LA TECHNIQUE SOLAIRE
OU COMMENT ACTIVER LE SOLEIL INTERIEUR

Table des matières

LA TECHNIQUE SOLAIRE OU COMMENT ACTIVER LE SOLEIL INTERIEUR 1

Introduction : La Spirinergie. 2
La structure générale de l'Être humain.....5
Le Soleil intérieur et son Potentiel.....9
Les outils énergétiques en général 17
La Respiration profonde et la Respiration solaire 22
La Rétention et la Poussée.....24
La Concentration et la Forception 26
La nature de la Forception : apprendre à pratiquer la Forception.....28
La Technique principale et la Forception technique.....31
Pause générale 32
L'Alignement du champ mental. 33
La Technique de Rappel. 34
Remarque générale. 37
Conclusion générale.....38

Introduction : La Spirinergie.

La véritable Liberté et le véritable Bonheur sont simplement la conséquence dynamique de l'activation énergétique de l'un ou l'autre des deux Soleils intérieurs, le Cœur et le Hara. La véritable Puissance et la véritable Joie sont simplement la conséquence dynamique de l'activation énergétique du Cœur ou du Hara. Liberté/Bonheur et Joie/Puissance sont deux expressions qui désignent la même chose, le même Etat énergétique. Nous utilisons le terme « Maîtrise » pour parler de cet Etat, et nous sous-entendons Maîtrise énergétique. Il y a quatre niveaux et deux types de Maîtrise. Le Cœur est un centre énergétique et forçatique d'une amplitude fonctionnelle infinie, tandis que le Hara est un centre énergétique et forçatique d'une amplitude fonctionnelle relativement caractéristique. Le premier type de Maîtrise caractérise le Maître, il signifie l'activation du Cœur. Le second type de Maîtrise caractérise le Guerrier, il signifie l'activation du Hara. Par rapport aux niveaux de Maîtrise (solaire ou harale), nous avons le Semi-Maître et le Semi-Guerrier, le Maître éveillé et le Guerrier éveillé, le Maître réalisé et le Guerrier réalisé, et finalement l'Être sublimé, qui est à la fois un Maître et un Guerrier.

La Force solaire (celle du Cœur) est en affinité avec tous les aspects de la Substance : les Akashas, les Ondes, les Matières, les Forces et les Energies. Voilà pourquoi celui qui a activé son Cœur peut être désigné par le terme « Maître ». La Force harale (celle du Hara) est en affinité avec une partie seulement des aspects de la Substance : les Matières et les Forces. Etant donné sa très faible affinité avec les Energies, la Force harale n'est pas vraiment capable des opérations constructives comme la restauration de matière biologique, la vivification d'organismes ou encore la création directe. Etant donné sa grande affinité avec les Matières et les Forces, la Force harale est surtout capable de manier les objets, y compris le corps physique du Guerrier, selon tous les paramètres forçatiques : affectation kinésique (déplacement, coup, choc…), affectation thermodynamique (réchauffement, refroidissement, isolation thermique…), désintégration, destruction plastique (briser, percer, fondre…), variation plastique (changement de forme…), variation atomique (changement de la structure moléculaire ou atomique…), variation du taux vibratoire (mise en translation, changement de dimension…), décristallisation énergétique, recristallisation matérielle, transport spatiovibratoire (déplacement en état de translation ou sous forme de décristallisation énergétique…)… C'est pour cette raison que celui qui a activé son Hara peut être désigné par le terme « Guerrier ».

Le Semi-Maître et le Semi-Guerrier sont des personnes dont, respectivement, le Cœur et le Hara ne sont pas éveillés mais seulement ouverts. Une personne qui en est à ce stade n'est pas un Maître ou un Guerrier, mais elle n'est pas non plus un simple Non-Maître ou un simple Non-Guerrier. On peut passer directement de l'Etat de Non-Maître à l'Etat de Maître, sans passer par la condition de Semi-Maître. C'est la même chose par rapport au Hara. Le Maître éveillé et le Guerrier éveillé sont des personnes dont, respectivement, le Cœur et le Hara sont éveillés. Le Maître réalisé et le Guerrier réalisé sont des personnes dont, respectivement, le Cœur et le Hara sont réalisés, ils peuvent tous les deux opérer leur Ascension, c'est-à-dire la transmutation de leur corps physique en corps æthérique. Lorsque l'Ascension est opérée, il se produit un phénomène spécial. Lorsqu'un Maître réalisé ascensionne, son Hara se réalise automatiquement, peu importe le niveau auquel il se trouvait avant l'Ascension. Lorsqu'un Guerrier réalisé ascensionne, son Cœur se réalise automatiquement, peu importe le niveau auquel il se trouvait avant l'Ascension. Ainsi l'Ascension permet la Réalisation totale, celle du Cœur et du Hara. C'est cette Réalisation totale, dont l'Ascension est la clef puissante, que nous appelons Sublimation ou Perfection, c'est le But suprême (But suprême = plus haut Etat énergétique possible) de l'Esprit que nous sommes. Un Maître réalisé peut décider de ne pas opérer son Ascension, et d'œuvrer techniquement à l'activation de son Hara, et un Guerrier réalisé peut décider la même chose par rapport à son Cœur, mais en général tout Maître réalisé et tout Guerrier réalisé choisissent l'Ascension parce qu'ils savent que c'est le moyen le plus puissant pour réaliser la totalité de leur Potentiel énergétique.

La Maîtrise solaire et la Maîtrise harale ne se ressemblent pas. Plus exactement, la Maîtrise solaire est la vraie Maîtrise, tandis que la Maîtrise harale est relativement typée, pour ne pas dire polarisée vers un genre d'applications spécifiques, que l'on peut dire martiales ou guerrières. Quand on est un Guerrier éveillé, la Liberté est plus grande que le Bonheur, la Puissance est plus grande que la Joie. Quand on est un Guerrier réalisé, la même différence d'intensité ou de niveau entre Liberté et Bonheur, entre Puissance et Joie, persiste… Le Guerrier éveillé peut mettre son corps physique en état de translation ou en état de décristallisation énergétique, et voler dans les airs dans cet état, plus vite que la lumière, traverser les murs et se rendre sur d'autres planètes… Il peut modifier la forme de son corps physique, se transformer instantanément en pierre, en arbre ou en oiseau… Néanmoins, il demeure sujet à des réactions émotionnelles négatives, il peut encore être accablé par la tristesse

ou submergé par la colère… Si le Guerrier éveillé connaît une certaine Joie énergétique, cette Joie énergétique n'est pas assez puissante pour vaincre totalement la réactivité émotionnelle négative. Si le Guerrier éveillé peut maîtriser l'Extase, il faut savoir que l'Extase ne résout pas en soi le problème de la réactivité émotionnelle négative, et il ne constitue pas réellement la clef du Bonheur transcendant. La Joie énergétique du Guerrier éveillé s'évalue à 30% par rapport au Bonheur transcendant, ces 30% sont inconditionnels, et le reste est occupé par le profil psychomental du Guerrier. La Joie énergétique du Guerrier réalisé s'évalue à 50% par rapport au Bonheur transcendant, ces 50% sont inconditionnels, et le reste est occupé par le profil psychomental du Guerrier. Dire que les 30% ou les 50% sont inconditionnels signifie que la Joie énergétique du Guerrier ne varie jamais (tant que le Guerrier demeure au niveau mentionné), quels que soient les événements extérieurs et l'activité psychomentale… Par comparaison, chez le Non-Maître et le Non-Guerrier, la Joie énergétique est évaluée à 0% par rapport au Bonheur transcendant… tout est occupé par le profil psychomental. Nous appelons Joie énergétique la Joie rayonnée naturellement, automatiquement et perpétuellement par l'un ou l'autre des deux Soleils intérieurs lorsqu'ils sont activés ou ouverts. Chez le Semi-Guerrier, la Joie énergétique est évaluée à 15%, ces 15% sont « presque » inconditionnels… ils varient dans une moindre mesure, de quelques dixièmes, en fonction de la pression des événements et de l'activité psychomentale. La Joie énergétique du Semi-Maître est de 30%, celle du Maître éveillé est de 50%, et celle du Maître réalisé est de 100%. Le Maître réalisé est donc face à un problème de taille : il doit avancer encore (opérer son Ascension) alors qu'il a atteint le Bonheur transcendant, absolu, total… c'est-à-dire, alors qu'il ne ressent plus la nécessité d'avancer plus loin. Et de fait, certains Maîtres réalisés ne font pas leur Ascension, mais abandonnent simplement leur corps physique (ils peuvent alors le dématérialiser, mais ils peuvent aussi s'offrir le luxe de s'enterrer eux-mêmes : ils quittent leur corps, se créent un corps de manifestation, et dans ce corps de manifestation ils enterrent leur corps d'incarnation, et ensuite ils dématérialisent le corps de manifestation et rejoignent les plans subtils)…

Que fait-on une fois que la Sublimation est atteinte ? On est TOTALEMENT LIBRE, PLEINEMENT PUISSANT ET TRANSCENDANTALEMENT HEUREUX, et cela est une finalité en soi, peu importent les actions et les activités que l'on choisit de mener dans cet Etat. La Sublimation (ou Perfection) est le But suprême, le Grand Etat, et cet Etat n'a pas besoin de justification autre que lui-même. Cependant, le pragmatisme nous conduit à décomposer le But suprême en trois Buts verticaux (deux Buts et une Contrainte, plus exactement). Le Non-Maître a pour But d'atteindre l'Eveil, donc de devenir un Maître éveillé. C'est son But vertical immédiat. Le Maître éveillé a pour But d'atteindre la Réalisation, donc de devenir un Maître réalisé. C'est son But vertical immédiat. Le Maître réalisé doit avoir pour « Contrainte » d'opérer son Ascension. Ce n'est pas vraiment un But en soi (puisque cela relève d'une simple décision, et non d'un Travail énergétique). On peut dire qu'il s'agit de la Contrainte verticale immédiate du Maître réalisé. Nous devons nous concentrer sur notre But vertical immédiat : si nous sommes un Non-Maître ou un Semi-Maître, nous devons concentrer toutes nos forces sur l'Eveil ; et si nous sommes un Maître éveillé, nous devons concentrer toutes nos forces sur la Réalisation ; et si nous sommes un Maître réalisé, nous devons opérer l'Ascension à un moment ou à un autre… Le chemin de la Non-Maîtrise à la Maîtrise éveillée, c'est-à-dire du Sommeil solaire (ou haral) à l'Eveil solaire (ou haral) dépend de la Pratique énergétique pertinente, c'est-à-dire de l'application d'un Technique énergétique pertinente. Le chemin de la Maîtrise éveillée à la Maîtrise réalisée, c'est-à-dire de l'Eveil solaire (ou haral) à la Réalisation solaire (ou harale) dépend de la simple Forception verticale… plus aucune Technique énergétique articulée n'est nécessaire.

La Connaissance impersonnelle est la Connaissance de la Matière-Energie en général, et la Connaissance du substrat énergétique des Êtres… La Connaissance transcendante est la Connaissance impersonnelle totale. Un Psychique (qui est un Non-Maître ou un Non-Guerrier), peut parvenir à un niveau de Connaissance impersonnelle important, au point de comprendre très bien les principes du développement énergétique des Soleils intérieurs… Le niveau de Connaissance impersonnelle du Guerrier éveillé est de 15%, et nous parlons de la Connaissance impersonnelle acquise directement par l'utilisation de l'intelligence énergétique de sa Force harale. Si le Guerrier éveillé désire accroître sa Connaissance impersonnelle, il lui faut user de son Psychisme… Le niveau de Connaissance impersonnelle du Guerrier réalisé est de 50%. Le niveau de Connaissance impersonnelle du Maître éveillé est de 30%, et celui du Maître réalisé est de 75%… Seul le Maître réalisé possède une Connaissance impersonnelle suffisante pour comprendre techniquement la vraie nature du développement de l'Esprit, et pour concevoir des Techniques énergétiques pertinentes. Seul le Maître réalisé ? Pas tout à fait. Un Psychique très avancé est capable de parvenir à la même compréhension. Nous ne tenons pas compte des Êtres sublimés, de toutes les façons ils ont la Connaissance transcendante. Le Guerrier réalisé doit faire un effort important pour parvenir à cette compréhension, mais il est plus avancé en cela que le Maître éveillé… Concrètement, qu'est-ce que tout cela veut dire ? Cela veut dire qu'un Guerrier éveillé ou réalisé, et un Maître éveillé ne savent pas naturellement en quoi consiste le développement de l'Esprit, et ils ne savent pas non plus naturellement comment assurer techniquement le développement de l'Esprit. Ils peuvent avoir atteint l'Etat de Guerrier ou de Maître en appliquant explicitement une Technique spécifique ou en pratiquant la Forception pure, sans savoir ce qu'ils faisaient (c'est-à-dire sans connaître la nature énergétique et les effets énergétiques de ce qu'ils faisaient). Ainsi, un Guerrier et un Maître ne peuvent pas nécessairement vous enseigner vraiment comment atteindre le même Etat qu'eux.

En situation d'incarnation, avec un corps physique qui n'a qu'un ADN avec 2 spirales, l'Être humain rencontre beaucoup de limites, de contraintes et de besoins (LCB), et développe beaucoup de désirs et de tendances à cause du Non-Soi. Les LCB et le Non-Soi constituent deux paramètres qui peuvent totalement enfermer l'Être humain dans des activités sans intérêt du point de vue de l'Esprit qu'il est. Notre incarnation n'a qu'un seul But : activer l'un ou l'autre de nos deux Soleils intérieurs jusqu'à son maximum, et atteindre un tel But nécessite que nous pratiquions dans un premier temps une Technique énergétique pertinente (chemin du Sommeil à l'Eveil), et dans un second temps la simple Forception verticale (chemin de l'Eveil à la Réalisation). La Pratique énergétique est la seule chose vraiment importante que nous puissions faire en incarnation, car c'est la seule chose qui ait vraiment du sens du point de vue de l'Esprit que nous sommes, alors que le reste est surtout en rapport avec les nécessités imposées par les LCB et les aléas induits par le Non-Soi. L'équation de base est simple : l'Être incarné doit s'assurer des conditions minimales de survie (adopter une activité de survie efficace et stable), et une fois que ces conditions sont assurées, la seule chose qu'il peut faire d'intelligent est d'entreprendre une Pratique énergétique. S'assurer de survivre de manière efficace et stable, et avoir une Pratique énergétique pertinente, voilà tout ce qui importe. Plus exactement, si survivre est la donnée incontournable, la Pratique est la donnée la plus importante. Un Pratiquant peut entreprendre d'autres activités, selon les caractéristiques de son Non-Soi, à condition que ces activités ne nuisent en rien à sa survie et à sa Pratique énergétique. Fondamentalement, l'Esprit ne s'occupe que de sa propre Sublimation, il ne s'occupe pas des autres Esprits parce qu'il sait que fondamentalement chaque Esprit dispose des ressources minimales nécessaires pour œuvrer à sa propre Sublimation, même si un Esprit incarné peut se présenter extérieurement comme un Être physique faible et malheureux… Certes, chaque Esprit porte en lui le « désir » d'aider les autres Esprits à atteindre la Sublimation, mais ce désir est nettement moins important (moins intense) que la Volonté intérieure de Sublimation de l'Esprit lui-même. Les LCB et le Non-Soi (surtout le Non-Soi) sont des obstacles au déploiement de la Volonté intérieure de Sublimation. Le véritable Pratiquant est la personne dont l'Aspiration (la Volonté intérieure de Sublimation) s'est déployée jusqu'à devenir la donnée la plus intense de son champ de conscience. Le présent livre est surtout destiné aux Aspirants, c'est-à-dire aux personnes qui ont déjà développé leur Aspiration suffisamment pour qu'elle soit une donnée vraiment intense et de premier plan dans leur champ de conscience. La Volonté intérieure de Sublimation peut également se décrire comme Volonté de Transcendance, Volonté de Libération énergétique, Volonté de Bonheur absolu, ou Volonté de Puissance transcendante. Mais le Non-Soi peut plagier lamentablement cette Volonté de Sublimation et présenter au champ de conscience, à la place, quelque chose comme un désir de réussite sociale, un désir de plénitude émotionnelle, un désir de grandeur linéaire ou encore un désir de jouissance… ou encore un désir de connaissance supérieure, un désir de perfection psychomentale, un désir de domination sur les autres ou sur soi-même, ainsi de suite…

Nous avons évalué le niveau de Joie énergétique et le niveau de Connaissance impersonnelle du Maître et du Guerrier. La Connaissance d'action est totale dans chacun des cas, c'est-à-dire que le Maître et le Guerrier savent énergétiquement comment faire agir leur Force intérieure pour accomplir une action ou une autre, par exemple comment transformer en quelques fractions de secondes un simple caillou en diamant… La Connaissance psychologique est également totale dans chacun des cas, c'est-à-dire que le Maître et le Guerrier peuvent percevoir directement le contenu émotionnel et mental de la Psyché d'une personne… C'est plutôt le degré de Liberté (ou de Puissance) qui est le prochain facteur susceptible de recevoir une interprétation quantifiée. Du point de vue de la Liberté transcendante, le niveau de Liberté du Semi-Maître s'évalue à 30%, celui du Maître éveillé s'évalue à 80%, celui du Maître réalisé s'évalue à 100%… celui du Semi-Guerrier s'évalue à 15%, celui du Guerrier éveillé s'évalue à 50%, et celui du Guerrier réalisé s'évalue à 75%…Comme vous pouvez le constater, le Maître réalisé est à 100% de Liberté et 100% de Bonheur… cependant il n'est pas au maximum de la Puissance énergétique totale de l'Esprit, puisque la Puissance totale de l'Esprit est la somme de la Puissance totale du Cœur et de la Puissance totale du Hara.

Ce livre s'adresse à des Non-Maîtres (c'est-à-dire aux Aspirants qui désirent cheminer sur la voie de la Maîtrise solaire, et non sur celle de la Maîtrise harale). Que vous soyez simplement un Être élémentaire (sans capacités sensitives et sans capacités psychiques particulières), ou que vous soyez un Sensitif ou un Psychique, voire un Semi-Maître, ce livre s'adresse à vous du moment que vous vous définissez comme un Aspirant. Votre Cœur est le centre énergétique et forçatique le plus puissant de l'Esprit que vous êtes, et l'Esprit n'a que deux centres énergétiques et forçatiques. L'Eveil solaire ne dépend que d'une Pratique énergétique pertinente, donc de l'application disciplinée d'une Technique énergétique pertinente. Rien d'autre. Nous avons mis au point une telle Technique, que nous appelons Technique solaire, et c'est l'objet central du présent livre. Etant donné que tout cela est une question énergétique, une Pratique solaire disciplinée est à même de vous permettre d'éveiller votre Soleil intérieur (votre Cœur) en 5 ans, mais sachez que ce sont 5 années de Pratique solaire disciplinée, et non 5 ans de pratique hachée ou diluée… Si vous adoptez la version basse de la Pratique solaire, il vous faudra environ 7 ans, mais si vous pratiquez en-dessous de la version basse, soyez certains que vous ne parviendrez jamais à l'Eveil de cette manière. Soyez donc conscients de ce que vous faites, développez de la Discipline et surtout mettez en pratique la Technique solaire telle qu'elle est expliquée ici, n'ajoutez rien de vous-mêmes et ne faites aucune modification… Ou bien vous pratiquez la Technique solaire telle qu'elle est donnée, ou bien vous ne la pratiquez pas du tout, ou alors ce que vous faites ne peut s'appeler Technique solaire, et vous ne pouvez vous définir comme un Pratiquant solaire. La Pratique solaire est une Pratique personnelle, qui n'a besoin d'aucune structure,

d'aucun système, d'aucune organisation linéaires. Vous pouvez la partager librement avec les personnes de votre choix, mais essayez néanmoins de pratiquer dans l'intimité ou seulement en présence d'autres Pratiquants.

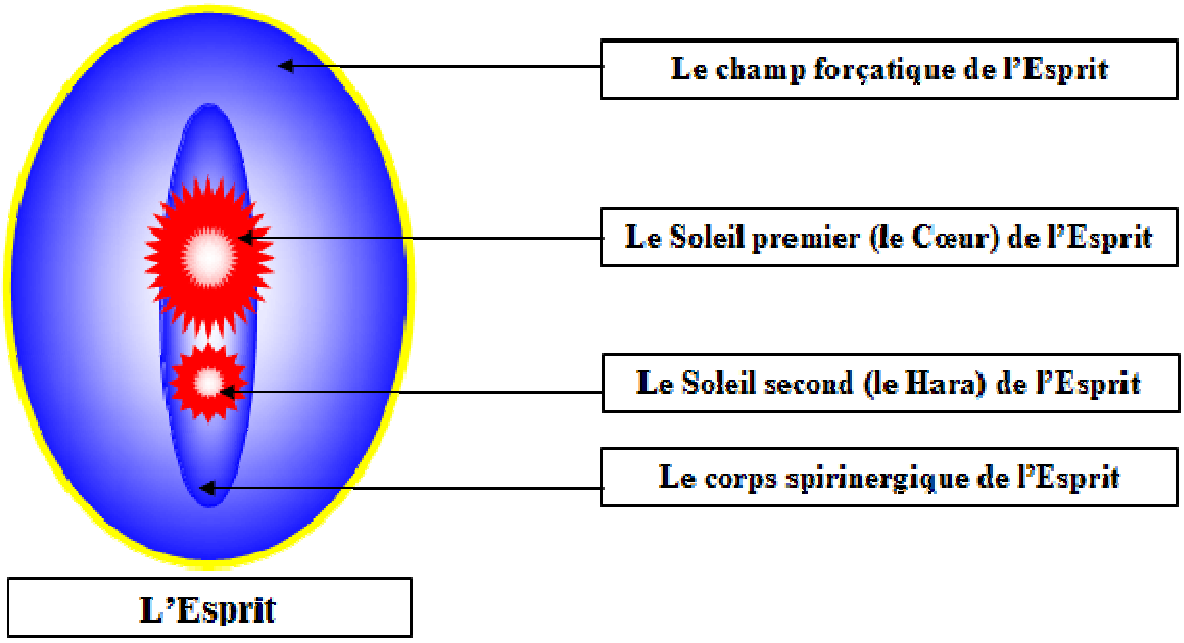
Ce qui importe c'est votre Eveil solaire. Une fois que vous serez un Maître éveillé, ce sera votre Réalisation solaire qui importera. Quid des Êtres non-physiques (et de supposés Extraterrestres physiques) ? Quid des supposés Êtres de lumière, Maîtres ascensionnés, Anges de lumière et Extraterrestres æthériques ? Malgré les apparences, ces Êtres sont aussi des Esprits en quête de leur propre développement solaire (c'est-à-dire en quête de l'activation de l'un ou l'autre de leurs deux Soleils intérieurs), mais l'absence de corps physique rend impossible tout développement solaire, aussi sommes-nous, en tant qu'Êtres physiques, mieux placés par rapport à l'Essentiel : le développement solaire. Certes, lorsque ces Êtres non-physiques sont psychiquement puissants, ils peuvent donner l'impression d'être des Êtres supérieurement évolués. Mais l'Evolution n'existe pas du point de vue de l'Esprit, elle peut exister seulement du point de vue du Non-Soi. Pour l'Esprit, chaque incarnation physique est une tentative complète d'activation du Soleil intérieur : chaque échec nécessite une nouvelle tentative, également complète en elle-même… Tant que vous n'avez pas éveillé votre Soleil intérieur, vous devez revenir en incarnation jusqu'à ce que vous réussissiez, mais à chaque tentative vous partez d'un seuil identique qui ne change pas d'une incarnation à l'autre. L'ADN des corps physiques peut évoluer au fil du temps d'une manière ou d'une autre (par exemple le nombre de spirales ou de gènes peut s'accroître), et le niveau psychique peut ainsi augmenter selon cette évolution génétique. Le niveau psychique, ce qui comprend les capacités sensitives et les capacités psychiques… mais rien de tout cela ne concerne l'Esprit. Certes, si les corps/cerveaux physiques étaient construits sur un ADN avec 4 ou 6 spirales par exemple, le niveau psychique serait assez important pour alléger de beaucoup les LCB et ainsi offrir moins de contrainte à la Pratique énergétique… mais au final cela n'est pas très important : peu importe le niveau biopsychique du corps/cerveau physique, dès lors que l'on trouve un mode de survie viable, l'Esprit peut œuvrer à l'activation de son Soleil intérieur, c'est cela seul qui importe.

à méditer

« Le Soi pense, perçoit et agit à travers les corps ; le Non-Soi est ce qui a des réactions, des pulsions, des désirs, des émotions et des sentiments. Lorsque la pensée, la perception et l'action du Soi sont alourdies et colorées par les réactions, les pulsions, les désirs, les émotions et les sentiments du Non-Soi, alors il faut faire l'effort intérieur nécessaire pour supprimer cet alourdissement et cette coloration. Le Soi est Immortalité, Invulnérabilité, Détachement, Joie et Vie. Le Soi est l'Esprit lui-même. Le Non-Soi est la somme des tendances psychologiques et mentales des différents corps extérieurs, depuis les corps subtils jusqu'au corps physique. Se rappeler vraiment que nous sommes l'Esprit, et pas le Non-Soi, est le premier pas que l'on pose en direction de la Réalisation. Ce premier pas nous libère qualitativement des illusions trompeuses, des soucis inutiles et des faux espoirs que nourrit le Non-Soi dans son interaction avec le monde de la Densité. Quand on est libéré qualitativement des illusions trompeuses, des soucis inutiles et des faux espoirs, alors on entre dans le domaine de la Joie et de la Paix intérieures ».

La structure générale de l'Être humain.

Nous sommes un Esprit. L'Esprit que nous sommes consiste dans un corps spirinergique présentant en son sein trois centres, deux étant à la fois énergétiques et forçatiques (les deux Soleils intérieurs, le Cœur et le Hara), le troisième étant seulement forçatique (le Métapsie). Le Métapsie ne s'active que comme conséquence de l'activation du Cœur, c'est la raison pour laquelle nous n'en parlons presque pas. Le Métapsie est en affinité avec les Akashas et les Ondes, tandis que le Hara est en affinité avec les Matières et les Forces.



