



Cercle de Bonne Volonté

Méditation - Expérimentation et Expérience

Thèmes d'enseignements de la sagesse orientale
et pratique quotidienne, 3^{ème} partie

Les bases et le chemin de l'épanouissement spirituel

Cette présentation Powerpoint fait partie d'une série de quatre présentations établies par le Cercle de Bonne Volonté à l'occasion d'une série de soirées à thèmes et utilisées pour des conférences.

Les présentations sont fondées sur la base des leçons de la Sagesse Éternelle telles qu'elles le sont transmises par le World Teacher Trust.

A ces fins ont été utilisées avant tout les transcriptions de séminaires du Dr K. Parvathi Kumar .

www.good-will.ch



Inspiration



Dr. K. Parvathi Kumar

Enseignements de la sagesse éternelle



Sujets traités jusqu'à présent ...

- Enseignements de sagesse et pratique quotidienne
- Pensées et «Je Suis»
- Le chemin vers l'intérieur
- Son, mantram, OM, respiration
- Épanouissement
- Âme et personnalité
- Le mental
- 10 Obstacles: Maladie, Négligence, Doute – Scepticisme, Fautes, Lourdeur corporelle, Jouissance démesurée, Distraction par illusion et aveuglement, Manque de détermination, Manque de détermination (trop de plans), Déceptions à cause des neuf obstacles précédents
- Surmonter les obstacles
- Pas vers l'intérieur



Les choses fondamentales

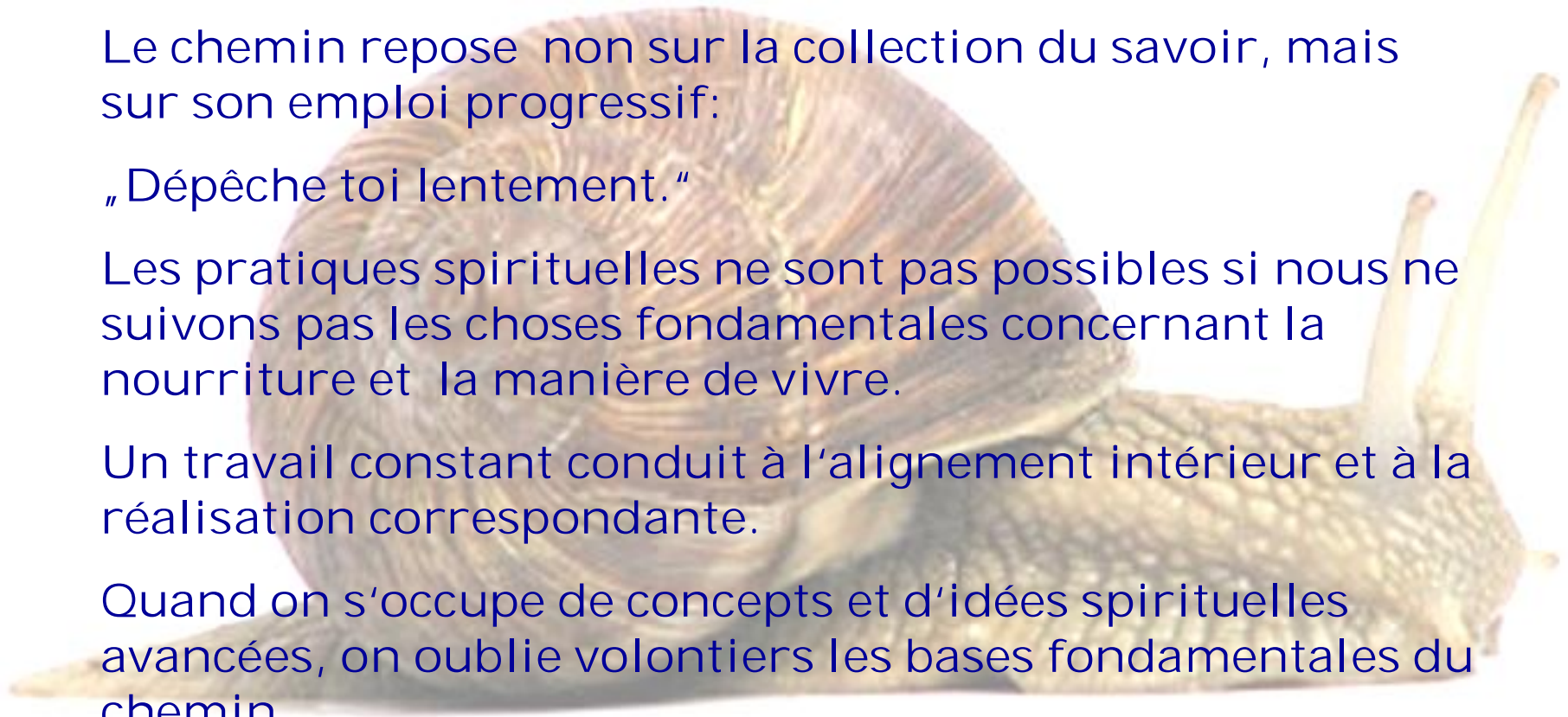
Le chemin repose non sur la collection du savoir, mais sur son emploi progressif:

„Dépêche toi lentement.“

Les pratiques spirituelles ne sont pas possibles si nous ne suivons pas les choses fondamentales concernant la nourriture et la manière de vivre.

Un travail constant conduit à l'alignement intérieur et à la réalisation correspondante.

Quand on s'occupe de concepts et d'idées spirituelles avancées, on oublie volontiers les bases fondamentales du chemin.



Alimentation et Conscience

Toute la formation spirituelle sert à la transformation, pour donner au corps une structure plus fine.

Nous pouvons améliorer la qualité de nos idées, en ce que nous améliorons la qualité de la nourriture et vice et versa.

Nous devrions choisir des aliments qui nous conviennent et nous prodiguent de l'énergie. Nous pouvons les préparer de façon savoureuse et mettre des idées de bonne volonté dans le repas.

