

*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.

LES SIGNES DE LA TRANSFORMATION 3 : LE CENTRE DU PLEXUS SOLAIRE

Visualisation

Quand on visualise quelque chose, une certaine fraîcheur s'installe qui n'est pas une répétition de quelque chose qui existait avant. Les visualisations inspirent et apportent une radiance magnétique. On peut lire dans les livres qu'il y a dans le plexus solaire un lotus à dix pétales et que ce plexus solaire représente le mental. On ne sait ainsi que ce qui fut décrit dans les livres. Cinq de ces pétales pointent vers le bas et cinq vers le haut. Ceux vers le bas servent à recevoir ce qui provient du plan de l'objectivité. Ceux qui pointent vers le haut incarnent le mental subjectif et peuvent effectivement recevoir du plan bouddhique.

Maintenant, si l'on ferme nos yeux car nous voulons méditer, la partie inférieure du mental continue généralement de travailler et d'errer dans l'objectivité. Les pétales inférieurs du plexus solaire deviennent alors actifs et les portes de l'entrepôt de la mémoire sont ouvertes. Mais cependant, si nous essayons d'imaginer quelque chose, on se connecte avec les pétales qui sont orientés vers le haut. Doucement, on devient réceptif au subjectif et l'on expérimente nombre de choses subtiles. La méditation et la lecture accompagnée par l'imagination renforcent ce processus. Si en lisant un livre on s' imagine être assis en présence du Maître, qu'il y a quelqu'un qui nous l'explique via le livre - car le Maître peut travailler via le plan *bouddhique* - alors le Maître de notre unité - l'âme - grandira. En se tournant vers un ordre supérieur, même la forme de notre corps physique peut être amenée à un ordre meilleur à travers la compréhension ésotérique de la forme éthérique.

Grâce à la contemplation de choses subtiles, le temple de notre corps s'ouvre et nous nous percevons en vérité comme le temple, avec le centre sacré intérieur dans le lotus du cœur. Narada donna à ses disciples la méditation qui consiste à voir le Seigneur se tenant dans le lotus du cœur de

son propre être, souriant, et d'imaginer que la lumière provenant de Ses pieds se déverse dans le plexus solaire de sorte que notre mental s'illumine. Le mental subjectif est le point le plus bas que la conscience universelle peut atteindre. Dans les enseignements de la sagesse, ce point est appelé *chitta*. C'est le point de lumière dans le mental de l'homme par lequel la lumière descend depuis la conscience universelle dans *sahasrara*.

Les Pétales du Plexus Solaire

Jusqu'à présent, l'humanité a travaillé majoritairement avec le jeu inférieur des pétales du lotus du plexus solaire car nos pensées tournaient presque toujours autour du monde objectif. Désormais, le jeu supérieur des cinq pétales du lotus est activé à travers le travail d'Uranus. Uranus est le régent hiérarchique de la Balance et dans le corps, la Balance régit le plexus solaire. Quand les cinq pétales supérieurs deviennent actifs et cherchent la Lumière qui vient d'en haut, Uranus aide à dissoudre la matière mondaine indésirable des concepts et les idées du mental, ainsi que les émotions et les attitudes négatives stockées dans le plexus solaire. Mais les choses de valeur qui s'y trouvent demeurent bien sûr. Pour parler d'une manière figurative, l'enseignant descend du cœur dans le diaphragme, il s'y assoit et regarde les démons qui subsistent dans les centres inférieurs et il élève les hommes du pôle inférieur au supérieur, c'est-à-dire jusqu'à la gorge et ensuite jusqu'au centre *ajna*. Le centre *ajna* est le siège de l'âme, le centre du plexus étant le centre de l'homme inférieur.

Tous les ressentis, les impulsions et les instincts viennent du plexus solaire. L'activité du plexus est bondissante, cherchant à contourner l'âme. Et l'âme n'y peut rien, la personnalité alors s'auto-célèbre. Dès que l'on parle depuis

son point de vue, on travaille depuis le plexus solaire. Exprimer ses émotions est relatif au plexus solaire et quand on exprime ses désirs basiques c'est le centre de la base qui est impliqué. Si l'on ne veut pas perdre d'énergie, on ne devrait pas penser depuis le plexus solaire ou depuis le centre sacré mais depuis le cœur. Les pensées négatives de jalousie, de colère, de préjudice ou de possessivité mutilent le centre sacré et celui du plexus solaire et avec le temps elles causent des maladies chroniques. De même, nous sentons toutes nos crises dans l'estomac, autour du plexus solaire. Quand nous sommes sortis de la crise, nous pouvons aider à neutraliser les crises des autres. Une transformation s'opère via les prières du matin et du soir où le plexus est restructuré pour que nous puissions mieux exprimer les énergies du Verseau et servir nos frères.

