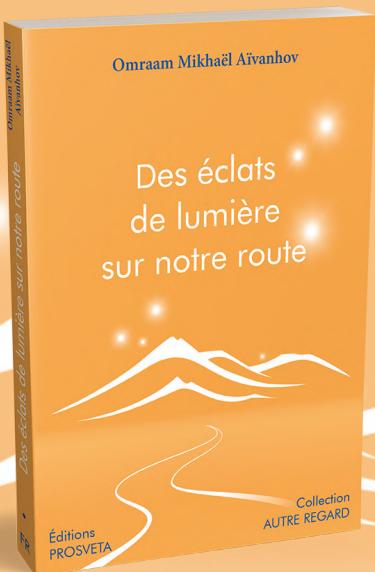


Omraam Mikhaël Aïvanhov

Des éclats de lumière sur notre route

Tables des matières



Collection Autre Regard

ÉDITIONS



PROSVETA

Collection Autre Regard

Des pensées thématiques, concises et pratiques,
pour répondre aux questions de notre quotidien.

Les éditeurs

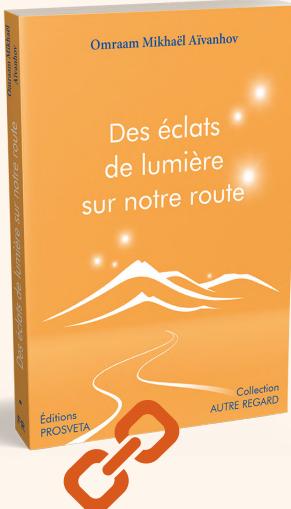
SOMMAIRE



Des éclats de lumière sur notre route



Accéder directement aux références :
table des matières, extraits à lire, écouter ou visionner



Des éclats de lumière sur notre route

1. Les douze premiers jours de l'année
2. La science de la vie est seule essentiel
3. Du pain pour le voyage
4. Le réveil, importance de cet instant
5. Les acquisitions intérieures, ne compter que sur elles
6. L'importance du premier pas
7. L'espoir entretenu par la foi et l'amour
8. La nourriture grâce à laquelle une intelligence supérieure entretient la vie en nous
9. Aimer sans attendre d'être aimé
10. La vigilance : une lumière qui marche devant nous
11. La répétition est nécessaire pour la compréhension des vérités spirituelles
12. Le sommet d'où on aperçoit les multiples aspects de la réalité

- 13. Notre vie : une suite de répétitions, mais chercher chaque fois à faire mieux
- 14. Ne pas rester devant une porte fermée
- 15. Les maillons d'une longue chaîne
- 16. Se détendre, trois exercices
- 17. Les moments précieux à prolonger
- 18. Une image de soi à créer
- 19. La joie entretenue par la gratitude
- 20. Les efforts qui nous maintiennent vivants
- 21. Aujourd'hui détermine demain
- 22. Méditer : ralentir la marche du temps
- 23. Les pensées sont des entités vivantes
- 24. Les défauts, ne pas s'acharner à les combattre
- 25. Événements heureux ou malheureux, attendre pour se prononcer
- 26. La lumière : une aide, une amie
- 27. Le progrès technique : les dangers de la facilité
- 28. La colère, on se fortifie en la dominant
- 29. La meilleure protection contre les injustices
- 30. Les énergies, les concentrer pour les mobiliser
- 31. Les déceptions, inévitables si on ne sait pas à qui donner sa confiance
- 32. La vie, une constante marche en avant
- 33. Dès le matin, se donner une orientation
- 34. Les gestes, leur pouvoir magique
- 35. Chaque geste a son importance
- 36. La mort : un refus d'évoluer
- 37. Les images protectrices
- 38. La compréhension des autres, il est raisonnable de ne pas trop l'attendre
- 39. Le travail physique est nécessaire pour la santé psychique
- 40. Le plaisir n'est pas le bonheur

