

Cours n° 17

L'octave alimentaire

Dans l'octave descendante de la Création, dans le rayon de la création, entre les planètes et la Terre, nous avons vu que l'homme tient une place toute particulière, car grâce à lui, les énergies subtiles venant du haut peuvent arriver à franchir l'intervalle de l'octave et ainsi achever celle-ci en pénétrant jusque dans la matière la plus dense.

L'être humain peut se borner à ce rôle passif de producteur d'énergie pour le rayon de la création. Il peut aussi décider de produire de l'énergie pour sa propre évolution, il peut transformer sa nature matérielle en une nature beaucoup plus subtile, spirituelle.

Pour cela il a besoin d'énergie qu'il doit prendre dans les trois nourritures dont il dispose, les aliments, l'air et les impressions. Il doit transformer ces nourritures pour se transformer lui-même.

L'être humain qui décide de se transformer peut remonter en quelque sorte dans l'octave de la création. Il est la seule créature capable de cette évolution.

Nous allons approfondir l'un des processus de transformation que nous avons déjà évoqué : celui des aliments, l'octave de la transformation des aliments. L'aliment solide entre en nous. L'aliment va passer par toutes les étapes de l'octave, il va au bout de sa transformation possible, et libère toutes les énergies dont l'être humain a besoin pour fonctionner sur le plan physique, émotionnel et intellectuel, ceci à condition d'une part que l'aliment soit sain, et que d'autre part la transformation se fasse de manière correcte.

Les aliments entrent dans l'être humain sous une forme solide, que nous avons appelée l'hydrogène 768. Une fois entré dans l'être humain, il en est à la première étape Do de transformation : de H 768 il devient Do 768.

La deuxième étape, Ré 384, est le passage à l'étape liquide

L'aliment après avoir été mastiqué, broyé, se mêle à la salive produite par les glandes salivaires.. Ensuite, l'aliment, encore partiellement solide, descend dans l'estomac, où les sucs gastriques s'y mélangent, suivis, dans les intestins, des sucs pancréatiques et biliaires. L'aliment se trouve peu à peu réduit à une forme quasi liquide H384. Il peut ainsi passer à travers les parois intestinales et être apporté au reste du corps par deux liquides, le sang et la lymphe, qui le transportent vers toutes les cellules de l'organisme.

Vient alors la troisième étape : Mi 192 : le contact avec l'air.

L'aliment à l'état liquide passe dans la partie médiane de l'être humain, la partie rythmique ou émotionnelle, siège de la respiration. Là, l'air respiré entre en contact avec l'aliment transformé dans le sang.

Dans la quatrième étape : Fa 96 l'aliment transformé libère ses propres forces de vie qui se lient alors avec l'élément éthérique présent dans l'air et dans l'être humain, ce qui se traduit par la transmission de la force vitale.

La force éthérique se situe entre ces énergies matérielles (solide, liquide et gaz) et les énergies plus subtiles, spirituelles ou psychiques.

La force éthérique (appelée aussi la vitalité) nous structure intérieurement, mais en même temps nous protège de la maladie, aussi bien physique que psychique.

Cette étape de la transformation des aliments est donc d'une grande importance pour l'état de santé.

L'énergie vitale, Fa 96, se forme au niveau médian, celui des émotions et des sentiments. Ceux-ci peuvent interférer très fortement dans la formation de Fa 96, et perturber la production de l'énergie vitale, provoquant certaines maladies, ou en tout cas empêchant que suffisamment d'énergie vitale soit tirée des aliments.

Il est bien connu que les soucis font perdre l'appétit et « se faire de la bile », donc perturbent la digestion. Il ne suffit donc pas de manger sainement, il faut en plus cultiver des émotions saines.

L'énergie éthérique ou vitale, Fa 96, peut être aussi puisée chez quelqu'un de positif avec qui on passe un moment par exemple. Après on se sent mieux, parce qu'on a puisé de l'énergie chez elle, grâce à la force contenue dans les bonnes paroles notamment. L'effet inverse peut se produire aussi : certaines personnes peuvent vous pomper votre énergie vitale, vous vampiriser en quelque sorte.

La cinquième étape : Sol 48, se situe au niveau du centre intellectuel inférieur.

H 48 est la première énergie psychique de l'être humain, il l'utilise pour penser, mais dans la partie physique du centre intellectuel inférieur, ce qu'on appelle l'appareil formateur.

Si au cours de l'étape précédente, Fa 96 a été utilisé dans toutes sortes d'émotions négatives, ou bien que l'aliment n'a pas été correctement transformé en Fa 96, très peu d'énergie sera disponible pour passer aux étapes suivantes, donc pour penser correctement, clairement, pour se concentrer..

