





# Sommaire

Présentation.....	4
Le corps physique .....	6
La volonté .....	7
Le cœur.....	9
L'intellect .....	11
L'âme .....	13
L'esprit .....	15



Accédez aux détails de chaque référence en cliquant sur les blocs d'images contenant cette icône

# Présentation



« Nous possédons tous un corps physique, une volonté, un cœur, un intellect, une âme et un esprit avec lesquels nous devons quotidiennement travailler afin de nous développer harmonieusement. Pour que vous ayez une idée claire je vous présenterai un tableau que j'ai appelé synoptique parce qu'il donne une vue d'ensemble de la structure de l'être humain et des diverses activités qui correspondent à cette structure.

Ce tableau se compose de cinq colonnes.

La première colonne indique les différents Principes qui nous constituent. De haut en bas, ce sont l'esprit, l'âme, l'intellect, le cœur, la volonté, le corps physique. À chacun de ces principes correspond un niveau de conscience.

En haut de la deuxième colonne est inscrit Idéal, car chaque principe tend à la réalisation d'un idéal qui lui est propre.

Pour s'approcher de son idéal, ce principe a besoin d'être alimenté, c'est pourquoi la troisième colonne porte la mention Nourriture.

La quatrième colonne est consacrée au Paiement, c'est-à-dire au prix qu'il faut payer pour obtenir cette nourriture.

Enfin, la cinquième colonne présente l'Activité, le travail que chaque principe doit fournir pour recevoir ce paiement.

Toutes ces notions sont liées entre elles d'une façon claire et logique. Pour la facilité de la compréhension, nous commencerons par le bas du tableau, c'est-à-dire le corps physique, car c'est un domaine que chacun connaît bien par expérience.

On pourrait développer à l'infini ces quelques indications et montrer les multiples relations qui existent entre tous ces éléments. Depuis des dizaines d'années que je vous parle, c'est ce que je n'ai cessé de faire dans mes conférences. Mais dans ce tableau j'ai seulement voulu ajuster les notions de la vie physique et de la vie psychique, afin de montrer l'unité qui existe en l'homme et

PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>ESPRIT</b> Conscience divine	TEMPS ÉTERNITÉ IMMORTALITÉ	LIBERTÉ	VÉRITÉ	IDENTIFICATION UNION CRÉATION
<b>ÂME</b> Superconscience	ESPACE IMMENSITÉ INFINI	IMPERSONNALITÉ ALTRUISME	FUSION DILATATION EXTASE	CONTEMPLATION ADORATION PRIÈRE
<b>INTELLECT</b> Soi-conscience	CONNAISSANCE SAVOIR LUMIÈRE	PENSÉE	SAGESSE	MÉDITATION ÉTUDE APPROFONDISSEMENT
<b>CŒUR</b> Conscience	JOIE BONHEUR CHALEUR	SENTIMENT	AMOUR	MUSIQUE CHANT POÉSIE HARMONIE
<b>VOLONTÉ</b> Subconscience	DOMINATION PUISSANCE MOUVEMENT	FORCE	GESTE SOUFFLE	RESPIRATION EXERCICES DANSE PANEURYTHMIE
<b>CORPS PHYSIQUE</b> Inconscience	VIGUEUR SANTÉ VIE	NOURRITURE	ARGENT	ACTIVITÉ DYNAMISME TRAVAIL

Tableau synoptique donné par le Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov et indiquant comment, à l'image de la vie physique, la vie spirituelle est entretenue dans les différents principes subtils dont l'homme est constitué.

# Le corps physique

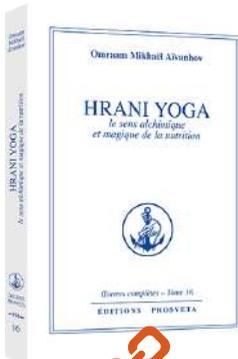
PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>CORPS PHYSIQUE</b> Inconscience	<b>VIGUEUR</b> <b>SANTÉ</b> VIE	NOURRITURE	ARGENT	<b>ACTIVITÉ</b> <b>DYNAMISME</b> TRAVAIL



« L'idéal du corps physique est la santé. Pour avoir la santé il a besoin d'être nourri. Pour obtenir cette nourriture, il faut de l'argent. Et pour avoir de l'argent, il faut travailler.

