

*Pour celui dans le temple duquel la Voûte est étoilée
Dans le temple duquel le Soleil est l'image de Dieu
Dans le temple duquel la Lune se rend chaque mois
Et apporte le message chaque pleine lune,
Et dont celui a Lune chante le message comme mot de seize lettres,
A Sa religion j'appartiens, à Son temple je rends visite,
Son nom j'exprime, dans Sa gloire je vis.
A Lui j'offre le lotus de ma journée,
A Lui j'offre le lotus de ma nuit.*

Ces pensées-semences issues des méditations de la Psychologie Spirituelle du Dr Ekkirala Krishnamacharya donnent le ton du Messenger Lunaire du Cercle de Bonne Volonté. La lune est le principe réflecteur et le symbole du mental. Si elle est pure et claire, elle est en mesure de refléter les impressions venant des cercles supérieurs. Le moment de la pleine lune permet un alignement supérieur, à condition d'être suffisamment équilibré. L'alignement du soleil, de la lune et de la terre dans le ciel aide à faire l'expérience de la magie de la lumière de l'âme et de sa manifestation dans le physique.

Le Messenger Lunaire paraît mensuellement au moment de la pleine lune. Il contient des pensées des enseignements de l'éternelle sagesse. Il souhaite inspirer à les réaliser dans la vie pratique.

LE VENT DU VERSEAU 6 : SUSHUMNA

Les Nadis

Il y a un corps subtil sous-jacent au corps physique qu'on appelle le corps éthérique ou corps vital. De même que le système nerveux traverse le corps physique, courant depuis la tête à travers la colonne vertébrale dans toutes les parties du corps, il y a aussi un réseau de lignes de forces qui parcourent le corps subtil. Elles forment la base autour de laquelle le corps physique se construit et lui donnent sa forme. En Orient on appelle ces lignes de force des *Nadis*; ils permettent les fonctions vitales du corps. Par manque d'un terme plus approprié on traduit *Nadis* par système nerveux mais c'est incorrect. Il n'y a pas d'équivalent en français. Les *Nadis* sont des canaux énergétiques qui sont par nature électriques et distribuent la conscience sur le plan éthérique dans chaque recoin du corps. Ils diffèrent des canaux charriant la vie dont le siège est le cœur tandis que les *Nadis* ont leur siège dans la tête et représentent un réseau dense provenant du cerveau. Au cours du développement du corps, certains *Nadis* se condensent en nerfs et d'autres restent subtils.

Du fait que les *Nadis* ne sont ni visibles par l'œil physique ni détectables anatomiquement, ils sont rejetés par la science médicale. Mais la science du Yoga fait remarquer qu'en disséquant un aimant on ne peut pas non plus localiser ses lignes de force qui sont néanmoins effectives, idem pour les vagues électromagnétiques. Quand les lignes de forces fonctionnent bien dans le corps, celui-ci est aussi dans une bonne condition.

L'*Ayurvéda* parle de 72.000 *Nadis* majeurs avec de nombreuses lignes mineures. Selon une autre façon de compter il y a 3.300 *Nadis* dans le corps humain qui sont dirigés par 33 intelligences déviques, chacune d'elles dirigeant 100 *Nadis*. Dans le corps, les *Nadis* forment sept centres majeurs qui ressemblent à des vortex énergétiques et qui

travaillent à travers les glandes endocrines. Au stade non développé, lorsque les lotus ne sont pas déployés, ils ressemblent à des disques, des *chakras*. Ils sont situés le long de la colonne vertébrale, de la tête à la base. Dans le plan physique, la colonne vertébrale est l'axe central du corps et de même, dans le corps subtil le canal central d'énergie coure à travers cet axe appelé *Sushumna*. Avec les lignes de forces *Ida* et *Pingala* ils forment un triangle de force qui est connecté avec les trois qualités divines, les rayons, les couleurs, les sons et de fait ce triangle existe en nous en tant qu'esprit, âme et matière.