Nous devrions savoir, quoi, quand, combien et comment nous devons manger. Nous devrions employer ce savoir de façon pratique.

Il est recommandé de manger à un endroit propre et gai, avec calme et une attitude intérieure aimable.

Il est préférable de ne pas manger de viande ou de nourriture fermentée et ayant une odeur.



Développement spirituel et service

“Une loi spirituelle dit: „ Il faut donner autant qu'on reçoit”

Sans expirer nous ne pouvons pas inspirer. Si nous ne voulons pas servir, nous ne pouvons pas recevoir non plus.

Il est de méditer dangereux sans une attitude de service.

Nous devrions donner plus que nous ne recevons, de manière à être libéré de notre endettement .

Nous devrions donc servir la vie environnante d'une manière ou d'une autre et obtenir pour cela les capacités indispensables.



Le chemin de l'épanouissement spirituel

Le sentier est un chemin hors des limitations de la conscience localisée individuelle à de vastes niveaux de conscience.

C'est un sentier d'un mental segmentant pour la perception de la totalité fondamentale de l'existence, l'unité de l'être.

En Orient „Yoga“ , l'unité signifie union.



Le chemin du Yoga

Le chemin de Yoga très ancien apprend à neutraliser les réactions du mental et des sens envers l'objectivité en vue d'atteindre la pondération et l'équilibre.

Yoga signifie conscience de synthèse à tous les plans de conscience.

Les différentes sortes de Yoga sont des branches, des divisions de l'UN entier.

La pratique du Yoga sert à atteindre la conscience de la synthèse.

La pratique du Yoga est un processus quotidien de nettoyage.



La clé principale

Nous devons passer à travers les portes des émotions et des pensées pour parvenir à la lumière.

Les émotions et les pensées nous conditionnent et nous barrent le chemin à la lumière.

La clé principale pour éliminer les obstacles est d'aider les autres inconditionnellement sans faire attention à son propre bien-être.

„Agis entièrement pour le bien-être d'autrui. “



Les corps subtils de l'homme

Le corps humain se compose de couches de densité différentes

Le corps éthéré physique, le corps vital

- Le corps émotionnel
- Le corps mental

Au delà de ce corps, il y a plusieurs niveaux sans forme



Le corps physique-étheré

Le corps physique est stimulé par le corps d'éther et tenu dans une forme. Avec la mort le corps d'éther disparaît du corps physique et se décompose.

Par une vie spirituelle, le corps d'éther est gardée en vie, la forme est magnétique.

Si nous vivons contrairement aux lois spirituelles, la forme étherée périme plus vite.



Le corps émotionnel

Les souhaits et désirs, les sympathies et antipathies, la fierté, l'ambition, la haine et la crainte sont les attributs du corps émotionnel.

L'homme qui se laisse mener par ses émotions est appelé homme-animal.

Seulement si nous purifions nos émotions et les alignons sur des idéaux plus élevés, le feu de l'émotion est transformé et soulevé dans l'aspiration enflammée.



Le corps mental

Le corps mental est rempli de formes de pensées qui reçoivent leur énergie du Soi Supérieur, tout comme une lampe qui reçoit le courant.

Les idées viennent sans cesse, l'une après l'autre.

Les formes de pensées, les idéologies peuvent nous empêcher d'avancer pendant longtemps.

En s'alignant sur des niveaux plus élevés, on reçoit l'inspiration de l'âme.



L'appel de l'âme

Sans contact avec l'âme, nous sommes captifs de la personnalité. Nous nous sentons comme prisonniers.

Un mécontentement profondément enraciné nous pousse à chercher quelque chose que nous ne connaissons pas d'abord - la recherche de l'âme.

Certains veulent refouler l'appel de l'âme - à travers l'activisme et une vie extérieure intense.

Cependant l'appel de l'âme ne s'arrête pas.



Le pont

Entre l'âme et la personnalité est une lacune sur laquelle un pont doit être construit

Ce pont est construit entre la pensée inférieure, concrète et la pensée supérieure, intuitive, il nous conduit du plan de pensée au plan de conscience de l'âme, appelé Buddhi.

Pour la construction de ce pont de lumière, il faut le savoir et la faculté de discernement.

Le pont une fois construit l'âme peut s'exprimer par la personnalité. Nous vivons alors en accord avec notre Moi Supérieur



Le Soi supérieur- Le Soi inférieur

Le Soi inférieur, la personnalité, est un miroir dans lequel le Je Suis se réfléchit.

Le reflet de la lumière n'est pas la lumière. Le reflet peut déformer la lumière, non pas cependant le soleil.

L'âme est d'après sa nature volonté, amour et lumière.

Dans la personnalité, la volonté se transforme en désir personnel,

l'amour en émotion et compréhension colorée par les émotions,

la lumière en activité intellectuelle égocentrique.



Courants d'énergie

Le corps éthéré humain est traversé de courants de force, avec des centres vitaux comme points d'énergie.

Energies qui remuent rotativement dans des cercles: chakras, lotus

6 centres principaux dans le centre de la tête. Ils sont condensées en nous dans le physique aux glandes endocrines avec les hormones.



Centres d'énergie

Dans la plupart des gens, les centres éthérés ne travaillent pas correctement et la force vitale est barrée.

Activation à travers la méditation, les exercices simples de respiration: lente, douce, profonde et régulière

Avec une contemplation sur les lotus, nous remplissons notre système avec l'énergie de l'âme.



Centres et Kundalini

La force vitale, appelée Kundalini en Orient, est enfermée à la base de la colonne vertébrale pendant une longue période.

