiser des forces, de pénétrer en lui, mais aussi de le retrouver en nous-mêmes, nous quittons la périphérie pour retourner vers la source, dans la paix, la lumière, la liberté, en union avec Dieu. Le soleil est le centre du système solaire et toutes les planètes gravitent autour de lui dans un mouvement harmonieux. Ce mouvement harmonieux des planètes autour du soleil, nous devons l'imprimer à nos propres cellules. Mais pour cela, il faut aussi trouver le centre en nous, le soleil, l'esprit, Dieu. À ce moment-là, toutes les particules de notre être entrent dans le rythme de la vie universelle et ce que nous éprouvons comme sensations et états de conscience est tellement merveilleux qu'il n'y a pas de mots pour l'exprimer. Je vous présente aujourd'hui l'aspect philosophique de cette question du centre ; ensuite nous verrons le côté pratique, magique. Vous ne le connaissez pas encore, et il n'y a rien de plus important.

« Mais, direz-vous, est-il absolument nécessaire d'aller voir le lever du soleil ? Est-ce que cela ne revient pas au même de prier chez soi ? » Bien sûr, dans votre chambre vous pouvez prier, vous lier à Dieu, retrouver le centre, vous pouvez avoir les mêmes résultats, les mêmes extases, c'est entendu. Mais si en même temps que vous priez, vous respirez l'air pur, si vous vous exposez aux rayons du soleil, vous réalisez cette union

avec Dieu non seulement intellectuellement, par la pensée, mais aussi physiquement, par l'air, par la lumière, et alors votre prière est plus complète. Ici, au lever du soleil, vous êtes aidés par des facteurs très puissants : l'air pur, la paix, tout cet espace, cette chaleur, cette lumière... C'est la plénitude ! Vous voyez, mes chers frères et sœurs, si nous savons situer correctement les choses et apprécier leur valeur, nous nous approchons plus rapidement, plus efficacement, plus merveilleusement de cette source de la vie dont nous avons tous besoin.

Tous les êtres sans exception ont ce besoin de retourner vers la source. Ils le comprennent de différentes façons, mais en réalité, tous cherchent le Seigneur : ceux qui ne font que manger et boire, ceux qui cherchent les femmes sans jamais être assouvis, ceux qui désirent la richesse, le pouvoir ou la science... tous cherchent Dieu. Mon interprétation offusquera peut-être les religieux parce qu'ils sont souvent étroits et de parti pris, et ils diront : « Mais c'est impossible que les gens cherchent Dieu par ces chemins tortueux ! » Si, il n'existe pas une créature qui ne cherche pas Dieu. Seulement chacun comprend et cherche Dieu à sa façon. Si on savait où Il est et comment Le trouver en perfection, bien sûr ce serait préférable, mais Dieu est un peu dans la nourriture, un peu dans l'argent, Il est aussi dans l'amour des hommes et des femmes... Oui, ces sensations de plénitude, de dilatation, d'émerveillement, c'est Lui qui les procure. Et désirer l'autorité, la puissance, c'est aussi vouloir posséder un attribut de Dieu. Vouloir être beau, et même se ruiner dans les instituts de beauté en opérations de chirurgie esthétique ou je ne sais quoi, c'est encore chercher à avoir une qualité de Dieu : sa beauté. Et même les goinfres qui passent toute la journée dans les ripailles, si ce n'était pas un petit peu le Seigneur qu'ils goûtent ainsi, ils ne ressentiraient pas cette jouissance, ce plaisir du palais ou des entrailles. Il n'existe rien de bon, de beau ou de délectable qui ne renferme au moins quelques parcelles de la Divinité. Seulement, pour trouver vraiment le Seigneur, nous ne préconisons pas tous ces chemins tellement coûteux, malpropres

et déplorables. Nous montrons le meilleur chemin, celui qui Le rejoint directement.