41. Les tentations, des moyens de leur résister
42. La main, comment se saluer
43. Le destin : manifestations de lois que nous mettons en mouvement
44. La bonne orientation, ne pas trouver des prétextes pour ne pas la prendre
45. Comme si c'était la première fois
46. Les énergies à maîtriser
47. Sensibilité et sensiblerie
48. Notre tribunal intérieur
49. Les vérités à se remémorer chaque jour
50. L'échantillon intérieur
51. Les méthodes, conditions de leur efficacité
52. La liberté : commencer par ne pas trop compter sur les autres
53. Les mantras, comment les prononcer
54. Les efforts comptent plus que les résultats
55. Le bonheur, aimer en ayant la sagesse pour guide
56. L'âme, il est impossible d'ignorer ses aspirations
57. Les énergies, veiller à les orienter
58. Aucune activité n'est insignifiante³⁸
59. Les malaises psychiques ont toujours une cause
60. Le désir de progresser donne un sens à l'existence humaine
61. L'amour, une source à protéger
62. La pensée, instrument de notre puissance
63. Pour une économie bien comprise
64. Un haut idéal transforme nos énergies psychiques
65. Le rire, une explosion de vie
66. La vérité, l'avoir trouvée et continuer à la chercher
67. Les souffrances peuvent devenir une source de richesse
68. Douceur et humilité sont de véritables puissances
69. Les épreuves qu'on doit être toujours prêt à affronter
70. La guerre : un déséquilibre dans la balance de la vie

- 71. La stagnation, ses dangers
- 72. La voix intérieure à laquelle prêter attention
- 73. Comprendre suppose réaliser
- 74. Les déceptions, leur utilité
- 75. Se saluer en évitant de tenir un récipient vide
- 76. L'attention et la maîtrise des gestes, conditions de la véritable économie
- 77. Le présent façonne l'avenir
- 78. La nourriture, en extraire la quintessence
- 79. Les problèmes, les oublier un moment afin de mieux les résoudre
- 80. La vie, conserver le désir d'avancer
- 81. Nos ennemis sont nos vrais bienfaiteur
- 82. Aimer la beauté nous protège
- 83. Soumettre notre matière psychique au pouvoir de l'esprit
- 84. L'enfant, son incarnation dans une famille
- 85. Les défauts, ne pas s'attaquer directement à eux
- 86. La sexualité, question qui ne se règle pas par des interdits
- 87. La corde solide et bien accrochée
- 88. Aimer : ressentir intérieurement la présence des êtres
- 89. Des méthodes toujours différentes à utiliser
- 90. Un yoga : la nutrition
- 91. Le bien et le mal : notre pouvoir de les diminuer ou de les augmenter en nous
- 92. La fatigue psychique se soigne par une bonne fatigue physique
- 93. Les jeunes, le conseil à leur donner
- 94. En allant faire des visites
- 95. La poésie : une qualité de la vie intérieure
- 96. Vie et mort marchent ensemble
- 97. La branche fleurie, image d'une harmonie à préserver
- 98. La loi du mimétisme
- 99. La haine crée des liens aussi puissants que l'amour

- 100. La vie et la mort : deux conceptions de la vie qui entrent en conflit
- 101. Les mains, utilité de savoir les détendre
- 102. Se préparer au sommeil
- 103. La guérison des maladies, remèdes physiques et remèdes psychiques
- 104. Le triage à faire parmi les différentes activités
- 105. Le plexus solaire
- 106. La liberté suppose l'acceptation de certaines règles
- 107. Économiser en prévision des bons jours
- 108. Le découragement, méthodes pour le surmonter
- 109. La colère nuit d'abord à celui qui se laisse emporter
- 110. Des amis à inviter dans nos appartements intérieurs
- 111. Les décisions précipitées, il vaut toujours mieux les éviter
- 112. Le bonheur : un état de conscience
- 113. Les yeux, les ouvrir et les fermer
- 114. Les critiques inutiles
- 115. Notre salut se trouve dans la réalisation de petites choses
- 116. L'identification, un exercice mental
- 117. Les morts, la tradition de faire leur éloge
- 118. Les différences à cultiver
- 119. Afin d'éviter la fatigue
- 120. Les souvenirs à ne pas ruminer
- 121. L'idée que nous nous faisons d'un être agit sur lui et sur nous
- 122. Dire non, là est notre pouvoir
- 123. Le discernement s'acquiert grâce au désintéressement
- 124. Nos défauts : des révélateurs de notre puissance
- 125. Que chacun apprenne à protéger sa vie
- 126. Les états d'harmonie à cultiver
- 127. Les efforts ne sont jamais vains
- 128. Les promesses, ne pas trop y croire
- 129. Dieu ne punit pas les humains