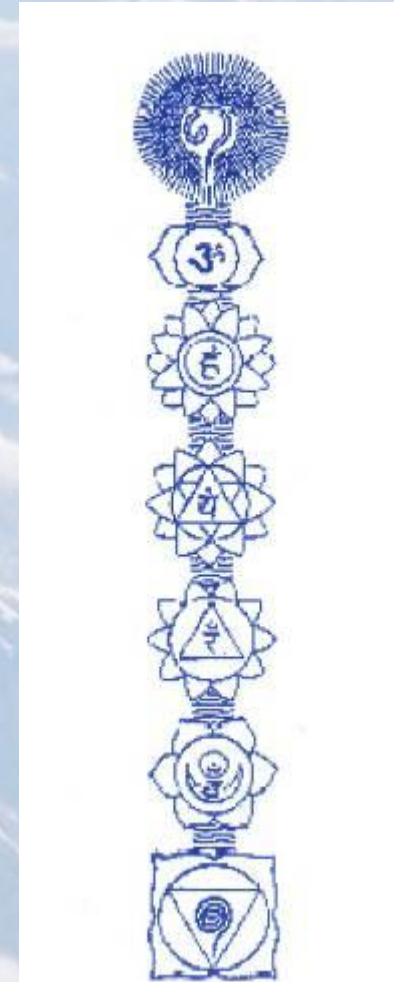
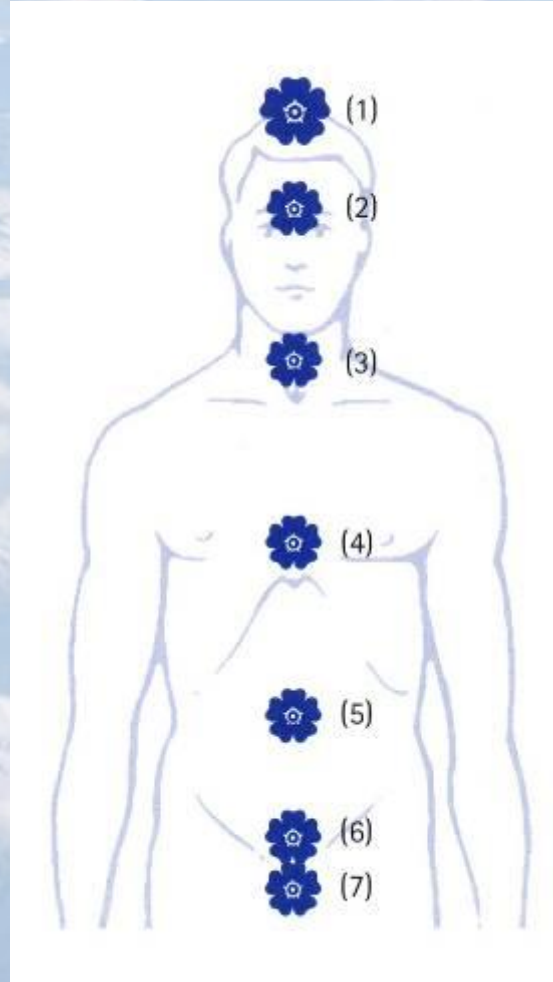
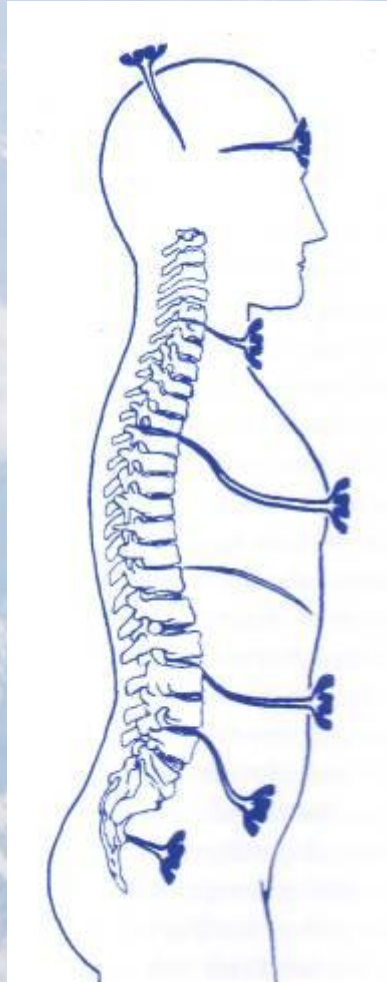
Lorsqu'elle réveille, elle monte le long de la colonne vertébrale.

Les chakras (roues) deviennent des lotus par un épanouissement lent et naturel.