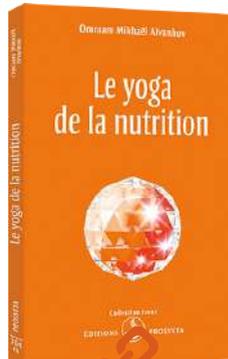
Ce qui est tellement clair pour le corps physique se retrouve aussi clairement pour la volonté, le cœur, l'intellect, l'âme et l'esprit. »

## Hrani yoga Le sens alchimique et magique de la nutrition



  
22,50 €

## Le yoga de la nutrition (synthèse réactualisée de l'œuvre complète «Hrani yoga»)



  
9,60 €

## La nourriture, une lettre d'amour du Créateur



  
3,50 €

## Harmonie et santé



  
9,60 €

# La volonté

PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>VOLONTÉ</b> Subconscience	DOMINATION PUISSANCE MOUVEMENT	FORCE	GESTE SOUFFLE	RESPIRATION EXERCICES DANSE PANEURTHMIE



« La volonté a pour idéal le mouvement, elle a besoin d'avancer, d'agir sur les choses, les situations, les êtres. Pour entretenir son activité, il lui faut de la nourriture, et cette nourriture c'est la force. L'argent avec lequel elle achète cette force est le geste qui permet de s'arracher à l'immobilité, à l'inertie et de déclencher les énergies.

Le premier de tous les mouvements est le souffle. A partir du moment où le nouveau-né a pris sa première respiration, tous les autres processus se déclenchent. Les exercices de respiration, ainsi que les exercices de gymnastique et la paneurythmie qui sont préconisés par notre Enseignement, permettent de renforcer la volonté. On peut évidemment ajouter beaucoup d'autres activités de la vie courante, mais je ne mentionne ici que des méthodes qui concernent plus particulièrement la vie spirituelle. »

## Donner vie à des symboles

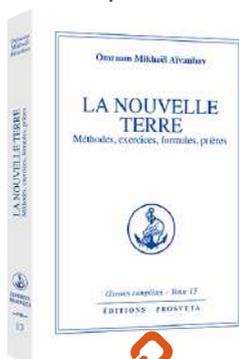
Exercices de gymnastique



17,50 €

## La nouvelle Terre

Méthodes, exercices, formules, prières



22,50 €

## La respiration,

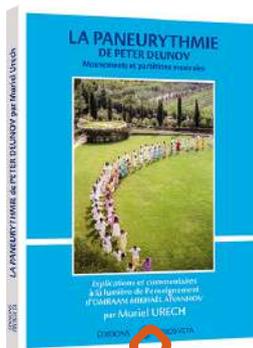
dimension spirituelle et applications pratiques



3,50 €

## La Paneurythmie de Peter Deunov

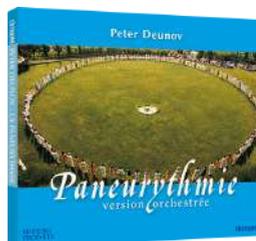
Mouvements et partition musicale



20 €

## La Paneurythmie

Enregistrement orchestré de la musique de la Paneurythmie de Peter Deunov



12,60 €

# Le cœur

PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>CŒUR</b> Conscience	JOIE BONHEUR CHALEUR	SENTIMENT	AMOUR	MUSIQUE CHANT POÉSIE HARMONIE



« L'être humain possède une faculté de sentir et de s'émouvoir qu'on appelle le cœur. Mais il ne s'agit pas là de l'organe physique qu'étudient l'anatomie et la physiologie. Ce cœur, principal organe de la circulation du sang, est une sorte de pompe hydraulique. Le véritable organe de la sensibilité est le plexus solaire.

L'idéal du cœur est la chaleur. Cette chaleur qui dilate et rend heureux. La nourriture est le sentiment, et la monnaie qui sert à payer cette nourriture est l'amour. L'amour est l'argent qui permet d'acheter, c'est-à-dire d'éprouver des sentiments d'une variété et d'une richesse infinies. On acquiert les richesses de l'amour en se mettant chaque jour en harmonie avec les créatures dans l'univers entier, ainsi qu'en pratiquant des activités artistiques.»