Le Métapsie n'a rien à voir avec la Psyché, même si géométriquement ils occupent le même lieu (la tête). La Conscience pure est quelque chose qui peut se définir comme une qualité intrinsèque de la substance même du corps spirinergique. Sous un angle purement « énergétique », la Conscience pure est la vitalité ou la brillance intrinsèque de la substance du corps spirinergique, elle dépend de deux facteurs. Le premier facteur est effectivement la vitalité de base de la substance du corps spirinergique. Le second facteur est l'impact sur le corps spirinergique du rayonnement des Soleils intérieurs. Le premier facteur étant une constante, c'est par le second facteur qu'il est possible de définir la notion de niveau de Conscience : le niveau de Conscience est fonction du niveau d'activation des Soleils intérieurs. Sous un angle qualitatif (et tout ce qui est qualitatif est toujours l'expression de quelque Energie), la Conscience pure peut se définir comme l'aptitude de l'ensemble de la substance du corps spirinergique à sentir [sa propre existence : « sentiment du je »], à ressentir [des colorations magnétiques énergétiques], à percevoir [son environnement], à mémoriser [des informations], et à penser (imaginer, évaluer, analyser, inférer…). Le niveau d'intensité ou de performance auquel s'exerce cette aptitude de la substance spirinergique est directement fonction du niveau énergétique de Conscience. La Volonté pure ou intérieure est une propriété de l'Esprit, c'est l'aptitude de l'Esprit à utiliser sa Conscience, ainsi que la Force et l'Energie de ses Soleils intérieurs lorsqu'ils sont ouverts ou activés. Quand l'Esprit est sur le plan spirituel, on peut considérer que les Soleils intérieurs sont ouverts (mais pas activés pour autant). Tous les Esprits sont créés à la base dans l'Etat de Non-Maître et de Non-Guerrier, et devenir un Maître ou un Guerrier est toujours une question de Travail énergétique, jamais une question d'Evolution naturelle… On peut aussi dire que la Volonté pure est une qualité inhérente aux Soleils intérieurs : le Soleil intérieur n'est pas quelque chose que l'Esprit possède, c'est quelque chose qui est constitutif de l'Esprit, et c'est là que la Volonté est réellement présente… Tout comme pour la Conscience, le niveau de Volonté est fonction du niveau d'activation des Soleils intérieurs. Nous avons donc la Conscience élémentaire (qui caractérise le Non-Maître), la Conscience éveillée (qui caractérise le Maître éveillé), la Conscience réalisée (qui caractérise le Maître réalisé), et la Conscience sublimée (qui caractérise le Maître/Guerrier sublimé). Que vous soyez un Être élémentaire, ou un Sensitif, ou un Psychique, tant que vous êtes un Non-Maître et un Non-Guerrier, votre Conscience pure est une Conscience élémentaire.

L'Esprit est immortel, indestructible et incorruptible. L'Esprit que vous êtes est éternellement sain, ce qui veut dire que sa santé est absolument parfaite, si tant est que le concept de santé ait quelque sens du point de vue de l'Esprit. L'Esprit que vous êtes ne connaît ni la douleur, ni la maladie, ni la vieillesse, ni la mort. Ces choses appartiennent au corps physique. Cependant l'Esprit a besoin d'une matrice/levier dense pour activer ses Soleils intérieurs, et cette matrice/levier ne peut être fournie que par un corps physique, peu importe son niveau biopsychique. C'est uniquement dans le dessein de s'incarner physiquement (et dans un premier temps æthériquement) que l'Esprit se revêt d'un corps manasique et d'un corps astral (donc de corps subtils). Les corps subtils sont mortels (même si leur durée de vie s'élève à plusieurs milliers d'années, voire plusieurs dizaines de milliers d'années), mais ils ne connaissent ni la douleur, ni la maladie, ni la vieillesse. Seul le corps physique est caractérisé par ces faiblesses. Le corps physique a été initialement créé par des Esprits incarnés dans des corps æthériques (donc des Êtres æthériques) ; le corps æthérique a été initialement créé par des Esprits incarnés dans des corps subtils ; et l'Esprit est capable de se créer ses corps subtils à chaque fois qu'il désire s'incarner… Vous avez peut-être été du nombre des Êtres æthériques qui ont créé les corps physiques terrestres il y a très

longtemps, et qui les ont remodelés au fil du temps. Ce n'est pas parce que vous avez été du nombre des Êtres æthériques qui ont créé les corps physiques terrestres, que vous pouvez vous définir comme « créateurs » de l'Humanité terrestre : aucun Esprit n'en a créé un autre, tous les Esprits sont créés par la Force cosmique elle-même… Et créer un corps n'est pas créer un Esprit, mais seulement créer un support sur lequel un Esprit pourra s'incarner. Tous les corps physiques ne sont pas habités par des Esprits, seuls les Êtres soi-conscients (donc *mentalisés*) sont des Esprits incarnés, les autres Êtres vivants sont surtout des complexes animés par des Formes énergétiques subtiles (surtout astrales) reproduisant à un faible degré certaines caractéristiques des Esprits… Pour qu'un corps physique puisse devenir le support d'incarnation d'un Esprit, ce corps doit être doté d'un cerveau capable *d'arrimer magnétiquement* un corps manasique, et cela peu importe la forme (la morphologie, la physiologie, la structure génétique, etc) du corps physique en question.

L'Esprit est le Soi. Les corps non-spirinergiques (le corps manasique, le corps astral et le corps physique, avec chacun leur contrepartie énergétique respective) sont munis d'une Psyché qui imite les propriétés de la Conscience et de la Volonté (nous parlons alors de conscience psychique et de volonté psychique). La Psyché et la somme des tendances et des désirs inhérents aux corps non-spirinergiques, forment le Non-Soi. Chez l'Être incarné il existe donc deux foyers : le Soi possède son point focal dans le Cœur, tandis que le Non-Soi possède son point focal dans la Psyché. Si l'intuition psychique dépasse un certain niveau de puissance, elle parvient à la compréhension de l'Esprit et de son développement… en-deçà l'ensemble de la Personnalité (champ psychique qui permet la considération simultanée du Soi et du Non-Soi) demeure généralement sous l'influence principale du Non-Soi. Le Cerveau solaire peut aussi se développer suffisamment pour permettre à la Conscience pure de vaincre qualitativement le Non-Soi, et donc à la Volonté de Sublimation de prendre le dessus sur les désirs et les tendances du Non-Soi. Dans tous les cas, il faut que l'intuition psychique ou le Cerveau solaire dépassent un certain niveau d'intensité afin que le Soi puisse prendre le contrôle de la Personnalité. Tant que le « je » de la Personnalité se réfère au Non-Soi, nous pouvons dire que l'Être incarné est encore stupide du point de vue de l'Esprit ; à partir du moment où le « je » de la Personnalité se réfère au Soi, alors l'Être incarné devient vraiment « lucide »… L'Esprit est qualitativement Volonté [de développement], Détachement [par rapport aux choses non-spirinergiques] et Joie [ignée et inconditionnelle].

Le corps spirinergique est un ovoïde qui peut prendre toutes les formes. Les corps subtils sont de même des ovoïdes qui peuvent prendre toutes les formes. Seul votre corps physique est une forme articulée. La contrepartie énergétique du corps physique est appelée corps éthérique, nous pouvons conserver ce terme. A ne pas confondre avec le corps æthérique d'un Être æthérique. Le corps physique est excessivement complexe, mais au-delà de toute cette complexité (uniquement importante pour qu'il soit viable), seule la matrice/levier du Soleil intérieur (qui consiste dans le Système solaire de texture éthérique ou énergétique) est importante, le reste existe surtout pour rendre possible l'existence de cette matrice/levier. Par le reste, nous entendons non seulement la biologie du corps physique, mais aussi la structure nadique du corps éthérique (avec ses vortex de différents ordres, dont les 7 chakras principaux)… Un vortex est un centre éthérique ou un nœud dynamique de convergence de plusieurs nadis. Les 7 chakras principaux sont des vortex éthériques presque exactement situés dans les plexus nerveux du point de vue géométrique… Le premier chakra est un réservoir d'Energie éthérique se trouvant à la racine de la colonne vertébrale ; le second chakra est un vortex simple se situant dans le plexus sacré ; le troisième chakra est un vortex simple se situant dans le plexus solaire ; le quatrième chakra est un vortex simple se situant dans le plexus cardiaque ; le cinquième chakra est un vortex simple se situant dans les cervicales ; le sixième chakra est un centre éthérique se situant dans le cervelet ; et le septième chakra est un centre éthérique se situant dans la fontanelle… Il faut compter ensuite un centre éthérique dans le front, un centre éthérique au milieu du cerveau crânien, un centre éthérique dans la paume de chaque main, et un centre éthérique dans la plante de chaque pied… Cela c'est pour les centres de second ordre, les « chakras » étant de premier ordre. Il faut compter plusieurs nœuds nadiques (vortex simples) de troisième ordre, et ainsi de suite… Les nadis et les vortex (centres ou nœuds) ne sont nécessaires qu'au maintient de la cohésion magnétique entre le corps physique et le corps éthérique, et de l'arrimage magnétique des corps subtils sur le corps physique/éthérique. Les corps subtils ne possèdent pas de vortex et de nadis, ce sont des ovoïdes ayant un seul centre, la Psyché. Comme les corps subtils imitent spontanément le corps physique (et par conséquent le corps éthérique), même longtemps après la désincarnation physique, il est possible de voir des corps subtils présenter une forme articulée (comme un corps physique), et une structure en nadis et vortex dans leur contrepartie énergétique. Il s'agit seulement d'une imitation : le corps subtil est un ovoïde, il se maintient dans un état naturel de lévitation, et sa Psyché lui permet de manier son environnement et de se déplacer sans avoir besoin d'aucun membre…

L'Esprit pur (c'est-à-dire l'Esprit sur le plan spirituel), l'Être manasique (c'est-à-dire l'Esprit incarné dans un corps manasique) et l'Être astral (c'est-à-dire l'Esprit incarné dans un corps astral) ne connaissent aucune limite dans leurs plans respectifs… Ceci nécessite certaines nuances, mais il n'est pas nécessaire d'en faire ici. Disons seulement que l'Esprit pur, l'Être manasique et l'Être astral ne connaissent ni la douleur, ni la maladie, ni la vieillesse (et le premier ne connaît pas la mort) ; ni la faim, ni la soif, ni la fatigue, ni l'ennui, ni l'inconfort, ni la pesanteur… Sur leurs plans respectifs, ils peuvent créer directement tout ce qu'ils veulent, et modeler directement leur environnement selon leur désir… et cela d'autant plus facilement que les plans et les dimensions sont élevés. Ils peuvent voler dans les airs et se déplacer plus vite que la lumière… Néanmoins la Puissance et la Joie ne sont

pas pour autant pleinement développées, ils connaissent des limitations spécifiques, et par-dessus tout leur Liberté et leur Bonheur ne sont pas transcendants… Sublimation et Transcendance sont deux termes qui signifient ici la même chose, et chaque Esprit porte en lui-même, dans sa propre substantialité, la Volonté de réaliser la Transcendance. C'est la seule chose qui nous pousse fondamentalement en incarnation, même si entre temps des problèmes non-contrôlés par l'Esprit peuvent surgir dans la dynamique de l'incarnation, et même si en situation d'incarnation l'Esprit n'a aucune maîtrise de son environnement comme il en a l'habitude sur les plans subtils. Le développement de l'Esprit consiste dans l'activation de ses Soleils intérieurs, et cette activation peut s'évaluer directement en terme de niveau de Joie/Puissance ou Liberté/Bonheur, elle peut s'évaluer à un second degré en terme de niveau de Maîtrise énergétique. Très indirectement, et ces critères d'évaluation sont trop peu précis, l'évaluation peut se faire en terme de niveau de Conscience ou en terme de niveau de Connaissance. C'est le niveau de Maîtrise énergétique qui constitue le meilleur critère d'évaluation, puisque tout Esprit est substantiellement de la Matière-Energie, et existe dans une Réalité substantielle de Matière-Energie… Le niveau de Maîtrise énergétique met l'accent sur le rapport dynamique qui existe entre l'Esprit et la Matière-Energie, autant celle qui le compose que celle qui compose ses corps non-spirinergiques et la Réalité en général… Vous pouvez penser avoir atteint un haut niveau de Conscience et un haut niveau de Connaissance, mais si vous êtes toujours un Non-Maître et un Non-Guerrier, vous n'avez rien atteint du tout, et votre soi-disant haut niveau de Conscience ou de Connaissance n'est qu'une illusion ou une mauvaise interprétation de quelque développement sensitif ou psychique. Beaucoup de Sensitifs et de Psychiques, sous prétexte qu'ils sont capables de maîtriser l'Extase et de plonger les autres en Extase, ou sous prétexte qu'ils sont capables de maîtriser la Transe consciente et de plonger les autres en Transe, ou encore sous prétexte qu'ils ont certaines capacités psychiques avantageuses, aiment à se présenter et à se désigner comme des Maîtres, des Sages ou des Eveillés… Le terme « Maître » a perdu de son sens et de sa puissance depuis que des Sensitifs et des Psychiques l'utilisent inconsidérément pour eux-mêmes, et surtout depuis que des Êtres æthériques se l'attribuent à la moindre occasion. Peut-être que dans l'avenir, des énoncés comme « Maître Akenza » auront repris leur véritable sens : ''Maître Akenza'' = ''Esprit se désignant par le vocable Akenza, ayant activé son Soleil intérieur et atteint de ce fait la Liberté et le Bonheur''. Devant la Maîtrise, par rapport à la Maîtrise (éveillée, réalisée ou sublimée), il n'existe aucun savoir-faire, aucune compétence, aucune fonction, aucun titre, aucun statut, aucun diplôme, aucune médaille, aucune décoration, aucun prix… rien qui ait la moindre valeur et qui mérite la moindre considération.

Nous pouvons rappeler dans un tableau les différentes évaluations que nous avons données en introduction. Ces évaluations sont données en fonction de la Transcendance. Dans notre description de la Réalité spirinergique, la Force cosmique est la Présence intelligente et substantielle dont la Substance est du type le plus élevé et de la vibration la plus élevée. Les Esprits sont faits dans la Substance spirinergique, la plus élevée en-dehors de la texture de la Force cosmique elle-même… Seule la Force cosmique peut détruire les Esprits, rien d'autre ne peut détruire un Esprit, pas même un autre Esprit… La Transcendance est un Etat énergétique, c'est l'Etat énergétique qui caractérise l'activation maximale des deux Soleils intérieurs de l'Esprit. La Transcendance n'est pas un objet ou une personne ou une présence… c'est un Etat : on y est ou on n'y est pas. La Connaissance transcendante, le Bonheur transcendant et la Liberté transcendante ne sont que des aspects qui permettent d'expliciter la Transcendance de quelque manière, mais la Transcendance demeure un Etat énergétique, et pas autre chose.

Les Etats énergétiques.		**Par rapport à la Transcendance (Force solaire et Force harale)**		
		Connaissance	**Bonheur**	**Liberté**
Elémentaire.	Le Non-Guerrier et le Non-Maître	0%	0%.	0%.
Ouverture	**Le Semi-Guerrier**	**…**	**15%**	**15%**
	Le Semi-Maître	**…**	**30%**	**30%**
Eveil	**Le Guerrier éveillé**	**15%**	**30%**	**50%**
	Le Maître éveillé	**30%**	**50%**	**80%**
Réalisation	**Le Guerrier réalisé**	**50%**	**50%**	**75%**
	Le Maître réalisé	**75%**	**100%**	**100%**
Sublimation	**Le Maître/Guerrier sublimé**	**100%**	**100%**	**100%**

Si nous devions évaluer le degré de Puissance (au lieu du degré de Liberté), les valeurs seraient très différentes, comme nous l'avons déjà expliqué en introduction. La Liberté se définit surtout par rapport aux Lois dimensionnelles, elle concerne la situation dynamique d'un Être par rapport à la pression naturelle des Lois dimensionnelles sur sa personne, toutes les dimensions et tous les plans considérés (mais nous avons seulement tenu compte de la dimension physique, car elle est caractérisée par le niveau de pression le plus élevé, du fait de son taux vibratoire qui est le plus bas de tous). Le Maître réalisé a atteint un Etat énergétique tel, qu'il est totalement libre, plus aucune Loi extérieure ne peut déterminer sa condition… cependant il peut encore accroître sa Puissance. Dans tous les cas, l'augmentation du niveau de Puissance solaire ou harale est la seule chose de pertinent à faire quelle que soit la manière dont on aborde la Volonté de Transcendance : celui qui veut atteindre la Connaissance transcendante doit savoir que cette Connaissance est seulement, et ne peut être que, la conséquence de l'activation maximale de son Soleil intérieur ; celui qui veut atteindre le Bonheur transcendant doit

savoir que ce Bonheur est seulement, et ne peut être que, la conséquence de l'activation maximale de son Soleil intérieur ; celui qui veut atteindre la Liberté transcendante doit savoir que cette Liberté est seulement, et ne peut être que, la conséquence de l'activation maximale de son Soleil intérieur. Dès que l'on recherche la Transcendance, alors il faut savoir que l'unique clef est l'activation du Soleil intérieur. Si vous ne cherchez pas la Transcendance, cela signifie seulement que votre Personnalité est encore dominée par les inerties, les tendances et les désirs du Non-Soi, elle n'est pas encore suffisamment imprégnée de la pulsation fondamentale du Soi, de l'Esprit que vous êtes réellement. Comment parvient-on à prendre conscience de la pulsation fondamentale qui nous anime ? En réfléchissant au sens de la Vie, à la raison d'être fondamentale de notre incarnation… non pas avec notre cerveau crânien, mais avec notre Cerveau solaire. Le mental/intellect peut conclure tout et n'importe quoi, inférer tout et n'importe quoi, se construire des systèmes de raisonnement qui sont capables de conclure que nous n'existons pas… mais le Cerveau solaire parvient toujours à comprendre notre pulsation fondamentale, il lui suffit de faire l'effort sincère de comprendre.

à méditer "Le Coeur est le Centre énergétique principal de l'Esprit que nous sommes. Cesser de le considérer comme un symbole qualitatif et apprendre à le considérer concrètement comme le Soleil intérieur de l'Esprit que nous sommes, c'est le premier ajustement qu'un Aspirant doit entreprendre dans son champ de pensée."

Le Soleil intérieur et son Potentiel.

Le Soleil intérieur est le *noyau* énergétique de l'Esprit que nous sommes, c'est ce que nous appelons Cœur énergétique. Dans l'état de base (c'est-à-dire chez le Non-Maître), il est *endormi*, mais cela n'empêche pas que nous puissions en décrire la structure interne d'une manière générale. Le Soleil intérieur est constitué de deux aspects : la Force solaire et le Soleil énergétique. Nous allons examiner ces deux aspects dans ce qui va suivre, mais soulignons tout de suite que le Soleil intérieur est entouré d'un Champ solaire qui en permet l'activation, ce Champ solaire est lui-même caractérisé par ce que nous appelons le Feu solaire... Toutes ces nuances sont importantes pour la bonne compréhension de la question. Le Champ solaire est la matrice/levier faite dans la substance des différents corps extérieurs, jusqu'au corps physique (en un certain sens). L'ensemble qui comprend aussi bien le Soleil intérieur que le Champ solaire est ce que nous appelons Système solaire (à ne pas confondre avec l'ensemble constitué par l'étoile et les planètes, ensemble dans lequel la planète Terre trouve sa place)...

Qu'est-ce que la Force solaire ? Une Force substantielle est en soi un filament (ou une fibre, ou une corde, ou un câble) énergétique (dans la Nature, une Force est toujours liée à des particules ou des quanta). Mais il ne s'agit pas d'un filament comparable à un filament de tissu : le filament énergétique dont nous parlons est un genre d'entité caractérisée par des propriétés dynamiques, dont nous retenons les cinq principales. La première propriété est la vitalité intrinsèque, ce qui veut dire que notre filament n'est en rien inerte, mais est animé d'une certaine ondulation qui ne peut jamais être nulle, et dont les caractéristiques *formelles* (direction, longueur d'onde, rythme, amplitude, etc) peuvent être modifiées. La seconde propriété est la plasticité dynamique, ce qui veut dire que la longueur de notre filament peut être augmentée ou réduite, que son épaisseur peut être augmentée ou réduite, que sa largeur est apte aux mêmes modifications, et qu'il peut être subdivisé en plusieurs ramifications secondaires ayant les mêmes propriétés que le filament principal ou initial... La troisième propriété est la plasticité vibratoire, ce qui veut dire que le taux vibratoire de notre filament peut être modifié et recevoir n'importe quelle valeur. La quatrième propriété est la captation énergétique, ce qui veut dire que notre filament est capable de « saisir » les Energies et de les modeler de toutes les manières envisageables. La cinquième propriété est la captation matérielle, ce qui veut dire que notre filament est capable de « saisir » la Matière et de la modeler de toutes les manières envisageables. Rappelons que la Matière est de l'Energie cristallisée (on peut dire aussi que l'Energie est de la Matière non-cristallisée), et la Force substantielle est capable de transformer de l'Energie en Matière (donc de cristalliser de l'Energie), et de la Matière en Energie (donc de décristalliser de la Matière)...

D'un point de vue géométrique, le Soleil intérieur se présente comme une sphère énergétique dans la poitrine, une sphère dont la taille importe peu, mais généralement cette sphère prend une taille en cohérence avec l'organisme, par exemple la taille double de votre poing... Autour de cette sphère on peut observer des milliards de filaments énergétiques comme agglutinés, enroulés et « tapis » sur la sphère, faisant corps indissociablement (en leur racine) avec la sphère, et ayant une extrémité (leur bout) libre... En quelque sorte ces filaments énergétiques sont des prolongements 'filamenteux' de la sphère énergétique. C'est l'ensemble de ces milliards de filaments que nous appelons Force solaire (ou Force intérieure). Chez le Non-Maître, la Force solaire est endormie. Chez le Maître éveillé, la Force solaire est éveillée, ce qui veut dire que le Maître peut utiliser sa Force solaire d'une manière volontaire et active. Le Maître éveillé peut combiner les filaments entre eux pour former des sortes de tentacules énergétiques (ou des sortes de bras énergétiques)... L'Eveil solaire signifie l'activation de la Force solaire, c'est-à-

dire la mise en disponibilité énergétique de la Force solaire vis-à-vis de la Volonté pure... L'expression Volonté solaire peut même désigner directement la Force solaire elle-même, tellement il existe une continuité parfaite entre la Volonté pure et le Soleil intérieur. On ne peut pas vraiment dire que le Maître agit à travers son Soleil intérieur, on doit plutôt dire que le Maître agit *à partir de* son Soleil intérieur... En effet, le Soleil intérieur n'est pas quelque chose que l'Esprit « possède », mais quelque chose qui non seulement fait partie de l'Esprit, mais en plus en constitue le Centre, le noyau énergétique. La Force solaire peut donc porter le nom de Volonté solaire, car ce n'est pas quelque chose à travers ou avec quoi la Volonté va agir, mais cette chose est la Volonté elle-même, dans sa réalité énergétique. Donc lorsque nous allons utiliser les expressions comme « le Maître fait ceci avec sa Force solaire », il faut savoir que c'est seulement pour des facilités de langage, mais de telles expressions ne disent pas les choses telles qu'elles sont...

La Force solaire est alimentée énergétiquement par le Soleil énergétique (que nous allons examiner plus loin). La Force solaire possède toutes les caractéristiques d'une Force substantielle, avec cet attribut en plus : le Maître peut utiliser sa Force solaire de toutes les manières possibles et opérer les variations dans sa Force solaire, alors que pour une Force substantielle libre dans la Nature, la situation est presque statique (les variations sont des potentialités qui nécessitent l'action d'un agent extérieur). Lorsque le Maître agit avec sa Force solaire, les filaments ne peuvent pas s'entremêler comme s'il s'agissait de filaments matériels ordinaires : chaque filament s'adapte automatiquement au taux vibratoire des autres, de sorte que les filaments peuvent se traverser les uns les autres sans problème, simplement par des phénomènes de décalage des taux vibratoires ; de plus chaque partie d'un même filament peut avoir un taux vibratoire différent des autres parties, sans que le filament ne perde sa « continuité »... Le Maître peut saisir de la Matière et des Energies avec sa Force solaire, et agir sur celles-ci de toutes les manières imaginables. La Force solaire permet au Maître de capter, d'attirer, de repousser, de réfléchir, d'arrêter, d'orienter, de dévier, de diriger, d'accélérer, de condenser, de disperser, de cristalliser, de décristalliser, de propulser, de projeter, de diffuser, de transporter, de stocker, d'organiser, de structurer, de modifier, de transformer, de convertir... de l'Energie. La Force solaire permet au Maître d'agir de même avec la Matière, quels qu'en soient les états et la structure. Par exemple le Maître peut saisir un objet avec sa Force solaire et en modifier le taux vibratoire (faire passer l'objet d'une dimension à l'autre, ou simplement en élever les vibrations jusqu'à le rendre invisible pour les sens physiques et lui permettre de traverser des murs), ou encore en modifier la structure atomique et chimique (transformer du fer en or, ou de l'eau en vin), ou en modifier la structure physique (transformer un cube en sphère...)...

Le Maître éveillé peut agir sur son propre corps, par exemple le mettre en état de translation (c'est-à-dire en élever le taux vibratoire jusqu'à le rendre invisible et capable de traverser les murs) ou encore se déplacer d'une dimension à l'autre... Il maîtrise toutes les caractéristiques biophysiques (génétiques, cellulaires, organiques, physiologiques, physiques...) de son corps physique, il peut par exemple modifier ses traits, se rendre plus grand ou plus petit, modifier sa structure osseuse, changer la couleur de sa peau ou de ses yeux, changer la couleur et la structure de ses cheveux, ainsi de suite... Il n'est pas nécessaire d'énumérer les différentes possibilités qui *s'offrent* au Maître, nous pouvons seulement résumer en parlant de la Maîtrise éveillée du Maître éveillé, et de la Maîtrise réalisée du Maître réalisé... Des différentes opérations que nous avons évoquées ci-dessus concernant le maniement des Energies et de la Matière (et nous n'avons pas été exhaustifs dans notre évocation), découlent naturellement toutes les activités et toutes les actions que vous pouvez imaginer... Il ne s'agit pas de « pouvoirs » acquis un à un, ou groupe par groupe, il s'agit simplement d'utiliser la Force solaire, qui ne connaît aucune limite dans la diversité des utilisations possibles... Si vous pensez par exemple à la possibilité de voler dans les airs ou de se téléporter à distance, vous pouvez comprendre que ces deux actions relèvent de quelque maniement énergétique du Maître sur son propre corps physique, avec sa Force solaire. Par exemple, voler dans les airs est possible de plusieurs manières. Le Maître peut, par exemple, créer autour de son corps physique un champ énergétique qui l'isole de la gravitation, et dans ces conditions la Force solaire peut agir comme une puissance d'autopropulsion et ainsi permettre au Maître de voler dans les airs sans rencontrer la résistance de la gravitation, dans toutes les directions, avec la capacité de faire des virages à angle droit à des vitesses très élevées... Pour dépenser nettement moins d'Energie, le Maître peut simplement mettre son corps physique en état de translation, et dans cet état il ne coûte presque rien de voler dans les airs, mais on est invisible pour un observateur physique... En état de translation, on peut se déplacer plus vite que la lumière sans le moindre inconvénient… La téléportation n'est qu'une mauvaise appréciation du déplacement en état de translation. En effet, la téléportation suppose que l'objet se déplace d'un endroit à l'autre, sur une distance non-nulle, en une durée égale à zéro (donc avec une vitesse infinie). Cela est absolument impossible (un événement de durée nulle n'existe pas)… Par contre le déplacement peut se faire si rapidement qu'il faut compter la durée de l'ordre du milliardième de milliardième de milliardième… de seconde.