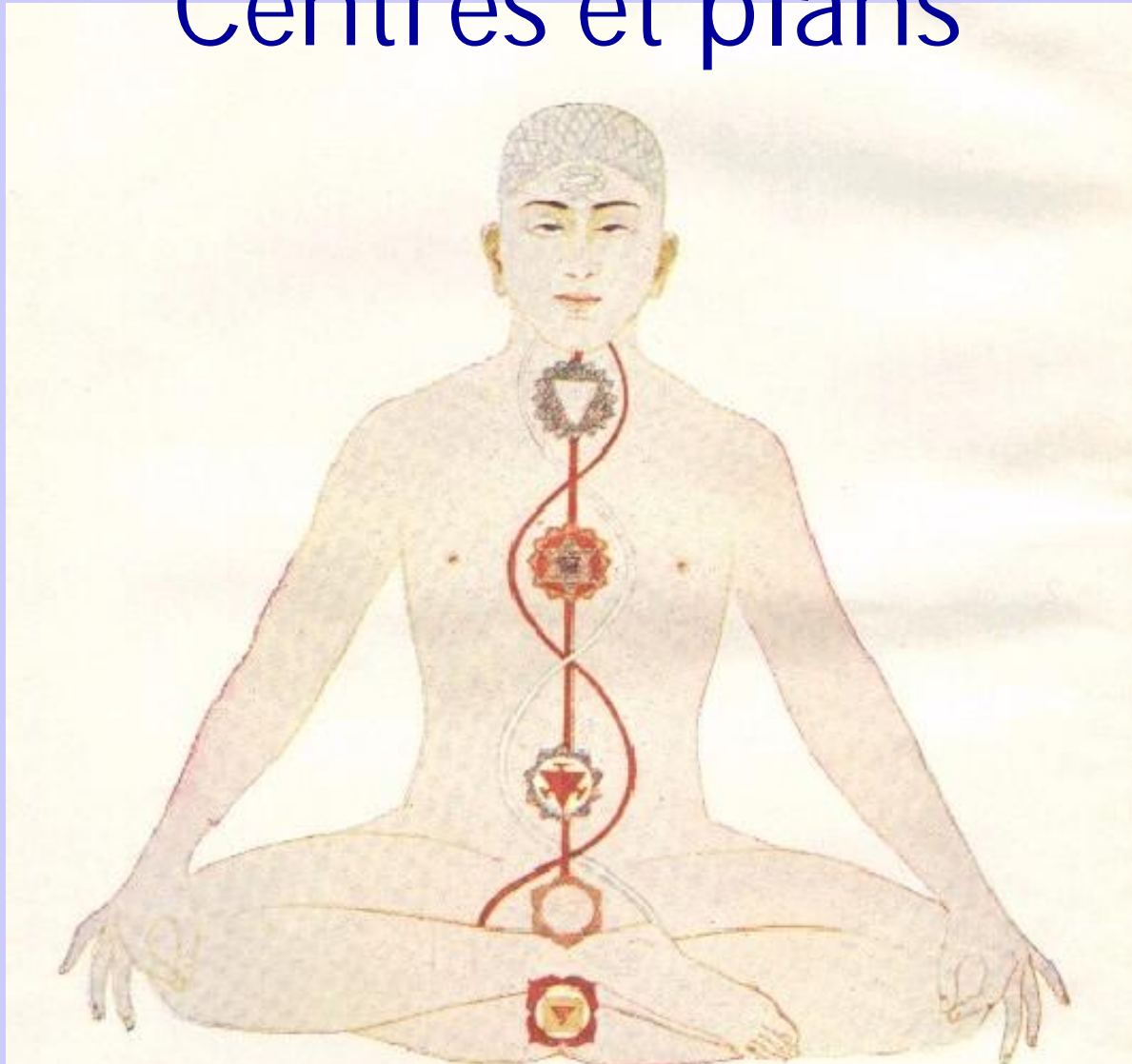
Attention: ne pas se concentrer sur les centres, pas d'activation directe forcée.



