

# Manuel Runique

## INTRODUCTION

*Aimés Frères Gnostiques,*

*Je vous souhaite un joyeux Noël et une prospère nouvelle année. Que l'étoile de Bethléem resplendisse sur votre chemin.*

*Pratiquez en ordre ces Runes, commencez vos exercices runiques le 21 mars et dédiez à chaque Rune le temps que vous désirez.*

*Dans ce Message de Noël 1968-1969, je vous ai remis la science dont vous avez besoin pour obtenir l'éveil de la Conscience.*

*Ne commettez pas l'erreur de lire ce livre comme celui qui lit le journal. Étudiez-le profondément pendant plusieurs années, vivez-le, amenez-le à la pratique.*

*Ceux qui se plaignent car ils n'atteignent pas l'Illumination, je leur conseille patience et sérénité.*

*L'Illumination nous parvient quand nous dissolvons le moi pluralisé, quand, en vérité, nous sommes morts dans les quarante-neuf régions du subconscient.*

*Travaillez avec les trois facteurs de la Révolution de la Conscience de façon ordonnée et parfaite.*

*Abandonnez toute auto-justification et auto-considération, convertissez-vous en ennemis de vous-mêmes*

*si en réalité vous voulez mourir radicalement, c'est seulement ainsi que vous atteindrez l'Illumination.*

*Soyez humbles pour atteindre la Sagesse, et lorsque vous l'aurez atteinte, soyez encore plus humbles.*

*“ À celui qui veut me suivre : renies-toi toi-même, prends ta croix et suis-moi ”.*

*Paix Invérentielle.*

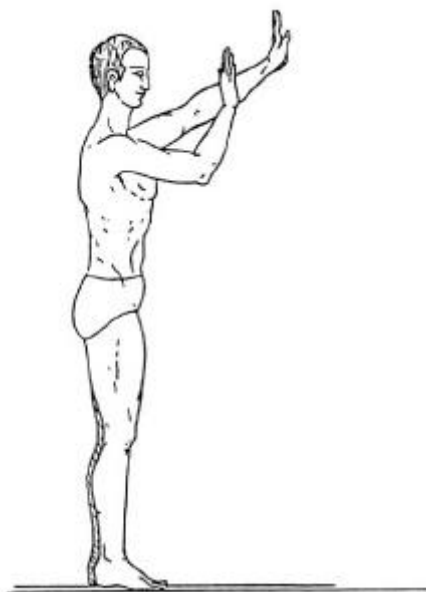
*Samaël Aun Weor*

*Note:*

*Cette introduction est composée par des extraits des “ Salutations Finales ” adressées par le Vénérable Maître Samaël Aun Weor dans le “ Message Suprême de Noël 1968-1969 ”, intitulé “ Judo Cosmique ” (Cours ésotérique de magie runique).*

*Toutes les pratiques qui suivent sont extraites de ce même livre.*

## Rune FA



Il existe le Judo de l'Esprit, nous nous référons aux exercices runiques. Ce sont des exercices formidables pour obtenir l'éveil de la Conscience. Celui qui veut travailler avec ce Judo doit commencer avec la Rune de Mercure dans la couleur violette engendre des forces cosmiques extraordinaires.

Il est donc nécessaire de savoir que cette Rune nordique renferme en elle-même toute la puissance et l'impulsion de la fécondité. Nous avons besoin du souffle du Fohat pour féconder notre propre psyché et des étincelles de la Pentecôte pour devenir auto-conscients.

Si nous analysons la pratique de la Rune FA, nous pourrions vérifier qu'en elle existe le Pranayama, l'oraison, la méditation et une certaine position sacrée.

## Pratique :

Nous devons saluer chaque nouveau jour avec immense joie et au lever du lit, élever les bras vers le Christ-Soleil, notre Seigneur, de telle manière que le gauche soit un peu plus élevé que le droit et que les paumes des mains demeurent devant la lumière, dans cette attitude ineffable et sublime de celui qui désire réellement recevoir les rayons solaires.

Voilà la position sacrée de la Rune FA; une fois ainsi nous travaillerons avec le Pranayama en inhalant par le nez et en exhalant l'air par la bouche de manière rythmique et avec une grande foi.