Le Soleil intérieur est doté d'une intelligence énergétique très élevée, c'est-à-dire de la capacité de comprendre directement le substrat et le « comment » énergétique de toute chose. Par exemple, si le Maître veut créer directement un oiseau (matérialiser un oiseau vivant), il sait directement (avec son Soleil intérieur) comment faire, même s'il ne sait pas intellectuellement quelle est la structure biophysique (génétique, cellulaire, organique) d'un oiseau... Cependant, si le Maître veut savoir quelle est la structure biophysique d'un oiseau, il lui suffit de le vouloir avec son Soleil intérieur, et il aura instantanément cette information, même s'il ne pourra pas la traduire aisément

en mots (la traduction en mots nécessite un effort psychique)... Mais le fait de ne pas pouvoir traduire en mots une information que l'on possède comme une compréhension énergétique, ne gêne en rien le fait qu'on puisse agir efficacement avec cette information : par exemple le Maître peut opérer l'oiseau, avec une adresse infiniment supérieure à celle du meilleur des chirurgiens d'oiseaux, connaissant précisément (mais énergétiquement, et non linguistiquement) chaque parcelle du corps de l'oiseau... Mais, si on demandait à ce Maître de donner des instructions orales ou écrites à l'attention d'un chirurgien, il peut arriver que le Maître ne le puisse pas nécessairement (cela dépend s'il veut bien faire l'effort psychique de traduire en mots ce qu'il connaît énergétiquement avec son Soleil intérieur)... Donc, quand un Maître veut savoir quelque chose, il lui suffit d'avoir l'Intention de savoir, avec son Soleil intérieur, et la connaissance directe qui en résulte est une connaissance énergétique, sans mots, sans pensées articulées, et il faudra un effort psychique pour traduire cette connaissance énergétique en connaissance intellectuelle (c'est-à-dire en mots, figures, symboles, graphes, glyphes...). La connaissance acquise par le Soleil intérieur d'une manière directe peut aussi être semi-énergétique et semi-intellectuelle. Par exemple si vous posez au Maître un problème de mathématiques, il pourra directement « connaître » la réponse (s'il s'agit par exemple d'une équation, il connaîtra directement le résultat), sans nécessairement pouvoir vous dire le raisonnement logique [apparemment] nécessaire pour aboutir à la réponse...

La Force solaire est alimentée par le Soleil énergétique. Le Soleil énergétique est la sphère énergétique elle-même, et cette sphère énergétique a la propriété principale de générer (de créer, de produire en permanence) de l'Energie d'une manière inépuisable (du moins chez le Maître, car chez le Non-Maître, le Soleil énergétique est éteint et ne produit pas d'Energie). L'Eveil solaire signifie en fait le premier niveau d'activation du Soleil énergétique, à ce niveau le Soleil énergétique produit de l'Energie selon un certain nombre de types et avec une certaine intensité de base (et un certain plafond)... Le Soleil énergétique produit trois grands types d'Energie : le premier type est ce que nous pouvons appeler « Energie de base » : c'est cette Energie qui alimente en permanence la Force solaire. Elle est produite avec une certaine intensité (un certain rythme dirons-nous). Lorsque le Maître fait agir sa Force solaire, il dépense une certaine quantité d'Energie de base, mais en même temps qu'il agit, ce qu'il dépense est aussitôt compensé, de sorte que si le Maître dépense de l'Energie de base à un rythme toujours inférieur ou égal au rythme de production de l'Energie de base par le Soleil énergétique, alors il ne se fatigue absolument pas, peu importe son temps d'action. Mais si le Maître dépense trop d'Energie de base d'un coup, il lui faut un certain temps pour renouveler la vitalité énergétique de sa Force solaire... Si nous voulons être plus précis nous dirons ceci : la Force solaire est capable de stocker une certaine quantité d'Energie de base, dès que le maximum de ce stock est atteint, le Soleil énergétique cesse de produire de l'Energie de base, jusqu'à ce que le stock vienne à baisser. Si le rythme de dépense ne dépasse pas le rythme de remplissage, tout se passe [presque] comme avec une baignoire trouée : la quantité d'eau qui s'échappe par le trou est égale (en terme de débit et de volume) à la quantité d'eau qui s'écoule du robinet, de sorte que le niveau d'eau de la baignoire ne baisse pas ! S'il s'échappe trop d'eau d'un coup par le trou, normalement la baignoire ne se remplira pas avant d'avoir ramené la fuite à une quantité inférieure à l'apport (cela s'appelle se reposer...). Si le Maître agit avec une juste mesure, il peut agir aussi longtemps qu'il le souhaite sans jamais se fatiguer et sans avoir besoin de se reposer... Le besoin de repos se fait sentir chez un Maître lorsque la dépense énergétique a dépassé le rythme de production énergétique du Soleil intérieur... Chez le Maître réalisé, le second niveau d'activation du Soleil énergétique est atteint, et les capacités de stockage de la Force solaire sont augmentées... Le Maître réalisé peut dépenser d'un coup une plus grande quantité d'Energie que le Maître éveillé, et c'est cela qui fait la différence : la Force solaire du Maître réalisé ayant plus d'Energie de base (donc plus de puissance), elle est capable par exemple d'æthériser le corps physique, chose que ne peut faire la Force solaire du Maître éveillé. Force éveillée et Force réalisée, deux niveaux de Puissance différents de la même Force solaire…

Le second type est ce que nous appelons Energie de Conscience, c'est l'Energie spécifique qui augmente la vitalité intrinsèque de la substance de l'Esprit, donc le niveau de Conscience. La production de cette Energie ne connaît pas les variations de la première : elle est produite inlassablement au même rythme, maintenant constant le même niveau de Conscience, selon le degré d'activation du Soleil intérieur... Nous n'allons pas l'examiner plus avant. Le troisième type est l'Energie d'action. L'Energie d'action est en quelque sorte l'autre aspect dynamique du Soleil intérieur, avec la Force solaire. Le Soleil intérieur peut émettre l'Energie d'action selon toutes les modalités imaginables, et ces modalités signifient divers types d'action. Si la Force solaire peut par exemple déplacer un objet à distance, l'Energie d'action ne peut pas accomplir cela... D'une manière générale, tout ce que l'Energie d'action peut permettre de faire, la Force solaire peut le faire aussi (elle n'a vraiment pas de limites dans la diversité d'activités) ; par contre il existe des choses que la Force solaire peut faire, sans que l'Energie d'action en soit capable... Cependant, dans certaines activités, l'Energie d'action est un meilleur outil, tandis que d'autres activités nécessitent de faire agir en même temps la Force solaire et l'Energie d'action. Le Soleil intérieur peut émettre l'Energie d'action sous forme de faisceau dans une direction sélectionnée, ou sous forme de rayonnement dans toutes les directions... Il peut émettre l'Energie d'action avec une vitesse supérieure à celle de la lumière physique (on parle de rayon énergétique), mais il peut aussi l'émettre avec une grande lenteur (on parle de fluide énergétique). Selon la vitesse d'émission, et selon la focalisation de l'émission, l'Energie d'action peut servir comme une arme hyperpuissante ou comme un remède transcendant... Par exemple, en émettant un faisceau énergétique adéquat, un Maître peut pulvériser un mur de plomb de trois mètres d'épaisseur... Et en émettant un fluide énergétique adéquat, un Maître peut faire pousser un arbre, de l'état de noyau (du fruit) jusqu'à l'état d'arbre

mâture portant des fruits, et cela en quelques deux ou trois heures seulement... L'Energie d'action sert surtout aux activités de destruction, de vitalisation, de guérison et de création directes et transcendantes. Ces différentes activités sont le fait d'une même Energie, mais pour chacune d'elles l'Energie doit adopter certaines caractéristiques dynamiques en matière de mode d'émission, de vitesse de propagation, de style de propagation, d'oscillation des quanta énergétiques, de degré de focalisation, ainsi de suite... L'Energie d'action adopte automatiquement les caractéristiques nécessaires en fonction de l'intention solaire du Maître (c'est-à-dire l'intention que le Maître a avec son Soleil intérieur)...

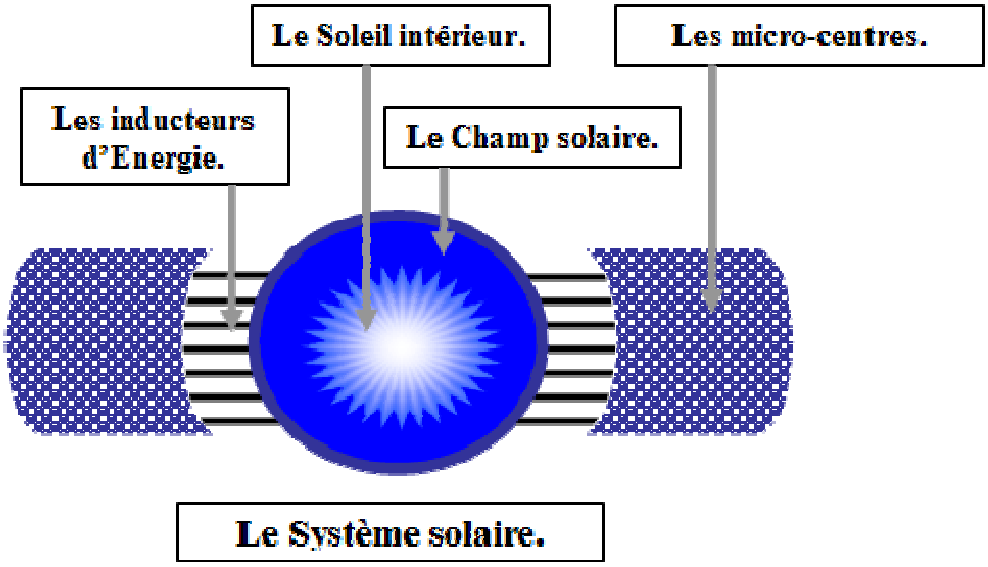
Il existe différents types d'Energie, dont l'Energie primaire ou immanente (nous ne parlons pas de l'Energie cosmique) qui est le type le plus « grossier » et qui peut aisément se transformer en Matière ou devenir quelque autre type d'Energie. Quand le Maître désire par exemple matérialiser un immeuble (ce dont il est capable, même s'il est vrai que les Maîtres éveillés ne savent pas toujours utiliser toute leur Puissance, ils ne pensent tout simplement pas à explorer librement les virtualités infinies de leur Force solaire), ce n'est pas son Energie d'action qu'il va utiliser, il va simplement saisir assez d'Energie primaire avec sa Force solaire, et cristalliser cette masse d'Energie primaire selon son intention, et l'immeuble se matérialise en quelques instants. Soit, cela nécessite une dépense énergétique très lourde qui peut nécessiter plusieurs jours de récupération, mais le niveau de Puissance dynamique de la Force solaire ne descend jamais en-deçà d'un certain seuil : même lorsque le Maître est obligé de se reposer, il a toujours assez d'Energie pour agir de manière transcendante (au-delà des Lois dimensionnelles) pour ses besoins personnels, ou pour accomplir des actions transcendantes de « taille humaine » et non de la taille d'une foule nombreuse … par exemple matérialiser un immeuble est une action transcendante de la taille d'une foule, tandis que matérialiser une paire de chaussure est une action transcendante de taille humaine… L'Energie primaire est la véritable Energie que le Maître va utiliser pour des questions de matérialisation de choses diverses, tandis que l'Energie d'action produite par le Soleil énergétique est surtout utile pour des questions de vitalisation et de destruction.

Un dernier aspect propre au Soleil intérieur, que nous devons mentionner, est la capacité réflexe. Ceci veut dire que le Soleil intérieur est doté d'une sorte d'intelligence autonome ou automatique qui ne dépend pas de l'intervention de la Conscience/Volonté du Maître. Par exemple, si le Maître se retrouve dans une situation dangereuse qu'il n'aura pas vue, son Soleil intérieur peut agir automatiquement sans que le Maître en ait eu la moindre intention, et n'ait mobilisé la moindre Volonté... La capacité réflexe agit seulement en-dehors du champ d'attention du Maître, dans le contexte immédiat... mais il faut aussi inclure la capacité de « sentir » les choses à distance : le Maître est intérieurement et clairement averti, par son Soleil intérieur, d'un événement qui se déroule, ou va se dérouler à distance, peu importe la distance, si l'événement concerne directement le Maître, ou si l'événement concerne les personnes qui composent le champ des relations du Maître, ou si l'événement affecte (ou affectera) un grand nombre de personnes dans un laps de temps assez court... La capacité réflexe du Soleil intérieur ne gêne en rien la capacité d'action du Maître, au contraire elle la renforce et consolide la sécurité énergétique du Maître... Parmi les effets naturels intéressants de l'Eveil, nous pouvons mentionner deux choses en particulier : l'aptitude à annihiler la fatigue (physique et mentale), et l'aptitude à alimenter le corps physique directement avec l'Energie primaire ambiante. Il ne s'agit pas spécialement d'aptitudes, mais de processus automatiques. La Force solaire, par son intelligence automatique, peut sentir les besoins nutritionnels de l'organisme, et matérialiser régulièrement et automatiquement les nutriments nécessaires, directement dans le sang. Mais le Maître peut décider de matérialiser extérieurement un aliment et ensuite le consommer conventionnellement. Quoi qu'il en soit, le Maître n'est pas obligé de produire des déjections comme le commun des mortels, ou bien son Soleil intérieur permet que le moindre des nutriments matérialisés soit assimilé par l'organisme, ou bien la Force solaire dématérialise ou désintègre directement dans l'organisme ce qui n'aura pas été assimilé… Un Maître peut sustenter son corps physique autrement. L'Energie d'action peut rayonner d'une manière permanente de sorte à régénérer le corps physique et de sorte à l'alimenter concrètement : si le Maître garde un rythme de dépense énergétique convenable, ni la faim ni la fatigue ne feront partie de son expérience... Un Maître qui mange et qui se repose est un Maître qui a dépensé beaucoup d'Energie d'action (un Maître peut manger par plaisir personnel, et pas nécessairement par besoin fondamental, mais un Maître se repose toujours par nécessité, comme un Non-Maître... mais alors se reposer peut vouloir dire simplement s'asseoir ou s'allonger une heure ou deux sans rien faire). Mais, même pendant que le Maître se repose, son Soleil intérieur demeure parfaitement actif et alerte : l'intelligence automatique du Soleil intérieur protégera le Maître en repos, y compris en créant autour de lui un champ énergétique particulier pour maintenir le corps dans de bonnes conditions de température, de pression, d'humidité, d'atmosphère et de contact physique, et cela quelles que soient les conditions environnantes.

L'activation du Soleil intérieur est une question d'allumage du Soleil énergétique, cet allumage signifie à son tour activation de la Force solaire... L'Eveil est le premier niveau d'allumage, et la Réalisation en est le second niveau. Comment allumer le Soleil énergétique ? C'est-à-dire : comment activer le Soleil intérieur ? L'activation du Soleil intérieur est un événement concret : une seconde avant le Soleil intérieur est toujours endormi, et la seconde d'après il est activé, et cela de manière définitive (une fois l'allumage réalisé, le Soleil intérieur devient une Source vivante et perpétuelle d'Energie)... L'activation du Soleil intérieur est la conséquence de l'accroissement du Feu

intérieur (que nous appelons aussi Energie interne). Disons que l'activation du Soleil intérieur est le But, tandis que l'accroissement du Feu intérieur est le moyen... Qu'est-ce que le Feu intérieur ?

L'Esprit en lui-même n'a pas le pouvoir d'activer son Soleil intérieur, il lui faut un système levier, et ce système levier se trouve dans les corps extérieurs sous la forme du Champ solaire. Le Champ solaire se présente comme une structure énergétique (et finalement comme une structure éthérique) qui enveloppe le Soleil intérieur. En fait les corps extérieurs (depuis le corps manasique jusqu'au corps physique) n'ont été conçus que pour assembler un Champ solaire capable de permettre l'activation du Soleil intérieur. Nous allons nous intéresser à l'expression la plus « haute » de ce système levier, la structure finale qui permet d'effectuer le Travail solaire nécessaire à l'activation du Soleil intérieur, nous parlons du Champ solaire éthérique. Le Champ solaire se présente comme une sphère/treillis magnétique (le terme magnétique est utilisé ici par défaut) plus grande que le Soleil intérieur lui-même (mais le rapport de taille n'a pas d'importance, disons plutôt que c'est le Soleil intérieur qui adopte une taille géométrique plus petite que le Champ solaire). Le Champ solaire a la propriété de piéger, d'accumuler et de condenser de l'Energie prânique, ces trois opérations sont nécessaires. L'association entre le Champ solaire et l'Energie prânique piégée, accumulée et condensée, est ce que nous appelons Feu solaire (ou Feu intérieur). Intensifier le Feu solaire c'est augmenter la quantité d'Energie prânique finalement condensée... C'est seulement lorsque le Feu solaire dépasse un certain seuil que l'Eveil solaire se produit, et c'est lorsque le Feu solaire dépasse un second seuil que la Réalisation solaire se produit. L'activité d'intensification du Feu intérieur est le véritable Travail solaire, nous pouvons la décrire comme l'activité de cultiver l'Energie interne. La Technique solaire est conçue pour cultiver l'Energie interne d'une manière pertinente et optimale.



Le Champ solaire a la capacité de piéger, d'accumuler et de condenser l'Energie prânique, mais cette Energie prânique doit être infusée dans le Champ solaire par un mécanisme particulier. Ce mécanisme est composé par ce que nous appelons le Cerveau solaire : c'est l'ensemble des myriades de micro-centres éthériques qui se trouvent dans les poumons, et l'ensemble des micro-centres éthériques qui se trouvent dans le thymus (plus ceux qui se trouvent dans l'organe cardiaque). Le Cerveau solaire est l'instrument principal qui permet de « capter » l'Energie prânique et de l'infuser ensuite dans le Champ solaire. Comment ? Il n'est pas nécessaire de répondre précisément à cette question, disons seulement que cela fait partie des propriétés intrinsèques des micro-centres éthériques qui composent le Cerveau solaire. Le Système solaire est tout le système qui comprend le Cerveau solaire, le Champ solaire et le Soleil intérieur lui-même. Cultiver l'Energie interne n'a rien à voir avec une activité du mental (ni avec quelque chose que l'on peut définir comme une non-activité du mental : la non-activité de quelque chose est déjà une activité en soi). Peu importe la structure psycho-énergétique et mentale du cerveau crânien, cela n'a aucune importance sur la culture (nous dirons plutôt la cultivation) de l'Energie interne : il suffit que votre structure mentale puisse vous permettre de développer de la Discipline vis-à-vis de la Pratique solaire. La Discipline comprend deux aspects principaux : la régularité et l'intensité. Le Pratiquant se doit d'aligner sa structure mentale sur un profil psycho-énergétique renforçant sa Discipline, c'est-à-dire sa capacité à être régulier et sa capacité à pratiquer avec intensité (et donc à être présent à ce qu'il fait). L'Alignement, ou processus technique de renforcement de la Discipline, est peut-être le préliminaire de la Pratique solaire. Nous l'avons inclus dans la Technique solaire, non qu'il en fasse vraiment partie, mais parce qu'un Pratiquant qui n'a pas de Discipline ne peut pas cultiver son Energie interne jusqu'à l'activation de son Soleil intérieur, et cela quelles que soient ses qualités psychologiques, ses idées ou ses convictions profondes, et quel que soit son comportement dans la vie en général.

Le processus de captation et d'infusion de l'Energie prânique par le Cerveau solaire n'est pas vraiment automatique, il dépend de l'application d'un certain nombre d'outils énergétiques naturels. Ce sont ces outils énergétiques naturels qui constituent le substrat pratique de la Technique solaire, ils sont au nombre de sept : la Respiration solaire ; la Respiration profonde ; la Rétention prânique ; la Poussée prânique ; la Concentration solaire ; la Forception solaire ; et l'Intermède... Le processus d'optimisation et de formalisation de ces outils énergétiques naturels prend la forme de deux Techniques précises : « la Technique principale » (TP) et « la Forception technique » (FT), qui sont les deux articulations de la Technique solaire. Quand la Discipline est acquise, et quand la Technique principale et la Forception technique sont pratiquées convenablement, le Feu solaire s'intensifie au fil de la Pratique solaire. D'un point de vue qualitatif et énergétique à la fois, cette intensification est perçue intérieurement comme un accroissement de la Paix intérieure (énergétique) et de la Joie intérieure (énergétique), et cela peut modifier à son tour l'ensemble du champ psycho-énergétique (mais ce n'est pas nécessaire et ce n'est pas automatique)...

Nous avons décrit des choses qui concernent surtout le Maître éveillé, en évoquant au passage le Maître réalisé, sans mentionner le Semi-Maître. Pour évoquer quelques éléments importants du point de vue de la dynamique de l'incarnation, disons que le Maître éveillé et le Maître réalisé ne sont plus tenus par la nécessité de s'incarner dans un corps physique s'ils désirent se manifester dans la dimension physique pour de longues périodes (plusieurs années), ils peuvent se créer des corps de manifestation, qui sont des corps physiques créés directement et présentant les caractéristiques que le Maître désire. Dès qu'un Maître crée un corps de manifestation, il lui suffit de l'investir… Il peut manier son corps de manifestation avec plus de facilité encore que son corps d'incarnation (nous pensons au Maître éveillé en disant cela). Un corps de manifestation peut vivre entre quelques secondes et plusieurs dizaines d'années, et le Maître peut le dématérialiser (le désintégrer) à tout moment, tout comme il peut le faire avec un corps physique d'incarnation… Mais, un Maître éveillé dont le corps physique est mort (car le Maître éveillé peut prolonger la vie et la jeunesse du corps physique, mais pas le rendre immortel), a besoin de s'incarner à nouveau de façon « conventionnelle » (c'est-à-dire par le processus de la naissance, et non par le processus de l'investissement d'un corps de manifestation créé directement) dans un corps physique s'il désire disposer de la possibilité d'atteindre la Réalisation… Un Maître réalisé peut rendre son corps physique immortel, mais s'il le désintègre avant d'ascensionner, il lui faudra s'incarner aussi, juste pour opérer son Ascension, mais de tels cas sont rares… Même lorsque le corps de naissance (le corps de l'incarnation dans laquelle la personne est devenue un Maître éveillé, ou alors le corps de l'incarnation dans laquelle le Maître éveillé est devenu un Maître réalisé…) est encore vivant, le Maître peut se manifester à distance dans des corps de manifestation (son corps d'incarnation se trouve quelque part en repos)… Qu'est-ce qui est le plus facile : laisser son corps physique de naissance en repos quelque part et se manifester à distance dans un corps de manifestation ; voler dans les airs en état physique avec son corps physique de naissance ; ou se déplacer en état de translation avec son corps physique ? Voler dans les airs en état physique (donc visible pour les sens physiques ordinaires d'un observateur) avec son corps physique de naissance est sans aucun doute élégant, c'était ainsi que les anciens Siddhas aimaient se déplacer.

Le Cœur endormi possède un rayonnement élémentaire que nous pouvons appeler Lumière solaire (pour marquer la différence avec l'Energie interne ou Feu intérieur, et avec les trois autres sortes d'Energies qui sont propres au Cœur activé). Cette Lumière solaire possède une certaine puissance, importante mais non transcendante. La Lumière solaire peut être maniée par la conscience (conscience psychique) et utilisée de bien des manières. Nous allons évoquer plus loin ce qui se passe lorsque le Cœur est ouvert... Le Cœur, en incarnation et dans l'état de base (endormi) est enveloppé d'une membrane subtile qui gèle la Lumière solaire et la rend inaccessible (et assez imperceptible) pour la conscience de la personne. Cette membrane est quelque chose de naturel à l'incarnation physique, si nous pouvons le dire ainsi. Dans la cultivation de l'Energie interne, la membrane solaire est la première chose qui est 'affectée' (ce qui ne veut pas dire qu'elle est nécessairement affectée en peu de temps après le début d'une cultivation disciplinée). Lorsque le Feu solaire s'intensifie, il arrive un stade où la membrane solaire est consumée (plus ou moins totalement), et alors la Lumière solaire devient accessible pour la conscience... L'Ouverture solaire a un effet activateur sur le Psychisme, dans certaines proportions. Si nous parlons simplement de Semi-Maître pour la personne ayant ouvert son Cœur, il faut se rappeler que cela sous-entend aussi certains paramètres relatifs au Psychisme. Il n'est pas nécessaire d'examiner les effets précis sur le Psychisme. Le Cœur ouvert possède des capacités assez spécifiques qui ne peuvent pas ne pas exister chez le Semi-Maître (autrement il ne s'agit évidemment pas d'un Semi-Maître, mais seulement d'un Être ordinaire se croyant avoir un Cœur ouvert). Disons d'abord que le Semi-Maître n'est pas un Maître (ni éveillé ni réalisé). Cela signifie entre autres que le Semi-Maître n'est pas capable de maîtriser le déplacement interdimensionnel, et cela signifie encore, par exemple, qu'il est toujours sujet à nombre des limites, des besoins et des contraintes que connaît un Être ordinaire. Que signifie l'Ouverture solaire d'un point de vue énergétique et dynamique ?

L'Ouverture solaire apporte principalement trois choses. La première chose, sans doute la plus intéressante du point de vue de la vie psycho-énergétique de la personne, est la capacité de générer en soi l'Extase. La pratique régulière de l'Extase conforte au fil du temps un profond état de bien-être, de sérénité et de joie. Comment peut-on décrire l'Extase ? Nous pouvons seulement dire qu'il s'agit d'un genre d'orgasme énergétique des milliers de fois plus puissant que l'orgasme sexuel, et affectant tout l'ensemble des corps et de la conscience en irradiant à partir

du Cœur ou depuis le centre éthérique de la fontanelle... Le Semi-Maître a trouvé, dans l'Extase, la solution réelle, radicale et profonde de la quête du bien-être psychologique. Quand on se trouve en état d'Extase, on plonge dans un océan de béatitude, dans une explosion cosmique de joie : on cesse de percevoir le monde environnant comme un monde physique (avec ses éléments faits d'atomes), et on perçoit à la place une vaste étendue énergétique, fluide, parcourue d'extraordinaires ondulations, sans limites.... Néanmoins l'observateur extérieur nous verra simplement assis, et s'il est assez attentif il verra que nous sommes comme « coupés » du monde ordinaire et comme « absorbés » dans un monde impalpable... C'est lorsque l'Extase est accompagnée d'un phénomène d'émission de lumière visible (surtout lorsqu'il s'agit d'une irradiation à partir du Cœur), qu'il est le plus évident pour un observateur extérieur... L'état de bien-être profond, de paix intérieure, de détachement par rapport au monde ordinaire... dure assez longtemps après l'Extase, et généralement le Semi-Maître aura tendance à se remettre en Extase dès que le bien-être spécial commence à s'estomper... L'Extase n'a aucun effet nocif, au contraire il transforme peu à peu l'organisme et renforce ses caractéristiques positives... La seconde chose, peut-être la plus intéressante pour l'observateur extérieur (si nous devons l'appeler ainsi), est la capacité que possède le Semi-Maître de diffuser en direction d'une personne un puissant faisceau de Lumière solaire capable de provoquer l'Extase chez cette personne. Comment appeler cette capacité ? Transmission de l'Extase ? Ou simplement capacité de générer l'Extase chez un autre ? Quoi qu'il en soit, le Semi-Maître peut l'effectuer de nombreuses manières, et l'Extase qui en résulte peut être plus ou moins intense. Par exemple le Semi-Maître peut faire passer la Lumière solaire dans ses mains et toucher le haut du crâne de la personne concernée. La personne sentira une puissante Energie la pénétrer et générer en elle des réactions dynamiques profondes de bien-être électrique, de joie débordante... Le contact physique n'est pas nécessaire... La troisième chose est la puissance d'action de la Lumière solaire, une puissance d'action moins importante que celle de l'Energie d'action du Maître éveillé, mais néanmoins assez importante pour permettre au Semi-Maître d'affecter la Matière-Energie d'une manière significative et à sa guise. Les limites de ce pouvoir ? Le Semi-Maître ne peut pas maîtriser le déplacement interdimensionnel... Les possibilités de ce pouvoir ? Le Semi-Maître peut concentrer sa Lumière solaire sur un grain de maïs et le faire pousser jusqu'à maturité, donnant un plant portant du fruit, et cela en quelques minutes seulement... Nous donnons un exemple, pour donner une idée. Assurément le Semi-Maître n'a plus rien à voir avec l'Être ordinaire, même s'il n'est pas encore un Maître. La Lumière solaire peut agir comme l'Energie d'action : c'est quelque chose qu'on peut projeter et qui affecte l'objet ou le corps sur lequel on le projette, selon la volonté de l'Être. Si l'Être désire qu'un verre vide soit rempli d'eau ou de jus d'orange, il concentrera simplement un faisceau de Lumière solaire sur le verre, et le liquide voulu se matérialisera dans le verre en quelques secondes... Si l'Être désire soigner l'organe malade d'une personne, ou régénérer l'organe amputé, il opère de même : il émet un faisceau énergétique sur l'endroit où il veut agir, et l'action se fait en fonction de la quantité de Lumière qu'il concentre... Il n'est pas nécessaire d'émettre un faisceau, la Lumière solaire peut être émise en éventail (pour ainsi dire) et agir sur une surface ou sur un volume plus étendus... L'Être peut même transformer son faisceau énergétique en une sorte de bras énergétique capable de déplacer des objets à distance (c'est assez difficile néanmoins)...