Localisation des centres



Centres et plans



Centres et plans

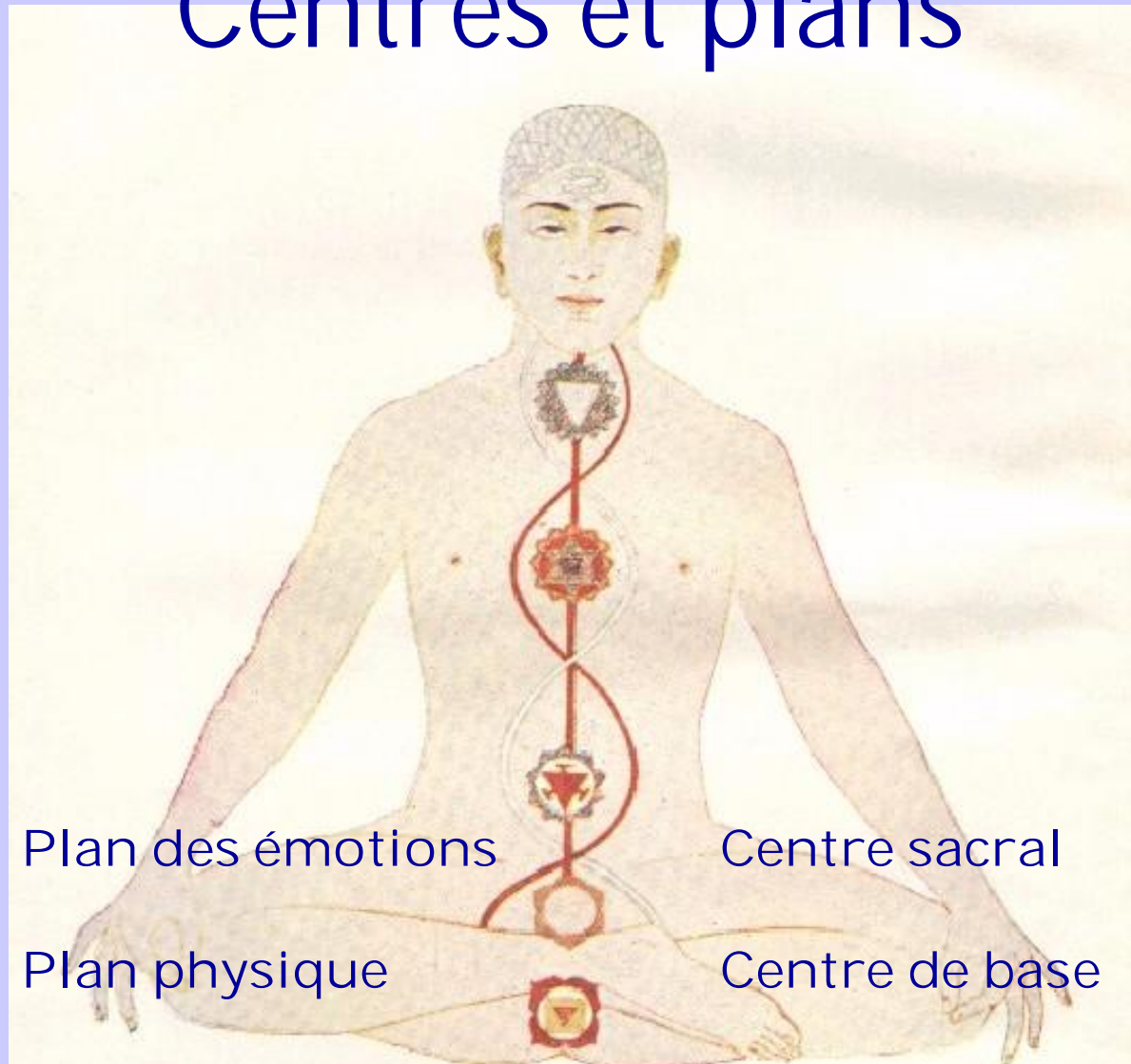


Plan physique

Centre de base



Centres et plans



Plan des émotions

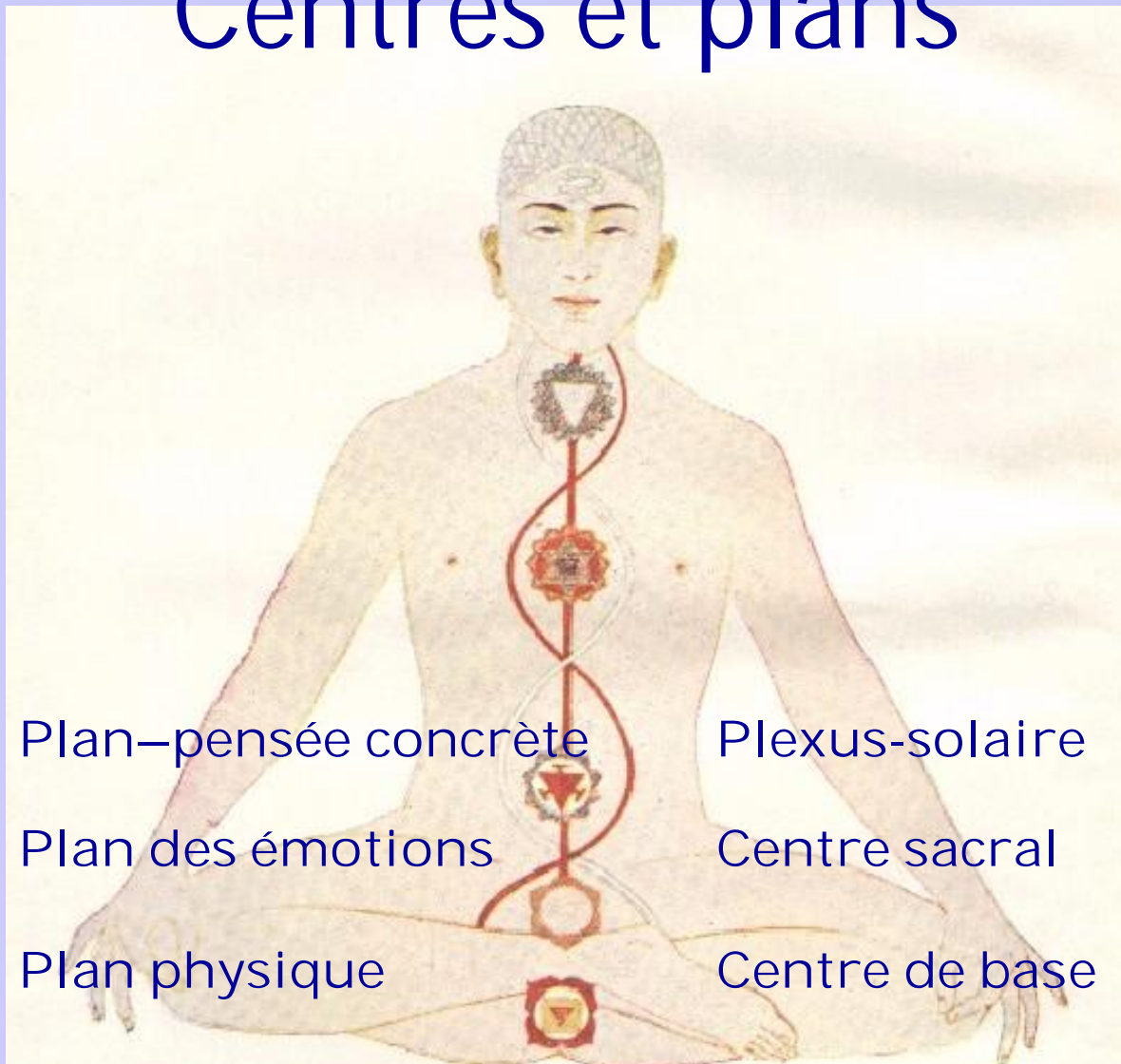
Centre sacré

Plan physique

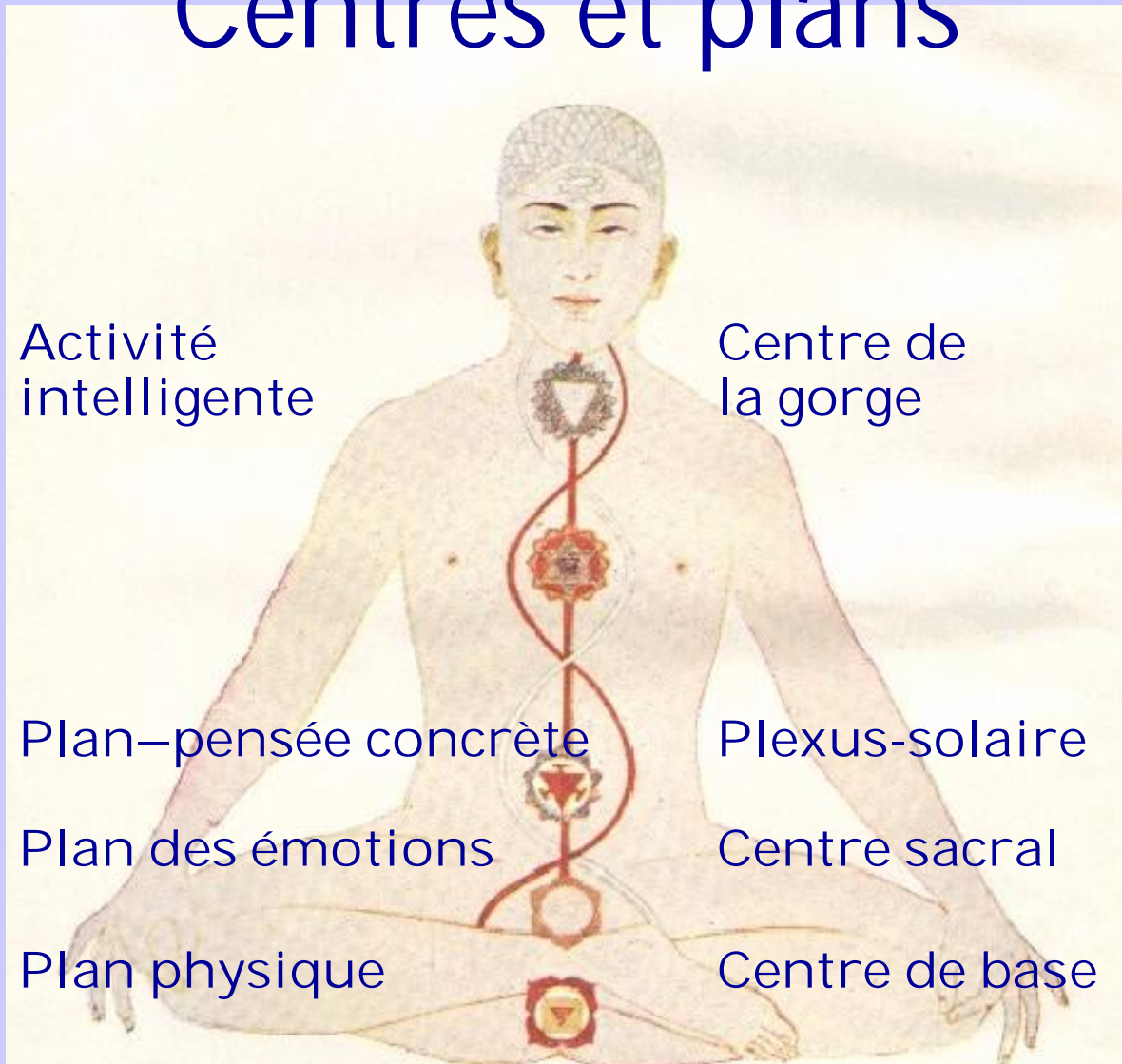
Centre de base



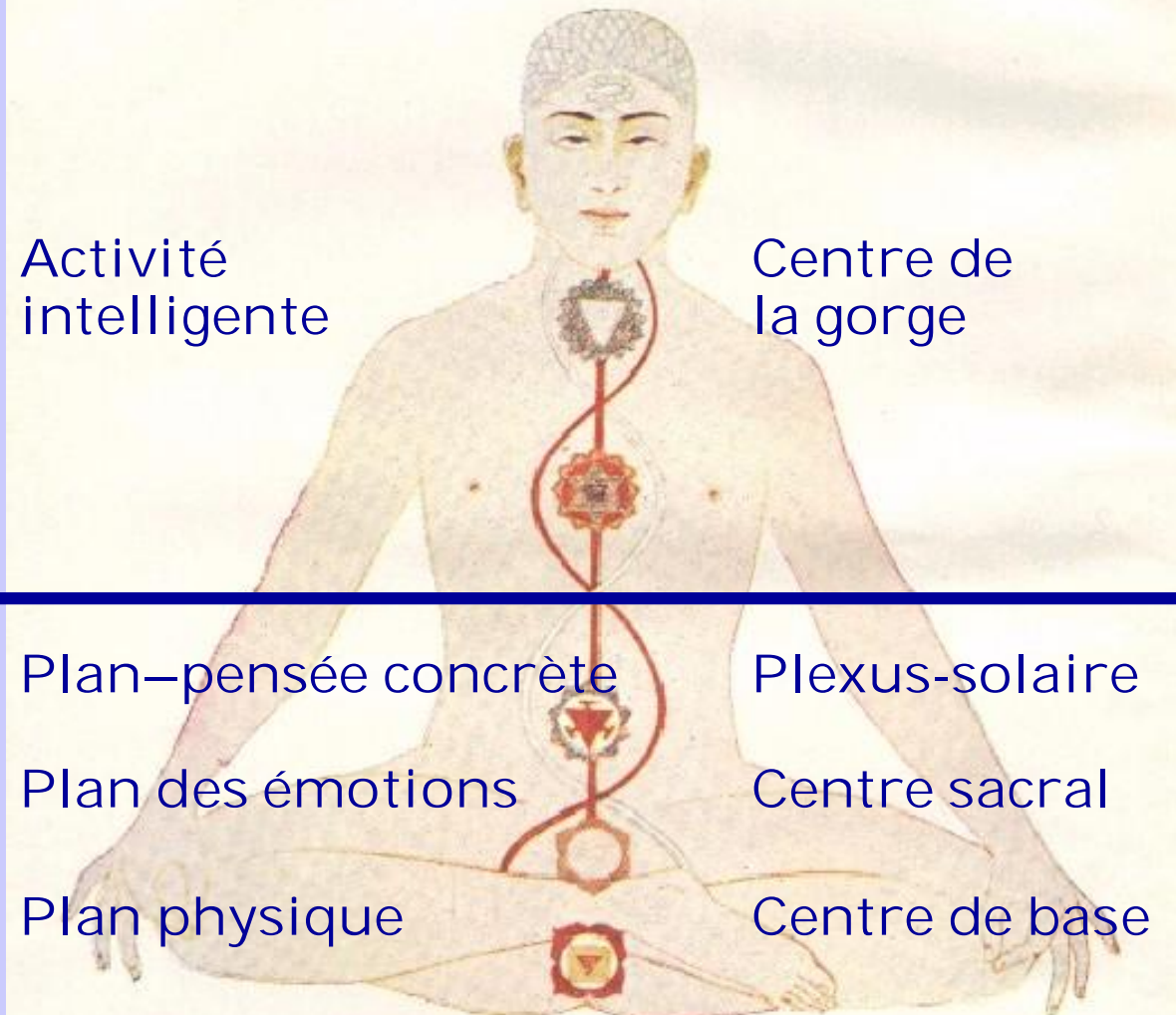
Centres et plans



Centres et plans



Centres et plans



Activité
intelligente

Centre de
la gorge

Plan-pensée concrète