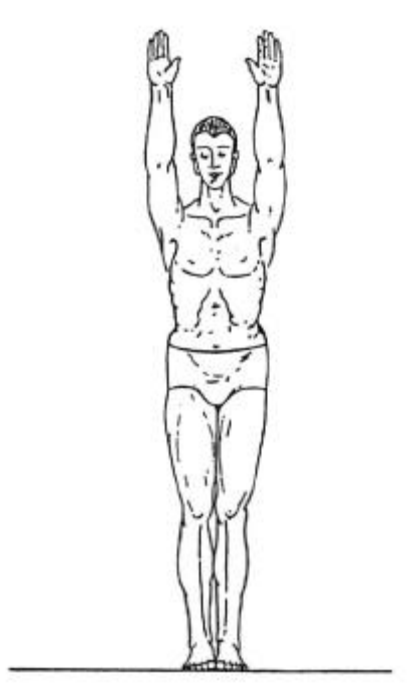
Imaginons en ces instants, que la lumière du Christ-Soleil entre en nous par les doigts de la main droite et de la main gauche, qu'elle circule par les bras, qu'elle inonde notre organisme, pénètre jusqu'à la Conscience, la stimule, l'éveille, la met en activité.

Dans la nuit mystérieuse et divine, pratiquez ce Judo Runique devant le ciel étoilé d'Urania dans la même position et priant ainsi :

*“ Force merveilleuse de l'amour, attise mes feux sacrés pour que ma Conscience s'éveille. FFFFFAAAAA  
FFFFFEEEEEE FFFFFIIIII FFFFFOOOOO  
FFFFFUUUUU (OU) (ou FI FE FO FU FA).*

Cette petite et grande prière peut et doit se réciter de tout coeur, autant de fois que l'on veut.

## Rune IS



## Pratique :

Dans cette position, les pieds joints et les bras à la verticale pour former une ligne droite avec tout le corps, après avoir prié et demandé de l'aide à la Mère Divine, chantons le mantra **ISIS** ainsi :

*IIIISSSS IIIISSSS*

allongeant le son de chaque lettre et séparant le mot en deux syllabes : *IS-IS*.

Après, l'étudiant, le corps détendu et plein de foi, se concentrera et méditera sur la Mère Divine.

Quand nous analysons profondément la Rune IS, nous découvrons avec un mystique étonnement, notre propre Être : l'Intime.

Dans la nuit profonde de tous les âges, là-bas dans le pays ensoleillé de Kem, lorsqu'on étudiait sous le sceau des temples égyptiens la Rune IS, on pensait toujours à la bipolarité Homme-Femme, Masculin-Féminin, et il est clair que de là résultait ISIS, le nom sacré de l'Éternelle Mère Espace. La Révolution de la Conscience serait radicalement impossible sans l'aide spéciale de notre Adorable Mère Divine particulière, propre.

Pratiquons la Rune IS et méditons sur la Divine Mère Kundalini.

## Rune AR

## Pratique :

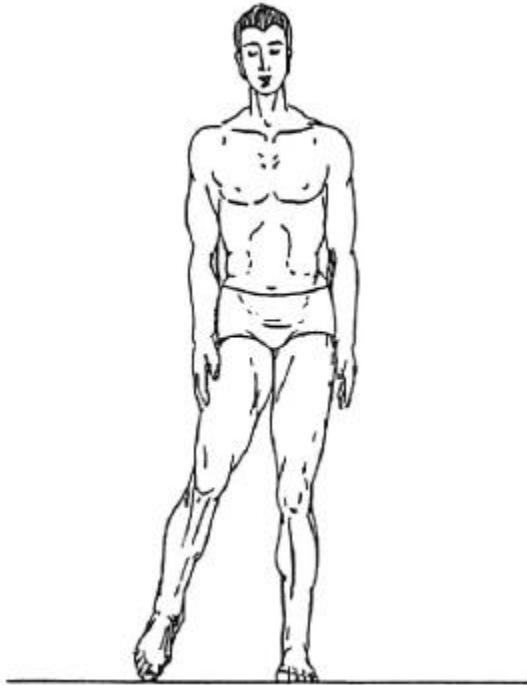
Le mantra **ARIO** prépare les gnostiques pour l'avènement du Feu Sacré.

Chantez tous les matins ce mantra en le divisant en trois syllabes :

*AAAAAAAA... RRRRIIII... OOOO...*

Allongez le son de chaque lettre.

Il est conseillé de pratiquer dix minutes chaque jour.



## Rune SIG



L'étoile à cinq branches est certainement une répétition constante de la Rune SIG. Elle semble tracée avec le zig-zag de l'éclair. Dans les temps anciens, les hommes tremblèrent devant le Pentaphe. Dans les Mystères Archaïques, SIG était le phallus et par ce chemin nous revenons au Maïthuna (au yoga du Sexe).

