

L'ARCHAEUS D'AUTO-REGENERATION

Version originale © 2002 By Rawn Clark

Version Française © 2003 par Cryo

~ Leçon Deux ~

Conscience complète et Intégration du Corps Astral

Introduction:

Bonjour, vous écoutez la leçon deux de l'Archeus d'Auto-Régénération, par Rawn Clark. Le sujet de cette leçon est la conscience complète et l'intégration du corps astral.

Le corps astral est composé d'énergie émotionnelle, par opposition à l'énergie physique. Contrairement à l'énergie physique, l'énergie émotionnelle n'est pas mesurable scientifiquement. Par conséquent, le corps astral ne doit pas être confondu avec l'aura, puisque l'aura, qui elle peut être mesurée, est composée d'énergie physique, bien que d'une nature hautement subtile. Une aura est naturellement générée par tout corps physique vivant, et bien qu'elle reflète la nature du corps astral, elle n'est pas le corps astral lui-même

Le corps astral est un corps intermédiaire, produit par la descente du corps mental dans le plan physique, et par conséquent sa survie dépend de cette connexion entre mental et physique. Si l'influx mental est coupé, ou si le véhicule physique est détruit, le corps astral commence à se désintégrer. La substance astrale brute n'est cristallisée dans un corps astral que lorsqu'il y a une descente du mental dans le physique.

Chaque corps astral reflète l'influx mental qui l'a formé, par conséquent votre propre corps astral est unique de la même manière que votre corps physique. Il n'y en a pas deux exactement semblables.

Un corps astral agit comme un connecteur entre les corps mental et physique. Tout ce qui se passe au niveau de votre corps mental est reflété dans votre corps astral et va, à travers ce dernier, affecter votre corps physique. De même, tout ce qui se passe au niveau de votre corps physique affecte votre corps astral, et par extension, votre corps mental.

Le siège de la perception est le corps mental, mais le siège de la sensation est le corps astral. Quand vous ressentez quelque chose, vous le percevez initialement avec vos sens mentaux. Cette perception a trait au sens fondamental de la sensation. Ce sens fondamental est ensuite personnalisé par votre corps astral, et la sensation est associée à une signification.

La signification d'une sensation est le contenu émotionnel que nous associons avec telle ou telle chose, idée, évènement, etc. Les émotions que nous associons avec une chose particulière dépendent aussi bien de notre éducation que de nos pensées et expériences personnelles.

L'attribution d'une signification émotionnelle à nos perceptions est un procédé très

complexe et principalement inconscient. Le schéma habituel qu'une personne applique pour attribuer des significations émotionnelles est sa personnalité. C'est pourquoi le corps astral est généralement assimilé avec la personnalité. Cependant, le corps astral est plus qu'un complexe de réponses émotionnelles. C'est également notre lien avec le plan astral.

La première tâche de l'initiation Magique est l'analyse et la transformation subséquente de la personnalité. Comprendre la dynamique de sa personnalité permet à l'initié de percevoir plus clairement le sens fondamental de chaque sensation, évènement, chose, ou idée. Quand vous pouvez voir à travers vos interprétations émotionnelles instinctives et comprendre pourquoi vous réagissez de cette manière particulière, vous êtes alors en mesure de répondre « consciemment », au lieu de réagir selon une habitude inconsciente. Ce remaniement de la personnalité la fait passer du stade de réaction inconsciente et habituelle au stade d'outil d'expression de Soi manipulé consciemment. A l'aide de cet outil, l'initié cherche à exprimer clairement ses propres sens fondamentaux par le moyen d'émotions conscientes.

Un des objectifs de cette leçon est de ressentir votre corps astral. Ceci ajoute une nouvelle dimension au travail d'analyse et de transformation de la personnalité, en donnant un point de référence sensoriel à un procédé à la base intellectuel.

Le corps astral est ressenti de manière très similaire au corps physique, à l'exception d'une sensation de vibration absente des sensations physiques habituelles. La sensation en elle-même est très proche de la « chair de poule », de ces picotements que vous ressentez lorsque vous trouvez en face de quelque chose de particulièrement important.

Le corps astral étant très intimement lié au corps physique, le fait de le ressentir donne à vos nerfs physiques la sensation qu'un faible courant électrique parcourt votre corps. C'est comme si vous sentiez la pointe de vos poils se hérissier sous l'effet de ce courant. Mais ce n'est que la manière dont votre cerveau interprète naturellement le fait de sentir consciemment votre corps astral.