L'Ouverture du Cœur n'est certes pas la grande Transcendance, mais elle permet déjà à la personne de s'affranchir de beaucoup de limitations. Combien ne serait-ce pas utile d'être capable de transformer un morceau de roche ou une motte de terre en un délicieux fruit ? Combien ne serait-ce pas utile de pouvoir guérir en quelques minutes la maladie d'une personne ? Certes, si la maladie est plus grave, il faudra plusieurs heures, voire deux ou trois jours... mais la puissance de la Lumière solaire est quelque chose qu'on ne peut pas négliger, c'est une donnée qui élève radicalement le niveau énergétique de vie de la personne qui a le Cœur ouvert... énergétiquement ouvert. Les personnes qui ont psychologiquement le cœur ouvert sont légion, mais celles qui ont le Cœur énergétiquement ouvert sont extrêmement rares actuellement, pourtant cela n'est pas si difficile d'ouvrir énergétiquement son Cœur... Certes, cela peut prendre du temps, mais ce temps peut se réduire à moins de 3 ans avec un Travail solaire puissant... Pouvoir sentir son « cœur » assez aisément n'est pas avoir le Cœur ouvert…

Pour finir, nous dirons que le Cœur peut être ouvert par une action extérieure, par exemple par l'action d'un Maître, ou par l'action de puissants Êtres æthériques. Nous pensons que le véritable baptême du Saint-Esprit était un acte énergétique qui permettait d'ouvrir énergétiquement le Cœur des bénéficiaires. Les capacités énergétiques que Jésus le Nazaréen mentionne comme la conséquence naturelle de la réception du baptême du Saint-Esprit sont un bon résumé des capacités énergétiques du Cœur ouvert. La mention 'en mon nom' ne doit pas se comprendre comme si c'était le nom de Jésus qui avait la puissance, mais doit se comprendre comme un mandat diplomatique : en faisant ceci, dites que vous le faites de ma part, car votre puissance est un Don que je vous ai accordé, et non une chose que vous avez acquise par vous-mêmes... Le vrai chrétien est la personne ayant reçu le baptême du Saint-Esprit, donc la personne dont le Cœur a été ouvert. Cette personne ne dépend de rien d'extérieur pour exercer ses capacités énergétiques (contrairement à ce que peuvent penser certains courants charismatiques qui doivent supplier le Ciel et attendre que le Ciel veuille bien agir à travers eux : cela est de la canalisation, pas de la maîtrise). Voici comment Jésus décrivait succinctement les capacités énergétiques des personnes ayant reçu le baptême du Saint-Esprit : « ... Ils expulseront des démons, ils parleront en langues, et avec leurs mains ils prendront des serpents, et s'ils boivent quelque chose de mortel, cela ne leur fera aucun mal. Ils poseront les mains sur les malades, et ceux-ci se rétabliront » (voir l'Evangile de Marc, chapitre 16, versets 17 et 18). La capacité d'expulser les démons est une image concrète pour désigner la capacité générale qu'a la personne, de

maîtriser les Êtres æthériques négatifs de moindre puissance. La capacité de parler en langues est une image concrète qui peut signifier deux choses : soit elle désigne la maîtrise de la télépathie, qui permet de comprendre n'importe qui et de se faire comprendre de même, avec une clarté et une précision parfaites, quelle que soit la différence de langue ; soit elle désigne la capacité de parler instantanément n'importe quelle langue... Nous pensons qu'il s'agit de la première possibilité (la seconde peut être un mode d'apprentissage accéléré déguisé)... La capacité de saisir les serpents désigne la capacité générale de maîtriser aisément le Psychisme des animaux (ce qui inclut les animaux marins comme les poissons, et les animaux aériens comme les oiseaux). La capacité de boire des poisons sans en être affecté est une image concrète pour désigner un système immunitaire devenu extrêmement puissant, et résistant sans faillir aux attaques du monde extérieur, attaques chimiques entre autres... La dernière capacité que Jésus mentionne se réfère à la maîtrise sur le matériau biologique en lui-même, dont la capacité de guérir instantanément (ou en quelques minutes) une personne, n'est qu'un aspect, sans doute le plus intéressant du point de vue des personnes qui sont malades ou qui craignent de l'être, ou encore dont des proches sont malades... Comme vous pouvez le constater, ce dont parle Jésus est d'un ordre très général, c'est l'usage d'expressions trop concrètes qui peut donner l'impression de confiner et de circonscrire des genres d'activités spécialisées, alors qu'il s'agit de diverses expressions du Cœur ouvert. Jésus le Nazaréen n'a peut-être jamais parlé explicitement de l'Ouverture du Cœur, mais nous pensons que c'était l'objet du baptême du Saint-Esprit qu'il avait instauré... mais depuis la mort de l'apôtre Jean, le vrai baptême du Saint-Esprit n'est plus donné, ce qui n'empêche pas que des mystiques totalement absorbés dans la pratique de la Prière pure (au-delà des mots et des pensées, mais centrée sur le Feu du Cœur) aient pu ouvrir eux-mêmes leur propre Cœur... et devenir de vrais Semi-Maîtres.

Nous voyons les choses d'une manière très pragmatique. Le Cœur est un centre énergétique, c'est même Le Centre, et en tant que centre énergétique, son Ouverture (facultative, car le Cœur peut s'éveiller sans avoir été ouvert avant), son Eveil puis sa Réalisation dépendent d'un Travail énergétique, et non d'un système de croyances philosophiques. L'Ouverture est sans doute le niveau énergétique le plus accessible, et si nous avons évalué à 5 ans le temps nécessaire pour éveiller le Cœur, dans le cadre de la Technique solaire, nous évaluons à moins de 3 ans le temps nécessaire pour ouvrir le Cœur (sans dire pour autant que le Pratiquant ouvrira nécessairement son Cœur avant de l'éveiller ensuite). Quand vous comprendrez qu'il s'agit d'une simple question d'Energie et de Travail, vous ne serez pas étonnés que nous puissions évaluer les choses en terme de temps nécessaire, et surtout en terme de périodes de temps raisonnables... Si vous ne parvenez pas à comprendre les choses telles qu'elles sont (des questions énergétiques), mais que vous en faites des questions « abstraites » concernant quelque chose comme la notion de karma, de grâce céleste ou de cycles cosmiques, vous allez toujours demeurer dans la croyance erronée qui veut que la progression des capacités énergétiques soit affaire d'un nombre incalculable de réincarnations... *Nous disons qu'en réalité chaque incarnation est une tentative en soi, entière et totale : ou vous réussissez, ou vous échouez et vous allez renaître pour essayer à nouveau.*

assertion spéciale *« La véritable Sainteté n'a rien à voir avec les appréciations de quelque clergé religieux, ni avec les appréciations de la masse en général. La véritable Sainteté est un accomplissement énergétique, c'est la caractérisation de l'Ouverture énergétique du Cœur. Même le pire des brigands, en une incarnation donnée, peut devenir un Saint, c'est-à-dire peut ouvrir énergétiquement son Cœur. Créer la Joie énergétique (ou l'Amour énergétique) en son propre Cœur, l'intensifier et la maintenir au fil du temps, au fil des mois, au fil de quelques années, voilà l'unique clef qui permet d'ouvrir le Cœur et de devenir un véritable Saint. Le Saint vit dans la Maîtrise énergétique non-translative... Ceci signifie que, s'il ne peut pas vaincre l'inertie vibratoire de la Densité, il peut néanmoins sortir de son corps physique à volonté, guérir, vitaliser, créer au sein de cette Densité, tout comme il peut maîtriser les divers phénomènes physiques, chimiques, et énergétiques qui se produisent au sein de la Densité. Peut-être est-il aussi important de savoir que le Saint maîtrise non seulement l'Extase, cette expérience énergétique intérieure dont la Félicité océanique est la caractéristique, mais aussi la Transe consciente, cet état de conscience psychique qui permet d'accéder à un vaste champ de perception ».*

à méditer " Tout ce dont vous avez besoin pour activer votre Coeur est déjà en votre possession. Il n'y a besoin d'aucun instrument extérieur. Comprendre cela c'est s'écarter d'emblée des voies stériles qui engrangent des béquilles et des béquilles sans pouvoir atteindre le Centre de l'Esprit."
"Je m'avance pieds nus et mains vides, et c'est ainsi que je me rapproche de la Lumière; sans armes et sans objets je conquerrai la Victoire suprême de l'Illumination."

Les outils énergétiques en général

Il faut être essentiellement pragmatique. L'Esprit que nous sommes est une Entité énergétique centralisée (si nous ne l'avons pas déjà dit), et ceci signifie que ce sont les centres énergétiques de l'Esprit qui doivent recevoir une attention précise et être développés. Le Non-Soi, c'est-à-dire le champ psychologique (l'ensemble des caractéristiques et des tendances psycho-dynamiques des corps et cerveaux extérieurs, depuis le corps manasique jusqu'au corps physique), n'a pas besoin d'être combattu outre mesure s'il permet à l'Être d'avoir de la Discipline. Si la Technique mise en pratique est pertinente, le Non-Soi va se transformer naturellement, sans que l'Être y consacre un effort particulier : la clarté mentale, la force psychologique, la paix, la joie et le détachement sont des choses qui se développent d'elles-mêmes dans le Non-Soi au fil d'une pratique pertinente et disciplinée. Les vraies Techniques (ou Techniques centrales) sont destinées à activer l'un ou l'autre des deux Soleils intérieurs, les Techniques non-pertinentes utilisent toujours les outils énergétiques d'une manière diluée et erronée, et elles ne savent généralement pas ce qu'elles recherchent (ou plus exactement, les personnes qui les ont conçues ne savaient pas précisément ce qu'était le But fondamental de l'incarnation, et elles n'avaient pas une compréhension assez exacte de la structure énergétique de l'Être humain).

Une Technique quelle qu'elle soit est toujours une concrétion d'outils énergétiques. Nous parlons surtout des outils naturels, c'est-à-dire tout ce que vous pouvez utiliser lorsque vous êtes sans rien, dans une pièce vide... Les outils reposent sur des principes énergétiques dont la connaissance n'est pas évidente. Selon le degré de justesse dans la perception du principe énergétique sous-jacent, et selon le degré d'intensité dans la mise en œuvre du principe énergétique, l'outil formel qui en découle est plus ou moins pertinent, ou alors plus ou moins non-pertinent. Pour vraiment connaître les principes énergétiques, il faut avoir une intuition psychique assez développée et il faut être capable de voir les Energies et les Forces, mais tout le monde n'a pas la vision énergétique. Mais il ne suffit pas d'avoir la vision énergétique, il faut avoir un grand sens du pragmatisme, un grand sens de l'optimisation, un grand sens de la *centralité* et être capable d'étudier un même phénomène sous plusieurs angles et avec un grand niveau de précision et de profondeur... Les chercheurs énergétiques ne doivent donc pas se contenter de la capacité de vision énergétique (qu'il ne faut pas confondre avec la perception sensitive des choses), autrement ils seraient bien incapables de produire la moindre Technique centrale pertinente. Ils ne pourront alors produire que des Techniques périphériques (qui n'ont pas pour objet, et encore moins pour propriété, d'activer l'un ou l'autre des deux Soleils intérieurs).

Les outils énergétiques naturels peuvent donc être énumérés de manière simple, mais les concrétions que l'on en trouve dans diverses Techniques sont généralement d'une valeur nulle, ou alors d'une valeur essentiellement psychologique, quelques fois psychomagnétique et psycho-aurique. C'est le rôle du chercheur énergétique d'étudier les principes énergétiques et de concevoir les plus hautes concrétions possibles d'outils énergétiques. La Technique solaire a été élaborée après plusieurs années de recherches énergétiques approfondies (avec des tâtonnements certes), et nous estimons que ses outils sont, non seulement fondamentaux (nous avons écarté tout ce qui n'a aucune valeur du point de vue solaire), mais en plus d'un niveau de concrétion puissant et très optimisé. Il ne faut pas que la simplicité manifeste de la Technique en elle-même vous déroute : nous pensons qu'il ne peut y avoir de Technique complexe (tarabiscotée) qui soit pertinente. Certes, par certains côtés, la Technique solaire s'avère un peu complexe, mais il n'y a là rien qui nécessite un effort de compréhension harassant. Nous allons évoquer ici les outils énergétiques en eux-mêmes (les plus courants et sous leur forme générale, sans aucun niveau de concrétion).

Les outils généraux	**Quelques exemples généraux**
La Mentalisation	La visualisation ; la focalisation mentale ; le silence intérieur ; la diction mentale...
La Verbalisation	La voix ; le chant ; le cri ; l'invocation ; l'incantation ; le mantra ; la prière verbale...
La Sensorisation	L'imagination active digitale ou kinésique ; la perception active intérieure et sensible...
La Respiration	La respiration relaxante ; l'hyperventilation ; l'hypoventilation ; la respiration consciente...
La Gestuelle	Les signes ; les passes ; les mudras ; diverses figures manuelles ; les pas (des pieds)...
Le Mouvement	Les postures ; les enchaînements corporels ; les danses ; les figures de mouvements...

Peu importe l'aspect concrétion, ces divers outils énergétiques peuvent être combinés entre eux de diverses manières. La Sensorisation est un outil somme toute assez rare, mais nous l'avons mentionnée parce qu'elle est souvent présente au-delà de la Mentalisation, ou dans les formes les plus *avancées* de la Mentalisation. Toute Technique, centrale ou périphérique, pertinente ou non-pertinente, repose sur ces outils énergétiques de base. C'est le niveau de compréhension des principes sous-jacents, et le niveau de concrétion pratique des outils, qui va faire la différence. Vous ne pouvez pas vous lever un bon matin et créer votre propre Technique, sans avoir les connaissances énergétiques nécessaires... Ou plutôt, vous pouvez décider de créer votre propre Technique, mais il n'y aura aucune chance qu'elle soit centrale et pertinente si vous n'avez pas les connaissances énergétiques nécessaires. Ces connaissances énergétiques ne sont pas tellement complexes, elles nécessitent simplement une intuition psychique et une vision énergétique très développées pour être établies ; néanmoins si vous ne faites que

les apprendre intellectuellement dans un livre ou dans un cours (à supposer que ce livre et ce cours aient un contenu correct), vous verrez qu'elles sont simples et faciles à assimiler extérieurement, mais difficiles à démontrer intrinsèquement. Les chercheurs énergétiques (capables de voir énergétiquement et de comprendre par intuition psychique) sont rares, mais les chercheurs spirituels (acceptant les paradigmes spiritualistes et capables de raisonner sur les concepts spiritualistes) sont excessivement nombreux, et ceux-là aussi se permettent d'élaborer sans cesse de nouvelles Techniques, qui peuvent quelques fois être inspirées ou enseignées directement par quelque Être *non-physique* (nous soulignons que, généralement, les Êtres non-physiques, aussi grandioses que soient leurs « titres » et aussi beaux que soient leurs enseignements, sont bien *incapables*, en un certain sens, de montrer aux Humains physiques comment atteindre la Transcendance)... Nous ne voulons pas faire la critique, nous sommes seulement désolés pour tous les chercheurs spirituels en quête de moyens concrets de développement intérieur, et qui ne rencontrent que des Techniques non-pertinentes ou périphériques (qui ont plus ou moins d'effets psycho-énergétiques et latéraux)...

Nos recherches nous ont montré que, du point de vue solaire, la Mentalisation, la Verbalisation, la Gestuelle et le Mouvement n'étaient pas pertinents comme outils. Plus exactement, une forme spéciale de diction intérieure (sans être réellement mentale) et un geste très particulier (poser la main sur le Cœur) se sont avérés les seuls aspects pertinents (parmi les outils ici mentionnés). Exit les visualisations, les mantras, les enchaînements, les postures et autres processus 'sophistiqués' à base de ces éléments. La Technique solaire repose sur des outils assez particuliers, qui peuvent offrir une certaine ressemblance (lointaine) avec ce qu'on peut trouver dans certaines Techniques énergétiques, mais il s'agit essentiellement d'autre chose. Soulignons ici que la Technique solaire est certes puissante, mais cette puissance n'a de sens que si la Discipline est présente (intensité et régularité dans la Pratique solaire), autrement vous passerez à côté de la Technique, sans vraiment l'avoir saisie. Le « sans effort » est un mythe, mais l'effort nécessaire dans la Pratique solaire n'est pas un effort similaire à celui nécessaire dans le sport ou les arts martiaux externes, voire internes... ou à celui nécessaire dans les activités intellectuelles ou artistiques...

Le développement énergétique *vertical* est quelque chose de simple, il s'agit de mettre en pratique une Technique centrale pertinente avec Discipline. Il n'y a pas besoin de faire un travail particulier sur le champ psychologique, à partir du moment où le champ psychologique que vous avez vous permet d'avoir de la Discipline. S'il y a un travail psychologique à faire, c'est acquérir de la Discipline si on ne la possède pas déjà. Le Non-Soi croit généralement nécessaire de forger des philosophies et des profils psychologiques particuliers... c'est-à-dire : il croit que ces choses sont vraiment nécessaires au développement intérieur. Un Guerrier (celui qui a activé le Hara) par exemple qui serait dans cette conviction va intégrer ce qu'il estime être la psychologie d'un Guerrier, et va chercher à enseigner cette psychologie du Guerrier à ses disciples s'il en a. Comment enseigne-t-on à des disciples un profil psychologique ? Si on n'est pas un Maître ou un Guerrier, on va se contenter d'expliquer verbalement (voire par écrit) ce qu'est cette psychologie... Mais si on est un Guerrier ou un Maître, on va appuyer son enseignement verbal par des actes énergétiques (par exemple susciter certaines émotions et certains sentiments chez le disciple, en projetant sur lui certaines Energies ; ou encore susciter des visions chez le disciple, visions montrant des événements déterminés), voire la mise en scène de véritables événements supralinéaires ou de drames impliquant de la part de celui qui enseigne un déploiement énergétique important (ces drames peuvent nécessiter de manipuler psychiquement des personnes pour susciter les événements nécessaires, ou encore ils peuvent nécessiter de faire intervenir des Êtres æthériques maîtrisés par celui qui enseigne). Quand l'enseignement du profil psychologique est appuyé par des actes énergétiques, cela peut donner une interaction très complexe entre l'enseignant et le disciple, mais surtout cela peut donner l'impression que c'est cet enseignement qui constitue l'Essentiel, la partie la plus importante, du développement intérieur. Il en ressort l'impression fausse que la voie énergétique est complexe, totalement informelle, et caractérisée par la spontanéité (apparente)... Il en ressort encore l'impression fausse qu'il faut un instructeur pour avancer... Et enfin il en ressort l'impression terriblement et doublement fausse que, d'une part un profil psychologique particulier est absolument nécessaire au développement intérieur (si déjà on ne réduit pas le développement intérieur à l'acquisition de ce profil), d'autre part le profil psychologique ne peut être acquis que dans les conditions dramatiques (c'est-à-dire par l'intermédiaire des actes énergétiques et des drames dont le disciple est l'objet, et dont l'instructeur est l'orchestrateur parfois discret)...

Le développement intérieur, répétons-le, est simple en soi : pratiquer une Technique centrale pertinente avec Discipline. L'instructeur devrait se contenter d'enseigner la Technique centrale, de veiller à ce qu'elle soit bien comprise, et de stimuler la Discipline de ses disciples... Il peut aussi apporter une stimulation énergétique directe et ponctuelle à ses disciples, de temps en temps. C'est vraiment tout ce qu'un instructeur se doit de faire s'il désire demeurer totalement pertinent. Enseigner un profil psychologique est déjà s'écarter de l'Essentiel dans l'enseignement du développement intérieur. Instruire les disciples sur les Réalités énergétiques et multidimensionnelles, et appuyer ces instructions par des démonstrations conséquentes, cela peut être intéressant pour le disciple et étoffer un peu l'activité de l'instructeur, mais cela n'est pas nécessaire non plus. C'est vrai que se contenter d'enseigner la Technique centrale, se limiter à la vérification qu'elle a été bien comprise, et apporter au besoin un influx énergétique direct et ponctuel, cela paraît une activité bien mince pour des disciples qui ont besoin de démonstrations extérieures plus fermes afin de stimuler leur propre Aspiration à la Transcendance…

Nous avons déjà fermement souligné que le profil psychomental ou psychomoral n'avait aucune importance du point de vue du développement solaire ou haral. Aussi toute approche de développement spirituel qui assimile le développement spirituel à l'affinement du champ psychomental ou psychomoral, et toute approche de développement spirituel qui conditionne le développement spirituel à l'affinement préalable du champ psychomental ou psychomoral, sont des approches d'emblée fausses. La Discipline est tout ce dont vous avez besoin comme préalable, le reste est une question de Travail énergétique, qui n'a rien à voir avec vos vertus et/ou vos vices, votre karma ou quoi d'autre encore ?… Le développement spirituel est **une simple question énergétique**, oui : une simple question énergétique. Si vous n'êtes pas capables de voler dans les airs, ce n'est pas parce que vous ne pensez pas de la bonne façon, que vous ne vivez pas de la bonne façon, que vous n'avez pas assez confiance en vous, que vous ne vous alimentez pas de la bonne façon, que vous n'avez pas encore assez d'argent… C'est seulement parce que votre Cœur et votre Hara sont tous les deux encore non-activés. Devant « le vol dans les airs » on comprend assez facilement que la question est énergétique… Mais devant une question comme celle-ci : « Pourquoi n'avez-vous pas encore réalisé en vous un état intérieur de Joie permanente, océanique et inconditionnelle ? », le substrat énergétique de la réponse n'est pas évident, la croyance générale conditionne le Bonheur à des schémas psychomentaux (profil psychomental, qualités psychologiques dites spirituelles, vision philosophique des choses…) ou à des possessions matérielles (surtout les ressources financières qui rendent accessibles toutes les autres richesses) ou à des possessions affectives (des parents affectueux, serviables et généreux, des amis agréables et secourables, une compagne ou un compagnon charmants…)… Lorsqu'une personne conditionne le Bonheur à des schémas psychomentaux, on dit qu'elle accorde plus d'importance à l'Être ; mais lorsqu'une personne conditionne le Bonheur à des possessions matérielles, on dit qu'elle accorde plus d'importance à l'Avoir, et il semble que ces deux tendances forment les deux seules alternatives culturellement envisageables, et les plus malins pensent qu'il faut harmoniser les deux pour atteindre vraiment le Bonheur…

A côté de ces problèmes, nous ne devons pas oublier que toute Technique n'est pas pertinente, et il est possible d'énoncer les raisons principales pour lesquelles la majorité des Techniques sont non-pertinentes du point de vue du développement spirituel (donc solaire ou haral). Il existe une ignorance générale (ou culturelle ou scientifique) en ce qui concerne les centres énergétiques. Les vortex sont des croisements de nadis, mais un centre est une vraie structure matérielle/énergétique capable de générer de l'Energie lorsqu'elle est activée, ce n'est pas un croisement de nadis (ou un plexus nadique). Le principe général d'activation d'un centre énergétique (même lorsqu'il est spirinergique) comprend l'infusion énergétique, la contention énergétique et la condensation énergétique : les deux premières données dépendent de l'effort de l'individu, tandis que la troisième donnée appartient aux propriétés automatiques du centre énergétique… L'Energie dont il est question ici est celle qui est appelée Prâna (Energie prânique), c'est l'Energie avec laquelle les centres énergétiques peuvent être activés. L'Energie prânique est « sensible » au magnétisme des matrices/leviers, ainsi qu'au magnétisme général du système respiratoire… Ainsi, pour le processus d'infusion, il faut procéder à l'intensification du magnétisme du système levier du centre que l'on désire activer, et il faut intensifier le magnétisme général du système respiratoire. L'intensification du magnétisme du système levier est le processus de la Concentration énergétique, qui n'a rien à voir avec la Mentalisation. L'intensification du magnétisme du système respiratoire se fait par des modes spécifiques de Respiration… Les éléments de la Mentalisation, comme la visualisation ou la diction mentale n'ont aucune « prise » sur l'Energie prânique, aussi ils ne servent à rien dans le processus d'infusion énergétique… Toute Technique qui prend pour base de travail quelque élément de la Mentalisation (comme la visualisation, la diction mentale, le silence intérieur, etc) est d'emblée stérile du point de vue énergétique. Une Technique de cette sorte ne peut conduire à l'activation d'aucun centre énergétique. Par contre les Techniques fondées sur l'utilisation du silence intérieur ou sur l'utilisation de l'autosuggestion mentale peuvent conduire à la maîtrise de la Transe consciente… à condition qu'en plus ces Techniques comportent une part assez importante de relaxation respiratoire ou psychorespiratoire. Lorsqu'une Technique utilise essentiellement la relaxation respiratoire ou psychorespiratoire, et le silence intérieur ou l'autosuggestion mentale, alors c'est une Technique pertinente du point de vue de la maîtrise de la Transe consciente ou de la décorporation consciente, mais ce n'est en aucun cas une Technique pertinente du point de vue solaire ou haral (donc spirinergique). Beaucoup de chercheurs spirituels confondent l'Eveil énergétique (solaire ou haral) avec la Transe consciente (qui relève uniquement de la Psyché)… La Transe consciente porte même les noms de superconscience ou supraconscience ou conscience supramentale dans certains courants spiritualistes… Elle porte également les noms de conscience cosmique, illumination, mental supérieur… Un Adepte, dans le sens ésotérique de ce terme, est en réalité une personne parvenue à la maîtrise de la Transe consciente au-delà d'un certain seuil : l'Adepte peut entrer et sortir de l'état de supraconscience à volonté, et en état de supraconscience il est capable de bien des choses, mais dès qu'il en est sorti, il est presque un Être ordinaire (c'est-à-dire élémentaire)… L'utilisation avancée des plantes psychiques peut également permettre de maîtriser la Transe consciente.

