

Omraam Mikhaël Aïvanhov

# Le Yoga : s'unir à la Divinité



ÉDITIONS



PROSVETA

« Nombreuses sont les pratiques par lesquelles les yogis de l'Inde cherchent à s'unir à la Divinité en eux : leur Moi supérieur. Les plus connues sont : le **Hatha-yoga**, la maîtrise des gestes et du souffle ; l'**Agni-yoga**, le travail avec le feu sous toutes ses formes ; le **Chabda-yoga**, la parole et ses pouvoirs ; le **Kriya-yoga**, la fusion avec la lumière ; le **Karma-yoga**, l'action gratuite et désintéressée ; le **Bhakti-yoga**, le sacrifice ; le **Radja-yoga**, la domination de soi ; le **Jnani-yoga**, le développement du mental, la connaissance.

Et moi depuis des années, je vous parle, d'un yoga qui les rassemble tous : le **Surya-yoga** ou **yoga du soleil**. En pratiquant le Surya-yoga, vous ne rejetez aucun des autres yogas. Au contraire ; et vous deviendrez un jour des êtres complets, **vous vivrez dans la plénitude.** »

Omraam Mikhaël Aïvanhov



Table des matières  
Lire un extrait



Extrait audio



Extrait vidéo



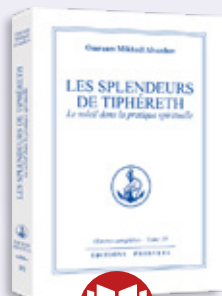
Informations



Retrouvez cette thématique en ligne ainsi que d'autres références

# Surya-yoga : le soleil

## Le soleil dans la pratique spirituelle Les Splendeurs de Tiphéreth



« Lorsque nous nous concentrons sur le soleil, **qui est le centre de notre univers**, nous nous approchons de notre propre centre, **notre Moi supérieur qui est notre soleil** ; nous nous fusionnons avec lui, et peu à peu nous devenons comme lui. »

## Le yoga du soleil (triple CD)



CD 1 : Le yoga du soleil, la recherche du centre

CD 2 : Le soleil dans la pratique spirituelle

CD 3 : Le soleil, image de notre idéal spirituel

## Méditations au lever du soleil



« Il en est des nourritures spirituelles comme des nourritures matérielles: de même que chaque jour vous mangez du pain et buvez de l'eau pour alimenter votre corps physique, **vous devez vous nourrir du soleil**, de sa chaleur, de sa lumière pour nourrir vos corps spirituels. **C'est ainsi que vous deviendrez réellement vivant.** »

# Jnani-yoga: la connaissance

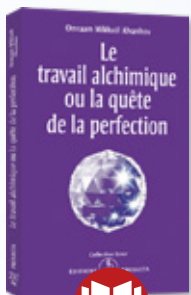
## Connais-toi toi-même

Jnani yoga (2 tomes)

« "Connais-toi toi-même..." Toute la science, toute la sagesse est là : se connaître, se retrouver, la fusion du moi inférieur et du Moi supérieur. »



## Le travail alchimique ou la quête de la perfection

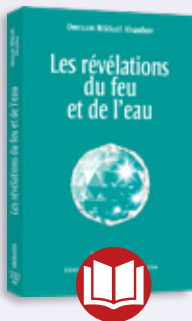


« Ne lutez pas contre vos faiblesses et vos vices, car c'est eux qui vous terrasseront, mais apprenez à les mettre au travail. Vous trouvez normal d'utiliser les énergies naturelles, alors pourquoi êtes-vous étonnés quand on parle d'utiliser les énergies primitives qui sont en vous ?... Lorsque vous

connaîtrez les règles de l'alchimie spirituelle vous saurez transformer et utiliser toutes les forces négatives que vous possédez en abondance. »

## Les révélations du feu et de l'eau

« Idées, impressions, sensations, images, tout s'enregistre et laisse des traces en nous. Chaque jour, notre vie psychique est modelée par les forces que nous laissons nous habiter, les influences dont nous acceptons l'imprégnation. C'est pourquoi il est essentiel de trouver des images vers lesquelles nous pouvons revenir souvent, des images qui nous accompagneront jour et nuit afin que notre pensée soit liée à tout ce qui est le plus élevé, le plus pur, le plus sacré. Et quoi de plus beau, de plus poétique, de plus rempli de sens que **l'eau et le feu**, et les différentes formes sous lesquelles ils nous apparaissent ? »



## La force sexuelle ou le Dragon ailé

« La force sexuelle est une énergie que l'on peut comparer au pétrole, les ignorants et les maldroits sont brûlés – cette force brûle leur quintessence – tandis que ceux qui savent l'utiliser, les Initiés, volent dans l'espace. »



## L'amour plus grand que la foi



« Au moment où vous décidez d'embrasser une religion, une philosophie spiritualiste et d'en appliquer les principes, vous rencontrez des difficultés avec vous-même à cause de tous les efforts à faire, mais aussi avec **votre entourage qui ne comprend pas nécessairement les changements** qui se sont produits en vous. Autant

que vous le pouvez, **ne faites pas souffrir les autres et ne les abandonnez pas non plus**. Souvenez-vous que **l'amour est toujours plus grand que la foi**. »

## L'amour, source des énergies (double CD)

« L'amour est une énergie qui vient de très haut. La tâche de l'homme et de la femme est de recevoir cette énergie et de la faire circuler en eux, pour la renvoyer ensuite vers le Ciel où elle a son origine. »