Comme je l'ai dit précédemment, le corps astral n'est pas composé d'énergie physique, ce que vous ressentez donc avec votre corps physique n'est pas le corps astral lui-même. En fait, c'est une sensation physique causée par votre cerveau, ce dernier ayant l'habitude de traduire votre conscience d'une signification émotionnelle en sensation physique. Comme votre cerveau reçoit une signification émotionnelle et un sens fondamental qui sont naturellement associés à une sensation physique, il répond en excitant quelques neurones qui créent la sensation physique précédemment décrite.

Ce fait peut prêter à confusion, car certains pourraient conclure que le corps astral est un corps énergétique, ou éthérique. N'oubliez donc pas, quand vous ressentez votre corps astral, que la sensation physique que vous ressentez n'est qu'un effet de la prise de conscience de votre corps astral. Ne l'identifiez pas avec le corps astral lui-même, mais essayez plutôt de voir au-delà de cette sensation physique et de percevoir la signification émotionnelle qu'il y a derrière. Là, vous trouverez le véritable corps astral.

Le corps physique correspond à l'Elément Terre et le corps astral à l'Elément Eau. Le corps astral est de nature très fluide et rythmique et il tend à s'adapter à toute vibration qu'il rencontre. C'est pourquoi tout ce qui est perçu par l'audition a un impact particulièrement direct sur le corps astral. Une chanson réellement émouvante, par exemple, manipule directement votre corps astral, en évoquant des réponses émotionnelles prévisibles, par le son et le rythme.

Comme la musique est probablement le meilleur exemple de l'effet du son et du rythme sur le corps astral ou émotionnel, cet enregistrement utilise des extraits musicaux appropriés pour vous aider pendant l'exercice.

Passons maintenant à la pratique de la leçon deux, et à la conscience complète et l'intégration du corps astral.

Pratique:

Chaque leçon de l'Archaeus commence avec la relaxation et la conscience du corps physique. Supposant que vous avez maîtrisé la leçon 1, nous allons passer relativement rapidement sur la phase de relaxation initiale.

Installez vous confortablement, le dos droit, vos mains reposant naturellement sur vos cuisses, et débarrassez votre esprit de toute pensée indésirable et de tous vos soucis du moment.

Maintenant, concentrez-vous sur la région Terre de votre corps physique et relaxez rapidement tous les muscles de cette région. Evacuez toute tension de cette région.

Concentrez-vous à présent sur votre région Eau, et relaxez tous les muscles dans cette région. Evacuez toute tension de cette région.

Concentrez vous sur votre région Air, et relaxez tous les muscles dans cette région. Evacuez toute tension de cette région.

Enfin, concentrez-vous sur votre région Feu, et relaxes tous les muscles dans cette région. Evacuez toute tension de cette région.

Maintenant, ressentez la région de votre tête comme un tout.

Ajoutez-y la région de votre poitrine, et sentez les deux régions simultanément.

Ajoutez-y votre région abdominale, et sentez les trois régions simultanément.

Enfin, ajoutez la région de vos jambes et ressentez votre corps tout entier comme un tout.

Projetez vos racines dans le sol devant vous et évacuez toute négativité que vous pourriez porter en vous.

Revenez à la sensation de votre corps unifié. Sentez la solidité de la région Terre, la fluidité de la région Eau, la légèreté de la région Air, et l'électricité de la région Feu. Sentez comme chacune des quatre régions se connecte avec les autres, et forment un tout, unifié, et inséparable.

A présent, concentrez votre attention sur la peau qui couvre entièrement votre corps. Sentez toute la surface de votre corps physique. Puis, étendez votre conscience vers l'extérieur, d'à peu près 5 cm. Sentez l'énergie vibrante qui existe quand vous étendez votre conscience de cette façon, même de quelques centimètres.

Maintenez la sensation de cette énergie. Concentrez vous exclusivement sur cette sensation. Ce que vous ressentez est votre corps astral.

Concentrez votre attention sur la zone entourant la région Terre de votre corps. Sentez la solidité énergétique de cette partie de votre corps astral. Ici se trouvent vos émotions fondamentales. Les croyances et émotions rudimentaires à l'origine de tout le reste de vos émotions. Sentez leur solide énergie pulser à l'intérieur de la région Terre de votre corps astral.