De nombreuses Techniques insistent sur la circulation énergétique (c'est par exemple le cas du Tai Chi, du Qi Gong… différents Nei Kung)… Faire circuler l'Energie ne sert absolument à rien du point de vue de l'activation des centres énergétiques, on peut même dire que la circulation énergétique est le moyen le plus sûr de ne pas activer de centre énergétique. Généralement ces Techniques associent automatiquement des méthodes de relaxation psychorespiratoire avec des méthodes de visualisation, d'autosuggestion mentale ou de présence mentale

silencieuse… Les enchaînements de mouvement de certaines de ces Techniques participent de l'utilisation de la visualisation ou de l'autosuggestion en feedback avec l'organisme. Tout le monde sait qu'il existe une relation plus vive entre la Psyché et l'organisme lorsque l'individu est en état de sommeil hypnotique (Transe)… eh bien, les Techniques dont nous parlons induisent, sans que cela soit explicitement leur but avoué, des états plus ou moins profonds de Transe, cette Transe étant plus ou moins consciente… Si une personne pratique durant des années les Techniques de Nei Kung, en respectant scrupuleusement le principe de circulation énergétique associé à la visualisation, à l'autosuggestion ou à la présence mentale silencieuse, cette personne parviendra à un moment ou à un autre à la maîtrise de la Transe… Mais, si l'aspect mental (visualisation etc) n'est pas respecté, des siècles de pratique de quelque Nei Kung ne conduisent à rien, sauf à savoir faire de beaux mouvements… L'un des paramètres pour qu'un Nei Kung soit efficace est la lenteur et l'élégance naturelle des mouvements, aucun Nei Kung ne peut conduire à la maîtrise de la Transe si les mouvements sont trop rapides et trop bruts… C'est quand le pratiquant commence à rentrer vraiment dans le domaine de la Transe consciente, même à un faible degré, qu'il ressent intensément la circulation énergétique. Cela ne signifie pas qu'il y a plus d'Energie en lui, cela signifie qu'il est plus sensible à la circulation habituelle de l'influx nerveux et psycho-énergétique, et qu'il est mieux capable de manipuler cet influx, au point de pouvoir le faire s'écouler hors de l'organisme avec plus de facilité… L'Energie qui constitue l'influx psycho-énergétique n'est pas de l'Energie prânique, et c'est seulement sur l'influx psycho-énergétique que la Transe a une prise… La Transe n'a pas de prise sur l'Energie prânique, pas plus que la Mentalisation, la Verbalisation ou le Mouvement…

Il existe plusieurs Techniques pour parvenir à la Transe, à condition que les éléments pertinents soient pratiqués correctement. Si vous faites du Qi Gong en négligeant le substrat mental de cette Technique, vous ne parviendrez pas à la maîtrise de la Transe en faisant du Qi Gong, mais vous pouvez acquérir une adresse gestuelle remarquable… Si vous faites correctement de la sophrologie, vous pouvez aussi accéder à des niveaux sensibles de Transe, et apprendre à maîtriser votre Energie psychonerveuse, mais la sophrologie, pas plus que les différents Nei Kung, ne permet aucunement d'appréhender la véritable Concentration énergétique… La Concentration énergétique n'a rien à voir avec la focalisation mentale ou le biofeedback mental, et c'est la focalisation mentale que l'on retrouve généralement sous le terme « concentration » utilisé dans différentes Techniques… Par la focalisation mentale et le biofeedback mental il est possible par exemple, et il suffit pour cela d'une très légère Transe, de créer une sensation de chaleur en n'importe quel endroit du corps… sachez que cela ne signifie pas que de l'Energie prânique s'est concentré en cet endroit, et cela n'est pas de la Concentration énergétique… Il faut distinguer l'Energie prânique de l'Energie psychonerveuse, et il faut distinguer le maniement de l'Energie psychonerveuse par la focalisation mentale ou le biofeedback mental (associés à la Transe), de la préhension de l'Energie prânique par la Concentration énergétique… Si le Pratiquant solaire ne parvient pas à faire cette différence, il passera complètement à côté de la Technique solaire, et il fera de banals exercices psychobiologiques et psycho-énergétiques qui ne pourront jamais conduire à l'activation de son Soleil intérieur…

Le principe général des Techniques capables de conduire à la maîtrise de la Transe est l'association de deux catégories d'éléments. La première catégorie comprend la lenteur ou l'immobilité, et elle peut se mouler dans les formes des arts martiaux internes ou des danses sacrées ou de n'importe quoi d'autre à base de mouvements codifiés, progressifs et assez lents, par exemple la calligraphie ou l'art floral asiatique ou la cérémonie asiatique de thé… La seconde catégorie comprend la présence mentale silencieuse à ce qu'on fait, l'autosuggestion dirigée ou la visualisation focalisée, et n'importe lequel de ces éléments doit être soutenu par quelques techniques respiratoires relaxantes… Ainsi, si on définit le Maître comme la personne capable d'entrer à volonté dans l'état de supraconscience (définition que nous ne partageons naturellement pas), n'importe quelle Technique associant quelques éléments de ces deux catégories conduit à la Maîtrise… Celui qui pratique l'art de la calligraphie, tout comme celui qui pratique le Tai Chi, peut parvenir à ce niveau spécial où l'on peut rentrer à volonté dans l'état de supraconscience et agir au-delà des limitations physiques et mentales ordinaires… La plus grande partie des Techniques qui existent est de type Transe, c'est-à-dire qu'elles combinent quelques éléments des deux catégories mentionnées ci-dessus, et en font la base de leur structure. C'est la raison pour laquelle ces Techniques ne sont pas pertinentes du point de vue solaire ou haral.

Récapitulons quelque peu l'état des lieux. Le degré de préhension de la Mentalisation sur l'Energie prânique est nul ; tout comme celui de la Verbalisation, de la Gestuelle et du Mouvement… La Respiration est un facteur incontournable de l'incarnation, et c'est à ce titre qu'il est difficile de ne pas en tenir compte lorsqu'on pratique quoi que ce soit. Potentiellement la Respiration a un degré de préhension sur l'Energie prânique relativement élevé, mais elle est sous-employée dans les différentes Techniques qui existent, ou plutôt le degré de concrétion des formes de la Respiration est toujours très faible. La Concentration énergétique est ignorée, et la focalisation mentale, ainsi que le biofeedback mental, occupent totalement les lieux. Les Techniques courantes sont généralement fondées sur la Mentalisation, la Verbalisation, la Gestuelle ou le Mouvement. Si vous ajoutez à cela l'insistance malencontreuse sur la circulation énergétique, vous annihilez toute chance d'obtenir une Technique énergétique pertinente du point de vue solaire ou haral. Peut-être que le premier obstacle que rencontrent les différentes Techniques est le fait qu'il est assez difficile de comprendre que le Cœur et le Hara sont les deux seuls centres énergétiques relevant de l'Esprit, et qu'ils sont les seuls centres énergétiques qu'il faut activer si l'on désire accéder à la Transcendance (à la Connaissance, au Bonheur et à la Liberté)…

Mais le constat n'est pas complètement négatif. L'Alchimie taoïste (dont les Nei Kung ne sont en réalité que des excroissances) a découvert le Hara (ou Tan Tien), et indiqué le principe général de sa cultivation. Les vrais Maîtres taoïstes, tout comme les vrais Maîtres de Chi Kung ou de Tai Chi, sont en fait des Guerriers éveillés, ils ont su cultiver leur Hara jusqu'à l'Eveil… L'Essence du Tai Chi et du Chi Kung est la cultivation du Hara par accumulation du Chi dans le Champ de cinabre (l'équivalent du Champ solaire pour le Hara). C'est ce que dit l'Alchimie taoïste : il faut accumuler la vapeur dans le Champ de cinabre afin de développer le fœtus du Bouddha (nom taoïste du Tan Tien en tant que centre forçatique)… Mais ce principe a été oublié, les pratiquants et les enseignants en Nei Kung préfèrent faire circuler le Chi (en fait ils ne font que faire circuler l'Energie psychonerveuse), au lieu de l'accumuler dans le Tan Tien… c'est la raison principale pour laquelle il y a si peu de véritables Guerriers parmi les soi-disant Maîtres de Chi Kung ou de Tai Chi ou d'autres Nei Kung… Les gens comme Morihei Ueshiba ou Cheng Man Ching sont rares… Les anciens Toltèques avaient également découvert le Hara, et ils avaient également mis au point des Techniques pour l'activer, Techniques dont le chamanisme courant n'est qu'une lointaine, très lointaine, dégénérescence. Disons qu'il existe un chamanisme énergétique qui n'a rien à voir avec les rituels et les sacrifices. Les chamans amérindiens qui sont capables de se transformer réellement en corbeau, en nuage, en brouillard, en coyote… sont de véritables Guerriers. Il est courant que des chamans portent des noms d'Êtres animaux, par exemple « chaman aigle blanc », mais ces noms restent généralement symboliques, rares sont les chamans capables de se transformer « physiquement »… Les vrais Guerriers sont rares parmi les chamans, même s'il ne manque généralement pas de chaman capable d'entrer en Transe inconsciente… Si nous voulons être plus précis, le chamanisme énergétique se rapporte normalement au Nagualisme. Le Nagual ne désigne pas une sorte d'animal-esprit protecteur, il désigne en réalité la partie énergétique de chaque Être. Le Nagual en tant que personne est le Guerrier, c'est-à-dire la personne dont le Hara est activé…

Le Cœur aussi a été découvert en tant que centre énergétique… Mais contrairement à ce qui se passe avec le Hara, des Techniques spécifiques comme l'Alchimie taoïste, les Nei Kung purs ou le Nagualisme technique, n'ont pas été mises au point pour le Cœur. Le Hara a l'avantage (et l'inconvénient) d'être un centre beaucoup plus neutre que le Cœur, il est difficile de lui associer une couleur magnétique quelconque… Bien entendu, le Hara possède une couleur magnétique de base, mais cette couleur est si ténue qu'elle apparaît neutre de prime abord (abord énergétique)… Le Cœur est caractérisé par la couleur magnétique de la Joie, dont l'Amour, la Compassion et la Paix sont des variantes… C'est à cause de sa forte coloration magnétique de base que les Techniques relatives au Cœur se sont élaborées en tant que Techniques de Dévotion ou de Prière. C'est en se concentrant sur l'Amour intérieur du Divin ou de la Divinité que les mystiques parviennent à l'Ouverture solaire, et dans de rares cas à l'Eveil solaire… Tout mystique, c'est-à-dire toute personne faisant de son Amour intérieur de la Divinité, le moteur de sa démarche « spirituelle », est à même de devenir un Semi-Maître ou un Maître, à partir du moment où sa Technique de Dévotion ou de Prière consiste dans la ferme Concentration dans le Cœur, et dans la ferme intensification de son Amour par cette Concentration… Quand un mystique parvient à travailler de cette manière, se passant des mots et des pensées, des gestes et des rituels, des formes et des icônes, alors il est en réalité en train de faire un Travail énergétique sur son Cœur. Cependant le cadre religieux ou métaphysique dans lequel le mystique trouve la raison de sa Dévotion est encombrant et inutile en réalité… Qui peut dire que faire un exercice de Tai Chi est quelque chose d'équivalent à faire une Prière ? La Prière, même si dans son Essence elle est la Concentration énergétique pour intensifier l'Amour substantiel intérieur, est encadrée par des conceptions non-énergétiques et très qualitatives (voire relationnelles : la relation entre l'individu et la Divinité), et le mystique ne verrait aucune raison de pratiquer la Prière s'il n'adhérait pas à ces conceptions qualitatives… Rappelons bien que nous parlons de la vraie Prière, pas de son imitation stérile faite de Mentalisation et de Verbalisation…

Quoi qu'on puisse dire, au niveau des Techniques socialisées (c'est-à-dire accessibles dans la société, et non confinées dans le sein de quelque lignée secrète), il ne semble exister aucune Technique harale ou solaire capable de conduire réellement à l'Eveil en moins de 30 ans de Pratique assidue… Celui qui pratique les plus rigoureuses des Techniques Nei Kung socialisées (accumuler le Chi dans le Tan Tien, et non faire circuler le Chi dans l'organisme) parviendra certainement, comme Morihei Ueshiba ou Cheng Man Ching, à l'Eveil haral en quelques 30 ans ou 50 ans de Pratique assidue. Mais peu de personnes y arrivent, il faut en compter deux ou trois tous les 500 ans… Le processus d'activation ne semble pas avoir été maîtrisé. Nous attribuons ce fait aux erreurs contenues dans les Techniques harales et solaires socialisées. L'erreur la plus répandue est la tendance à vouloir que l'Energie circule dans l'organisme. Mais il y a aussi le faible niveau de la concrétion des techniques de Respiration, et l'incompréhension concernant la véritable Concentration énergétique… Si vous avez des techniques de Respiration à un niveau élevé de concrétion, et si vous avez une compréhension exacte de la Concentration énergétique, rien ne vous empêche fondamentalement d'activer votre Cœur ou votre Hara en moins de 7 ans… sauf à ne pas respecter les paramètres de contention de l'Energie. Pour que la condensation ait lieu, il faut que l'Energie soit conservée stablement dans le Champ solaire ou le Champ de cinabre. Si votre activité émotionnelle est neutre (Détachement), ou si elle est positive (les émotions et les sentiments positifs), alors il n'y a aucun problème, cette sorte d'activité émotionnelle ne nuit pas à la contention énergétique (sans la favoriser spécialement). Mais si votre activité émotionnelle est négative, les Champs subissent un « stress énergétique » qui expulse automatiquement l'Energie accumulée, essentiellement parce que la réactivité négative du Cerveau solaire et celle du Cerveau haral sont sollicitées. La Pratique solaire ou harale utilise la partie « volontaire » du Cerveau solaire ou du Cerveau haral, tandis que l'activité émotionnelle oblige la partie « réactive » de ces mêmes

Cerveaux à se manifester, ce qui provoque certaines conséquences dans les Champs concernés… Une émotion négative et un sentiment négatif sont des émissions de rayonnements particulièrement antagonistes, autant pour les Champs que pour l'organisme physique… Théoriquement, même les émotions positives devraient avoir un effet « anti-contention », mais nous n'avons jamais pu observer un tel effet en pratique, sans doute cela est-il dû au fait que les émotions positives ont une couleur magnétique générale en accord avec la couleur magnétique de base du Soleil intérieur… Dans la Pratique solaire comme dans la Pratique harale, les émotions et les sentiments négatifs sont prohibés ou fortement déconseillés. Les pensées et les idées qui peuvent induire ces émotions et ces sentiments sont naturellement à tenir à l'écart du champ mental… Néanmoins, chacun peut faire l'effort de rendre son état émotionnel et sentimental relativement indépendant de ses pensées et de ses idées. C'est sans doute le sens pratique du Détachement, élément qualitatif essentiel à la Pratique.

à méditer "Dans le Souffle se trouve le secret de l'Energie prânique. Mais le Souffle doit être utilisé d'une manière particulière. Le Siddha (Maître) Patanjali dit: "L'Energie vitale s'accroît en régulant l'expiration, l'aspiration et la Rétention du Souffle. L'Energie augmente selon le volume, la longueur et la fréquence des Rétentions". Certes, dans les traductions, la seconde mention de l'Energie est traduite par 'respiration', mais le Siddha parlait bien de l'Energie dans les deux cas."

La Respiration profonde et la Respiration solaire

Comme vous le constaterez avec les sept outils que nous allons expliciter, nous privilégions une explication claire, précise, essentielle et condensée... La Respiration en général est l'activité qui nous permet d'absorber de l'oxygène, mais aussi de l'Energie prânique. Cette propriété est une donnée « naturelle » du magnétisme du système respiratoire, et cela est aidé en partie par certaines propriétés mécaniques de l'Energie prânique elle-même. Il n'existe pas d'autre manière, pour un Être ordinaire, d'absorber de l'Energie prânique (même si beaucoup de chercheurs spirituels vont prétendre le contraire). En général l'Energie prânique nous traverse de part en part sans être gênée par la présence même de notre substantialité physique, et sans la Respiration nous n'aurions aucun moyen efficace d'en tirer le moindre parti. S'il existe d'autres moyens « naturels » de préhension de l'Energie prânique, ces moyens doivent beaucoup à la Respiration et ne peuvent s'en passer complètement. La Technique solaire comporte deux types de Respiration.

La Respiration profonde, premier type, consiste à respirer en absorbant le plus de 'souffle' possible (et en expirant autant), en prenant soin de remplir totalement aussi bien les poumons que l'abdomen (peu importe l'ordre). Nous conseillons un rythme respiratoire relativement lent (mais pas trop), et normalement régulier (le plus régulier possible). Dans la Technique solaire, le Pratiquant doit s'efforcer de sensoriser qu'il attire le souffle dans ses poumons et son abdomen par un effort du Cerveau solaire, et il doit aussi s'efforcer de sensoriser qu'il expire le souffle par le même effort.

Pourquoi faut-il remplir les poumons et l'abdomen ? Nous n'avons pas besoin de répondre à cette question. Pourquoi le rythme doit-il être relativement lent ? Un rythme trop rapide ne permet pas à l'organisme d'effectuer correctement ses opérations respiratoires du point de vue de l'oxygène, et l'apport prânique dans ces conditions est excessivement superficiel. Un rythme juste normal n'apporte pas assez de Prâna, même si l'apport en oxygène peut être relativement correct. Un rythme relativement rapide serait idéal pour augmenter l'apport en oxygène, mais le problème de l'apport prânique est encore plus marqué... Un rythme trop lent, s'il apporte correctement du Prâna, empêche l'organisme d'effectuer correctement ses opérations respiratoires du point de vue de l'élimination du gaz carbonique... Le rythme relativement lent est l'idéal, il respecte aussi bien l'apport en oxygène que l'apport prânique, en mettant l'accent nécessaire sur l'apport prânique... Pourquoi faut-il faire l'effort d'inspiration et d'expiration à partir du Cerveau solaire ? Parce que cet effort spécifique attire encore plus d'Energie prânique : l'effort crée une attraction magnétique (pour ainsi dire) plus importante qu'à l'ordinaire, et l'Energie prânique est attirée plus abondamment...

Quand nous disons par exemple qu'il faut effectuer une Respiration profonde et calme, le terme 'calme' ne fait que souligner une chose : la Respiration profonde doit être correctement pratiquée. Les termes 'calme', 'totale', 'paisible'... renforcent seulement l'idée de la justesse dans la Respiration profonde. Calme souligne qu'il faut veiller à ce que le rythme soit relativement lent, juste ce qu'il faut. Totale souligne qu'il faut veiller à ce que les poumons et l'abdomen soient bien alimentés, en accordant la même importance à l'un et à l'autre. Paisible souligne qu'il faut veiller à garder son calme pendant la Respiration, sans pour autant être complètement relâché : il faut une certaine vigilance, voire une tension souple... Un paramètre extrêmement important de la Respiration profonde, et que nous

n'avons pas encore évoqué, est la nécessité de sensoriser, pendant qu'on respire, que l'on absorbe de l'Energie-Lumière (et pas de l'air). N'oubliez donc pas que la Sensorisation est un paramètre fondamental qui rentre en ligne de compte dans la Respiration profonde.

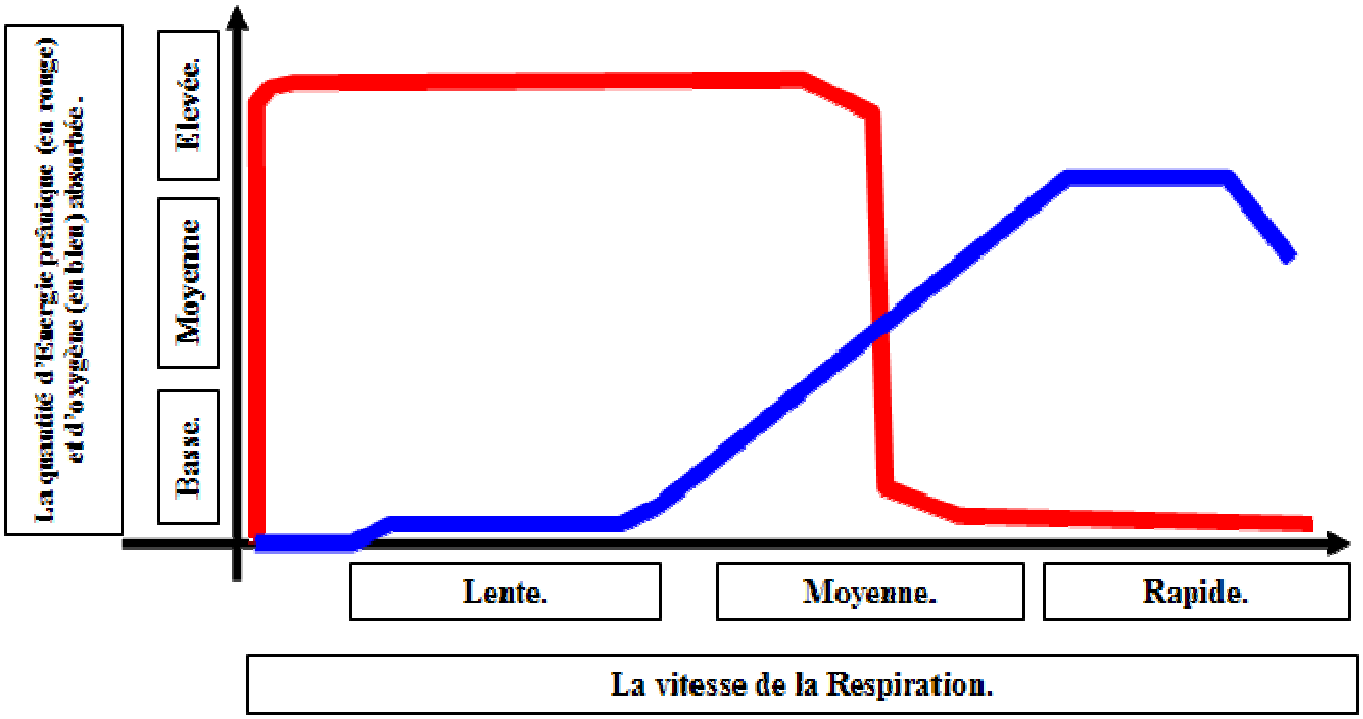
Le second type de Respiration est la Respiration solaire proprement dite. La Respiration solaire consiste à remplir surtout les poumons lorsqu'on respire, en négligeant un peu (pas vraiment) l'abdomen. Comme avec la Respiration profonde, ici le rythme est relativement lent et régulier. Le Pratiquant sensorise qu'il respire par un effort du Cerveau solaire, et il doit sensoriser qu'il absorbe de l'Energie-Lumière. La Respiration solaire exige une suspension du souffle (il ne s'agit pas d'une vraie Rétention) à la fin de l'inspiration, suspension pendant laquelle la Forception est exercée avec intensité. La suspension du souffle signifie que le souffle est maintenu dans les poumons, sans « fermer » le mécanisme dans la gorge qui permet de bloquer le souffle et ainsi de l'empêcher de ressortir. Le souffle est maintenu dans les poumons, sans fermeture, mais d'une manière vigilante (sinon ferme, pour autant que ce terme peut être compris ici). Pendant cette suspension, la Forception doit être exercée avec la plus haute intensité dont vous êtes capables...

Il y a donc, à partir de là, des choses inconciliables. Par exemple dire « une Respiration profonde et solaire » cela n'a pas beaucoup de sens, sauf à souligner que lors de la Respiration solaire, il faut emplir les poumons totalement. Dire « une Respiration profonde et rapide » n'a aucun sens non plus, etc... Le Pratiquant solaire doit s'efforcer de forcevoir en permanence, y compris au cœur de sa respiration ordinaire (qui doit devenir progressivement une vraie Respiration profonde permanente)... Le Pratiquant solaire doit s'efforcer de sensoriser qu'il absorbe de l'Energie-Lumière à chaque inspiration, même dans sa respiration ordinaire... La Sensorisation de l'absorption de l'Energie-Lumière implique naturellement que l'Energie-Lumière absorbée est sensorisée comme pénétrant dans le Champ solaire et alimentant l'intensité du Feu solaire (ou augmentant l'intensité de l'Energie interne).

En marge de la Technique solaire, nous pouvons indiquer une Respiration thérapeutique (qui aide l'organisme à combattre la maladie, à maintenir la santé et à se revigorer). La Respiration thérapeutique consiste en une Respiration totale (c'est-à-dire pulmonaire et abdominale), avec un rythme relativement rapide. Pendant cette Respiration totale, la personne doit sensoriser qu'elle fait l'effort d'inspirer à partir de chaque cellule de son organisme ; elle doit sensoriser que l'Energie-Lumière absorbée pénètre dans chacune de ses cellules et lui apporte un surplus de vitalité. Lorsqu'on effectue la Respiration thérapeutique, il convient de s'allonger et de la pratiquer pendant une période minimale de 45 minutes (en-deçà l'impact a de grandes chances d'être superficiel). La Respiration thérapeutique est conseillée même dans de simples cas de fatigue : par exemple pour récupérer d'une journée ayant été assez exténuante... Elle est aussi conseillée pour se purifier des miasmes auriques déposés dans votre aura par le contact avec des personnes dont le champ psychologique n'est pas nécessairement très lumineux...

Il y a quelques conseils généraux qui vont avec la pratique de la Respiration profonde et de la Respiration solaire. La Pratique solaire utilise l'Energie prânique, et vous devez savoir que c'est la seule Energie qui est affine avec les centres énergétiques en général, et avec les deux Soleils spirinergiques en particulier. Pour vous éviter des excès inutiles, nous allons simplement expliquer les gradients d'absorption prânique et oxygénique.

Ce schéma est très approximatif, nous voulons seulement donner une idée générale, et non des chiffres ou des proportions précises. Comme l'indique le schéma, il ne sert à rien de ralentir la Respiration en-dessous d'une certaine vitesse, puisque le taux d'absorption de l'Energie prânique est constant dans la zone « lente » et « relativement lente », tandis que le taux d'oxygène peut baisser jusqu'à des niveaux critiques… Vous devez donc faire un effort pour trouver la bonne vitesse, qui permet de maintenir le plus haut taux d'absorption prânique, avec un niveau d'oxygène suffisant… En faisant de la Sensorisation, le taux d'absorption prânique augmente naturellement : le plafond lui-même dépend de l'intensité de la Sensorisation… Nous devons aussi conseiller aux Pratiquants solaires d'être plutôt des rongeurs (manger et boire un peu de temps en temps au fil de la journée) que des plateurs (faire de gros repas). Le système digestif doit être assez allégé pour ne pas perturber les mécanismes de la Respiration profonde et de la Respiration solaire. Si vous avez le « ventre » lourd et si l'essentiel de vos ressources bioénergétiques est consacré à la digestion, vous ne serez pas très disponibles pour la Pratique.



*à méditer "Non, l'Energie prânique ne s'infuse pas en nous d'une manière automatique, il faut le *Vouloir*. "*

La Rétention et la Poussée.