Plexus-solaire

Plan des émotions

Centre sacral

Plan physique

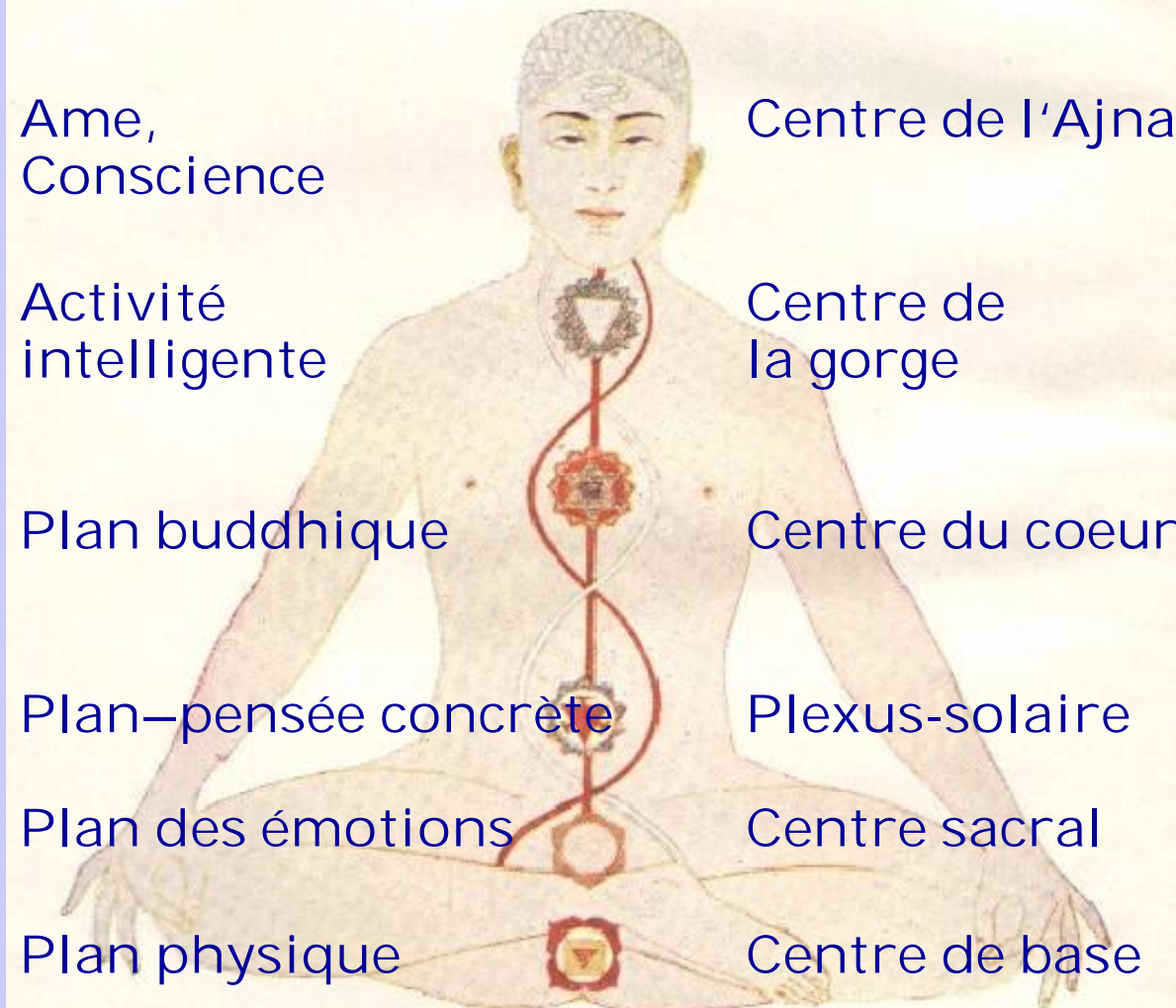
Centre de base



Centres et plans



Centres et plans



Centres et plans



Le triangle fondamental



Le triangle fondamental

Volonté



Le triangle fondamental

Volonté



Savoir /
Sagesse



Le triangle fondamental

Volonté



Savoir /
Sagesse

Activité



Le triangle fondamental

Méditation



Le triangle fondamental

Méditation



Etude



Le triangle fondamental