La première chose à faire, c'est de réaliser l'importance du centre et de comprendre comment la recherche de ce centre provoque en nous de grands changements, même à notre insu. Plus nous nous approchons du soleil avec tout notre esprit, toute notre âme, toute notre pensée, tout notre cœur, toute notre volonté, plus nous nous approchons du centre qui est Dieu, car dans le plan physique, le soleil est le symbole de la Divinité, sa représentation tangible, visible. Et tous ces noms abstraits et éloignés de nous que l'on donne au Seigneur : Source de vie, Créateur du ciel et de la terre, Cause première, Dieu Tout-Puissant, Âme universelle, Intelligence cosmique... peuvent se résumer dans l'image du soleil tellement concrète et proche de nous. Oui, vous pouvez considérer le soleil comme le résumé, la synthèse de toutes ces idées sublimes et abstraites qui nous dépassent. Dans le plan physique, dans la matière, le soleil est la porte, le lien, le médium grâce auquel nous pouvons rejoindre le Seigneur.

Prenez ce que je viens de vous dire aujourd'hui, arrêtez-vous dessus, et méditez-le... Et surtout ne dites pas : « Oh ! ça, je le sais, je l'ai déjà entendu, je l'ai déjà lu ». Même si c'est vrai, faites comme si ça ne l'était pas, sinon vous n'évoluerez jamais. C'est l'attitude du monde entier : pour se montrer supérieurs, tous s'abritent et se réfugient derrière cette réaction. Quoi qu'on leur dise, toujours ils le savent, ils l'ont entendu, ils l'ont lu. Pourquoi alors n'ont-ils rien réalisé ? Pourquoi sont-ils toujours faibles, malades, limités ? S'ils avaient le véritable savoir, ils sortiraient de leurs difficultés, ils vaincraient les obstacles. La vraie connaissance fait triompher de tout ! Mais ils n'ont rien fait, ils n'ont pas même terrassé certaines petites faiblesses, ils pataugent toujours, alors comment voulez-vous que je croie à leur supériorité ?... Vous devez changer d'attitude, cesser de jouer des rôles pareils. Votre orgueil assombrit tellement votre intelligence qu'il vous empêche d'évoluer. Alors, chassez cet orgueil, soyez plus humbles, faites comme si vous veniez d'entendre ce que

je vous dis pour la première fois, et dites : « Oh ! mais c'est très intéressant, c'est une découverte, c'est une révélation ! » et vous verrez alors quels progrès vous ferez. Eh oui, je sais ce qui vous empêche d'évoluer.

Prenez ce que je vous ai dit aujourd'hui du soleil comme une vérité très importante ; notez-la, méditez-la et ne l'oubliez jamais, parce que plus vous avancerez dans ce nouveau yoga, inconnu ou méprisé, plus vous découvrirez son efficacité : il vous donnera les possibilités d'éclaircir de nombreuses questions, et d'agir ensuite en conséquence. Donc, commencez par comprendre qu'en regardant le centre du système solaire, vous rétablissez en vous-mêmes un système identique avec son propre soleil au centre : votre esprit, qui revient, qui s'installe et prend le commandement. Pour le moment, c'est la pagaille en vous, le chaos, il n'y a pas de centre, pas de gouvernement, pas de tête : tous vos locataires mangent, boivent, crient, saccagent ; les pensées, les sentiments, les désirs se promènent tous en désordre. Comment voulez-vous résoudre vos problèmes dans cette anarchie ? Vous n'y arriverez pas ! Il faut d'abord être intérieurement comme un système solaire, posséder intérieurement le soleil, pour que tout gravite autour d'un centre, mais un centre lumineux, chaleureux, et ne plus accepter un centre qui soit terne, faible, sale, stupide... Allez, nettoyage ! Tous ceux que vous aviez pris comme guides : des ignorants ou des savants, des gens de votre entourage ou des personnages historiques, vous devez les vérifier l'un après l'autre en disant : « Est-ce que tu es aussi lumineux que le soleil ? Non ? Alors, ouste, va-t'en !... Et toi, es-tu aussi chaleureux que le soleil ? Non ? Allez, dehors ! » Après ce balayage, cette purification, vous installez le soleil. Et quand le soleil se présentera, quand il reprendra sa place centrale, quand il sera présent en vous, réel, vivant, vous verrez de quoi il est capable. À son arrivée, tous les habitants qui sont en vous sentiront leur chef, leur maître, leur seigneur.