- 130. Supporter : un moyen de se renforce
- 131. L'opinion des autres ne doit jamais vous détourner de la bonne voie
- 132. La raison doit se contenter de « faire le ménage »
- 133. Le sens de la vie, c'est à chacun de trouver la réponse en lui
- 134. Les encouragements qui nous viennent de l'exemple des autres
- 135. L'amour, la meilleure façon de l'attirer
- 136. Les tentations, en rechercher les signes avant-coureurs
- 137. Les qualités, conditions pour les reconnaître chez les autres
- 138. La jeunesse, une qualité du cœur
- 139. Les maladies, des moyens psychiques peuvent aussi contribuer à leur guérison
- 140. La terre : une école
- 141. Les idées sont des entités vivantes
- 142. La vérité, on ne la découvre que par la sagesse et l'amour
- 143. Tout désir finit, d'une façon ou d'une autre, par se réaliser
- 144. La patience, un exercice à faire
- 145. Les habitudes mentales, en prendre conscience
- 146. Les nourritures spirituelles qu'il est nécessaire de prendre tous les jours
- 147. La liberté se limite au choix de la direction qu'on décide de prendre
- 148. Le mal, ne pas lutter contre lui, mais se renforcer
- 149. Le point d'équilibre à partir duquel les forces contraires s'harmonisent en nous
- 150. La fatigue, ses véritables causes
- 151. « Je n'ai pas le temps », formule qui sert trop souvent à justifier la paresse
- 152. Les difficultés, éviter d'imaginer aussitôt le pire
- 153. L'alcool, la drogue : des leurres qui détruisent le corps
- 154. Les conditions ne sont jamais déterminantes
- 155. Les exercices, leur utilité
- 156. Nos états de conscience, leur relativité

- 157. Les soucis, les laisser à la porte
- 158. La paix intérieure ne s'obtient pas par des changements extérieurs
- 159. La nutrition : une communion
- 160. Une orientation à maintenir sans défaillance
- 161. Les critères que nous donnent les Sages
- 162. L'enfant décédé prématurément garde un lien avec ses parents
- 163. Le cerveau, son fonctionnement dépend de l'état des cellules de tous les organes
- 164. Événements, situations, rencontres : une matière sur laquelle travailler
- 165. Les délais laissés pour réparer nos erreurs
- 166. L'amour entretenue par la distance
- 167. La continence, il n'y a de réponse qu'en fonction des aspirations des êtres
- 168. Dans les moments d'attente
- 169. Les objets de la vie quotidienne
- 170. Notre main, son prolongement dans les plans subtils
- 171. Les souffrances, prier seulement pour qu'elles nous aident à grandir
- 172. Les changements, conditions pour prétendre en apporter
- 173. La peur vaincue par la lumière
- 174. Avoir raison ne suffit pas
- 175. N'attendez pas les occasions de faire des exploits
- 176. La véritable autorité s'acquiert par la patience et la bonté
- 177. Les images saintes, c'est nous qui leur donnons du pouvoir
- 178. Le bien finit toujours par triompher
- 179. La haine rend vulnérable
- 180. Les mains, leur maîtrise
- 181. La tristesse, quelques méthodes pour réagir
- 182. Les critiques qui ne font qu'ajouter du mal au mal
- 183. La vigilance indispensable pour affronter toutes les situations
- 184. C'est la vie que l'on aime chez les êtres

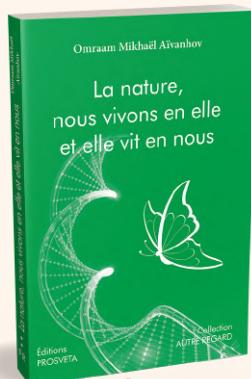
- 185. Tous les torts doivent être réparés
- 186. Une paix que rien ne peut nous faire perdre
- 187. L'enfant, à sa naissance un ange gardien est placé auprès de lui
- 188. Donner sans rien attendre
- 189. Des incidents minuscules qu'on laisse trop souvent dégénérer
- 190. Les lois de la banque : une application dans le plan psychique
- 191. La conscience : une lampe qui ne doit jamais s'éteindre
- 192. La colère, comment la maîtriser
- 193. Les mains, ce que nous transmettons à travers elles
- 194. La joie que l'on reçoit en écho
- 195. Des graines à mettre en terre
- 196. L'enfant, on l'éduque en s'adressant aussi à son subconscient
- 197. Le sacrifice, condition de la vie
- 198. La véritable compréhension nécessite la participation de tout notre corps
- 199. Nos pouvoirs, conditions pour les conserver
- 200. Les cinq sens, leur prolongement dans le plan psychique
- 201. Le doute, comment échapper à ses effets destructeurs
- 202. Le découragement, source d'énergies
- 203. Quand on ne trouve pas le sommeil
- 204. Des facultés à utiliser quotidiennement
- 205. Les mots à faire germer en nous
- 206. L'ennemi que chacun peut devenir pour lui-même
- 207. L'amour, conditions pour qu'il soit durable
- 208. Renoncer : créer un vide en soi pour attirer les vraies richesses
- 209. Les morts, pour les retrouver, c'est dans leur esprit qu'il faut les rechercher
- 210. La maîtrise, n'éviter aucune occasion de s'y exercer
- 211. S'ouvrir
- 212. Les punitions, ce sont les humains eux-mêmes qui se les infligent
- 213. De nouvelles conditions ? Un nouveau travail à entreprendre

