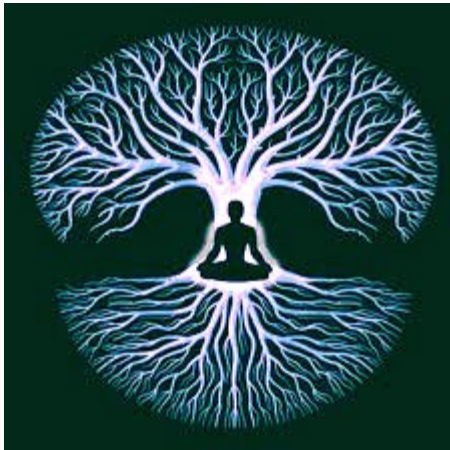


Prana

On dit que 'l'homme ne vit pas de pain seulement', mais il fallait préciser que l'homme n'est pas soutenu par ce qu'il pense être essentiel : la nourriture végétal ou animal, l'eau et l'air. Ce qui soutient l'homme essentiellement sont les mêmes forces/énergies qui l'ont créé au début.



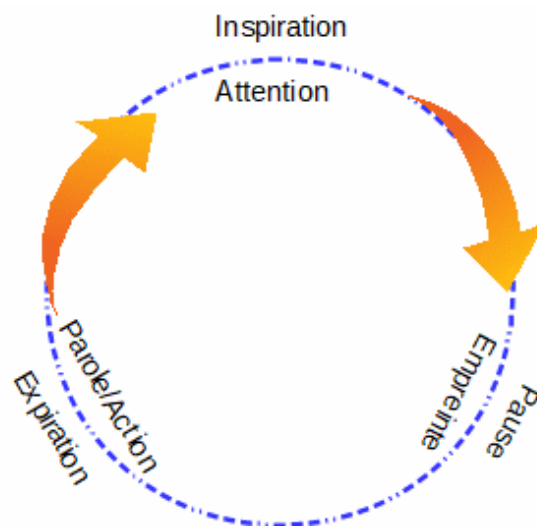
Le Prana est la force de Vie Cosmique qui pénètre et entoure tous. Elle stimule toute croissance cellulaire, de tout les corps dans toutes les formes de vie. Elle soutient toute vie. Elle est à la fois active et passive; elle agit et réagit.



Cette force de Vie peut être absorbé par notre respiration. L'absorption ne se fait pas simplement on respirant comme on respire l'air par les poumons; une certaine conscience ou attention en est nécessaire.

La force de Vie est beaucoup plus fine que l'air matériel; elle est absorbé principalement à l'aide de notre attention. Chaque chose à laquelle nous apportons une attention enregistre une empreinte dans notre mental; cette empreinte peut être développé dans une idée et par la suite exprimé en paroles; on pourrait assimiler ce processus à la respiration

mentale. Le schéma suivant montre le cercle de la respiration qui est très similaire au cercle de la 'respiration mentale' :



Il y a une attention intérieure qui est un désir ardent en nous d'être parfait dans chaque domaine de notre être. Si l'attention extérieure est liée à cette attention intérieure, si l'œil de notre âme est dirigé vers la perfection de l'Univers – alors là nous attirons la force de Vie qui nous entoure à l'intérieur de nous.

Cette attention n'est pas dirigée vers les choses du monde, mais elle repose sur l'arrière-plan si on veut, l'éther dans lequel tout est suspendu. Pour absorber le Prana, ce qui est aussi appelé 'respirer par l'âme', on étend son soi dans cet arrière-plan et notre attention absorbe le Prana, la force de Vie, à l'intérieur de nous :

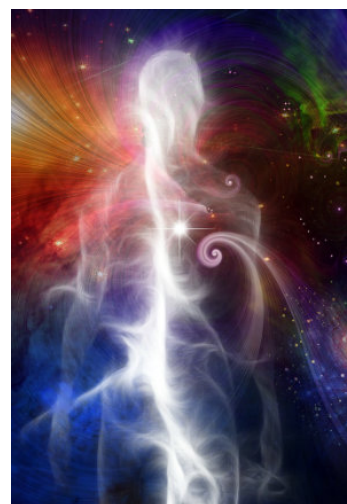
1. Une attention soutenue envers l'arrière-plan; une attention sans focus on pourrait dire; une attention à Dieu.
2. Un corps totalement détendu.
3. Un mental tout-à-fait ouvert.

