



Bonus : méditations pour se connecter au 7e plan

Voici deux méditations pour s'élever au 7e plan d'existence.

Précaution : ne pratiquez pas la première méditation sur des personnes non sensibilisées à l'énergétique, à l'ancrage, ou avec des états de conscience facilement altérés (personnes atteintes de troubles psychiques, prenant des drogues, etc..).

PREMIÈRE MÉTHODE : PAR EXPANSION

Centrez votre attention dans votre cœur et concentrez y votre énergie. Visualisez et ressentez cette énergie descendre le long de votre buste dans vos hanches, vos jambes, jusqu'à la plante de vos pieds ; et de là aller à la terre. Elle traverse chacune des couches terrestres avec facilité, à la vitesse de la lumière, jusqu'à atteindre le noyau terrestre. Votre énergie l'entoure et vous voilà profondément ancré.

Cette énergie remonte depuis le noyau de la terre pour revenir à la surface, en passant par chacune des couches terrestres avec facilité, à la vitesse de la lumière, jusqu'à atteindre la plante de vos pieds et remonter le long de vos jambes, dans votre bassin, le long de votre buste jusqu'au sommet de votre tête ; où elle y forme une belle boule de lumière. Observez la couleur de cette boule d'énergie et placez-y votre conscience. Voyez à présent cette énergie monter comme un épais rayon de lumière, élevant votre conscience ; traversant chacune des couches de l'atmosphère une à une à la vitesse de la lumière.

Visualisez votre énergie entrer à présent dans une belle et grande lumière au dessus de l'Univers. Vous la traversez avec facilité, et vous voyez de nouveau une autre paroi de lumière brillante, puis une autre avec entre chacune d'elle, un peu de lumière sombre. Il s'agit simplement d'une couche avant la lumière suivante. Continuez à avancer. Vous arrivez à une grande énergie apparaissant comme une substance gélatineuse de toutes les couleurs de l'arc-en-ciel.

Vous la traversez avec facilité et dès lors elle change de couleur. Ce sont les Lois. Vous verrez toutes sortes de formes et de couleurs. Au loin, il y a une lumière blanche irisée et bleutée, comme une perle ou de la neige scintillante. Dirigez vous vers elle. Évitez la lumière d'un bleu profond car c'est la Loi du magnétisme. En arrivant plus près, vous apercevez une brume d'une couleur rose. Continuez jusqu'à y arriver : c'est la Loi de la compassion. Elle vous pousse vers un endroit extraordinaire. La lumière iridescente qui vous attend au delà est sous la forme d'un rectangle, comme une fenêtre. Cette fenêtre est l'ouverture vers le septième plan.





Traversez la maintenant. Allez-y profondément. Voyez qu'un rayonnement profond et blanchâtre imprègne votre corps. Ressentez le. L'énergie est légère, elle a une essence bien particulière, vous pouvez la sentir vous traverser. Vous ne pouvez plus percevoir la séparation entre votre propre corps et l'énergie. Vous devenez "tout ce qui Est".

Votre corps ne disparaît pas. Il devient parfaitement sain. Il n'y a qu'énergie ici, pas de gens ni d'objets. Si vous voyez des personnes, allez plus haut encore. C'est dans le Septième Plan que l'énergie créatrice vous permet de manifester dans tous les aspects de votre Être et de votre incarnation.

DEUXIÈME MÉTHODE : PAR INTÉGRATION

Asseyez vous confortablement sur un support et inspirez profondément. Centrez votre attention dans votre coeur et concentrez y votre énergie. Sentez l'énergie de votre support et la vôtre ne faire plus qu'un au niveau moléculaire. Vos molécules et celles de votre support se mélangent dans les deux sens, de l'un à l'autre. Vous ne vous étirez pas, mais vous vous connectez plutôt aux molécules, vous devenez chacune d'elles. Visualisez à présent qu'à un niveau moléculaire vous devenez partie intégrante de chaque objet de la pièce, jusqu'à être la pièce entière. Dilatez vous vers l'extérieur et devenez un avec l'entièreté de votre environnement.

Visualisez que vous êtes votre maison, votre quartier, votre ville, votre région, et vous vous étendez encore jusqu'à devenir votre pays, votre continent, la Terre entière à laquelle vous vous connectez en profondeur, de la terre ferme à la mer, ainsi que chacune de leurs créatures. Vous vous étendez au cosmos entier, ses astres et ses étoiles, jusqu'à devenir Un avec l'Univers.

Vous êtes chacune des lumières blanches et brillantes. Vous êtes la couche gélatineuse des Lois. Vous êtes la brume rose de la compassion. Vous êtes la lumière blanche iridescente du Septième Plan.

Prenez une profonde inspiration et ouvrez les yeux. Bienvenue au Septième Plan. Vous voyez bien, vous n'êtes en rien séparé, vous êtes le Tout.