Méditation

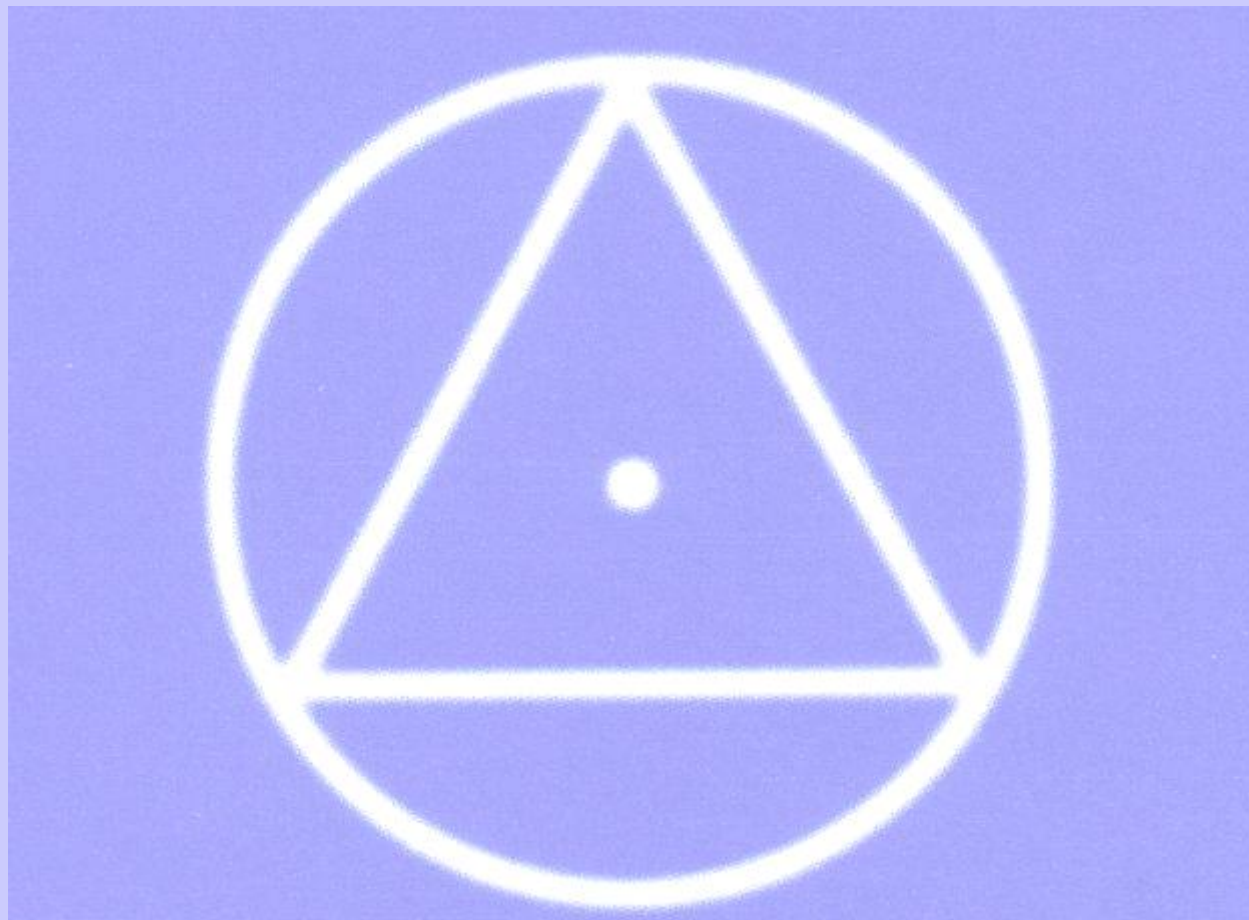


Etude (de soi)

Service



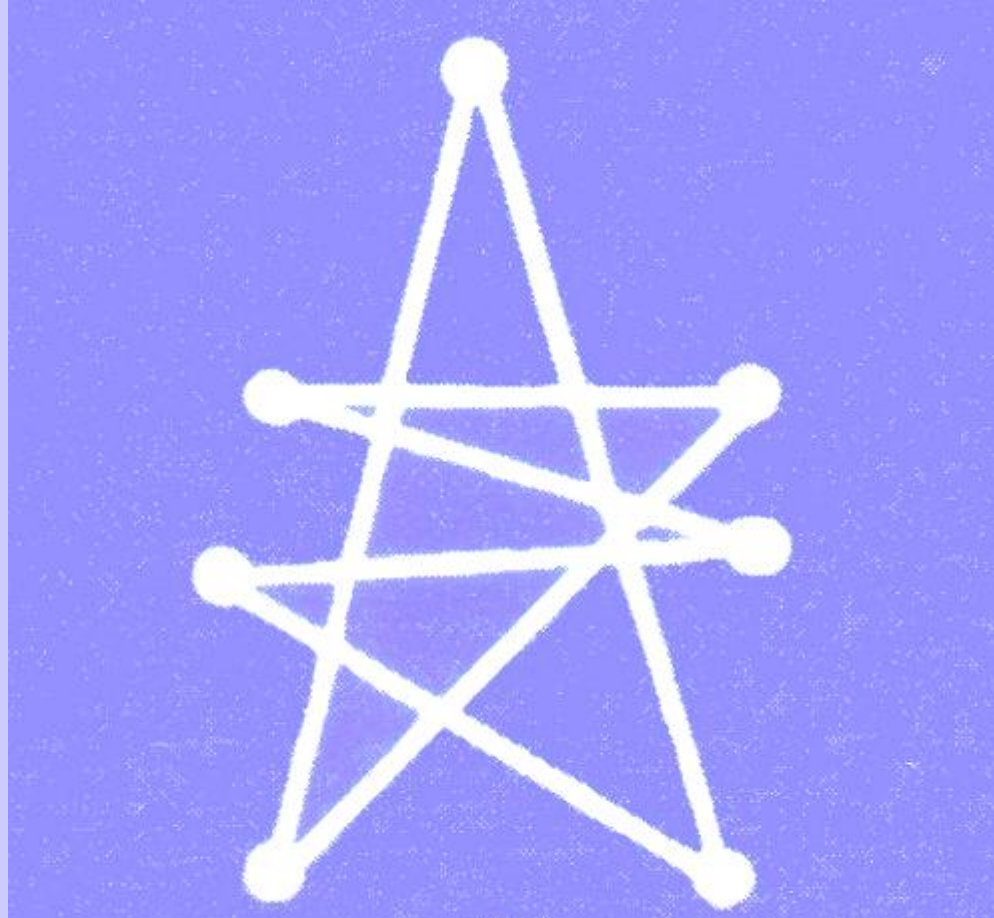
L'homme en tant qu'être trinitaire



En tant qu'être quintuple



En tant qu'être septuple



En tant qu'être complètement
développé



Comme micro- et macrocosmos



Les présentations peuvent être volontiers répandues et utilisées pour rendre les enseignements de sagesse accessibles aux hommes.

Les photos nous ont été aimablement mises à disposition par des amis ou sont les nôtres. Le tableau du transparent sur «Le chemin de l'épanouissement spirituel» est de Nicholas Roerich. Nos remerciements au Musée Roerich-à New-York.

Vous trouvez les présentations à télécharger sur le site Internet www.good-will.ch sous « Publications ».

Cercle de Bonne Volonté: www.good-will.ch /
guter-wille@good-will.ch

The World Teacher Trust: www.worldteachertrust.org /
info@worldteachertrust.org

Muri / Berne, Suisse 2007