Dans des écoles du Yoga, la façon d'absorber le Prana est appelée 'Pranayama'. Si vous, arrivez à respirer consciemment en appliquant les trois caractéristiques mentionnées ci-haut, vous pouvez développer votre propre façon du Pranayama.

L'attention est très importante car le Prana est tellement fin, que la moindre turbulence du mental va seulement l'éloigner – comme si on veut attraper avec ces doigts un particule de poussière que flotte dans l'air; chaque mouvement brusque l'éloigne; et la meilleure façon est de le laisser simplement venir entre nos doigts par son propre gré.

Le mental tout ouvert peut être un état complet de liberté et d'expansion jusqu'à ce qu'on perd le sens de limitation du corps physique; toutes les cellules vibrent qu'elles s'écartent pour former une distance entre eux.

À ce moment le Prana a accès à toutes les cellules de notre corps et les imbibe de force revigorante. Cette technique garde le corps jeune et animé. C'est une aération spirituelle et complète de tout le corps par les éthers originels desquelles il est né; c'est comme un 'reset' de tout le système corporel qui est renouvelé. Dans ce sens le Prana n'est pas l'oxygène mais la force qui rend l'oxygène vivant, donne la force à l'électricité et la conscience au mental. Dans les écritures chrétiennes le Prana est appelé le 'Saint Esprit'.



La mort, la désintégration, échec et pauvreté résultent seulement du manque d'animation de la source de l'être

Tel un rayon de soleil contient tout le spectre de la lumière, toutes les couleurs, toutes les fréquences – ainsi le Prana contient tout ce qui peut être nécessaire ou utile pour nourrir le corps. Au fond le Prana est la lumière intérieure pure, la lumière de l'illumination – le plus éveille quelqu'un, le plus de cette lumière émane de lui. Ce fait est symbolisé dans les halos sur les images des saints. Cette lumière est le début ainsi que la fin de la création. Quand on vit dans cette lumière comme on vit dans le corps matériel maintenant – c'est à dire quand on s'identifie à cette lumière au lieu de penser qu'on est le corps physique – là on va être immortel comme la lumière ne s'éteint jamais. Elle est aussi appelée par St. John 'la lumière de la nouvelle Jérusalem'; dont la clairvoyance n'est qu'un aspect. Il ne faut pas se tromper : les soit-disant 'pouvoirs' de médium ou pouvoirs spirituelles ne sont pas les étapes vers l'atteinte de la lumière du Prana! Mais on peut toujours faire appel à la lumière pranique pour dissiper toutes forces dégradantes – exactement comme une petite flamme de chandelle dissipe toute noirceur :

« Je suis la force de cette lumière du Prana et le projette et je l'avance comme tout puissante. »

Cette affirmation va toujours casser la condition de forces conflictuelles, si elle est prononcée avec la force du Christ intérieur; selon les mots de Jésus : **« Je n'ai rien à part de ce qui vient au Nom et au Pouvoir du Christ. »**

Autant que cette technique vivifie le corps, elle renouvelle le mental également. Tout stress rend notre mental dense et il devient moins capable et efficace. Mais aéré et libéré, il peut fonctionner librement – et tout ce que le mental veut savoir ou se rappeler lui vient à l'instant et sans effort.

La Lumière Pranique ou la Lumière Spirituelle n'est pas difficile à obtenir, pas plus que la lumière physique. Elle est toujours en mouvement vers nous et travaille aussi vite animé par nos idéaux les plus hauts ou besoins les plus basiques avec la même rapidité que la lumière physique passe sans effort par n'importe quelle ouverture, grande ou petite.

Prana est esprit, est forme & énergie, intelligence et substance. L'éther est le Prana qui s'exprime vers la manifestation.



Prana peut également appelé Plasma, la force qui fait la force de l'électricité ou autres forces mouvantes. Lorsque un corps se meurt, il retourne en énergie et puis retourne dans la force de Vie original : le Prana. Si le Prana est constamment absorbé par nos cellules, notre corps est constamment rajeuni et nous avons la vie éternelle. Cet processus de renouvellement se passe à petite échelle lorsqu'on se repose dans son sommeil pour se réveiller ravigoté le lendemain matin.