SIG est le soleil, et sa lettre est le S dont la sage prolongation se convertit dans la subtile voix, dans ce sifflement doux et paisible qu'écoula Elias dans le désert. L'initiation finale est scellée par l'éclair, par la Rune SIG, et entre tonnerre et éclair, on écoutait des paroles terribles : “

Mon Père, dans tes mains je remets mon esprit ”.

### Pratique :

Scellez toujours vos travaux magiques, invocations, prières, chaîne de guérison, etc., avec cette Rune.

Tracez avec la main, l'index ouvert, le zig-zag de l'éclair en même temps que vous faites résonner un sifflement doux et paisible :

SSSSSSSSSSsssssssssss.

## Rune TIR ou TYR

## Pratique :

En inspirant, on élève les bras, au-dessous de la tête, en expirant, faisons résonner le :

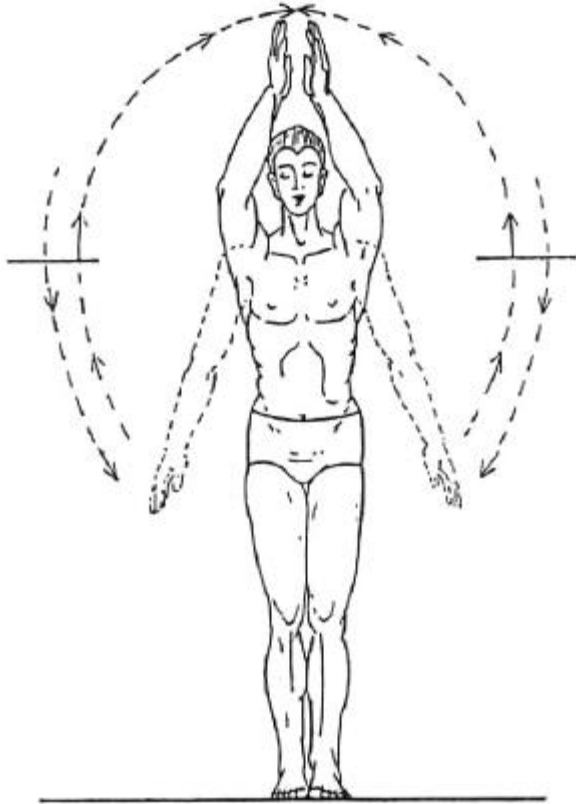
*TIIIIIIIII,*

les paumes toujours vers le ciel on abaisse les bras à moitié; puis tournant les paumes vers le bas et faisant retentir le :

*RRRRRRRRRR,*

on abaisse doucement les bras.

Le mantra **TIR** éveille la Conscience, le “ T ” ou “ TAU ” choque la Conscience pour l’éveiller, le “ I ” travaille intensément avec le sang, le véhicule de l’Essence, et le “ R ”, en plus d’intensifier la circulation dans les veines et les vaisseaux sanguins, opère de manière merveilleuse avec la flamme ignée, intensifiant et stimulant l’éveil.



## Rune BAR



En parlant dans la langue d'or, dans l'or pur du Divin langage, nous découvrons avec un mystique étonnement que BAR en syrien signifie Fils.

Si l'on étudie la grammaire cosmique, nous pouvons vérifier qu'il existe une intime relation entre les Runes TIR ou TYR et BAR.

TIR correspond ésotériquement au signe zodiacal du poisson.

BAR resplendit dans la brillante constellation du bélier, celui qui rappelle l'occulte relation qui existe entre l'eau et le feu, la mort et la vie.

## Pratique : Rune BAR

Collez le bras gauche à la jambe gauche en même temps que l'on plie un peu la jambe droite en posant le talon droit sur la cheville gauche et faisant reposer le poing droit sur la hanche. On prononce alors le mantra **BAR** :

*BAAAAA... RRRRR...*

### Pratique :

Combinez intelligemment les exercices de BAR avec ceux de la Rune TIR ou TYR.

Tout comme avec la Rune TIR ou TYR, on lève et on baisse les bras en faisant résonner le mantra **TIR** prolongeant le son de chaque lettre; on la combine avec la Rune BAR expliquée ci-dessus.

Objectif de cette pratique :

-Mélanger de façon sage dans notre Univers intérieur les forces magiques des deux Runes.

-Éveiller la Conscience.

-Accumuler intimement les atomes christiques de très haut voltage.