## La respiration dimension spirituelle et applications pratiques



« Inspirer, expirer... Inspirer, expirer... Ce mouvement de flux et de reflux est la clé de tous les rythmes de l'univers. En tâchant de le rendre conscient en vous-même, vous entrez dans l'harmonie cosmique et vous sentez peu à peu votre respiration se fondre dans la respiration de Dieu. »

## Donner vie à des symboles Exercices de gymnastique

« Les exercices de gymnastique que nous faisons chaque matin sont un moyen de capter et de faire circuler ces énergies : les figures géométriques auxquelles correspondent les différents mouvements sont en relation avec des forces, des entités spirituelles. Et quand nous dessinons ces figures dans l'espace, nous attirons les forces et les entités auxquelles elles sont liées, afin qu'elles travaillent en nous. »





# Chabda-yoga : le verbe

## Au commencement était le Verbe Commentaires des Evangiles



« Le Verbe, c'est la pensée, c'est la parole qui n'est pas encore exprimée dans le plan physique. Quand vous pensez, déjà vous parlez, et c'est cette « parole » qui est réelle, qui est puissante, qui est magique »

## La parole, puissance magiques



« Celui qui sait prononcer des mots remplis de lumière et d'amour possède une baguette magique dans sa bouche, car ce sont des mots qui inspirent, qui vivifient. »

## Verbe divin et parole humaine



« En réalité la parole peut devenir aussi vivante et puissante que le verbe, mais à condition de se laisser imprégner par lui et d'exprimer exactement ce que l'âme et l'esprit sont en train de vivre. »



## Une pensée en éveil

La voie de la méditation

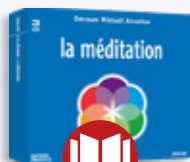


« Par la méditation nous apprenons à nous projeter dans des régions qui se situent au-delà de notre conscience ordinaire, afin d'y capter de nouveaux éléments, plus purs, plus subtils, que nous ne possédons pas encore... »

## La méditation

Triple CD

- CD 1 : Pourquoi méditer ?
- CD 2 : Comment méditer
- CD 3 : Sur quels sujets méditer



## Puissances de la pensée



« Chaque pensée est imprégnée de la toute-puissance de l'esprit qui l'a créée. Sachant cela chacun peut devenir un bienfaiteur de l'humanité: à travers l'espace, jusque dans les régions les plus lointaines, il peut envoyer ses pensées comme des messagères, des créatures lumineuses qu'il charge d'aider les êtres, de les consoler, de les éclairer. Celui qui fait consciemment ce travail pénètre peu à peu dans les arcanes de la création divine. »

## La lumière, esprit vivant



« Dans les récits des **mystiques**, le mot qui revient le plus souvent est le mot « **lumière** ». Justement, parce que l'expérience mystique est la **découverte de la réalité véritable du monde et que cette réalité véritable est la lumière**. Ceux à qui il a été donné de faire cette expérience disent avoir vu que toutes les créatures, tous les objets, même les pierres, **aignent dans la lumière, diffusent de la lumière**. Et c'est la vérité... »

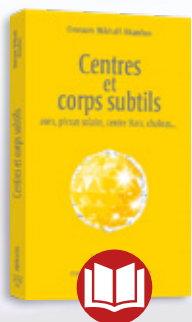
## L'aura



« L'aura possède les mêmes fonctions que la peau. On peut dire que c'est la peau de l'âme, c'est elle qui l'enveloppe, qui la protège, c'est elle qui lui donne la sensibilité, et c'est elle enfin qui

laisse passer les courants cosmiques... »

## Centres et corps subtils : aura, plexus solaire, centre hara, chakras...



« L'aura, c'est quelque chose de plus complexe, c'est une combinaison de toutes les émanations de tous nos corps subtils, et chacun d'entre eux, **par ses émanations particulières, ajoute de nouvelles nuances.** »

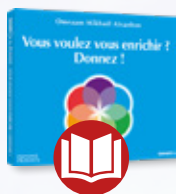
## Un idéal de vie fraternelle



« Nous devons être unis par notre **idéal**, nous devons être unis par une **idée divine**, unis dans les **travaux que nous exécutons** pour la réalisation de la fraternité dans le monde. »

## Vous voulez vous enrichir ? Donnez !

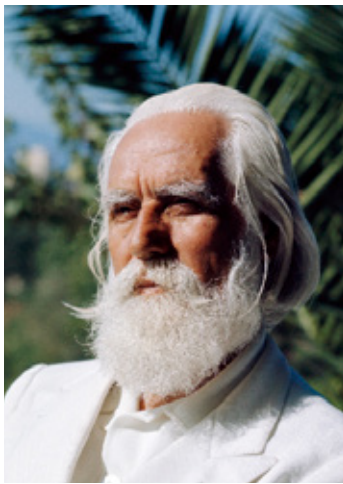
« Combien les humains se trompent quand ils s'imaginent que pour s'enrichir il faut prendre. Non, pour s'enrichir, il faut donner. Celui qui a **compris cette loi** possède la véritable intelligence. »



## La réincarnation Triple CD



« Accepter l'idée de réincarnation n'est réellement utile que dans la mesure où elle nous apprend que notre destinée est régie par **des lois d'une précision mathématique** : de même que ce que nous vivons maintenant est le résultat de la manière dans nous avons vécu dans le passé, de même **notre avenir dépend de l'orientation que nous donnons à notre existence actuelle.** »



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)**