[Musique de la Terre]

Concentrez vous sur la zone entourant la région Eau de votre corps physique. Sentez la fluidité énergétique de cette partie de votre corps astral. Ici se trouvent vos émotions qui adaptent vos émotions fondamentales au monde extérieur. Les émotions et croyances qui traduisent vos fondations en action. Sentez leur énergie fluide pulser à l'intérieur de la région Eau de votre corps Astral.

[Musique de l'Eau]

Maintenant, concentrez vous sur la zone entourant la région Air de votre corps physique. Sentez la légèreté énergétique de cette partie de votre corps astral. Ici se trouvent vos émotions qui communiquent vos émotions fondamentales au monde extérieur. Les émotions et croyances superficielles, que vous exprimez tous les jours. Sentez leur énergie changeante pulser à l'intérieur de la région Air de votre corps astral.

[Musique de l'Air]

A présent, concentrez vous sur la région entourant la région Feu de votre corps physique. Sentez l'expansion énergétique de cette partie de votre corps astral. Ici se trouvent vos émotions les plus fugaces et les plus passionnées. Les émotions puissantes dont l'expression est transformatrice. Sentez leur énergie radiante pulser à l'intérieur de la région Feu de votre corps astral.

[Musique du Feu]

A présent, ajoutez la conscience de la région Air de votre corps astral à celle de la région Feu. Sentez comme les énergies de ces deux régions se mélangent l'une avec l'autre. Sentez ces deux régions comme une seule.

Maintenant ajoutez la conscience de la région Eau de votre corps astral à celle des régions Air et Feu combinées. Sentez comme l'énergie de la région Eau se mélange à l'énergie des régions Air et Feu pour former une seule région. Sentez l'unité de ces trois régions de votre corps astral.

Maintenant, ajoutez la conscience de la région Terre de votre corps astral à celle des régions Eau, Air et Feu combinées. Sentez comme l'énergie de la région Terre se mélange avec celle des régions Eau, Air et Feu. Sentez comme la région Terre solidifie votre corps astral, le maintenant dans son intégrité.

Concentrez vous sur l'énergie vibrante de votre corps astral tout entier.

A présent, réduisez votre conscience à votre peau, et sentez cette peau qui couvre tout votre corps physique. Attirez l'énergie de votre corps astral à l'intérieur, toujours plus profond, et laissez-la baigner votre corps physique jusqu'en son centre. Attirez cette énergie jusqu'au plus profond de la moelle de vos os.

Sentez cette énergie brillante qui emplit entièrement votre corps physique. Sentez l'énergie du Feu qui pénètre la région tête de votre corps physique. L'énergie de l'Air qui pénètre la région de votre poitrine. L'énergie de l'Eau qui pénètre votre région abdominale. Et l'énergie de la Terre qui pénètre la région de vos jambes.

Maintenant, projetez vos racines profondément dans le sol à vos pieds, et laissez s'écouler toute énergie en excès que vous pourriez sentir. Ne laissez s'écouler que ce qui doit partir dans la terre. Ne forcez pas l'énergie à partir, laissez la s'écouler d'elle-même. Votre corps physique sait ce qu'il doit garder, et ce qu'il doit rejeter, faites confiance à sa sagesse.

Retournez à la conscience de votre corps physique. Sentez la solidité de la région de vos jambes. La fluidité de votre région abdominale, la légèreté de la région de votre poitrine, et l'électricité de la région de votre tête.

Sentez simultanément ces quatre régions, comme un tout unifié.

Commencez votre retour à votre conscience habituelle. Avant d'ouvrir les yeux, prenez un moment pour écouter les bruits autour de vous, pour sentir l'air, etc...

Prenez une profonde inspiration et expirez doucement.

Faites remonter vos mains le long de vos cuisses jusqu'à votre abdomen, votre poitrine, et

jusqu'à votre visage, puis redescendez, réveillant ainsi votre corps à ses sensations habituelles.

Ouvrez doucement les yeux, et reprenez une activité normale.

Ceci conclut la leçon deux de l'Archaeus d'Auto-Régénération, concernant la conscience complète et l'intégration du corps astral.

Il est préférable que vous n'utilisiez cet enregistrement que le temps d'apprendre la technique. Dès que vous avez mémorisé la séquence, et que vous avez réussi à suivre la technique avec l'enregistrement plusieurs fois, essayez de la pratiquer sans aide. Il est impératif que vous appreniez à utiliser cette technique seul si vous voulez passer aux leçons suivantes.

Quand cette technique vous devient facile, vous pouvez passer à la leçon 3, concernant la conscience et l'intégration du corps mental.