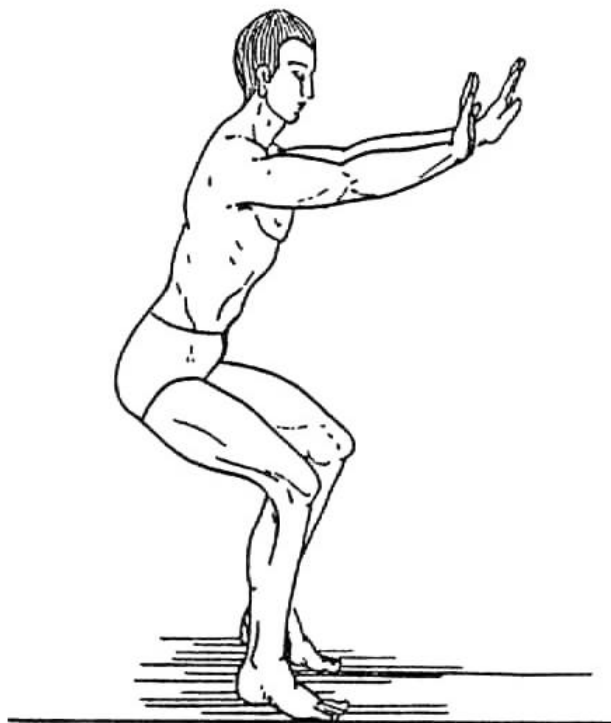
## Rune UR

## Pratique :

Aimant notre Mère Divine et pensant à ce grand ventre où se gesticent les mondes, prions journalièrement ainsi :

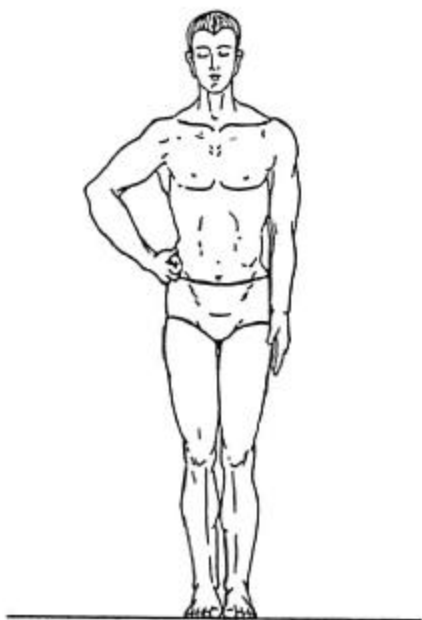
*“ À l’intérieur de mon Être Réel Interne réside la Lumière Divine. RAMIO est la Mère de mon Être, Devi Kundalini, RRRRAAAAAMMMMMIIIIIOOOOO, aide-moi; RRRRAAAAAMMMMMIIIIIOOOOO, secoure-moi, RRRRAAAAAMMMMMIIIIIOOOOO, illumine-moi. RAMIO est ma Mère Divine. Isis ma Mère, tu as l’enfant Horus, mon Être véritable dans tes bras. J’ai besoin de mourir en moi-même pour que mon Essence se perde en Lui... Lui... Lui...”.*

Cette prière se récite devant le soleil et avec les mains tendues, les jambes doivent être ouvertes et fléchies, les bras étirés vers l’avant et le plexus solaire face au soleil, le corps incliné légèrement vers l’avant, attendant de recevoir la Lumière, toujours plus de Lumière.





## Rune DORN ou TORN



Dans les Mystères Sacrés du Culte Épine, on donnait des pratiques spéciales pour développer la Volonté Consciente. DORN, Épine, signifie Volonté. Souvenez-vous, Frères Gnostiques, que notre devise est “ Théléma ”.

La Divine figure couronnée d'Épines signifie Théléma, c'est-à-dire Volonté Consciente.

DORN est aussi le phallus, le principe volitif de la Magie Sexuelle (Maïthuna).

Il faut accumuler grâce au phallus cette énergie séminale qui, étant retenue et transmutée, se convertit en Théléma, Volonté. C'est seulement avec Théléma (Volonté Christ), que nous pourrons revenir du Tartare vers la Lumière

du Soleil.