Donc un manque d'énergie au niveau de la pensée provient, non pas d'une erreur de nourriture, mais d'un dysfonctionnement de transformation d'énergie au niveau médian dû aux émotions négatives. En fait, il manque de l'énergie pour se concentrer et être attentif aux choses. Faculté d'attention, mémoire, tout ce qui est lié au centre intellectuel manque d'énergie.

Dans la sixième étape, La 24, est fournie l'énergie spécifique du centre émotionnel inférieur

Si de l'énergie arrive dans le centre intellectuel sous forme de Sol 48, l'octave se poursuit de façon automatique en énergie La 24.

L'être humain ordinaire ne fonctionne intellectuellement que dans son centre intellectuel inférieur. Donc, La 24 va être utilisée dans la partie positive du centre émotionnel inférieur.

Souvent il y a peu d'énergie La 24 disponible, et le centre émotionnel manque d'énergie, il va donc chercher ailleurs une énergie inadéquate.

Non seulement l'énergie manque au niveau émotionnel, mais elle va manquer pour l'étape suivante.

La septième étape, Si 12, fournit l'énergie du centre sexuel, une autre forme d'énergie vitale.

Si l'énergie extraite de l'aliment arrive dans le centre sexuel en très petite quantité, et de plus, sous une forme dégradée et ne pouvant donc être utilisée de façon correcte, le centre sexuel est obligé lui aussi d'aller chercher ailleurs une énergie inadéquate. Ceci explique que la plupart des êtres humains fonctionnent mal sexuellement ou aient des problèmes liés à la sexualité.

Ceci explique l'accent mis dans cet enseignement sur le problème des émotions négatives : c'est un gaspillage d'énergie, qui manque ailleurs, pour l'évolution notamment.

Nous sommes maintenant au terme de l'octave de l'assimilation des aliments. L'aliment solide a été transformé jusqu'à l'énergie la plus subtile qu'il puisse produire dans l'être humain : Si 12, et, si tout se passe bien, il y a suffisamment d'énergie à tous les niveaux, physique, émotionnel, intellectuel ou sexuel. Lorsque l'assimilation est déficiente, il y a dysfonctionnement à tous les niveaux.

Il y a dysfonctionnement aussi quand les énergies ne sont pas utilisées correctement. Quand quelqu'un pense trop ou étudie trop, il utilise tellement de H 48 qu'il n'en reste plus pour le stade suivant. On a alors affaire à des intellectuels froids. C'est le reproche que les non-intellectuels font souvent aux intellectuels : de ne pas avoir de cœur et de ne pas être très vital du point de vue sexuel. Chez celui qui n'aime pas penser, il va rester trop de H 48 inutilisé dans le centre intellectuel. Cet excès va agir comme un poison et se répercuter aux niveaux émotionnel et sexuel, par la réactivité, la violence par exemple.

Un autre facteur important est la qualité des aliments. Quand votre alimentation est dénaturée (produits congelés, conserves, conservateurs, additifs ou traitements chimiques) on introduit déjà au départ des éléments, qui ne sont pas adaptés au corps et qui vont empêcher que les aliments soient correctement transformés.

Pour que l'a transformation puisse se faire du mieux possible, il est essentiel d'essayer de se nourrir correctement, c'est-à-dire, lorsque c'est possible, surtout à base d'aliments biologiques ou biodynamiques, qui contiennent encore beaucoup de forces de vie et moins de produits toxiques, et de consommer le moins possible d'aliments en conserve ou congelés ou traités chimiquement.

R. Steiner a dit que les hommes d'aujourd'hui ne peuvent plus évoluer spirituellement parce qu'ils ne trouvent plus assez de forces dans les aliments qu'ils consomment. Les aliments ont un effet sur notre organisme physique, mais aussi sur notre état psychologique et vos pensées.. Donc essayons de manger mieux.

De plus, l'air joue lui aussi un rôle important dans cette octave de l'alimentation. L'air se lie aux aliments dans la partie médiane. Pour que l'octave puisse suivre son cours normal, il est donc indispensable de bien s'aérer, de respirer mieux, de faire des exercices respiratoires, de pratiquer la respiration abdominale.

Enfin, les émotions négatives empêchent le fonctionnement normal de la digestion. Le travail sur les sentiments négatifs n'est donc pas seulement un travail moral, c'est aussi un travail physique qui nous permet de profiter au mieux des aliments.

Inversement, une alimentation faite d'aliments dénaturés a une influence sur nos émotions, favorise les émotions négatives notamment, mais empêche aussi de penser clairement. On ne peut pas évoluer réellement sur un chemin spirituel si on mange trop ou trop mal.

Un jour ou l'autre il faut se rendre compte que tout est lié et il faut comprendre qu'il faut faire des choix essentiels, le mode d'alimentation en est un parmi les plus importants.