- 214. Compter d'abord sur soi-même
- 215. La gaieté expression de l'amour
- 216. Les vacances, l'occasion d'approfondir sa vie intérieure
- 217. Les opinions, en vérifier le bien-fondé
- 218. Le sentiment de reconnaissance : ses effets bénéfiques
- 219. Votre amour doit faire grandir l'être que vous aimez
- 220. Malaises psychiques, réagir immédiatement
- 221. Les qualités n'ont pas en soi de valeur absolue
- 222. Le repas, une opération magique
- 223. L'essentiel à conserver
- 224. La vieillesse peut être la meilleure période de la vie
- 225. Les responsabilités, les fuir ne libère pas
- 226. La souffrance, une encre noire dont on peut extraire les plus belles couleurs
- 227. Les promesses dont Dieu Lui-même ne peut pas nous délier
- 228. Un silence qui nous fait découvrir une autre dimension du temps et de l'espace
- 229. Buvez de la patience !
- 230. Afin de ne pas se laisser surprendre
- 231. Le bonheur, une respiration de l'âme
- 232. Notre liberté, celle de créer notre avenir
- 233. La comparaison, une méthode pour reprendre courage
- 234. Les limites à ne jamais se fixer
- 235. Ligne droite et ligne courbe
- 236. La mesure dans les relations affectives
- 237. La providence nous instruit à travers les épreuves
- 238. Notre monde intérieur est plus important que le monde extérieur
- 239. Afin de se retrouver
- 240. Le monde des idées dont nous deviendrons un jour les citoyens
- 241. L'inertie, ne jamais l'accepter
- 242. Les moments heureux à revivre

- 243. L'enfant que chacun doit rester
- 244. Les larmes qui nous régénèrent
- 245. Le bonheur véritable est un bonheur sans cause
- 246. La mort : une continuation de la vie sous une autre forme
- 247. Accepter son sort mais ne pas s'en satisfaire
- 248. Les épreuves sont terminées quand on est capable de s'en réjouir
- 249. Aimer : ne rien demander à ceux qu'on aime
- 250. Les impulsions à contrôler
- 251. Les regards que nous recevons des êtres visibles et invisibles
- 252. Le travail alchimique : la transformation de notre propre matière
- 253. La lumière intérieure : un critère du vrai
- 254. Conserver son sang-froid
- 255. Le rire, ses bienfaits
- 256. Le sommeil favorise la réalisation de nos souhaits
- 257. L'esprit, centre autour duquel tout doit s'organiser
- 258. Le mot « merci »
- 259. Le bonheur, une balle après laquelle on court
- 260. La source, ne jamais la laisser se tarir
- 261. Les remords, danger de s'y abandonner
- 262. La création spirituelle obéit aux mêmes lois que la création artistique
- 263. L'avenir dans lequel nous pouvons nous projeter
- 264. Le silence : un vide qui nous remplit de la lumière de l'esprit
- 265. La haute montagne dont nous avons à faire l'ascension
- 266. Le désert de l'âme, se préparer à le traverser
- 267. Un amour qui purifie tout sur son passage
- 268. L'influence qu'une présence exerce sur les êtres
- 269. Avant de quitter la terre se réconcilier avec toutes les créatures
- 270. La demeure intérieure qu'il est important d'aménager
- 271. Apporter diversité et poésie à l'existence
- 272. Les leçons qu'il est toujours temps de tirer