### Pratique :

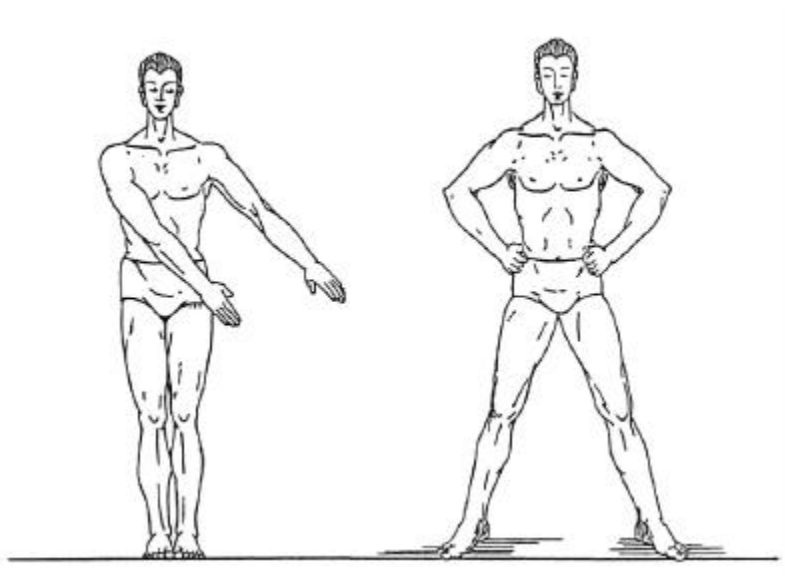
En position militaire, les pieds fermés et le visage vers l'Orient, mettez le bras droit de telle manière que la main s'appuie sur la ceinture ou sur la hanche, décrivant la forme de cette Rune.

Chantez maintenant les syllabes mantriques :

*TAAAAA TEEEEE TIIII TOOOOO TUUUUU*  
(OU) (ou TI, TE, TO, TU, TA),

afin de développer en vous-mêmes la Volonté Christ. Cet exercice doit se pratiquer tous les matins au lever du soleil.

## Rune OS (OLIN)



La Rune OS vibre intensément avec la constellation du Scorpion et cela est très important, car ce cortège d'étoiles est en intime relation avec les organes sexuels.

Cette Rune est la même Rune OLIN du Mexique Aztèque et elle est en ésotérique relation avec la fameuse Rune Épine (Volonté). OLIM, en aztèque, est le signe mystique du Dieu du Vent, du Seigneur du mouvement, qui vit dans le Monde de la Volonté Consciente.

### Pratique :

Observez avec attention les deux signes graphiques de la Rune OS; tout comme la Rune Fa a les deux bras vers le haut, la Rune Olin les a vers le bas, et ceci est profondément significatif.

Pendant les pratiques ésotériques, il faut alterner successivement les deux positions : mettant les bras vers le bas puis les reposant sur les hanches. Je le répète, examinez méticuleusement les deux signes graphiques de la Rune OS.

Pendant ces pratiques de type runique, combinez mouvement et respiration de façon harmonieuse et rythmique. Inhalez par le nez et exhalez par la bouche le prana, avec le son mystique :

*TOOOOOOORRRRRRRNNNNNNN...*

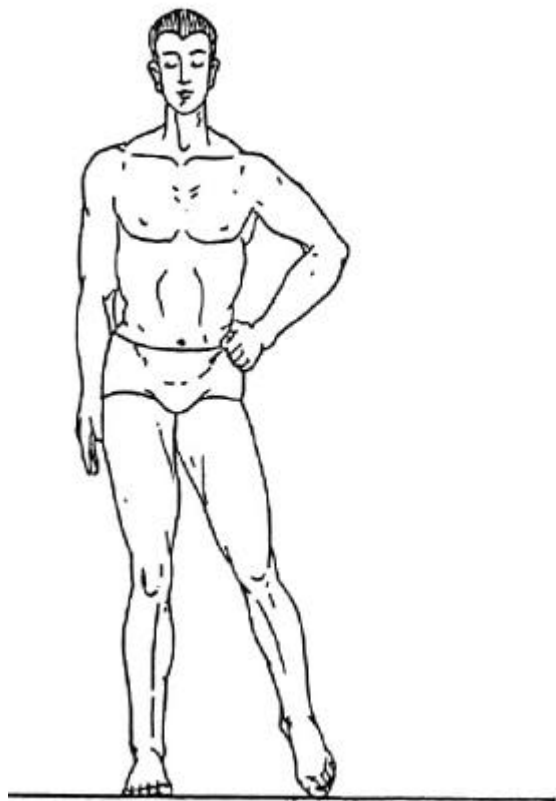
allongeant la prononciation de chaque lettre.

En inhalant, imaginez les forces sexuelles s'élevant, ascendant des glandes sexuelles, par cette paire de cordons sympathiques connus en Inde sous les noms d'Ida et Pingala. Ces nerfs ou tubes vont jusqu'au cerveau et continuent jusqu'au coeur à travers d'autres canaux, entre lesquels est l'Amrita Nadi. En exhalant, imaginez les forces sexuelles pénétrant dans le coeur, pénétrant au plus profond, jusqu'à la Conscience, pour l'éveiller.

Priez et méditez. Suppliez votre Père qui est en secret qu'il éveille votre Conscience. Suppliez votre Divine Mère Kundalini qu'elle élève, qu'elle fasse arriver votre énergie sexuelle jusqu'au coeur, et même au-delà, jusqu'au plus profond de votre Conscience.