La Rétention est le fait de retenir le souffle dans les poumons à la fin de l'inspiration. Cette manière de retenir le souffle est différente de la simple suspension, dans la mesure où le mécanisme dans la gorge est bloqué, afin d'empêcher le souffle de s'échapper. La Rétention est associée à la Respiration profonde (et non à la Respiration solaire), dans la mesure où à l'inspiration, on doit faire attention de remplir aussi bien l'abdomen que les poumons, même si la Rétention se fait seulement dans la poitrine. A quoi sert la Rétention ? Quand nous respirons, notre souffle nous apporte aussi bien de l'oxygène que de l'Energie prânique, mais en général l'Energie prânique ressort avec l'expiration, tout à fait intacte, c'est-à-dire sans que nous ayons pu vraiment la capter et l'intégrer. La Rétention doit permettre de laisser le temps au Cerveau solaire de capter l'Energie prânique… ceci suppose que pendant la Rétention, le Pratiquant doit exercer en même temps la Forception (au mieux), sinon la Concentration (par défaut). La Rétention est évaluée en fonction de deux paramètres. Le premier paramètre est la quantité de souffle retenue (ce qui signifie en même temps la quantité d'Energie prânique retenue). Le second paramètre est la durée, ce qui signifie la quantité de temps laissée au Cerveau solaire pour capter correctement l'Energie prânique. Aucun de ces deux paramètres ne doit être négligé dans la Pratique solaire, et le Pratiquant doit veiller à ce que sa Rétention se fasse avec un maximum de souffle et un maximum de temps, sans pour autant dépasser ses limites physiologiques…

La Poussée est d'une extrême importance dans le processus de captation et d'intégration de l'Energie prânique par le Cerveau solaire. De quoi s'agit-il ? Le Cerveau solaire (qui consiste dans les poumons eux-mêmes et leur constellation de micro-centres énergétiques ; et dans le thymus et sa constellation de micro-centres énergétiques) est enchâssé dans un système musculaire particulier (les muscles de la cage thoracique, et les muscles immédiatement connexes). Dans la Poussée, le Pratiquant fait l'effort, à la fois avec son Cerveau solaire et avec le système thoracique (les muscles…), de compresser le souffle en Rétention. Cet effort musculaire a l'effet principal de condenser mécaniquement l'Energie prânique, et c'est sous cette forme que cette Energie est le mieux captée et intégrée par le Cerveau solaire. La Poussée est un double effort, à la fois énergétique (Cerveau solaire), et physique (système thoracique). Il va sans dire que la Poussée doit s'exercer en même temps que la Forception (qui devrait être permanente tout le long de la pratique de la Technique), ou en même temps que la Concentration (par défaut)…

Rétention et Poussée vont donc de paire. La Poussée est évaluée en fonction de deux paramètres. Le premier paramètre est l'intensité (c'est-à-dire la force de la Poussée). Le second paramètre est la durée (c'est un paramètre que la Poussée a en commun avec la Rétention). Ici encore, le Pratiquant ne doit négliger aucun de ces deux paramètres. La Poussée peut être aidée par un effort à peu près global de tout le buste (y compris la région du cou, les muscles abdominaux, et les bras). Lors de la Poussée, il faut bien s'assurer que la charge de Rétention est bien localisée dans la poitrine, ni trop bas (vers le sternum), ni trop haut (à la base du cou). En d'autres termes, la localisation de la charge de Rétention doit être le plus identique possible avec la localisation du Champ solaire. Nous avons déjà souligné que le Cerveau solaire capte le Prâna et l'infuse automatiquement dans le Champ solaire : il n'y a pas besoin de faire quelque chose de spécial pour affecter cette activité. Par contre tout ce que nous venons d'expliquer (Rétention et Poussée) est pertinent pour aider le Cerveau solaire à capter du Prâna (c'est-à-dire à saisir le Prâna) en aussi grande quantité que possible, et à l'attirer davantage.

La forme mécanique de la Rétention et de la Poussée est simple. Le Pratiquant doit cependant apprendre à exercer la Forception d'une manière permanente, aussi bien dans les phases libres de Respiration profonde ou de Respiration solaire, que dans les phases de Rétention et de Poussée. Normalement cela ne devrait poser aucun problème insurmontable, mais le Pratiquant doit quand même fournir un effort d'apprentissage particulier pour apprendre à exercer la Forception dans toutes les phases de la Technique. Peut-être peut-il d'abord apprendre à exercer la Concentration solaire en toute circonstance, puis transformer sa Concentration en Forception…

La Technique principale et la Forception technique (qui sont les deux articulations principales de la Technique solaire, et nous ne comptons pas vraiment la Technique d'Alignement) sont organisées autour du fait de savoir placer la charge de Rétention (ou charge prânique) dans le lieu exact du Champ solaire. D'une manière générale, on peut placer la charge prânique en deux endroits : dans la poitrine (relatif au Cœur), et dans l'abdomen (relatif au Hara). Le développement énergétique dans l'axe de l'activation du Hara exige donc de placer la charge prânique dans l'abdomen, mais en plus il existe des types spécifiques de Concentration harale et de Forception harale qu'il n'est pas dans notre propos d'expliciter. Précisons que nous devrions dire « Forception solaire » à chaque fois, mais vous êtes avertis que pour nous, « Forception » tout court signifie bien Forception solaire...

Quand on effectue une Rétention, cela doit se faire dans le cadre de la Respiration profonde. La Poussée s'effectue en même temps que la Rétention, ou plutôt la Poussée est une Rétention « musclée » pour ainsi dire. La pratique simultanée de la Rétention, de la Poussée et de la Forception, dans le cadre de la Respiration profonde, est ce que nous appelons Intermède. L'Intermède est évalué par quatre paramètres importants : d'abord la quantité de charge prânique (Rétention) ; ensuite l'intensité de la compression (Poussée) ; puis la durée de la compression (Rétention et Poussée) ; et enfin l'intensité propre de la Forception exercée en même temps que la Rétention/Poussée. L'Intermède est toujours précédé de la plus profonde inspiration possible, et il est toujours suivi par la plus complète expiration possible. Comme c'est le cas avec les Respirations (profonde et solaire), la Rétention et la Poussée sont caractérisées par des seuils. Le schéma est le même : au-delà d'une certaine durée, il ne sert plus à rien de prolonger la Rétention, et au-delà d'une certaine intensité, il ne sert plus à rien d'augmenter la force de la Poussée. C'est à chacun de trouver ses seuils personnels : à quelle durée de Rétention constatez-vous qu'il faut vous arrêter, et à quelle intensité de la Poussée constatez-vous qu'il faut vous arrêter ? Lorsque nous parlons de ne pas dépasser les limites physiologiques, c'est non seulement pour indiquer l'existence des seuils, mais aussi pour éviter de léser l'organisme physique… Certes, l'organisme physique est nécessairement soumis à une certaine « tension » dans la Pratique solaire, mais cette tension ne doit pas être intensifiée au point de créer des problèmes graves de santé. Le point de vue matérialiste trouverait certainement que la Pratique solaire est une technique néfaste pour la santé (à cause de la tension), mais rappelez-vous que c'est votre Soleil intérieur qui est important, l'organisme physique n'est vraiment utile que lorsqu'il sert votre Pratique énergétique… La raison d'être du corps physique, (et c'est pour cela qu'il a été créé à l'origine), est de servir de support de Travail énergétique (solaire ou haral), et c'est dans ce dessein qu'il convient de le ménager à certains moments, et de le mettre à contribution à d'autres.

Une pratique légèrement déviée de l'Intermède peut provoquer, à chaque Intermède ou à certains Intermèdes, une montée abrupte d'Energie dans la tête (en plus de l'augmentation normale de la tension), et ce genre de décharge peut momentanément submerger ou saturer les circuits cérébraux et provoquer une déconnexion provisoire (qui peut durer quelques secondes) de la conscience psychique. Une telle déconnexion est vécue comme une perte de conscience et d'équilibre. Ce n'est pas dangereux, mais lorsque cela se produit, il vaut mieux être allongé. La saturation régulière des circuits cérébraux peut avoir comme effet, à long terme, d'amincir les membranes psychiques et donc de rendre sensitif. Ponctuellement, l'état d'esprit ou l'état mental qui suit immédiatement la saturation et la déconnexion, peut présenter un certain intérêt, puisque dans cet état la conscience psychique s'avère plus « neuve », plus sereine, plus détachée, plus légère… Pendant quelques secondes, on peut se sentir comme suspendu dans l'Espace, et c'est réellement notre condition « subtile », nous sommes suspendus dans l'Espace… Mais dans la Pratique solaire, il faut éviter ces fuites dans la tête, et c'est à chaque Pratiquant solaire de trouver comment éviter ce genre de chose, en apprenant notamment à doser convenablement les paramètres de son Intermède : localisation de la charge d'Energie prânique, dosage de la durée de la Rétention, dosage de l'intensité de la Poussée, et surtout effort accru de Forception.

à méditer "Le Siddha Patanjali dit encore: 'La Dévotion à la Divinité omniprésente conduit l'Aspirant au Samâdhi (Extase) et porte ce Samâdhi à sa perfection'. La Dévotion est la Joie (ou l'Amour) autogénérée et dirigée vers l'Omniprésence. La Technique accélère et amplifie la Dévotion, mais la Dévotion à elle seule est le moteur qui fait avancer l'Esprit pas à pas vers sa Réalisation."

La Concentration et la Forception

La Concentration solaire est un acte énergétique qui peut être exécuté comme un acte physique intérieur : c'est exactement l'acte de « bander » le Cerveau solaire. Supposez que vos poumons et votre thymus sont des muscles qui peuvent être bandés exactement comme les muscles de vos bras (les biceps). Eh bien, bander effectivement vos poumons et votre thymus, c'est cela la Concentration solaire... La Concentration solaire est cependant plus que le simple bandage des poumons et du thymus, c'est surtout l'énergisement des micro-centres énergétiques dans les poumons et dans le thymus, le terme « énergisement » désignant l'équivalent énergétique du processus physique de bandage... L'énergisement des micro-centres est ce qui donne à l'effort de Concentration solaire ce côté « intérieur » (au-delà du simple aspect physique) d'une extrême importance... L'acte de Concentration solaire dynamise le Cerveau solaire et intensifie tout le processus d'attraction, de captation et d'induction du Prâna, donc tout le processus de cultivation de l'Energie interne...

En elle-même, la Concentration solaire intensifie le processus de cultivation, mais il est possible de la rendre plus puissante en la qualifiant. La Sensorisation est l'acte de sentir activement quelque chose. Si nous disons par exemple que vous devez sensoriser que vous inspirez de l'Energie-Lumière, cela veut dire que vous devez sentir activement que c'est le cas : vous devez créer volontairement la sensation concrète, extérieure ou intérieure, locale ou générale, physique ou énergétique... La Sensorisation est plus en rapport avec une sorte de toucher créateur intime qu'avec un exercice de visualisation... Qualifier la Concentration solaire selon la Joie, c'est sensoriser la Joie énergétique comme qualité concrète de cette Concentration solaire... Concrètement, on doit faire ceci : pendant que le Cerveau solaire est énergisé, on donne à cet énergisement la qualité intrinsèque de la Joie, de sorte que ce que l'on fait ne soit plus une simple Concentration solaire, mais un processus dynamique de création intérieure de la Joie énergétique.

La Forception est simplement la Concentration solaire qualifiée comme Joie énergétique : en d'autres termes c'est l'acte intérieur de création de la Joie énergétique dans un effort d'énergisement du Cerveau solaire. Plus exactement la Forception implique la création intérieure de la Joie énergétique (du point de vue strictement énergétique), mais elle implique aussi la création intérieure du Plaisir pur (du point de vue physique/énergétique). La Forception est évaluée selon deux paramètres : d'une part l'intensité concrète de l'énergisement, et d'autre part l'intensité concrète de la qualification. Le premier paramètre peut se comprendre comme l'intensité propre de la Concentration solaire, tandis que le second paramètre peut se comprendre comme l'intensité propre de la Joie énergétique et du Plaisir pur que l'on crée intérieurement. La Forception est le cœur de la Technique solaire... Nous parlons de Forception technique lorsqu'il s'agit de la Technique spécifique conçue principalement autour de la Forception, et nous parlons de Forception libre lorsqu'il s'agit de la pratique libre de la Forception en-dehors de n'importe quelle Technique. Donc la Forception technique est une Technique, la Forception libre est l'exercice de la Forception en-dehors des Techniques formelles...

Nous avons associé à dessein la Forception et la Joie énergétique, mais l'Amour peut aussi être conçu comme qualité intrinsèque de la Forception (voire : le Pratiquant solaire peut alterner la Joie et l'Amour comme qualification magnétique)... La Prière pure est de la Forception selon la qualité de l'Amour, tandis que la Forception selon la qualité de la Joie est la caractéristique de la Technique solaire, car nous savons que la Joie est plus fondamentale et plus puissante que l'Amour (en terme d'aptitude à intensifier les capacités d'attraction, de captation et d'induction du Cerveau solaire). De plus, l'Amour réel (et non l'amour réaction) est en réalité l'acte de rayonner activement la Lumière de la Joie en direction de quelque objet. En ce sens, l'Amour réel se ramène à la Joie elle-même...

Comme la Forception peut paraître difficile, nous proposons de lui donner une certaine forme caractéristique. Quand le Pratiquant solaire forcevoit (c'est-à-dire quand il exerce la Forception), il doit sensoriser concrètement son Soleil intérieur (qui occupe tout l'espace du Champ solaire et du Cerveau solaire, ce qui simplifie beaucoup les choses) comme une sphère énergétique rayonnante, et il doit sensoriser que la Lumière de ce Soleil intérieur se répand dans toutes les directions (comme c'est le cas de la lumière du Soleil physique), dans le Cosmos infini... Le

Soleil intérieur doit être compris comme la présence substantielle de la Joie énergétique, et la Lumière qui est rayonnée doit être conçue comme la Lumière de la Joie... Le Pratiquant solaire doit faire l'effort intérieur d'intensifier le rayonnement du Soleil intérieur, donc faire l'effort intérieur d'émettre la Lumière avec la plus grande intensité et la plus grande vélocité... Sa Lumière doit avoir une vitesse nettement plus grande que la vitesse de la lumière physique, une vitesse aussi grande que possible. Sa Lumière doit être d'une blancheur absolue (synthèse totale de toutes les nuances lumineuses possibles), et d'une condensation la plus élevée possible (nous entendons ici par condensation la quantité de Lumière par unité de volume)... Sa Lumière doit rayonner dans toutes les directions, et non dans une direction privilégiée, même si par facilité naturelle le Pratiquant en sensorisera le rayonnement plus spontanément vers l'avant... Pour intensifier au mieux l'ensemble de tout ce processus, le Pratiquant peut dire et répéter intérieurement, inlassablement, le mot « Joie », non pas avec son cerveau crânien, mais avec son Cerveau solaire, en ressentant intérieurement le sens de ce mot et sa vibration qualitative. C'est la diction intérieure, qui consiste à dire énergétiquement quelque chose avec son Cerveau solaire... Au processus de diction intérieure, doit être associé le processus du sourire intérieur. Le sourire intérieur est l'acte énergétique de sourire avec le Cerveau solaire, et ce sourire intérieur peut être soutenu par un sourire bien physique (comme le sourire ordinaire, des lèvres). Le fait de sensoriser le rayonnement, le fait de pratiquer en même temps la diction intérieure, le fait d'associer à cela le sourire intérieur, lui-même soutenu par un sourire physique, tout cela participe de la Forception, tout cela est conçu pour aider la Forception. Le Pratiquant peut apprendre la Forception étape par étape, en intégrant chaque aspect qui en constitue et qui en facilite la pratique : l'acte intérieur de qualifier énergétiquement la Concentration solaire par la Joie énergétique ; l'acte intérieur de rayonner dynamiquement la Lumière de la Joie ; l'acte intérieur de psalmodier énergétiquement le terme « Joie » ; et l'acte intérieur de sourire énergétiquement par le Cerveau solaire... Il faudra peut-être bien six mois d'apprentissage intime pour apprendre à pratiquer correctement la Forception... Si vous remplacez la Joie énergétique par l'Amour énergétique, alors vous avez la Prière pure, au-delà des mots et des pensées... c'est la Prière énergétique.

Du point de vue qualitatif et énergétique (à la fois), le Soleil intérieur peut être ressenti, dans le cours de la Pratique solaire, comme une sphère de chaleur, comme une sphère pesante, comme une sphère magnétique, ou comme une sphère vibratoire. Si la Technique solaire est correctement pratiquée, on sent nécessairement le Soleil intérieur sous l'une ou l'autre de ces déclinaisons, et le type peut varier d'un jour à l'autre, cela n'a pas beaucoup d'importance. La chaleur et la 'magnétique' seront les sensations les plus courantes et les plus récurrentes... mais ce qui importe c'est de bien sentir la Joie énergétique (ou l'Amour énergétique, si tel est votre choix de qualification de la Forception). C'est vraiment la Forception qui est le moteur de la cultivation de l'Energie interne, les autres aspects de la Technique solaire ont principalement pour effet d'augmenter et d'accélérer les effets de la Forception... et l'effet principal de la Forception est l'intensification du Feu solaire.

Comme vous l'aurez compris, l'Intermède et la Forception sont finalement les deux éléments essentiels de la Technique solaire (l'Intermède ayant surtout pour fonction de démultiplier les effets de la Forception). La Technique principale et la Forception technique se composent de deux parties. Une partie dite intermédiale, qui concerne la mise en forme, la pratique et l'optimisation de l'Intermède dans la Technique solaire ; et une partie dite forceptive, qui concerne la mise en forme, la pratique et l'optimisation de la Forception dans la Technique solaire. On peut parler de la phase des Intermèdes (pour la première partie), et de la phase de Forception formelle (pour la seconde partie). D'une manière générale, et selon notre conseil, la Technique principale doit se pratiquer seul, allongé sur le dos, et pendant sa pratique vous devez être couverts (quitte à avoir un peu chaud : il est important que votre organisme n'ait à dépenser aucune ressource pour combattre quelque froid, tout comme il est important que votre organisme n'ait pas beaucoup d'efforts à faire pour maintenir la posture). Mais s'il fait vraiment très chaud, ce n'est pas la peine de se couvrir. La pratique de la Technique principale est quelque chose qui relève normalement de l'intimité de votre développement intérieur, même s'il est possible ensuite de partager verbalement ses expériences avec d'autres Pratiquants... D'une manière générale également, et toujours selon notre conseil, la Technique principale doit se pratiquer au mieux deux fois par jour (par exemple le matin et le soir), sinon il faut la pratiquer impérativement au moins une fois par jour (et vous devez vous arranger pour respecter cette base minimale de la régularité dans la Pratique, sinon vous ne pourrez pas cultiver votre Feu intérieur jusqu'à l'activation du Soleil intérieur). Quand nous disons deux fois par jour, c'est la base idéale de la Pratique, mais celui qui en a le temps peut pratiquer plus de deux fois par jour, dans la limite de ses capacités physiologiques... Dans la Pratique, la Discipline est d'une extrême importance, et nous avons souligné que la Discipline est à la fois la régularité et l'intensité dans la Pratique. L'aspect intensité comprend naturellement le fait de pratiquer correctement, c'est-à-dire de suivre les instructions telles qu'elles sont données ici, et ne pas faire les choses selon votre réactivité émotionnelle ou vos déductions intellectuelles (qui n'ont généralement aucun soutien de perception énergétique). Le même aspect intensité comprend aussi le fait de pouvoir se concentrer entièrement sur ce que l'on fait, ce qui suppose que vous devez être détachés (émotionnellement et mentalement) du reste du monde pendant que vous êtes en train de pratiquer... Normalement cette capacité d'absorption dans ce que l'on fait apparaît naturellement lorsqu'on a réussi à se détacher émotionnellement des choses, d'une manière générale. De notre point de vue, le Détachement est une composante de la Discipline, et c'est l'un des fruits de la Technique d'Alignement, lorsque cette Technique est correctement pratiquée... Signalons au passage que le Pratiquant qui commence par les trois mois de mise en pratique de la Technique d'Alignement n'a pas l'obligation de suivre strictement le rythme de Pratique que nous avons recommandé pour cette Technique, il doit simplement faire de

son mieux pour pratiquer la Technique d'Alignement aussi souvent que possible... Mais lorsque le Pratiquant solaire rentre dans le cœur de la Technique solaire, c'est-à-dire dans la pratique de la Technique principale et de la Forception technique, il a l'obligation de suivre le rythme... et il doit mobiliser toutes ses forces pour pratiquer avec la Discipline nécessaire !

La Forception technique peut se pratiquer aussi bien assis en tailleur qu'allongé. Nous suggérons au Pratiquant de pratiquer la Forception technique le plus souvent possible assis (il n'y a là aucune obligation). Si le Pratiquant est seul (ou s'il est avec d'autres Pratiquants), il doit pratiquer la Forception technique telle qu'elle est. Si le Pratiquant se trouve en présence de Non-Pratiquants, il peut seulement pratiquer la Forception libre (c'est-à-dire la Forception technique, sans sa partie intermédiale), et il doit nécessairement le faire assis en tailleur dans ce cas, et jamais allongé... Donc, la pratique de la Technique principale relève de l'intimité concrète (intimité dans laquelle peuvent être introduits d'autres Pratiquants solaires), mais elle admet le partage verbal des expériences ; la pratique de la Forception technique peut être exposée au regard extérieur, à condition de la dépouiller de sa partie intermédiale, et à condition de lui imposer nécessairement la position assise... Ainsi votre Pratique sera-t-elle discrète, comme il se doit. La discrétion est une mesure de protection psycho-énergétique de la Pratique…

Si nous avons un dernier conseil à donner au Pratiquant solaire, c'est celui-ci : le Pratiquant solaire doit s'efforcer de forcevoir à chaque instant de sa vie... quoi qu'il soit en train de faire. Il s'agit en quelque sorte de pratiquer la Forception libre d'une manière permanente, mais l'aspect « diction intérieure » est nécessairement absent lorsqu'il s'agit de pratiquer cette Forception libre au sein d'une activité qui demande un niveau assez important de vigilance. Pratiquer la Forception libre d'une manière permanente c'est, en un sens, rayonner la Lumière de la Joie en permanence... Cette Lumière est réelle, il ne s'agit absolument pas d'une activité subjective, au contraire il s'agit de l'activité la plus objective que vous puissiez mener, seulement elle touche à un domaine invisible aux sens physiques... Si la Forception est correctement faite, la Lumière rayonnera bel et bien de vous, et cette Lumière est bien différente de ce qu'est l'aura... Si la Forception est correctement faite, vous avancerez jour après jour vers votre Éveil (But immédiat premier), puis vers votre Réalisation (But immédiat second)...

La Forception libre est soutenue normalement par des Intermèdes libres, c'est-à-dire des Intermèdes que vous faites de vous-mêmes en-dehors de la Technique principale et de la Forception technique. Comme le mode de Respiration doit être plutôt la Respiration profonde en-dehors de toute Technique formelle, la Forception libre et ses Intermèdes libres sont associés à la Respiration profonde, et pas vraiment à la Respiration solaire, même si cette dernière peut intervenir à certains moments. Le Non-Maître et le Semi-Maître font de la Forception énergétique, tandis que le Maître éveillé fait de la Forception verticale. La différence ? Le Maître éveillé utilise directement sa Force solaire éveillée pour opérer la Forception, ce qui confère à la Forception une dimension qui se trouve hors de portée du Non-Maître et du Semi-Maître. Nous devons également apporter une dernière précision concernant la Joie énergétique. Il existe deux sortes de Joies énergétiques. La Joie énergétique forceptive est en quelque sorte de la Joie active, elle dépend d'un effort intérieur. La Joie énergétique radiante est le rayonnement d'un Soleil activé, seuls le Maître et le Guerrier connaissent la Joie énergétique radiante, tandis que les Non-Maîtres et les Non-Guerriers doivent s'en tenir à la Joie énergétique forceptive… Pourvoir générer en soi une Joie énergétique forceptive d'une intensité telle qu'elle dépasse la réactivité émotionnelle, c'est accéder au Bonheur relatif, qui dépend d'un effort intérieur constant… mais un effort agréable…

La nature de la Forception : apprendre à pratiquer la Forception.

La Technique solaire s'articule autour de deux notions fondamentales : Intermède et Forception. Il s'agit là de deux notions synthétiques, leur décomposition mettrait à jour différents éléments aussi importants les uns que les autres : Respiration, Rétention, Poussée, Sensorisation, Concentration, Joie, Lumière, Energie, Feu interne… mais aussi qualification, couleur magnétique, rayonnement, volition intérieure… Ces deux notions fondamentales sont deux outils dont la Technique principale et la Forception technique sont des concrétions formelles. Le Pratiquant solaire est invité à remplacer finalement la Forception technique par la Forception libre, tandis que la Technique principale doit se pratiquer formellement tant que l'Eveil solaire n'est pas atteint. Nous rappelons que la Forception libre est nécessairement soutenue par des Intermèdes libres, et le Pratiquant solaire qui dispose du temps nécessaire et des conditions sociales adéquates peut donner la forme générale suivante à sa pratique de la Forception libre : prendre quelques minutes toutes les heures ou toutes les deux heures pour faire au moins une série de 5 Intermèdes dans un effort ponctuel de Forception puissante, cet effort de Forception puissante peut se prolonger indéfiniment…

En terme de rappel, nous soulignons que la Technique principale doit se pratiquer au moins une fois par jour, mais si vous avez le temps de la pratiquer deux fois par jour, cela est beaucoup mieux. Il n'est pas nécessaire d'aller au-delà de deux fois, pour des raisons afférentes à l'intégration (attraction, conservation et condensation) de l'Energie prânique. Votre Discipline, c'est-à-dire votre aptitude à la Régularité et à l'Absorption dans la Pratique, peut être motivée aussi bien par motricité mentale que par attrait qualitatif, ou par une combinaison des deux. La motricité mentale est la traduction mentale limpide et ferme de l'Aspiration naturelle du Soi à la Transcendance, il s'agit

donc d'une détermination mentale puissante, détermination à activer le Soleil intérieur, détermination à entreprendre la Pratique quelles que soient les conditions externes (conditions psychologiques, conditions physiologiques, conditions relationnelles, conditions matérielles, conditions sociales…). La motricité mentale, lorsqu'elle est assez puissante, est capable d'assurer une Discipline efficace. Il faut nourrir cette motricité mentale, à travers deux activités principales : premièrement l'affirmation récurrente (par exemple chaque jour ou chaque dimanche) de la détermination à l'activation du Soleil intérieur et de la détermination à la mise en œuvre de la Pratique ; deuxièmement l'examen récurrent (par exemple tous les mois) de la nature du Potentiel de l'Esprit et de l'importance absolue de sa Réalisation. L'affirmation récurrente est un exercice qui doit prendre au moins une heure, c'est à vous de savoir comment vous y prendre, mais vous pouvez vous aider de la forme générale de la Technique d'Alignement ou de la Technique de Rappel. L'examen récurrent est un exercice de réflexion profonde, cet exercice doit prendre une journée entière. Le Non-Soi ne coopère pas naturellement à la Pratique, il est tellement submergé d'automatismes, de pulsions, d'inerties, de désirs, de préoccupations linéaires, de besoins et d'obligations qu'il est nécessaire d'ancrer de force la vibration de l'Aspiration dans ses tissus denses et subtils. L'attrait qualitatif est capable d'assurer également une Discipline efficace, mais d'une manière très différente de la motricité mentale. Quand le Pratiquant solaire peut atteindre facilement et à volonté un niveau de Forception supérieur aux plaisirs physiques, émotionnels et mentaux extérieurs, alors il est irrésistiblement attiré par la Pratique, parce que la Pratique deviendra concrètement et qualitativement supérieure à l'ensemble de la réactivité du Non-Soi. Quand il en est ainsi, le Pratiquant n'a aucun mal à s'immerger dans la Technique principale et dans les Forceptions libres, au contraire il attendra joyeusement, comme avec une certaine impatience, l'heure de sa séance formelle de Technique principale…