On peut visualiser ce triangle d'*Ida*, *Pingala* et *Sushumna* comme des points sur le front, *Ida* est au-dessus de l'œil gauche, *Pingala* au-dessus du droit et au milieu coure *Sushumna* avec son centre au sommet de la frontière des cheveux. *Ida* est aussi appelé "*Chandra Nadi*", le *Nadi* lunaire, *Pingala* "*Surya Nadi*", le *Nadi* solaire et *Sushumna* "*Agni Nadi*" ou le *Nadi* des énergies de feu. L'énergie lunaire travaille à travers l'œil gauche, l'énergie solaire à travers l'œil droit et l'activité du feu survient à travers la brèche qui existe entre la glande pinéale et la pituitaire. On les appelle encore le feu cosmique, le feu solaire et le feu par friction ou les trois yeux de *Shiva* et sur le plan de l'âme les trois yeux de la Mère du Monde.

Les Trois Courants

Le courant énergétique commence dans le centre de la tête. En descendant, l'énergie une devient triple. Une ligne conduit l'esprit, l'autre la matière subtile. Avec l'aide de l'esprit cette dernière ligne conduit les différentes gradations de matière à travers tous les plans. On trouve l'équilibre entre les deux, l'esprit et la matière, en *Sushumna*. Pendant la descente, la matière tourne dans le courant de gauche appelé *Ida* tandis que l'esprit prend celui de droite

Pingala. Le canal *Ida* cause la matérialisation ou la formation et le canal *Pingala* cause la spiritualisation ou la dématérialisation. *Sushumna*, l'énergie équilibrante entre les deux, cause l'existence apparente qui garde le corps harmonisé.

Les courants énergétiques se rencontrent dans le centre *Ajna* et se croisent en *Sushumna*. Là, ils suivent la première inversion. Ils se croisent encore dans le centre de la gorge et vont vers une deuxième inversion. Puis après une autre inversion dans le cœur, ils se rencontrent finalement en *Muladhara*, le centre de base. Plus les énergies affluent profondément, plus la matière et sa diversité prévalent. *Ida* représente la diversité, *Pingala* l'unité et *Sushumna* la synthèse. Ces trois courants sont souvent présentés par le symbole des deux serpents s'enroulant autour d'une barre centrale. Cette tige est aussi appelée la barre magique de l'initiation. *Sushumna* devient cette barre magique quand le lien avec le point le plus haut est réalisé, faisant de la barre un aimant.

En Inde ces trois courants sont aussi appelés *Ganga*, *Yamuna* et *Sarasvathi*. Le *Gange* est considéré comme *Ida* et la *Yamuna* est *Pingala*. Le *Gange* est le plus fameux et regardé par les indiens comme la rivière la plus sacrée mais on trouve toujours Krishna sur les rives de la *Yamuna*. *Yamuna-Pingala* donne des expériences spirituelles notamment celle de la présence du Maître ou l'ultime présence de la Mère en tant que Lumière. La couleur de *Pingala* est couleur miel, le doré jaune transparent. On dit que dans les états les plus avancés l'âme danse avec Krishna et la conscience universelle.

L'âme habite entre les deux rivières sacrées qui coulent depuis le subtil jusqu'au grossier et inversement. On dit qu'à la confluence du *Gange* et de la *Yamuna* se tient un troisième courant invisible appelé *Sarasvathi* qui représente *Sushumna* et qui se manifeste dans la rencontre équilibrée des deux autres courants. On appelait avant cette zone de confluence *Prayaga* et aujourd'hui *Allahabad*, la demeure d'*Allah*. Dans les écritures, on dit qu'à cet endroit les hauts initiés avaient l'habitude de rencontrer le Seigneur Maitreya qui y méditait. Même aujourd'hui cette zone de confluence est considérée comme un endroit auspiceux pour se baigner et y méditer à l'aube, malgré la pollution. L'union sur ce qui est contemplé à cette confluence se tient en *Ajna*, qui représente la région du Verseau. Et quand les énergies se rencontrent, la Lumière rayonne.