Aimez et priez, méditez et suppliez. Ayez foi comme un grain de moutarde, et vous bougerez des montagnes. Rappelez-vous que le doute est le début de l'ignorance. Demandez et on vous donnera, frappez et on vous ouvrira.

## Rune RITA



La Rune RITA est la Rune de la Loi. Rita nous rappelle les paroles : Raison, Roue, Religion.

## Pratique :

Les mantras fondamentaux de la Rune RITA sont :

*RRRRAAAA RRRREEEE RRRRIIII RRRROOOO  
RRRRUUUU (OU) (ou RI, RE, RO, RU, RA).*

Dans la Rune RITA, nous devons ouvrir la jambe gauche et mettre le bras gauche de telle manière que la main s'appuie sur la hanche ou sur la ceinture. Le bras droit s'appuie sur la hanche ou sur la ceinture. Le bras droit reste le long du corps.

Cette pratique runique a le pouvoir de libérer le jugement interne.

Nous devons nous convertir en juges de Conscience; il est urgent d'éveiller le Bouddhata, l'Ame.

Cette Rune a le pouvoir d'éveiller la Conscience des Juges.

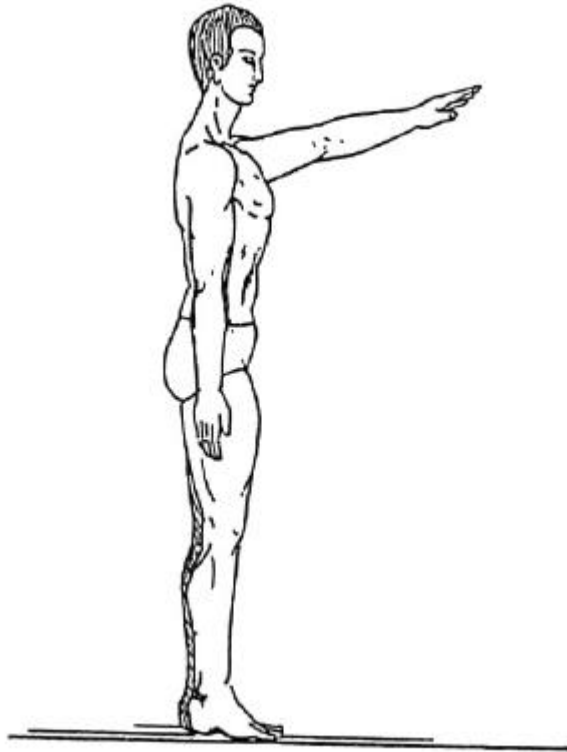
Rappelons que ce que nous appelons remords, est sans aucun doute la voix accusatrice de la Conscience.

Ceux qui n'ont jamais senti le remords se trouvent en vérité très loin de leur Juge Intérieur, en général ce sont des cas perdus.

Des gens comme ça doivent travailler intensément avec la Rune RITA et libérer leur Juge Intérieur.

Nous avons un urgent besoin d'apprendre à nous guider par la voix du silence, c'est-à-dire par le Juge Intime.

## Rune KAUM (KAOUM)



## Pratique :

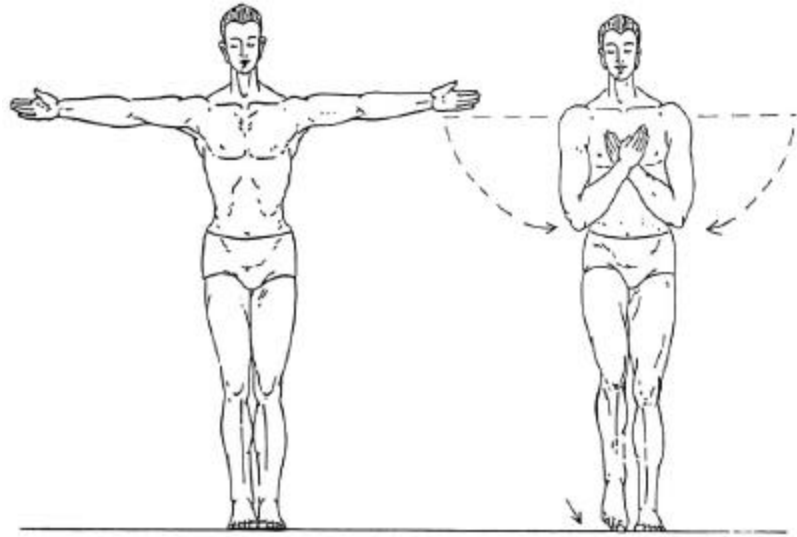
L'étudiant se tient debout, les pieds joints, face à l'Est, il lève le bras gauche comme l'indique la Rune KAUM, respire rythmiquement et vocalise le mantra ainsi :

*KAAAAUUUUU (OU) MMMMM.*

La mystérieuse Rune KAUM représente exactement la femme Prêtresse et aussi l'épée flammigère.