- 273. Ranimer la flamme
- 274. Faire de chaque vérité la quintessence de votre être
- 275. Le visage de notre âme
- 276. La liberté : nous mettre au service du principe divin qui nous habite
- 277. Dans la forteresse de notre monde intérieur
- 278. Afin de participer au bon ordre des choses
- 279. Au travail !
- 280. Le jour où le mal ne pourra plus nous atteindre
- 281. Les lampes à allumer en nous
- 282. Les désirs irréalisables, ce sont eux qui nous aident à vivre
- 283. Remercier quoi qu'il arrive
- 284. Seul ce qui nous donne de la joie nous appartient
- 285. Le silence : lieu de la plénitude et du mouvement parfait
- 286. Notre avenir : l'infini, l'éternité
- 287. L'immensité vers laquelle diriger notre regard
- 288. La vraie joie : une joie sans cause
- 289. La liberté : une évasion dans la lumière
- 290. Un moment d'éternité
- 291. Une mémoire que nous ne perdrons jamais
- 292. Pour entrer dans la nouvelle année
- 293. La lumière, l'amour, nous ne les conservons qu'en devenant nous-même lumière et amour
- 294. Continuez à marcher
- 295. Index

Dans la même collection



**La nature,
nous vivons en elle
et elle vit en nous**

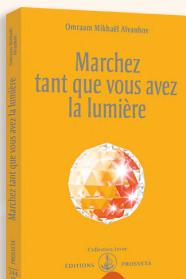
Sur le thème de la lumière

La lumière, esprit vivant



La lumière rayonnante du soleil est un phénomène matériel que les physiciens ont très bien étudié. Cependant cette lumière du soleil n'est que la manifestation dans le plan physique de l'Esprit cosmique par qui l'univers a été créé. La lumière est en réalité un esprit vivant, conscient, agissant et créateur qui entretient la vie physique aussi bien que la vie spirituelle.

Marchez tant que vous avez la lumière



La spiritualité nous enseigne comment « rentrer à la maison », notre patrie originelle, la source de toute la création et nous fournit les moyens pour y parvenir. Le voyage est long et celles et ceux qui s'y engagent peuvent traverser des moments de découragements. Cet ouvrage nous explique comment continuer d'avancer, éviter les obstacles, se relever lorsque l'on chute, en vivant dans un présent qui doit être pleinement conscient car tout ce que nous vivons dans ici et maintenant prépare l'avenir.

Sur le thème de la lumière

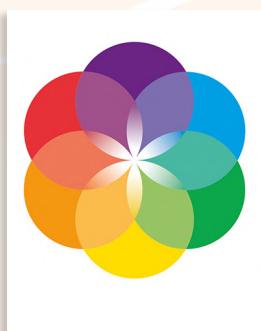
La Lumière et les Couleurs puissances créatrices



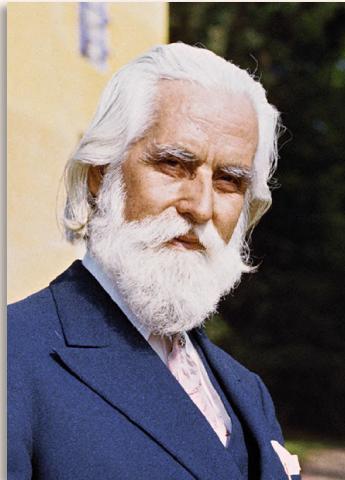
Quelle est la source de la lumière ? Comment travailler avec elle ? Quelle est son influence sur le cerveau et les autres organes ? Quelles sont les relations des couleurs avec les quatre éléments, les constellations zodiacales et l'Arbre séphirotique ? Qu'est-ce que l'aura ?

De très nombreuses réponses vous attendent dans cet ouvrage riche en enseignement.

La Rose mystique (poster 40 x 50 cm)



« La rosace est un symbole de la création du monde. Mettez dans chaque cercle une des 6 couleurs : violet, bleu, vert, jaune, orange et rouge et méditez sur elles... Si vous ne comprenez pas la profondeur de ce symbole, au moins en le contemplant, vous créez des liens entre lui et vous. Cette figure est d'une telle harmonie qu'en la regardant vous sentirez une immense paix vous envahir. »



C'est en 1937 que le Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov (1900-1986), philosophe et pédagogue français d'origine bulgare, est arrivé en France. Bien que son œuvre aborde les multiples aspects de la science initiatique, il précise : «*Les questions qui se posent à nous seront toujours les mêmes : comprendre ces êtres que nous sommes, découvrir le sens de notre existence et surmonter les obstacles qui se trouvent sur notre chemin. Alors, ne me demandez pas de vous parler d'autre chose, je reviendrai toujours sur ces mêmes sujets : notre développement, nos difficultés, le chemin à parcourir et les méthodes pour le parcourir.*»

Éditions PROSVETA S.A.

CS 30012 – F – 83601 Fréjus CEDEX (France)
Tél. (33) 04 94 19 33 33 – Fax (33) 04 94 19 33 34

www.prosveta.fr
international@prosveta.com