L'océan Alcoolique

Entre les centres il y a des plans que l'on appelle des «océans». Il y a un centre de poison entre le plexus solaire et le cœur qui est nommé l'océan alcoolique. Là, l'homme s'empoise lui-même de ses propres idées et idéaux. Beaucoup de grands hommes se sont fourvoyés de leurs grands idéaux et pensées qu'ils prenaient pour la vérité. Ils avaient une conception empoisonnée du royaume de Dieu sur terre et voulaient l'établir selon leurs vues. Il y a aussi des intoxications relatives à l'argent, la sexualité, l'avidité, le pouvoir... L'océan alcoolique génère aussi de la fatigue lorsqu'on entend la sublime sagesse sans pouvoir l'absorber, on en tombe de sommeil. Nous devons nous éveiller de cet océan et doucement nous élever du plexus au cœur. Se réaligner de nos besoins aux besoins d'autrui nous fait monter du plexus au cœur. C'est une part du pont entre la personnalité et l'âme. Le Divin envoie ses enseignants pour être capable de traverser ce pont et monter jusqu'au cœur. Ils tentent de nous aider pour que nous puissions graduellement rejoindre le travail pour le Plan. Dans un premier temps, nous réalisons depuis le cœur l'objectif profond de notre vie, puis le plan pour l'humanité.

Établir un Équilibre

Tant que l'on vibre depuis le plexus solaire, avec un mélange confus d'émotions et de désirs, sa couleur demeure rouge cramoisi. La couleur d'un plexus purifié est safran ou d'un orange brillant, comme les vêtements des *sadhus* indiens. Ses pétales dirigent le feu dans le corps. Si l'on est relié à la conscience universelle la couleur est alors un mélange d'un bleu et d'un blanc pur. Le son racine dans le centre est LAM. SAM est le son pour obtenir la paix et l'équilibre. Les exercices respiratoires - de longs et doux inspirations et expirations - aident à équilibrer le plexus. On sent l'inspiration jusqu'au plexus solaire. L'expiration se

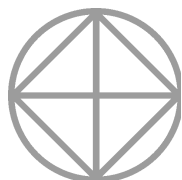
fait en le sentant depuis le plexus. Si l'on fait cela régulièrement on se stabilise dans un état de clarté mentale. L'un des impacts principaux des exercices respiratoires consiste à créer un équilibre entre les énergies de *Prana* (l'énergie vitale de la partie supérieure du corps) et *d'Asana* (celle qui est sous le plexus solaire) et *Samana*. *Samana* est le troisième *Prana*, il gouverne la zone entre le cœur et le plexus solaire. Cela garde donc *Prana* et *Apana* équilibrés. *Samana* a une relation spéciale à l'estomac et concerne le nourrissage du corps via la nourriture et la boisson. En se laissant aller au niveau alimentaire, le diaphragme perd son mouvement péristaltique et le plexus solaire cause alors une attraction vers le bas. Cela entraîne pour l'homme la perte de contrôle sur son mental, il devient emprisonné sur les niveaux astraux et éthériques et attaché pour une longue période aux formes les plus grossières du désir. Il est important que les enfants apprennent très tôt le mental subjectif en même temps qu'à travers l'éducation on les entraîne au mental objectif. Alors les cinq pétales supérieurs du plexus solaire peuvent aussi se déployer.

"Equator Equal"

Les sages des temps anciens visualisaient la planète et ses activités en relation avec l'homme. En cela, le centre *Ajna* est connecté avec le Pôle Nord et le centre de la base avec le Pôle Sud. Le diaphragme forme l'équateur entre le plexus solaire et le centre du cœur. Ainsi le principe de l'équateur planétaire agit sur notre diaphragme, le pôle nord sur le centre *Ajna* et le pôle sud sur le centre de la base. L'étoile polaire est régit par *Sahasrara*. A travers cet alignement, le principe planétaire -et en conséquence le *Prana*- descend en nous. Le disciple devient pleinement conscient de la terre avec la quatrième initiation. Il peut percevoir toutes les activités importantes qui se déroulent sur la planète dans son propre système. Ces contemplations ne sont possibles qu'une fois que notre mental a été absorbé dans le plan bouddhique. Le pôle nord et sud et aussi l'équateur sont les trois points qui atteignent en premier un accord avec les centres individuels. C'est une grande expansion de conscience et cela est appelé par le Maître CVV « Equator Equal ».

Quand on médite sur ce mantram, on devient un peu plus conscient du sujet et on apprend à se déplacer en équilibre entre les centres du haut et ceux d'en bas. Et dès lors que l'on descend ensuite consciemment sous le diaphragme, cela est fait dans une attitude d'amour pour aider les autres êtres.

Sources: K.P. Kumar: *Guérison spirituelle / div. notices de séminaires*. E. Krishnamacharya: *Astrologie spirituelle*. 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 inscrivons 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