La Rune RITA influe sur les glandes endocrines masculines, et la Rune KAUM exerce son influence sur les glandes féminines.

## Rune LAF

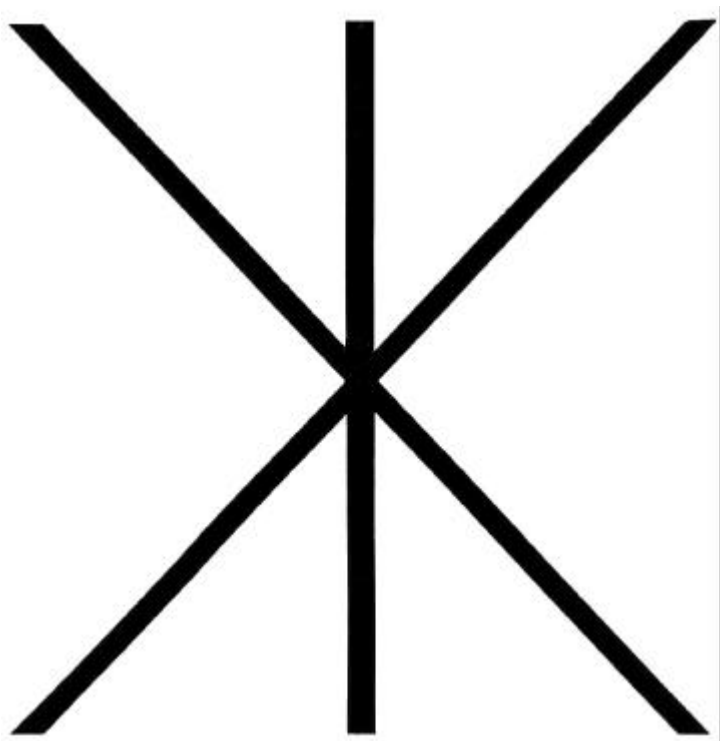


## Pratique :

La pratique qui correspond à cette Rune consiste à aller le matin vers le Soleil, au moment où il s'élève à l'Est (l'Orient), mais dans l'attitude mystique des bras en croix comme le demande la Rune, et implorer de l'aide ésotérique. Cette pratique doit s'effectuer le 27 de chaque mois, à l'aube.

Il est très significatif qu'autant dans les pays nordiques qu'en Amérique même, nous trouvons gravée dans les pierres la Laftar, la Rune LAF, qui veut dire Sauveur.

## Rune HAGAL



Sur la Roche Vive, là-bas sur la plage, tracez avec un bâton la Rune HAGAL. Appelez maintenant la petite barque du cygne sacré, ainsi vous pourrez embarquer vers les Îles Mystérieuses de la Quatrième Dimension. La Rune HAGAL et la méditation de fonds nous permettront d'entrer en contact avec ces étincelles, avec ces flammes ineffables.

## Pratique :

Aimés disciples, méditez profondément sur l'unité de la vie, sur le Grand Alaya de l'Univers, dans le monde invisible, dans les univers parallèles des dimensions supérieures de l'Espace.

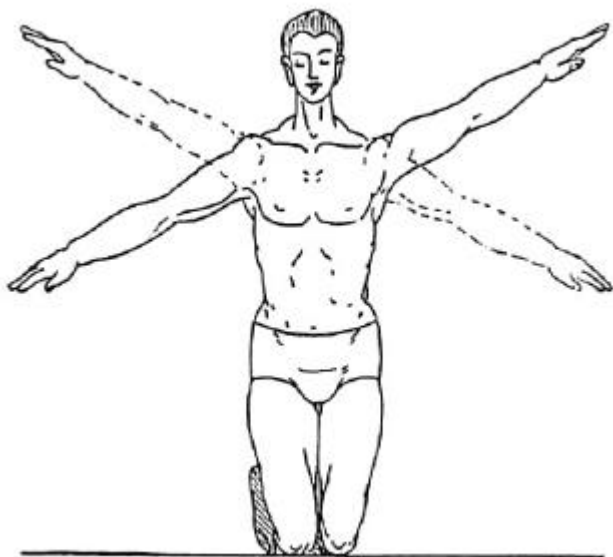
Concentrez vos pensées sur les Walkyries, les Dieux du Feu, de l'Air, de l'Eau, de la Terre.