La Ligne de Force Radiante

Pour obtenir l'équilibre des énergies, nous pouvons contempler l'inspire et l'expire et sentir le courant de *Sushumna* comme une pulsation en nous en tant que conscience qui coule. Cette visualisation aide à élever le mental au-delà du monde extérieur dans la conscience intérieure. Dans la colonne vertébrale il y a le pilier de *Sushumna* et

au plus profond, il y a l'énergie essentielle de l'*Atman* en tant que conscience et lumière. La ligne de force radiante est la demeure de l'âme, l'axe central en nous. Cela correspond aussi à l'axe de notre planète. La conscience électrique qui coule à l'intérieur irradie en toutes les couleurs de l'arc-en-ciel, en commençant par le bleu électrique. On appelle le flot électrique *Chitrini*. C'est le vrai noyau de notre être. On ne peut pas dire qu'il nous appartient mais c'est la part la plus sublime du Soi que nous sommes.

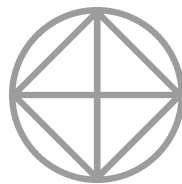
Le Chemin de l'Ascension

Le chemin ascendant de *Sushumna* est aussi appelé l'échelle ascensionnelle de Jacob ou le chemin des Maîtres de Sagesse. Les différents centres depuis la base jusqu'à la tête sont les marches de l'échelle menant de la personnalité à l'âme puis à la sur-âme. Il y a une ouverture pour l'échelle à la base de la colonne; dans les temps anciens on l'empruntait avec le *Hatha Yoga* via une stimulation de la *Kundalini* mais ce n'est pas recommandé de nos jours. Le sentier royal du Yoga, appelé *Raja Yoga* en Sanskrit commence dans le centre du cœur et monte via la gorge au centre *Ajna*. Le mouvement vertical de l'ascension aligne tous les lotus. Le sentier de l'ascension, *Sushumna*, est comme un fil sur lequel tous les lotus sont déposés. La guirlande de lotus dorés décore le disciple sur le sentier et quand il atteint le centre de la tête il y est alors couronné avec les bijoux dans le lotus, *Mani Padme*. Il devient alors un roi dans son royaume.

L'entière pratique du yoga équilibrant les énergies se fait dans la vie de tous les jours. Et c'est dans tous les domaines de la vie qu'il faut obtenir l'équilibre. L'équilibre nous ramène au centre et permet l'ascension. C'est la voie dorée du milieu où l'on n'insiste ni sur la droite ni sur la gauche. L'activité modérée dans tous les champs de la vie -la famille, la profession, la société, l'argent et autres- crée la base pour l'ascension.

Le centre du cœur est la porte de l'existence intérieure. Il y a dans le cœur une ouverture et le son du OM sacré vous dirige vers les chambres intérieures. On peut visualiser comment avec le OM nous montons le long de *Sushumna* et même au-delà de la tête. On doit s'entraîner à pratiquer cette visualisation car l'information seule ne peut aider. On utilise le OM comme une lumière et on imagine que l'on reste au-delà du corps, dans un bleu en expansion. Quand la vision se brouille on entonne à nouveau le OM. Ainsi on expérimente le OM dans la colonne de *Sushumna* mais aussi comme un événement dans l'espace.

Sources: K.P. Kumar: *Uranus. The Alchemist of the Age / div. notices de séminaires*. - E. Krishnamacharya: *Occult Anatomy. The World Teacher Trust - Dhanishta, Visakhapatnam, Inde (www.worldteachertrust.org)*



La Bonne Volonté est contagieuse !

Le Messager lunaire paraît en français, allemand, anglais et espagnol. Si vous le désirez, nous vous inscrirons dans notre registre d'envoi (guter-wille@good-will.ch). Autres informations : www.good-will.ch . Si vous ne voulez plus obtenir la lettre, informez-nous s.v.p.

Cercle de Bonne Volonté