**Pour être aimé,  
il faut être vivant**



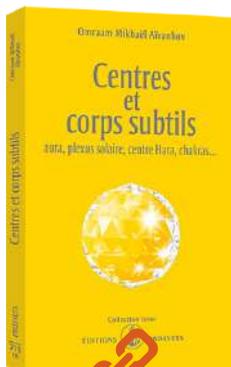
6 €

**La beauté au delà  
des formes**



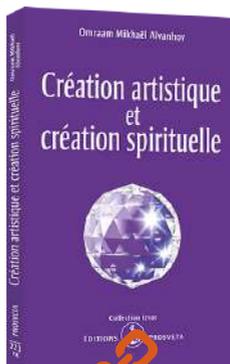
6 €

**Centres et corps subtils**  
aura, plexus solaire, centre  
hara, chakras...



  
9,60 €

**Création artistique et  
création spirituelle**



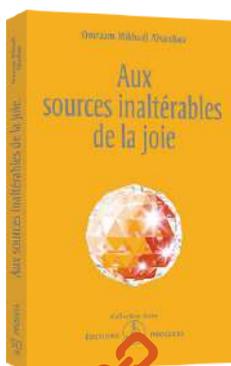
  
9,60 €

**La musique et le chant  
dans la vie spirituelle**  
(extrait de l'ouvrage précédent)



  
3,50 €

**Aux sources inaltérables  
de la joie**



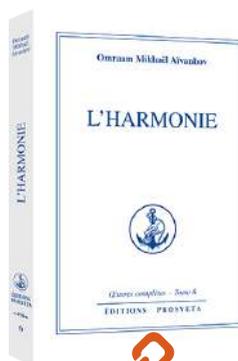
  
9,60 €

**L'amour  
plus grand que la foi**



  
9,60 €

**L'harmonie**



  
22,50 €

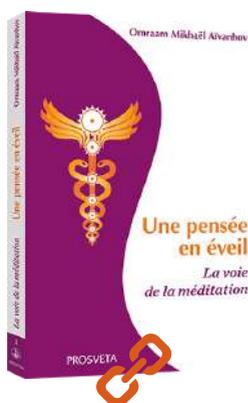
# L'intellect

PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>INTELLECT</b> Soi-conscience	CONNAISSANCE SAVOIR LUMIÈRE	PENSÉE	SAGESSE	MÉDITATION ÉTUDE APPROFONDISSEMENT



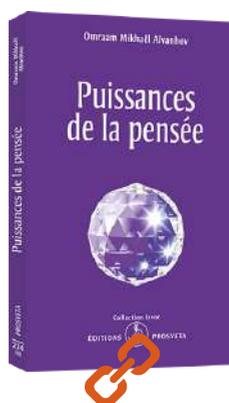
« L'idéal de l'intellect est la lumière, la connaissance. Sa nourriture est la pensée. Pour s'acheter les meilleures pensées, il faut de l'argent. Cet argent, c'est la sagesse, qui n'a rien à voir avec l'instruction. La sagesse est une attitude intérieure qui permet de choisir la meilleure direction. L'activité qui permet d'acquérir la sagesse est la méditation. »

## Une pensée en éveil La voie de la méditation



17,50 €

## Puissances de la pensée



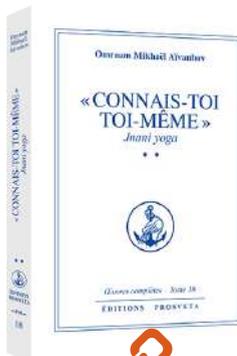
9,60 €

**« Connais-toi toi-même »  
Jnani yoga  
(Tome 1)**



22,50 €

**« Connais-toi toi-même »  
Jnani yoga  
(Tome 2)**



22,50 €

**Comment la pensée se  
réalise dans la matière**



3,50 €

**La pensée a besoin du  
sentiment pour se réaliser  
(DVD)**



9,90 €

# L'âme

PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>ÂME</b> Superconscience	ESPACE IMMENSITÉ INFINI	IMPERSONNALITÉ ALTRUISME	FUSION DILATATION EXTASE	CONTEMPLATION ADORATION PRIÈRE



« L'idéal de l'âme est l'immensité, l'espace infini. Notre âme est une toute petite parcelle de l'Âme universelle, et elle se sent en nous si limitée, que son seul désir est de s'étendre dans l'espace afin de visiter d'autres mondes plus beaux, plus lumineux, et de rencontrer les entités qui les habitent. Pour atteindre cet idéal, elle doit être nourrie par toutes les qualités de la conscience

supérieure : l'impersonnalité, l'abnégation, le sacrifice... L'argent, dont elle a besoin pour se dilater dans l'immensité est l'extase, la fusion avec le monde divin. Et les activités qui lui permettent de gagner cet argent sont la prière, l'adoration, la contemplation. »