Je vous ai souvent donné l'exemple des enfants dans une classe : ils se chamaillent, se bagarrent... mais voilà l'institu-

teur qui arrive, et tous les enfants reprennent leur place, l'air innocent et candide, et l'écoutent dans un silence formidable. Prenons aussi l'exemple des chanteurs dans une chorale ou des soldats dans une caserne : tant qu'il manque la tête, le chef de chorale ou le capitaine, chacun fait ce qu'il veut, mais quand la tête arrive, tous se mettent à leur place et le travail commence... Pour le moment, chez l'homme, le cœur est descendu à la place du ventre, le ventre a pris la place de la tête... et le cerveau est tombé dans les pieds. Voilà ce que je vois, moi : les jambes en haut, la tête en bas, tout à l'envers !

Prenons encore un exemple : une famille où l'on est en train de se disputer... Soudain, un ami que tous estiment et respectent vient faire une visite ; alors, les pauvres, vous les voyez qui s'efforcent d'oublier leurs griefs, de prendre des airs et des attitudes convenables : « Mais asseyez-vous donc. Comme nous sommes heureux de vous voir ! Comment allez-vous ? »... et même ils se regardent gentiment pour que l'ami ne s'aperçoive pas qu'ils étaient en pleine tragédie. Eh bien, pourquoi ne pas utiliser la même loi, introduire en soi la « tête » la plus lumineuse, la plus chaleureuse, la plus vivifiante : le soleil ? À ce moment-là, instinctivement, magiquement, tous trouveront leur place, parce qu'ils auraient honte de se montrer grossiers devant cet ami ou ce supérieur... Lorsqu'éclatent en vous-mêmes des discussions, des tumultes, des révolutions, si vous vous mettez à prier avec beaucoup d'ardeur, d'un seul coup tout s'apaise, et vous retrouvez le calme et la joie : c'est qu'il est venu au-dedans de vous un ami, et à cause de lui, tous les habitants se sont tus. Combien de fois vous l'avez vérifié, n'est-ce pas ? Et si vous priez cet ami avec encore plus d'assiduité et de ferveur pour qu'il ne s'en aille plus, qu'il reste et habite en vous pour toujours, qu'il s'installe au centre de vous-mêmes et ne bouge plus, à ce moment-là la paix et la lumière régneront éternellement en vous.

Les hommes vivent comme s'ils se trouvaient dans une caverne éclairée seulement d'une toute petite bougie : ils y voient juste assez pour se débrouiller, et ils ne savent même pas où ils

sont. Or, voilà que le soleil arrive avec sa lumière, et ils s'aperçoivent soudain qu'ils étaient entourés de trésors, de richesses, de splendeurs, mais comme ils ne les voyaient pas, ils n'avaient jamais cherché à s'en approcher. C'est comme celui qui est plongé dans l'eau jusqu'au cou et qui pousse des cris : « J'ai soif ! J'ai soif ! »... Toute sa vie, il crie « j'ai soif » ; il a de l'eau et il n'en est pas conscient. Quand le soleil pénétrera dans votre âme, dans votre esprit, vous pourrez voir toutes les richesses que vous possédez.

La présence du soleil vous apporte la lumière, mais aussi la chaleur. Toute la vie, les gens grelottent, grelottent : « J'ai froid, personne ne m'aime, j'ai besoin d'amitié, d'affection », et ils sont tous à chercher un peu de chaleur auprès des femmes ou des hommes. Que voulez-vous, pour se réchauffer, ils se rapprochent ! Mais la vraie chaleur ne se trouve pas dans ce genre de rapprochements, car dès qu'ils cessent un tout petit peu, de nouveau le froid revient et ils grelottent comme avant.