Agni est le Dieu du Feu, Paralda est le Dieu de l'Air, Varuna est le Dieu de l'Eau, Gob est le Dieu de l'élément Terre.

Au moyen de la méditation, vous pouvez entrer en contact avec les Dieux des éléments.

Tracez la Rune HAGAL sur un papier blanc et concentrez ensuite le mental sur un des quatre Dieux des éléments. Appelez-les à votre secours lorsque cela est nécessaire.

## Rune NOT



N O T, en lui-même, signifie en fait danger, mais il est évident que dans la Rune même existe le pouvoir de s'en évader de façon intelligente.

Ceux qui transitent sur le Sentier en lame de rasoir sont combattus sans cesse par les ténébreux, souffrent l'indicible, mais peuvent et doivent se défendre avec la Rune NOT.

Avec la Rune NOT, nous pouvons implorer de l'aide, supplier Anubis et ses quarante-deux Juges du Karma, qu'ils acceptent de négocier.

Nous ne devons pas nous plaindre du Karma, celui-ci est négociable. Celui qui possède un capital de bonnes oeuvres peut payer sans nécessité de souffrance.

## Pratique :

Les pratiques de la Rune NOT nous mènent au Pranayama, à la sage et intelligente combinaison des atomes solaires et lunaires. Inhalez profondément l'air vital, le Prana, la vie, par la narine droite et exhalez par la narine gauche, comptant mentalement jusqu'à douze; puis inhalez par la narine gauche et exhalez par la narine droite et vice versa. Réalisez cet exercice pendant dix minutes. Avec le pouce et l'index, on contrôle les fosses nasales pour cette pratique.

Après, l'étudiant gnostique s'assoit ou se couche sur le dos avec le corps relaxé; se concentrant et essayant de se rappeler de ses vies passées.

Au cas où l'on ait besoin de l'aide d'Anubis, s'il est urgent de négocier avec lui, on ouvre les bras et une fois ainsi, on forme la Rune NOT, un bras formant avec le corps un angle de 135° et un angle de 45° avec l'autre.

Ensuite, le bras qui forme un angle de 45° passera à une inclinaison de 135° et vice versa.

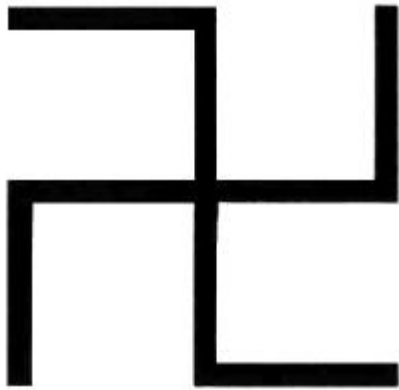
Pendant l'exercice, on chantera les mantras :

*NNNAAAA NNNNEEEE NNNNIIII  
NNNNOOOO NNNNUUUU (OU) (ou NI, NE, NO,  
NU (NOU), NA).*

ayant le mental concentré sur le Seigneur Anubis, le régent du Karma, le suppliant de nous accorder la négociation que l'on désire, demandant son aide urgente.

Observez bien la forme de la Rune NOT en imitant avec les bras le signe graphique : bras droit et gauche s'alternant dans son mouvement.

## Rune GIBUR



Dans le macrocosme, ses bras coudés en angles droits expriment clairement et sans aucun doute, les incessantes évolutions et involutions des sept cosmos. La Swastika dans le microcosme représente l'homme avec le bras droit signalant le ciel et le bras gauche indiquant la terre.

La Swastika est un signe alchimique, cosmogonique et anthropogonique, à la lumière des sept différentes clés interprétatives. Elle est enfin le symbole de l'électricité transcendante, l'Alpha et l'Oméga de la force sexuelle universelle, depuis l'esprit jusqu'à la matière; et pour cela celui qui réussit à embrasser toute sa signification mystique se libère de maya (illusion).

Sans aucun doute, la Swastika est le moulin électrique des physiciens; elle renferme tous les mystères du Lingam-Yoni. La Swastika en elle-même est la croix en mouvement; Sexo-Yoga, Maïthuna, Magie Sexuelle.

Dans le Mexique aztèque, le Dieu de la vie porte la croix Swastika sur le front et les prêtres l'utilisaient comme ornement de leurs tuniques sacrées.

## Pratique :

En traçant avec le pouce, l'index et le majeur le signe sacré de la Swastika, nous pouvons nous défendre des puissances ténébreuses. Devant la Swastika fuient les colonnes des démons.