## L'âme, instrument de l'esprit



3,50 €

## La prière (extrait de « Puissances de la pensée »)



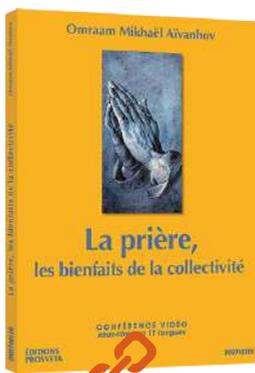
3,50 €

**De la terre au Ciel**  
*Le sens de la prière*



17,50 €

**La prière, les bienfaits de la collectivité**  
(DVD)



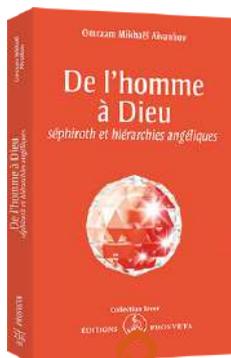
9,90 €

**Sous le Signe de l'Étoile**  
*Le voyage de l'âme*



34 €

**De l'homme à Dieu : séphiroth et hiérarchies angéliques**



9,60 €

**La clef essentielle pour résoudre les problèmes de l'existence**



22,50 €

**Les lois de la morale cosmique**



22,50 €

# L'esprit

PRINCIPE	IDÉAL	NOURRITURE	PAIEMENT	ACTIVITÉ
<b>ESPRIT</b> Conscience divine	TEMPS ÉTERNITÉ IMMORTALITÉ	LIBERTÉ	VÉRITÉ	IDENTIFICATION UNION CRÉATION

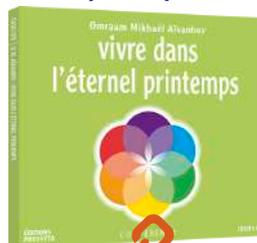


« L'idéal de l'esprit est l'éternité. De même que l'âme aspire à l'espace infini, l'esprit qui est d'essence immortelle cherche à échapper au temps. C'est pourquoi les physiciens et les philosophes ne pourront jamais comprendre la nature du temps et de l'espace s'ils ne comprennent pas d'abord la nature de l'âme et de l'esprit. Le temps et l'espace sont des notions qu'il est impossible d'aborder

uniquement par l'intellect.

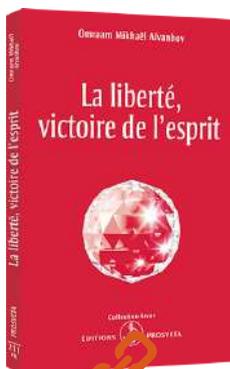
La nourriture dont l'esprit a besoin pour obtenir l'éternité est la liberté. Et la vérité est l'argent avec lequel il achète cette liberté. Jésus disait : " Connaissez la vérité et la vérité vous rendra libres. " Le travail pour obtenir la liberté est l'identification avec le Créateur. »

## Vivre dans l'éternel printemps



6 €

## La liberté, victoire de l'esprit



9,60 €

## Le prix de la liberté



3,50 €

## En esprit et en vérité



9,60 €

## Les Splendeurs de Tiphéreth *Le soleil dans la pratique spirituelle*



22,50 €

## Le haut idéal



3,50 €

# À votre disposition sur notre site



## Le tableau synoptique

Retrouvez en ligne les différents corps, leurs idéaux, nourritures, paiments et activités.



## Des méthodes pour s'harmoniser dans notre quotidien

Retrouvez en ligne les 12 méthodes qui vous sont présentées et proposées dans ce document.



## Lettres thématiques

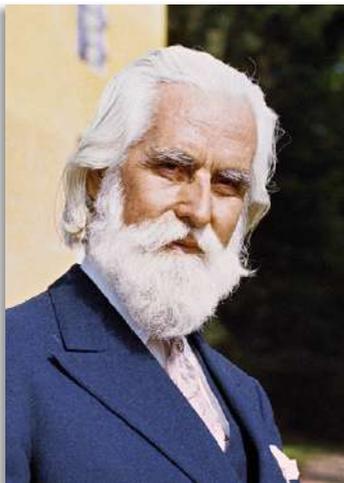
Des sujets spécifiques comme l'amour, la spiritualité, les yogas, la santé, la femme, les quatre sciences, la lumière, etc.



## Catalogue en téléchargement (PDF)

Des thématiques ainsi que les **tables des matières complètes** de certains titre présentés.





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