Non, mes chers frères et sœurs, ce n'est pas comme ça. Pour posséder la véritable chaleur, il faut introduire le soleil au-dedans ! Il fera si chaud que vous transpirerez et que vous serez même obligés de vous déshabiller entièrement. Évidemment, c'est symbolique, cela signifie que vous connaîtrez la vérité. Vous savez bien que l'on dit : « Voir la vérité toute nue ». Actuellement, les gens sont comme les esquimaux, ils sont tellement frigorifiés qu'ils s'emmitouflent dans des épaisseurs de fourrures d'où sort à peine le bout de leur nez. Comment voulez-vous qu'ils se connaissent, qu'ils voient leur beauté et se manifestent leur amour ? Il fait trop froid, il n'y a pas de soleil, c'est-à-dire pas d'amour. Quand le soleil viendra, il chauffera et vivifiera tellement les êtres, qu'ils seront obligés de se déshabiller, symboliquement parlant ! On verra leur visage, leur beauté, leur splendeur. Ils seront libérés. Car c'est cela la libération : c'est d'être vivifié.

Voilà, réjouissez-vous d'avoir des conditions pareilles et de pouvoir venir chaque matin au lever du soleil vous abreuver, vous



chauffer, vous alléger, vous libérer. Oui, d'après moi, Surya-yoga dépasse tous les autres yogas, parce qu'il vous permet de les pratiquer tous ensemble ici, au lever du soleil, et vous êtes favorisés par la chaleur, la lumière, la pureté de l'air. Et même si vous n'avez pas réussi dans les autres yogas qui sont difficiles, il vous reste au moins une chose, c'est que le soleil vous a chauffés, vous a caressés et vous a même donné des paillettes d'or. Même si vous n'avez pas réussi, le soleil vous a magnétisés, vous a guéris, vous a comblés de tous les biens. Vous priez, vous méditez, vous respirez, et en même temps vous êtes aidés par le soleil !

Le Bonfin, le 31 juillet 1967 (matin)

#### Notes

1. Cf. « *Et il me montra un fleuve d'eau de la vie* », Partie XI, chap. 2 : « Les racines de la matière : les quatre Animaux saints ».
2. Cf. *Langage symbolique, langage de la nature*, Œuvres complètes, t. 8, chap. III : « Le cercle (centre et périphérie) ».

« Lorsque nous nous concentrons sur le soleil, qui est le centre de notre univers, nous nous approchons de notre propre centre, notre Moi supérieur qui est notre soleil ; nous nous fusionnons avec lui, et peu à peu nous devenons comme lui.

« Mais se concentrer sur le soleil, c'est aussi apprendre à mobiliser toutes ses pensées, tous ses désirs, toutes ses énergies pour la réalisation du plus haut idéal. Celui qui travaille à unifier la multitude des forces chaotiques qui le tiraillent dans tous les sens pour les lancer dans une direction unique, lumineuse, salubre, devient un foyer tellement puissant qu'il est capable de rayonner à travers l'espace. Oui, l'homme qui parvient à maîtriser les tendances de sa nature inférieure peut étendre ses bienfaits sur l'humanité tout entière, et il devient comme le soleil. Il vit dans une telle liberté qu'il élargit le champ de sa conscience à tout le genre humain auquel il envoie la surabondance de lumière et d'amour qui jaillissent de lui...

« Il faut qu'il y ait de plus en plus d'êtres sur la terre capables de se consacrer à ce travail avec le soleil, car seuls l'amour et la lumière transformeront l'humanité. »

Omraam Mikhaël Aïvanhov

ISBN 978-2-85566-727-0



[www.prosveta.fr](http://www.prosveta.fr)  
[www.prosveta.com](http://www.prosveta.com)  
[international@prosveta.com](mailto:international@prosveta.com)