Notre préférence va en direction de l'attrait qualitatif, mais nous reconnaissons que la motricité mentale ne doit pas être négligée, surtout lorsque le Pratiquant n'a pas encore atteint le niveau supra-réactif (au-delà de la réactivité) de la Forception. Le Pratiquant qui veut atteindre le niveau supra-réactif de la Forception doit bien comprendre ce qu'est la Forception. Les explications que nous avons données ci-dessus concernant la Forception sont normalement suffisantes, mais il convient d'éclaircir un peu plus certains aspects. La Joie, en dehors de la Joie solaire qui émane du Cœur activé, est caractérisée par trois formes, chacune de ces formes est importante. La Joie énergétique est la Joie en elle-même, lorsqu'elle est générée par le Cerveau solaire dans un pur effort intérieur (énergétique et qualitatif). La Joie rétro-active est la Joie qui est provoquée en soi par l'Extérieur, en partie par un mécanisme de réactivité automatique, en partie par la volition intérieure (l'effort de réagir par la Joie à n'importe quelle interaction avec l'Extérieur). La Joie vivifiante est l'effort spécifique de rayonner la Lumière de la Joie vers l'Extérieur, de déverser la Lumière de la Joie sur l'Extérieur, d'infuser la Lumière de la Joie dans l'Extérieur…

L'Extérieur désigne tout ce qui existe dans le Cosmos, en dehors de l'Esprit que vous êtes. L'Extérieur comprend l'ensemble de la Matière-Energie dans tous les plans et toutes les dimensions, l'ensemble des Formes et des Êtres, y compris votre propre Non-Soi, c'est-à-dire l'ensemble de vos corps subtils et denses… L'Extérieur comprend aussi bien ce qui se trouve sous vos yeux et sous votre main, que ce qui se trouve à des milliards d'années-lumière, dans d'autres Univers…

La Joie rétro-active et la Joie vivifiante sont des modulations ou des nuances ondulatoires de la Joie énergétique. La Joie rétro-active est l'Amour réactif et déterminé. Joie rétro-active signifie que tout ce que vous voyez, tout ce que vous touchez, tout ce que vous entendez, tout ce que vous odorez, tout ce que vous goûtez, tout ce que vous pensez, tout ce que vous imaginez… tout cela doit susciter en vous uniquement de la Joie. En d'autres termes, votre système psycho-réactif afférant aussi bien au cerveau crânien qu'au Cerveau solaire, doit être reconfiguré pour ne réagir que par la Joie. Nous savons que ce n'est pas facile, mais cela n'est pas impossible. Vous devez pouvoir accueillir une naissance et un décès avec la même Joie, une victoire et une défaite linéaires avec la même Joie, une aide et une entrave avec la même Joie. Cela s'apprend, et cela s'apprend même rapidement quand on s'y met vraiment. Le plus grand obstacle est de vouloir justifier extérieurement la réaction : il n'y a pas besoin de trouver en quoi une défaite linéaire ou une mort physique sont ou peuvent être des événements positifs et joyeux, en vérité il n'existe aucun événement joyeux ou triste, il n'existe que des réactions innées et acquises aux événements, l'inertie neuro-psychologique et psycho-énergétique fait croire que ce sont les événements qui portent des couleurs émotionnelles et sentimentales en soi, alors qu'il n'en est rien. La Joie vivifiante est l'Amour actif et déterminé. La Joie vivifiante consiste dans le fait de rayonner volontairement la Lumière de la Joie sur l'Extérieur, sur le Cosmos, sans privilégier aucune Forme, aucun Être, aucun Système, aucune Chose en particulier… Rayonner la Lumière de la Joie, avec l'intention déterminée que cette Lumière pénètre et vivifie la moindre particule de Vie et de Matière-Energie dans le Cosmos infini. Dans la Lumière de la Joie se trouvent toutes les nuances de la Joie que sont l'Amour, la Douceur, la Paix, la Vitalité, la Compassion, le Plaisir, la Luminosité… Cet acte simultané de réagir à l'Extérieur par la Joie rétro-active et de rayonner vers l'Extérieur la Joie vivifiante, est ce que nous appelons ici Enjoiement. Qu'est-ce que enjoyer ? C'est réagir par la Joie rétro-active et agir par la Joie vivifiante, c'est submerger le Cosmos de la Lumière de notre Joie, c'est infuser la Lumière de la Joie dans tout ce que nous voyons, touchons, entendons, goûtons, odorons, pensons, imaginons, à commencer par notre propre Non-Soi subtil et dense, c'est rayonner le même Amour actif et déterminé avec une égale qualité et une égale intensité vers toute Chose, vers tout Être, sans faire de distinction, sans faire de

préférence, car le Soi n'a aucune préférence, tout ce qui existe mérite son Amour impeccable, c'est-à-dire sa Joie vivifiante impeccable. L'amour du Non-Soi (l'amour qui émane du Non-Soi) est pauvre, il fait des distinctions, se focalise sur certains Êtres et certaines Formes, se refusant à d'autres, et concédant des miettes à quelques-uns… L'Amour du Soi (l'Amour qui émane du Soi) est inconditionnel et universel, il n'est pas plus profond et plus intense envers quelques-uns, et moins profond et moins intense envers d'autres, il ne varie pas en fonction des conditions et des événements… L'Enjoiement est l'effort d'actualiser l'Amour du Soi en situation d'incarnation. Mais le terme Joie est mieux adapté, car l'Amour n'est en définitive qu'une nuance ondulatoire de la Joie, un mode qualitatif que la Joie adopte lorsqu'elle considère l'Extérieur…

Puissiez vous dire « je t'enjoie » à tout ce qui existe, au lieu de dire « je t'aime » à seulement quelques éléments de votre environnement ou de votre planète. L'amour du Non-Soi devrait disparaître pour laisser la place à l'Amour du Soi, et aimer devrait laisser la place à enjoier. La Forception peut devenir une fusion de la Concentration et de l'Enjoiement, car non seulement l'Enjoiement inclut la qualification stricte du Feu interne par la couleur magnétique appelée Joie, (donc la génération interne de la Joie énergétique), mais en plus il intensifie grandement l'intensité magnétique de la Joie énergétique elle-même. Si vous vous contentez de générer en vous de la Joie énergétique, sans tenir compte de l'Extérieur (ni réactivement ni activement), la qualité de votre Forception dépend seulement de l'intensité de votre Concentration et de votre aptitude à donner au Feu interne la couleur magnétique 'Joie'. Si vous mettez en application l'Enjoiement, votre Joie énergétique se trouve amplifiée du fait de certaines propriétés de résonance magnétique qui se créent entre le Soi et l'Extérieur lorsque le Soi décide de tenir compte de l'Extérieur comme le Lieu dans lequel il doit rayonner impeccablement sa Lumière pour lui donner plus de Vie. On peut dire (mais ce n'est qu'une manière de s'exprimer) que le Soi parvient à activer son Soleil intérieur en faisant l'effort constant de vivifier, d'illuminer, de sublimer le Cosmos infini.

L'injonction énergétique de la Technique solaire est « Concentrez-vous solairement ! », tandis que l'injonction qualitative de la même Technique est « Enjoiez l'Extérieur en permanence ! ». Nous rappelons que la Joie énergétique est le nom que nous donnons au Feu interne lorsque celui-ci est qualifié selon la couleur magnétique intrinsèque de l'Esprit et selon la couleur magnétique propre du Soleil intérieur. L'Enjoiement est une activité qui concerne la Lumière de la Joie énergétique, et toute action avec la Lumière de la Joie énergétique a un effet déterminé sur la Joie énergétique elle-même. Ce qui nous intéresse en premier lieu dans la Technique solaire est l'intensification du Feu interne, car c'est ce Feu qui est la clef de l'Eveil solaire. La Concentration simple permet d'intensifier le Feu interne, tandis que la Forception est capable de multiplier cette intensification de manière significative, de sorte que la progression énergétique est plus rapide avec la Forception qu'avec la simple Concentration. Cependant, si votre Concentration est faible, la Forception ne pourra pas agir de manière optimale : une personne qui a une Concentration moyenne mais qui ne sait pas pratiquer l'Enjoiement, avancera aussi vite (voire un peu plus vite) qu'une personne dont la Concentration est faible mais dont l'Enjoiement est de bonne qualité… Techniquement il n'est pas possible de séparer Concentration et Forception : la Forception est de la Concentration qualifiée, et pas de la simple qualification non-concentrée… L'Enjoiement est le rayonnement intense de la Lumière de la Joie vers l'Extérieur, et de fait vous n'avez pas besoin de justifier extérieurement une telle action : il n'y a pas besoin de trouver en quoi une Chose ou un Être méritent que vous leur envoyiez la Lumière de votre Joie… Enjoyez, c'est tout. Ou plutôt, en tant que Pratiquant solaire, vous savez que l'Enjoiement est la seule réaction-action qualitative par rapport à l'Extérieur, capable d'amplifier l'intensité de votre Feu interne.

Nous espérons que l'Enjoiement vous permettra d'atteindre facilement le niveau supra-réactif de la Forception. Vous-mêmes pouvez trouver des choses ici et là pour apprendre à mieux forcevoir, nous nous contentons d'indiquer certains outils spécifiques que nous estimons fondamentaux, et nous savons que tout autre outil en sera en définitive une variation. Le sourire intérieur par exemple fait partie de l'Enjoiement, aidé par un sourire bien physique. Le Pratiquant solaire travaille à la croissance (pour ainsi parler) de son Feu interne, de sa Joie énergétique. Ses instruments ? La pratique quotidienne de la Technique principale, qui est l'activité la plus importante qu'il puisse entreprendre en incarnation, même si cette activité n'est pas nécessairement très passionnante pour le Non-Soi. La pratique régulière de la Forception libre, qui vient soutenir et amplifier les effets internes de la pratique de la Technique principale. C'est grâce à la Forception, lorsque celle-ci parvient au niveau supra-réactif, que la Pratique solaire peut devenir une passion pour le Non-Soi. Dans tous les cas, plus le Soi s'exprime dans le mental (c'est-à-dire plus le mental est imprégné de la radiance qualitative du Soi), plus la Personnalité est consciente de l'importance de la Pratique, et c'est cette compréhension qui constitue le premier moteur de la Discipline, ou plutôt le moteur le plus pertinent (pas nécessairement celui qui assure la Discipline la plus efficace). Vous ne devez pas vous laisser distraire ou décourager par quelque impact de l'Extérieur (aussi bien les événements que les paroles et actions des gens), réaffirmez votre Volonté de Transcendance et votre force de Pratique, et regardez l'Extérieur avec les yeux du seul Enjoiement. Nous affirmons que la Lumière de la Joie est réelle, et si votre Forception est vraiment la fusion entre la Concentration et l'Enjoiement, alors elle aura de réels effets positifs sur l'Extérieur, mais vous n'avez pas besoin de savoir exactement quels sont ces effets, et vous n'avez pas besoin de formuler des intentions linéaires particulières pendant votre Forception : la moindre intention linéaire, comme par exemple l'intention de contribuer à la guérison de X ou à la résolution des problèmes dans la région Y, amoindrit automatiquement la qualité magnétique de la Joie énergétique, et donc diminue l'effet « amplificateur », de beaucoup. Votre Forception doit demeurer un acte non-conditionné, vous ne devez y introduire

aucune intention linéaire… L'intention linéaire oblige la Lumière à se focaliser préférentiellement en un endroit en particulier, sur une chose en particulier, et cette focalisation détruit d'emblée le schème ondulatoire et le pattern énergétique naturels de la Lumière, car la Lumière a comme comportement naturel de se répandre uniformément dans Toutes les Directions : il faut renforcer ce comportement au lieu de l'entraver…

à méditer "Pratiquer et pratiquer encore. Mais au centre de la Pratique correcte se trouve la Joie autogénérée, cette Joie donne à la Pratique un attrait fondamental qui stimule la Discipline elle-même. Quand on est arrivé au point où on pratique avec Joie, alors on est certain de parvenir au But suprême."

La Technique principale et la Forception technique.

Technique principale.

Préliminaire. S'accorder facultativement 30 Respirations profondes, en sensorisant que l'on inspire de l'Energie-Lumière, et en pratiquant simultanément la Forception. L'accent est nécessairement mis ici sur la Respiration profonde.

Phase 1. Posez une main sur le Cœur (sur la poitrine). Vous allez garder cette main ainsi durant les dix premiers Intermèdes. Inspirez profondément puis exécutez le premier Intermède. Pendant l'Intermède, mettez bien l'accent sur la Forception aussi bien que sur les autres aspects de l'Intermède. A la fin, expirez totalement. Cette expiration est naturellement une composante de l'Intermède dans sa totalité.

Phase 2. Inspirez profondément, puis expirez totalement. C'est la Respiration intermédiaire. Pendant cette Respiration intermédiaire, vous inspirez par un effort du Cerveau solaire, et vous expirez par un effort du Cerveau solaire, tout en pratiquant simultanément la Forception.

Phase 3. Exécutez le deuxième Intermède, qui est identique au premier Intermède. Puis exécutez la Respiration intermédiaire. Exécutez le troisième Intermède, puis la Respiration intermédiaire, puis le quatrième Intermède, ainsi de suite jusqu'au dixième Intermède. Pendant tous ces Intermèdes, ne relâchez pas l'intensité de votre Forception.

Phase 4. Changez à présent de main. Et faites avec la nouvelle main, tout ce que vous avez fait avec l'autre main, c'est-à-dire une série de dix Intermèdes, en commençant par faire une Respiration intermédiaire pour séparer le dixième Intermède de la première main, et le premier Intermède de la seconde main ; chaque Intermède étant séparé des autres par une Respiration intermédiaire. A aucun moment vous ne devez relâcher l'intensité de votre Forception, tout en veillant à l'intensité des autres éléments de l'Intermède.

Phase 5. Nous disons que vous avez fait un cycle de la main A (la première), et un cycle de la main B (la seconde). Faites un nouveau cycle de la main A (ce qui fera au total deux cycles de la main A), et un nouveau cycle de la main B (après le nouveau cycle de la main A, ce qui fera également deux cycles de la main B). Après tout cela, faites un cycle en posant les deux mains sur le Cœur.

Phase 6. Une fois que tous les cycles d'Intermèdes sont faits, remettez vos mains le long de votre corps, et adoptez la Respiration solaire. Vous êtes sortis de la phase intermédiale, et vous êtes dans la phase forceptive (vous pouvez vous asseoir si vous voulez). Votre Forception technique s'effectue naturellement de la manière suivante : vous avez une Respiration solaire, vous exercez la Forception durant toute la Respiration solaire, mais vous rallongez autant que vous pouvez la suspension du souffle entre l'inspiration et l'expiration afin d'y intensifier votre Forception aussi puissamment que vous pouvez. Vous devez demeurer dans cette phase 6 au minimum une demi-heure, et il n'y a pas de maximum (mais une moyenne d'une heure serait déjà très bien)

La Forception Technique.

Préliminaire. S'accorder 30 Respirations profondes, en sensorisant que l'on inspire de l'Energie-Lumière, et en pratiquant simultanément la Forception. L'accent est nécessairement mis ici sur la Respiration profonde.

Phase 1. Sans mettre aucune main sur le Cœur, vous allez prendre une profonde inspiration et exécuter un Intermède. Ici, l'accent est mis surtout sur les caractéristiques de l'Intermède que sont l'intensité et la durée de la Rétention/Poussée. Puis expirez totalement. Après cette expiration, prenez une Respiration intermédiaire. Refaites tout ceci 4 fois.

Phase 2. Adoptez la Respiration solaire et, dans cette phase, pratiquez la Forception technique sur une durée minimale de 5 minutes, et sur une durée maximale de 15 minutes. Vous devez approfondir et intensifier tous les aspects de la Forception : acte énergétique et intérieur de création de la Joie, acte énergétique et intérieur de rayonnement de la Lumière, acte énergétique et intérieur de psalmodie de la Joie, et acte énergétique et intérieur de sourire la Joie...

Phase 3. Prenez une inspiration profonde et exécutez un nouvel Intermède, identique à l'Intermède de la phase 1. Vous devez faire ici au moins cinq Intermèdes (au moins…). Puis reprendre la Respiration solaire et rentrer à nouveau en phase de Forception technique. Recommencez les phases 1, 2 et 3 autant de fois que vous voudrez.

à méditer "Dans la Discipline grandit le Feu intérieur. Hors de la Discipline, le Feu intérieur s'affaiblit et s'évapore, et on perd régulièrement ce qui semblait avoir été acquis. Il faut nourrir le Feu régulièrement, jusqu'au moment où on allumera la Source intérieure qui n'a pas besoin d'être alimentée, car elle est éternelle."

Pause générale

Rythme de la Pratique solaire.

1 : Pratique de la Technique principale : 2 fois par jour (au mieux), 1 fois par jour (par défaut).

2 : Pratique de la Forception technique : 1 fois (au moins) par jour pendant 1 heure (au moins).

3 : Pratique de la Forception libre (soutenue par des Intermèdes libres) : en permanence si possible.

Qualités nécessaires pour le Pratiquant solaire.

1 : Avoir de la Discipline.

2 : Respecter rigoureusement la Technique solaire.

3 : Savoir rester discret sur sa Pratique.

Qualités facilitant la Pratique solaire.

1 : Le Détachement pragmatique.

2 : La Joie forceptive inconditionnelle.

3 : La Volonté pragmatique.

4 : La Compassion pragmatique.

5 : Le Pragmatisme essentiel.

Nous redisons ici que le temps minimum nécessaire à l'activation du Cœur (Eveil) est de 5 années de Pratique solaire disciplinée. Certaines personnes peuvent **raccourcir** cette durée, et d'autres peuvent la **doubler**, voire la **tripler**, mais dans tous les cas chaque Pratiquant **discipliné** parviendra au But. Nous n'avons pas de conseil spécial à donner par rapport aux questions périphériques qui surgissent au cours de l'incarnation des Êtres humains et qui peuvent envahir le champ psychologique d'une personne. Votre attitude face aux problèmes comme la faim dans le monde, la guerre dans le monde, la précarité ou l'indigence matérielles dans le monde...

dans le monde ou dans votre entourage immédiat, que vous soyez ou non dans une situation de ce type... votre attitude ne peut être dictée, elle dépend uniquement de votre propre initiative. Nous nous contentons de vous montrer comment activer votre Soleil intérieur, sachant que cela est le But réel de toute incarnation. Et nous vous conseillons de consacrer au moins 50% de vos ressources bioénergétiques et temporelles à la cultivation de votre Feu intérieur : ce que vous faites du reste de vos ressources ne concerne pas la Technique solaire... Soyez entièrement pénétrés du sentiment fondamental selon lequel l'activation de votre Soleil intérieur est le But principal de votre existence, et selon lequel votre incarnation physique est la seule situation énergétique qui offre la possibilité d'atteindre ce But.

Nous précisons que dans la Pratique solaire, la Technique de Rappel est importante pour maintenir le cap. En effet, avant que le Cœur ne soit éveillé, le Non-Soi psychologique (et son champ psychomental) domine en quelque sorte l'ensemble de la Personnalité, ceci veut dire que l'expression de l'Esprit au sein de la Personnalité n'exprime pas les qualités propres de l'Esprit d'une manière pure, au contraire cette expression est polluée par le manteau du Non-Soi. Les qualités qui facilitent la Pratique solaire sont les qualités spécifiques qui permettent de rendre « transparent » le manteau du Non-Soi et ainsi de laisser filtrer les qualités intrinsèques de l'Esprit avec une plus grande pureté. Rendre transparent le manteau du Non-Soi ne signifie pas que l'Esprit a vaincu le Non-Soi, cette victoire n'a de sens énergétique que lorsque le Cœur est éveillé... Rendre transparent le manteau du Non-Soi signifie que l'on supprime les mécanismes psychologiques qui offraient une résistance de base assez importante à l'Aspiration vers la Transcendance. Cette suppression permet au Pratiquant de faire un Travail solaire plus efficace, parce qu'il pourra se défaire des nombreux Mirages psychomentaux qui barrent la route de la Transcendance. Les trois Mirages les plus importants (qui consument et stérilisent complètement l'incarnation) sont : la croyance selon laquelle nous devons chercher à satisfaire nos désirs et nos envies, ou certains de nos désirs et de nos envies ; la croyance selon laquelle œuvrer pour le 'bien' socio-matériel collectif est nécessaire, signe de grandeur spirituelle et moteur d'évolution spirituelle ; et la croyance selon laquelle tout développement intérieur significatif est nécessairement une affaire de plusieurs incarnations. Il existe de nombreux autres Mirages, mais ces trois sont les plus « dévastateurs ».

à méditer "Faire en sorte que le Non-Soi devienne transparent et qu'il laisse librement passer la clarté du Soi, voilà un accomplissement qui facilite grandement le Travail intérieur. Certes, cet accomplissement n'est pas strictement nécessaire, mais il permet d'éviter de rallonger indéfiniment un temps qui peut être raccourci de beaucoup. Cela s'appelle l'Alignement."

L'Alignement du champ mental.

L'Alignement comprend deux paramètres en relation. Le premier paramètre est le renforcement de la force psychologique (la capacité à prendre des décisions pragmatiques, la capacité à mobiliser ses ressources pour appliquer ces décisions, et la capacité à maintenir en soi la sérénité émotionnelle quelles que soient les conditions extérieures, et quel que soit l'état biophysique). La Technique d'Alignement concerne précisément le premier paramètre. Le second paramètre est l'utilisation optimale de la force psychologique dans la cultivation de l'Energie interne. Il s'agit du fait de rationaliser sa vie, ce qui signifie qu'au moins les 50% des ressources bioénergétiques et temporelles dont on dispose doivent être consacrés à la cultivation de l'Energie interne. Les ressources bioénergétiques sont les ressources physiques et mentales dont on dispose, et les ressources temporelles c'est simplement le temps de veille... Pour l'Aspirant solaire, la chose la plus importante est l'activation du Soleil intérieur, il doit donc organiser l'ensemble de sa vie autour de cette quête primordiale. Les activités de survie sont nécessaires, certes, mais leur forme peut être simplifiée de beaucoup. Il est assez absurde de consacrer plus de 50% de ses ressources bioénergétiques et temporelles aux activités de survie...

La Technique d'Alignement doit donc se pratiquer pendant trois mois (au moins) pour les Aspirants qui pensent qu'ils n'ont pas encore une vraie capacité de Discipline. Pour les autres, ce n'est pas nécessaire. La Technique d'Alignement doit naturellement se pratiquer tous les jours, ou plutôt l'Aspirant doit s'efforcer de la pratiquer tous les jours.

Technique d'Alignement.

Remarque générale. Il est nécessaire d'être allongé et confortablement couvert (il n'est pas conseillé d'être découvert, et les vêtements que l'on porte ne suffisent pas, il est conseillé d'avoir une couverture, même légère).

Phase 1. Il faut respirer profondément et totalement pendant une période d'environ 15 minutes. La respiration doit être relativement 'rapide', l'air doit emplir aussi bien les poumons que l'abdomen, peu importe l'ordre... Pendant cette phase, vous devez vous concentrer (mentalement) uniquement sur la respiration. Laissez les pensées aller et venir sans y prêter attention

Phase 2. La respiration est toujours aussi profonde et totale, mais le rythme est relativement 'lent'. Très calmement, dirigez votre attention sur votre corps, partie par partie, en suggérant clairement à chaque partie de se détendre totalement et de s'alléger. Commencez par les pieds, et remontez petit à petit : les jambes, les cuisses, le bassin, le ventre, la poitrine, les épaules ; puis les mains, les avant-bras, les bras, les épaules, le cou, la nuque, le visage et finalement le cerveau. Attardez-vous aussi longtemps que nécessaire pour détendre et alléger correctement chaque partie. Vous pouvez user des expressions mentales comme : « Mes pieds sont détendus et légers »...

Phase 3. Votre attention est calmement dirigée sur votre cerveau, sans tension, sans effort. Votre respiration est douce, profonde et calme. Vous allez, pendant environ 15 minutes, vous répéter mentalement : « Je dors profondément ». Le répéter avec une douce conviction, sans vous mettre sous tension. Vous allez cesser peu à peu d'avoir le contrôle de votre corps, il va devenir comme engourdi ou tout léger, votre capacité de mouvement sera peut-être suspendue pour un moment...

Phase 4. Dans cet état de détente avancée, vous allez répéter durant 15 minutes les trois vérités fondamentales de votre nature intrinsèque, toujours avec une douce conviction mais en maintenant votre attention totalement centrée dans le Cœur. Vous allez répéter les trois vérités dans l'ordre, et recommencer autant de fois que nécessaire.

« Je suis le Détachement ».
« Je suis la Joie ».
« Je suis la Volonté ».

Phase 5. Vous pouvez rester allongés aussi longtemps que vous le voudrez au-delà des 15 minutes qui sont ici recommandées. A chaque étape de la Technique, il faut bien s'imprégner de la signification de chaque chose : lorsque vous vous détendez, prenez bien conscience de ce que vous êtes en train de faire ; lorsque vous vous suggestionnez pour vous endormir (et vous ne dormirez pas vraiment, vous entrerez dans une sorte de transe générale), soyez bien conscients de ce que vous êtes en train de faire...

Tout Pratiquant solaire est tenu de pratiquer la Technique de Rappel, qui consiste à se répéter les vérités essentielles ci-dessus chaque fois que sa réactivité, ses désirs, ses pulsions, ses envies et ses penchants se manifestent. La répétition doit se faire par la « diction intérieure » et soutenue par des Intermèdes libres (c'est-à-dire des Intermèdes effectuées en-dehors de la Technique principale et de la Forception technique).

à méditer "Savoir tenir le Non-Soi en respect, voilà ce que permet de faire la Technique de rappel. Ainsi le Soi est libre de se concentrer sur l'Essentiel. Mais le Pratiquant saura que la réaction de Joie est la seule manifestation du Non-Soi qui puisse être intégrée sans inconvénient, voire avec un vif intérêt. Prendre plaisir et joie en tout, même dans les choses les plus anodines, voilà la vie d'un Pratiquant."

La Technique de Rappel.

Nous pensons qu'il est utile de donner quelques explications de base à propos des principes facilitateurs (c'est-à-dire des qualités qui facilitent la Pratique solaire). Mais d'abord, une précision sur la manière d'utiliser la Technique de Rappel. Les réactions (émotionnelles et mentales), les désirs, les pulsions, les envies et les penchants se manifestent toujours chez le Non-Maître, *que ce dernier soit ou non à un niveau psychique important.* Même un Guerrier connaît ces manifestations néfastes du Non-Soi. Le Pratiquant solaire n'a pas besoin de réagir au monde extérieur, aux conditions extérieures et aux événements extérieurs (et dans l'extérieur nous incluons aussi bien les affaires qui *concernent* plus ou moins directement la personne, que l'état biologique et cérébral de la personne). Le Pratiquant solaire n'a pas besoin de chercher à satisfaire ses désirs et ses envies... En bref, le Pratiquant solaire n'a pas besoin de se laisser « distraire » par son Non-Soi. Le Soi est concentré sur le But fondamental, et le Non-Soi se disperse et se concentre dans et sur des millions d'autres choses. Dès que le Pratiquant se rend compte d'une manifestation caractéristique du Non-Soi (réaction, désir, pulsion, envie ou penchant), il doit effectuer un

Rappel. C'est en cela que consiste la Technique de Rappel. Dans la Technique de Rappel, la diction intérieure (soutenue par des Intermèdes libres) est absolument nécessaire, et il faut répéter la vérité de Rappel autant de fois que nécessaire jusqu'à ce que l'impulsion du Non-Soi soit détruite, et jusqu'à ce que la prééminence de la Pratique *permanente* soit rétablie. La Technique de Rappel comporte cinq assertions principales : « Je suis le Détachement » ; « Je suis la Joie » ; « Je suis la Volonté » ; « Je suis la Vie » ; et « Je suis la Pratique ». Ces cinq assertions sont l'expression même des principes facilitateurs. Nous n'allons en évoquer que trois. Les deux que nous omettons d'évoquer (« Je suis la Volonté » et « Je suis la Pratique ») concernent la prise de la décision très spécifique de pratiquer la Technique principale ou la Forception technique aux moments choisis, ce sont donc des assertions de motivation directe, qui n'ont de sens que lorsque la Discipline tend à s'affaiblir...

