

Omraam Mikhaël Aïvanhov

# Feu, eau, air et terre : une entrée dans l'année zodiacale



ÉDITIONS



PROSVETA

«Au cours de l'année, le soleil passe par les quatre points cardinaux appelés solstices et équinoxes, et chacun marque le début d'une saison. Sur le cercle du zodiaque, le printemps commence avec le Bélier, signe de feu, l'été avec le Cancer, signe d'eau, l'automne avec la Balance, signe d'air, et l'hiver avec le Capricorne, signe de terre. L'entrée dans chaque saison se fait donc sous le signe d'un des quatre éléments.

Mais les quatre éléments font aussi partie de notre vie quotidienne. Manger, boire, se laver, respirer, recevoir la lumière et la chaleur du soleil sont autant d'occasions d'entrer consciemment avec la terre, l'eau, l'air et le feu.»

Omraam Mikhaël Aïvanhov



[Accéder directement aux références](#)



[Retrouvez cette thématique sur notre site](#)

# Vers une civilisation solaire



## Table des matières

- I - Le soleil, initiateur de la civilisation
- II - Surya-yoga
- III - La recherche du centre
- IV - Le soleil nourricier
- V - Le plexus solaire
- VI - L'homme à l'image du soleil
- VII - Les esprits des sept lumières
- VIII - Le modèle solaire
- IX - La véritable religion solaire

# Les révélations du feu et de l'eau



## Table des matières (extrait)

- I - L'eau et le feu, principes de la création
- II - Les secrets de la combustion
- III - Découverte de l'eau
- IV - L'eau, la civilisation
- V - La chaîne vivante: soleil, terre, eau
- VI - Le travail du forgeron
- VII - La montagne, mère de l'eau
- VIII - De l'eau physique à l'eau spirituelle
- IX - Alimentez votre flamme
- X - Le feu, facteur de réalisation
- XI - Le cycle de l'eau: la réincarnation



# La respiration, dimension spirituelle et applications pratiques

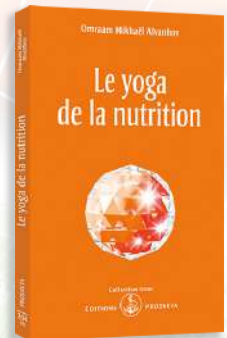
« Comme la nutrition, la respiration nous met en contact avec la vie universelle. Mais pour que cette relation soit complète, riche, nous devons en être conscients et l'accompagner d'un travail de la pensée. Voici un exercice : en expirant l'air, pensez que vous arrivez à vous étendre jusqu'à toucher les confins de l'univers... Puis, en inspirant, sentez que vous revenez vers vous, vers votre ego qui est comme un point imperceptible, le centre d'un cercle infini. De nouveau, vous vous dilatez, de nouveau vous revenez vers le centre... Vous découvrirez ainsi ce mouvement de flux et de reflux qui est la clé de tous les rythmes de l'univers... »



## Le yoga de la nutrition

### Table des matières

- I - Se nourrir, un acte qui concerne la totalité de l'être
- II - Hrani-yoga
- III - La nourriture, une lettre d'amour du créateur
- IV - Le choix de la nourriture
- V - Le végétarisme
- VI - La morale de la nutrition
- VII - Le jeûne : le jeûne, une méthode de purification
- VIII - Sur la communion
- IX - Le sens de la bénédiction
- X - Le travail de l'esprit sur la matière
- XI - La loi des échanges



# Le zodiaque, clé de l'homme et de l'univers



## Table des matières

- I - L'enceinte du zodiaque
- II - La formation de l'homme et le zodiaque
- III - Le cycle planétaire des heures et des jours de la semaine
- IV - La croix de la destinée
- V - Les axes Bélier-Balance et Taureau-Scorpion
- VI - L'axe Vierge-Poissons
- VII - L'axe Lion-Verseau
- VIII - Les triangles de l'eau et du feu
- IX - La pierre philosophale : le Soleil, la Lune et Mercure
- X - Les 12 tribus d'Israël et les 12 travaux d'Hercule...

## Hrani yoga

### Le sens alchimique et magique de la nutrition



« Lire des livres n'est pas l'unique manière de s'instruire. On peut s'instruire aussi grâce à la nourriture, et le savoir que l'on reçoit en mangeant est un savoir vivant, car il imprègne toute la substance de notre être. Les révélations que nous apportera la nourriture ne seront peut-être pas de celles dont nous pourrons ensuite parler, car elles ne s'adressent pas à l'intellect, mais ce sont des sensations dont tout notre être, toute notre existence seront enrichis. »

# La nourriture, une lettre d'amour du Créateur

«Qu'est-ce que la nourriture? Une lettre d'amour. Oui, une lettre d'amour écrite par le Créateur, et tant de choses dépendent de la façon dont vous la lirez! C'est la lettre d'amour la plus puissante, la plus éloquente, puisqu'il y est écrit: «Je vous apporte la vie!» Le jour où vous aurez appris à manger consciemment, vous saurez déchiffrer tout ce que le Seigneur vous dit à travers la nourriture.»



## La nutrition une science encore méconnue (CD)

### Titres des pistes

- 1 – Apprendre à manger pour en retirer le côté subtil
- 2 – La nourriture est une lettre d'amour du Créateur
- 3 – La nutrition est une magie blanche
- 4 – C'est la façon de manger qui est plus importante
- 5 – Le silence capte les éléments subtils de la nourriture
- 6 – Manger lentement avec amour et reconnaissance



**ÉPUISÉ**

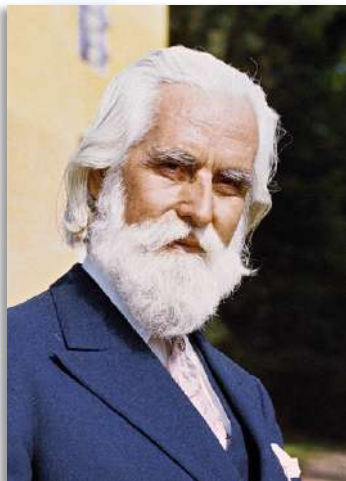


# La façon de se nourrir aide le travail spirituel

(Extrait vidéo)



« Nous n'avons aucune idée de toutes les énergies dont nous pourrions bénéficier lorsque nous mangeons. Car, en effet, la pensée de l'homme est capable de retirer de la nourriture des particules subtiles, lumineuses, qui entrent dans la constitution de son être tout entier. Aussi, dans le silence intérieur, en nous concentrant sur la nourriture, nous en retirons des particules éthériques les plus bénéfiques et c'est ainsi que, peu à peu, nous nous transformons. »

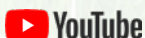


C'est en 1937 que le Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov (1900-1986), philosophe et pédagogue français d'origine bulgare, est arrivé en France. Bien que son œuvre aborde les multiples aspects de la science initiatique, il précise : *« Les questions qui se posent à nous seront toujours les mêmes : comprendre ces êtres que nous sommes, découvrir le sens de notre existence et surmonter les obstacles qui se trouvent sur notre chemin. Alors, ne me demandez pas de vous parler d'autre chose, je reviendrai toujours sur ces mêmes sujets : notre développement, nos difficultés, le chemin à parcourir et les méthodes pour le parcourir. »*

Éditions PROSVETA S.A.

CS 30012 – F – 83601 Fréjus CEDEX (France)  
Tél. (33) 04 94 19 33 33 – Fax (33) 04 94 19 33 34

[www.prosveta.fr](http://www.prosveta.fr)  
[international@prosveta.com](mailto:international@prosveta.com)



© ÉDITIONS PROSVETA – 2019