" Je suis le Détachement "

Le Détachement est le principe facilitateur le plus important, car c'est le principe qui permet de réduire et finalement d'éliminer les pertes inutiles bioénergétiques, or la bioénergie est extrêmement importante pour la Pratique solaire. Le Détachement comporte trois aspects caractéristiques, et le Pratiquant solaire qui désire comprendre réellement le Détachement devrait méditer profondément sur ces aspects.

- Premièrement, le Détachement signifie que l'on a compris que les choses linéaires n'avaient aucune importance. Quand nous parlons des choses linéaires, nous entendons toute sorte de choses : les affaires affectives, les affaires privées, les affaires familiales, les affaires professionnelles, les affaires relationnelles en tout genre, les affaires sociales, les affaires politiques, les affaires intellectuelles, les affaires artistiques, les affaires religieuses, les affaires philosophiques, les situations, les contextes, les événements, les conditions, les loisirs, les plaisirs, les objets, les personnes... Comprendre que les choses linéaires n'ont aucune importance est certainement une très grande conquête psychologique, et dans les choses linéaires il y a votre compagne ou votre compagnon. Il n'y a personne de réellement important qui puisse justifier une réaction émotionnelle, positive ou négative, de votre part... Le Détachement élimine la dimension émotionnelle et sentimentale d'une relation de couple, pour n'y laisser qu'une dimension pragmatique : l'autre est un partenaire le plus compatible possible, il constitue une aide pragmatique, et le couple en lui-même est le cadre optimal pour donner à d'autres Esprits la possibilité de s'incarner (ce qui veut dire que la copulation ne devrait servir qu'à la procréation). Le Détachement est difficile à conquérir, mais la Technique d'Alignement et la Technique de Rappel sont conçues pour permettre une intégration puissante des principes facilitateurs.
- Deuxièmement, le Détachement signifie que l'on a compris l'importance absolue du Travail solaire, c'est-à-dire du Travail énergétique nécessaire à l'activation du Soleil intérieur. La compréhension de l'importance absolue du Travail solaire découle de la compréhension du But, (qui est la Transcendance), de la compréhension du Soleil intérieur comme Source véritable de cette Transcendance, et de la compréhension du Travail énergétique comme seule possibilité d'activer la Source de la Transcendance... Face au Travail solaire, il n'existe aucune activité de réelle importance. Le Pratiquant solaire doit être pénétré du sentiment de l'importance absolue de la Pratique solaire, et ce sentiment renforcera prodigieusement sa capacité de Discipline. Ce second aspect du Détachement rend plus aisé l'intégration du premier aspect. Se détacher du monde extérieur n'a pas beaucoup de sens si l'on ne se consacre pas principalement au Travail énergétique intérieur.
- Troisièmement, le Détachement signifie que l'on a pris la juste mesure de ce que sont les besoins du corps physique, et que l'on consacre (Si l'on veut une assertion de Rappel lorsqu'il s'agit de subvenir à ses besoins, on peut dire : « Je suis la Nécessité ») la juste proportion bioénergétique pour satisfaire à ces besoins. Donc le Détachement ne signifie pas que l'on laisse dépérir le corps physique... Quels sont les besoins du corps physique ? Le besoin d'être alimenté, le besoin d'être reposé, le besoin d'être protégé des conditions extérieures néfastes, le besoin d'être maintenu en bonne santé relative (et la nécessité de rétablir cette santé lorsqu'elle a été perdue). Ces besoins découlent des caractéristiques biogénétiques du corps physique, et ils sont naturellement transcendés lorsque le Cœur est éveillé. Déjà, lorsque le Cœur est ouvert, le besoin de s'alimenter peut être dépassé, car le Saint peut vivre directement d'Energie éthérique au lieu d'aliments physiques... Vraiment, l'Être humain n'est pas destiné à boire, à manger, à suer, à pisser et à chier tout au long de son incarnation, il peut dépasser ces aspects en ouvrant énergétiquement son Cœur. Mais avant d'atteindre l'état de Saint énergétique, le Pratiquant solaire doit exercer une activité déterminée pour subvenir aux besoins de son corps physique, peu importent les caractéristiques de cette activité, du moment qu'elle n'absorbe pas plus de 50% des ressources bioénergétiques dont le Pratiquant dispose... L'Ermite qui reçoit gratuitement de la nourriture de la part d'autres personnes, qui boit gratuitement l'eau d'une rivière et qui s'abrite gratuitement dans une grotte, n'est pas, comme le disent les matérialistes émotionnellement blessés par une telle situation, improductif : sa Pratique inclut nécessairement le fait d'émettre des ondes énergétiques positives en direction de l'ensemble de l'Humanité, et sa Discipline assure que ces ondes sont plus puissantes que ce que peut émettre une personne ordinaire. Ces émissions énergétiques positives sont la contribution de l'Ermite, et elles ont une valeur concrète assez importante pour justifier largement le soutien matériel des Non-Pratiquants. De plus, si l'Ermite parvient à la grande Illumination et devient ainsi un Maître, ce qu'il sera en mesure d'apporter à l'Humanité comme aide sera infiniment plus important, plus précieux et plus secourable que des tonnes de nourriture, des myriades de services linéaires (comme par exemple les soins médicaux, les aides psychologiques, la main d'œuvre, ou les inventions technologiques), ou des milliards de dollars...

Donc, lorsque le Pratiquant dit « Je suis le Détachement » en Technique de Rappel, il doit bien avoir compris de quoi il parle. « Je suis le Détachement » signifie que 'je ne perds pas mon temps aux choses linéaires, je me concentre sur l'Essentiel et je fais attention aux besoins de mon corps physique'. Le Pratiquant solaire cherche seulement à satisfaire aux besoins de son corps physique, il ne recherche pas la réussite sociale ou le prestige social, tout comme au niveau des activités sociales il n'a pas de préférence : à partir du moment où une activité n'absorbe pas trop de ressources et à partir du moment où cette activité permet de répondre aux besoins du corps, alors elle est convenable aux yeux du Pratiquant solaire... Il ne faut pas que le Pratiquant solaire oublie qu'en 5 ans de Pratique solaire disciplinée, il aura transcendé toutes ces choses et vivra dans la Liberté énergétique et le Bonheur absolu... La Liberté énergétique et le Bonheur absolu doivent constituer des idées motrices capables de stimuler la Pratique d'une manière très profonde.

" Je suis la Joie "

La Joie solaire est la Joie énergétique absolue, toute-puissante, transcendante, éternelle et inconditionnelle qui découle très naturellement de l'Eveil du Cœur. Cette Joie solaire est la substance même du Bonheur absolu. Evidemment, le Pratiquant solaire connaîtra cette Joie solaire, donc connaîtra le vrai Bonheur absolu, seulement lorsque son Cœur sera concrètement éveillé, pas avant. Quoi que, le Saint connaît une Joie sainte puissante, mais cette Joie sainte n'est pas encore assez puissante pour annihiler complètement la réactivité émotionnelle (positive et négative) du Non-Soi. Quand le Pratiquant solaire dit « Je suis la Joie », il n'entend pas vraiment la Joie solaire, mais la Joie forceptive... La joie réactive est la joie émotionnelle, et cette joie n'a pas un grand intérêt, car elle signifie que la personne est encore soumise à sa réactivité, et autant cette réactivité comporte des manifestations agréables ou positives, autant elle comporte également des manifestations désagréables ou négatives. On peut appeler cela la dualité si on veut... La réactivité est la capacité générale du Non-Soi à produire des émotions et des sentiments en réponse à l'interaction avec le monde extérieur : en soi la réactivité est la racine de l'état de Non-Bonheur dans lequel vit le Non-Maître, ce Non-Bonheur est caractérisé par la succession, parfois la superposition, de diverses émotions et de divers sentiments, allant des plus sombres aux plus agréables... Tant que l'on dépend de la réactivité, on ne peut pas connaître le Bonheur, même le simple Bonheur relatif, celui auquel on peut accéder sans pour autant être un Maître. Le Bonheur relatif se distingue du Bonheur absolu d'abord par la différence d'intensité, ensuite par le fait qu'il (le Bonheur relatif) doit être maintenu par un effort intérieur constant, alors que le Bonheur absolu est sans effort...

Le secret du Bonheur relatif est le suivant : « L'Être humain est capable de créer volontairement et intérieurement une Joie vivante plus puissante que la réactivité, et qui peut le maintenir dans un état intérieur de Bien-Être véritable ». Cette Joie, du fait qu'elle est intérieurement créée par un acte énergétique, est précisément la Joie forceptive, celle-là même qui caractérise la Forception... « Je suis la Joie » signifie que le Pratiquant se remet dans la Forception pure et stoppe net une réaction émotionnelle ou mentale qui allait se manifester... Autant le Rappel « Je suis le Détachement » est particulièrement indiqué lorsque naissent des désirs ou des envies, autant le Rappel « Je suis la Joie » est particulièrement indiqué lorsque naissent des réactions émotionnelles ou mentales... Chaque Rappel signifie que l'on se recentre sur l'Essentiel qui allait être oublié à cause d'une manifestation quelconque du Non-Soi...

" Je suis la Vie "

Voici sans doute le plus beau des Rappels... et celui sur lequel il n'est pas nécessaire de donner des explications, tellement il est évident. Nous allons quand même donner quelques précisions. « Je suis la Vie » suppose deux choses, et nous invitons le Pratiquant à méditer profondément sur ces deux choses.

- Premièrement, comprendre que nous sommes la Vie signifie que nous comprenons que nous sommes un Esprit immortel, totalement sain, éternellement vivant et invulnérable, momentanément incarné dans un corps physique transitoire... Quand on comprend cela, on accède plus aisément au Détachement devant la souffrance, la maladie, la dégénérescence et la mort, les nôtres ou celles des autres... Cesser de croire que nous sommes un corps physique et un cerveau est sans doute une puissante réalisation qualitative (nous ne disons pas énergétique)...
- Deuxièmement, comprendre que nous sommes la Vie signifie que nous comprenons que nous devons toujours agir pour préserver, maintenir et renforcer la Vie en nous et autour de nous. C'est l'Essence de la véritable non-violence. Œuvrer dans le sens de la Vie c'est aussi œuvrer pour aider les autres à satisfaire décemment aux besoins de leurs propres corps physiques, une telle aide doit se déployer dans le Détachement, sans attente d'aucune sorte, sans en tirer aucun plaisir réactif et sans en subir aucune déception réactive par rapport aux résultats... Faire dépendre son Bonheur du Bonheur des autres demeure une manière d'être toujours malheureux... Œuvrer dans le sens de la Vie peut prendre plusieurs formes. Le Pratiquant solaire sait qu'il ne doit pas consacrer plus de 50% de ses ressources à autre chose qu'à la Pratique solaire... Une personne qui dépense par exemple 70% de ses ressources pour « aider » les autres ne fait rien d'autre que perdre son incarnation en direction du Non-Essentiel, et de plus sa manière d'aider sera certainement viciée, c'est-à-dire que son aide va induire ceux qu'il aide à croire, comme lui-même, que le Non-Essentiel est ce qu'il convient de nourrir avant tout...

Il suffirait que tout le monde consacre au moins 5% de ses ressources pour aider sincèrement, et le monde irait nettement mieux. Au lieu de perdre votre incarnation dans le Non-Essentiel, consacrez-vous à l'Essentiel, dépensez la proportion de bioénergie raisonnable pour aider, et émettez l'onde de pensée nécessaire pour stimuler les autres à œuvrer raisonnablement dans le sens de la Vie. Il n'y a pas d'attitude plus 'vraie'. Rappelez-vous que tant qu'une personne n'est pas un Maître, elle connaîtra toujours des problèmes, que ces problèmes relèvent de ses propres actes ou des actes des autres... Atteindre l'état de Maître, telle est l'Unique Solution au Non-Bonheur et à la Non-Liberté de l'Être humain...

Le Rappel « Je suis la Vie » s'applique plus factuellement lorsque le corps tombe malade. Pratiquer ce Rappel aide naturellement à rétablir la santé le plus vite et le plus vigoureusement possible. C'est en quelque sorte le premier des remèdes et la première des thérapies... Certes, nous ne disons pas que ce Rappel peut vous guérir de n'importe quelle maladie, nous disons seulement qu'il stimule les défenses immunitaires et amplifie l'efficacité de n'importe quel médicament, de n'importe quel remède, de n'importe quel traitement... Soulignons que le Rappel « Je suis la Joie » a également une puissance thérapeutique intéressante...

Remarque générale.

Tous ces Rappels sont des « instruments » d'appoint, ils sont conçus pour encadrer et faciliter la Pratique elle-même. Plus ils sont utilisés, plus puissants sont leurs effets. Il convient de ne pas oublier que la Technique de Rappel se caractérise par la diction intérieure, et le soutien de cette diction par des Intermèdes libres... Le Pratiquant solaire peut faire preuve d'imagination et appliquer les Rappels dans des situations variées, aussi bien pour juguler son Non-Soi que pour s'entraîner plus librement à le rendre « transparent »... Chacun a des habitudes, des penchants et des envies qui sont de vrais gouffres, causes de pertes bioénergétiques importantes (en terme de dépenses physiques, émotionnelles, ou mentales)... et la Technique de Rappel est une méthode qui permet de colmater ces brèches. Il est particulièrement utile de savoir que vous pouvez connaître le Bonheur [relatif] dès maintenant, bien avant de connaître le Bonheur absolu lui-même, fruit de l'Eveil... Notons aussi que chaque vérité de Rappel peut être légèrement « augmentée » selon les circonstances, par exemple le Pratiquant solaire peut dire : « Je suis le Détachement, je n'ai aucun désir »...

Nous voulons terminer en disant quelques mots à l'attention des chercheurs spirituels en général. Le chercheur spirituel doit faire un effort déterminé pour comprendre que c'est la Transcendance qu'il faut rechercher, et non quelque but inférieur... En restant dans le flou (et de nombreux chercheurs sont habitués à cette étrange situation), un chercheur spirituel peut quand même parvenir à comprendre que la Transcendance est l'expression naturelle de l'activation d'une « Etincelle divine intérieure », sans nécessairement que la nature de cette Etincelle soit comprise... C'est seulement lorsque cette compréhension est acquise que le chercheur se transforme en Aspirant, et il va aspirer à activer son Etincelle divine intérieure... Se pose alors la question du « Comment faire ? »...

Les buts inférieurs ou périphériques sont extrêmement nombreux. Quelques exemples ? Rechercher le développement des qualités morales (dites spirituelles pour la circonstance) ; rechercher la maîtrise des émotions et des pensées ; rechercher la santé physique et mentale ou le bien-être d'une manière générale ; rechercher la longévité physique ou l'immortalité ; rechercher la maîtrise de la sortie astrale ; rechercher l'ouverture des sens subtils ou le développement des capacités sensitives et médiumniques ; rechercher le silence intérieur ; rechercher l'extase béatifique ; rechercher le développement des capacités psychiques comme la télépathie ou la vision énergétique ; rechercher l'épuration psychologique.... Le chercheur spirituel doit faire l'effort de clarifier sa recherche et se concentrer sur la Transcendance... Comment peut-il parvenir à faire cela ? Eh bien, par la réflexion, à travers son dialogue intérieur, ses lectures spiritualistes, ses conversations spiritualistes, les conférences spiritualistes auxquelles il peut assister, les discours spiritualistes qu'il peut écouter, les diverses activités spiritualistes auxquelles il peut accéder... A travers cette démarche, que nous pouvons appeler « démarche d'interaction spiritualiste », le chercheur spirituel doit apprendre à saisir la Transcendance comme le But suprême...

Comprendre que la Transcendance signifie de fait l'activation de l'Etincelle divine intérieure, est l'autre pas que le chercheur doit effectuer. Le « Comment ? » doit avoir comme réponse le fait de trouver une « Méthode », la plus claire possible, même si cette Méthode se présente comme « une non-méthode, une non-voie, une non-technique, un non-faire »... En cherchant à répondre à la question « Comment activer l'Etincelle divine intérieure ? », le chercheur spirituel utilise toujours les mêmes outils : dialogue intérieur, lectures, conversations, audition des conférences... et il augmente ses outils en y ajoutant l'expérimentation des Méthodes « candidates », même si certaines de ces Méthodes peuvent consister dans le fait de « croire » qu'ici et maintenant on est déjà éveillé et qu'il n'y a qu'à en prendre conscience... Il y a en effet des Méthodes bien curieuses qui ne veulent absolument pas qu'on dise d'elles qu'il s'agit de Méthodes... Le non-agir est toute une philosophie, que nous pensons essentiellement stérile, à moins qu'il ne s'agisse d'une mauvaise formulation et qu'il faille plutôt parler d'action intérieure, par opposition à l'action extérieure... Celui qui est assis et qui pratique la Forception pure n'a pas l'air d'être actif, extérieurement. Son action est toute intérieure... Celui qui se contente de « ressentir » son cœur, ou

celui qui génère des réactions dans son « *cœur* » à partir de la visualisation et de la suggestion mentales, celui-là ne pratique pas la Forception, et son activité ne nourrit pas son Energie interne, elle nourrit seulement le feed-back qui existe entre son cerveau physique, son organisme physique et ses vortex éthériques... Donc, forcevoir n'est pas ressentir, même si la Forception induit des sensations...

Peu importe comment la Méthode se présente, le chercheur spirituel doit trouver une Méthode d'activation de l'Etincelle divine intérieure. Mais une fois que la Méthode est trouvée, le chercheur cesse d'être un chercheur, il devient un Pratiquant. Tout Pratiquant doit se concentrer sur la Pratique, ce qui signifie qu'il doit abandonner les activités comme le dialogue intérieur spiritualiste, la lecture spiritualiste, les conversations spiritualistes, la fréquentation des activités spiritualistes (comme les conférences, les ateliers, les séminaires, les stages...), etc... Toutes ces activités se justifiaient lorsqu'il était question d'essayer de répondre à la question « Comment ? ». Or, du point de vue intellectuel, la Méthode trouvée est la réponse à cette question, et du point de vue factuel, la Pratique de la Méthode est la démarche à suivre pour donner à la réponse sa substantialité énergétique (afin qu'elle cesse d'être une simple réponse intellectuelle, et devienne un accomplissement énergétique). Toute la démarche d'interaction spiritualiste disparaît donc pour laisser la place à la Pratique... Extérieurement, le Pratiquant n'a pas de vie spirituelle comme on l'entend souvent (au sens d'interaction spiritualiste), on peut seulement dire qu'il a une vie de Pratique... Peut-être que la seule dimension d'interaction spiritualiste qui demeure dans la vie du Pratiquant est le fait de partager son expérience de la Pratique avec d'autres Pratiquants, mais ce partage n'a pas d'autre but que celui de se soutenir mutuellement et de vérifier, grâce à la comparaison, le degré de justesse de sa propre Pratique, et ainsi procéder aux corrections nécessaires s'il y a lieu...

Tous les centres d'intérêts spiritualistes en-dehors du « Comment activer l'Etincelle divine intérieure ? », lorsqu'on est un chercheur spirituel, sont en réalité des gouffres bioénergétiques et temporels (c'est-à-dire qu'ils font perdre du temps). Si le Pratiquant est supposé avoir éliminé ces gouffres de son champ de conscience, le chercheur spirituel doit lutter pour se concentrer vraiment sur la seule question importante, et accepter de s'écarter des autres questions... Ce n'est pas facile, mais c'est nécessaire, autrement il est impossible de réellement avancer. Accumuler des informations qui n'ont aucune utilité du point de vue de l'activation de l'Etincelle divine intérieure, cela ne rime à rien... Le chercheur spirituel ne doit pas abandonner les questions spiritualistes périphériques au profit d'un engagement plus important dans les choses linéaires (par exemple dans l'activité professionnelle, dans les problèmes sociaux ou dans les causes écologiques ou humanitaires), ce serait redevenir en réalité un simple matérialiste idéaliste (même si l'on professe toujours mentalement les idées spiritualistes). Le chercheur doit abandonner les questions spiritualistes périphériques, d'abord pour chercher concrètement une réponse au « Comment ? », réponse qui consiste en une Méthode, puis pour devenir un vrai Pratiquant... Tant que le « Comment ? » ne constitue pas la question la plus importante (pas seulement au point de vue mental, mais aussi au point de vue de la quantité d'énergie et de temps que l'on consacre pour essayer d'y répondre), on ne peut pas vraiment dire que le chercheur soit un vrai chercheur spirituel, ce serait plutôt un simple consommateur et brasseur d'idées et d'histoires spiritualistes en tout genre... Tant que la réponse au « Comment ? » ne se traduit pas factuellement par une Pratique prééminente, on ne peut pas vraiment parler de Pratiquant, mais seulement d'une sorte de dilettante spiritualiste qui pratique ceci ou cela au gré des *humeurs* du Non-Soi, et qui devrait savoir que ce n'est pas ainsi qu'on parvient à l'activation de l'Etincelle divine intérieure. Sans la Discipline dans la Pratique, on n'avance pas réellement et on n'a aucune chance d'atteindre le But... Qu'est-ce qui peut être plus important que l'activation de votre Divinité intérieure ? Rien. Comprenez-le et devenez de vrais Pratiquants.

Conclusion générale.

Notre souhait est que chaque Aspirant dispose d'une Technique complète (c'est-à-dire totalement suffisante pour les besoins du Travail solaire), et nous pensons avoir atteint ce but avec la présente Technique. Une Technique énergétique ne doit pas être un objet commercial, et chacun doit pouvoir y accéder gratuitement. La somme des informations nécessaires pour entreprendre correctement un Travail énergétique pertinent est naturellement « finie », et nous pensons que le présent livre donne cette somme suffisante, il n'y a pas besoin d'entretenir un système fallacieux de cours, d'ateliers et de stages… de tels systèmes sont généralement conçus pour pouvoir retirer autant d'argent que possible d'une chose donnée… ou pour entretenir les besoins psychologiques du Non-Soi… J'espère que personne ne songera à construire de tels systèmes autour de la Technique solaire. A partir du moment où vous avez la Technique solaire entre les mains, tout ce qu'il vous reste à faire est de la mettre en pratique, vous n'avez pas besoin d'assister à, ou de recevoir des cours réguliers, de vous rendre à des ateliers cycliques ou de vous joindre à des stages récurrents. La Pratique, rien que la Pratique. La Pratique doit être la chose la plus importante de votre incarnation. Comme il n'est pas interdit d'avoir des occupations à côté de la Pratique, vous pouvez toujours essayer de progresser dans votre compréhension de la Réalité, mais n'oubliez pas que votre Eveil ne dépend en rien de la somme de vos connaissances ni de la profondeur de votre compréhension, mais seulement de la valeur de la Technique que vous pratiquez, et de l'intensité de votre Pratique dans le cadre de cette Technique.

LES QUELQUES AJUSTEMENTS À CONNAITRE.

1er ajustement. Dans la TP (Technique principale) et la FT (Forception technique), il y a des Respirations intermédiaires qui séparent des Intermèdes appartenant à un même cycle, et des cycles consécutifs. Ces Respirations peuvent être éliminées par le Pratiquant si ses capacités physiologiques le lui permettent.

2ème ajustement. Dans la TP et la FT, les cycles des Intermèdes ont une certaine taille (c'est-à-dire un certain nombre d'Intermèdes). Le Pratiquant peut augmenter cette taille selon sa volonté, mais il ne peut pas la réduire. Il vaut mieux que le Pratiquant fasse une FT complète (modèle minimal présenté), qu'une TP incomplète.

3ème ajustement. Le Pratiquant doit approfondir chaque jour la qualité et l'intensité de sa Forception. Il doit consacrer 1 heure par jour (voire plus) à l'étude intérieure de la Forception. L'étude intérieure ne consiste pas en une activité mentale introspective, mais en une séance d'entraînement spécifique qui se passe dans le Cerveau solaire.

4ème ajustement. Lorsque le Pratiquant solaire a correctement intégré la pratique de la Forception libre, il peut se passer de la Forception technique. Mais la pratique de la Technique principale demeure obligatoire pour le Non-Maître et pour le Semi-Maître.

5ième ajustement. Nous conseillons, certes, de pratiquer la TP dans la position allongée, mais nous faisons remarquer en même temps que la pratique de la TP et de la FT peut très bien se faire dans la position assise, c'est-à-dire assis en tailleur ou en lotus. D'ailleurs, la position assise est conseillée lorsqu'il s'agit de pratiquer en groupe. Quoi qu'il en soit, vous pouvez alterner ou choisir la position qui vous convient le mieux : être allongé sur le dos ou être assis en tailleur/lotus.

LES QUELQUES REMARQUES À CONNAITRE.

1ère remarque. La Forception relève d'un effort intérieur, et non d'une « écoute » intérieure. On peut ressentir des choses fortes dans son cœur (en réalité dans la fonctionnalité réactive du Cerveau solaire), mais ces sensations ne sont pas de la Forception, et s'y complaire ne conduit absolument pas à l'Éveil du Soleil intérieur.

2ème remarque. Si l'Aspirant solaire ne saisit pas encore la différence fondamentale entre l'effort intérieur et l'acte de ressentir intérieurement (même profondément), il vaut mieux qu'il n'entreprenne pas la Pratique solaire, car la Technique solaire n'est certainement pas encore compréhensible pour lui.

3ème remarque. Le Pratiquant solaire ne doit jamais oublier que l'Éveil de son Cœur dépend seulement d'un seul facteur : sa Discipline dans la Pratique. L'Éveil ne dépend ni des idées, ni des qualités, ni des défauts, ni du comportement, mais seulement de la Discipline dans la Pratique (sous-entendu que le Pratiquant dispose d'une Technique énergétique pertinente).

4ème remarque. Le Pratiquant solaire doit savoir que les émotions positives et les sentiments positifs ne sont pas des facteurs gênants pour la Pratique solaire, et ils sont même positifs pour l'organisme physique et le champ psychologique en général. Ainsi la vie du Pratiquant solaire n'est pas nécessairement austère, dépourvue de loisir et de fantaisie.

5ième remarque. Le fait de pratiquer tous les jours à la même heure ou aux mêmes heures est très certainement une aide pour la Discipline. Nous conseillons au Pratiquant solaire d'aborder sa séance ou ses séances formelles quotidiennes de TP avec un esprit de rigueur. Le Travail énergétique que nous proposons se comprend mieux dans un esprit "pratique" que dans un esprit "psychoqualitatif", mais cette précision n'est pas nécessaire, naturellement.

"Je suis la Joie" ou "J'enjoie le Cosmos"

"Il s'agit de la même assertion, dite assertion de la Joie, sous la forme statique et sous la forme dynamique. Il faut se rappeler que toute assertion de la Technique solaire est une diction intérieure faisant partie naturellement d'un effort intense de Forception. L'assertion de la Joie peut devenir aisément l'assertion principale en Technique de Rappel. Elle peut aussi être incorporée à la pratique informelle de la Forception libre, et à la pratique formelle de la Technique principale. A partir d'un certain niveau de Pratique, la Technique de Rappel et la Forception libre peuvent fusionner."