

### 3. Le centre frontal

#### Un peu de théorie

La voyance est quelque chose très normale. C'est voir et savoir parce qu'on a réalisé une certaine clarté intérieure. Mais aussi sans un entraînement particulier, on utilise souvent son troisième œil. Nous l'utilisons pour observer les personnes et les circonstances qui nous entourent. Mais malheureusement nous sommes fortement découragés d'avoir confiance en nos observations voyantes et nous devons apprendre de nouveau que nos intuitions sont vraies et utiles. Pendant notre enfance nous sommes très souvent corrigés, et même punis quand nous avons communiqué nos intuitions et par conséquent nous avons arrêté de les utiliser. On a dit : 'tu as tort, tu es brutale, tu es un petit pédant, un faiseur des mots, tais-toi'.

Chez des enfants, voir et dire sont très interconnectés, par conséquent, ils arrêtent leur voyance, parce que la vérité ne peut pas être dite. C'est évident que les enfants doivent apprendre qu'on ne peut pas dire tout ce qu'on voudrait, mais il est très utile d'apprécier leurs observations intuitives. Pas facile à faire parce que la vérité n'est souvent pas bienvenue. Nous devons rapprendre d'être intuitif.

#### La description du centre frontal

Aussi appelé:

Le sixième centre, le troisième œil, la vision intérieure

Position:

Sur le front, entre les sourcils

Rayonnement et réceptivité :

À 4 côtés: devant et derrière de la tête, dessus des oreilles

Glande hormonale :

L'hypophyse

Analogie:

Téléviseur, projecteur, radar, créateur des diaporamas

Fonctions:

Voir et comprendre des énergies et des inspirations, projeter des énergies

Aspects d'un centre frontal bien développé:

La voyance, la clairvoyance, la vision, saisir d'un coup d'œil, voir clair, voir des images, visualiser créativement, voir et apprécier de la beauté, voir des auras et des centres d'énergie, apercevoir des entités sans corps physique, apercevoir des constellations d'énergies, avoir des visions ou des révélations, voir ou connaître le passé et l'avenir.

Aspects d'un centre frontal sous-développé:

Être embrouillé, confus, troublé. Projeter de la négativité. Ne pas avoir de suite dans ses idées.

Contrôler et dominer des autres

Être aveugle pour de la beauté

Voir des monstres et des autres niveaux de basses énergies.

## Préparation

1. Ferme les yeux, respire lentement et profondément, sois au milieu de la tête.
2. Installe une grande racine et évacue les énergies indésirables de ton corps.
3. Tire ton aura serrée autour de toi, et nettoie-le. Fais l'aura complètement de toi: toutes les idées, attentes, ou jugements des autres, qui te limitent d'être toi-même, sont pris par un vent nettoyant.
4. Laisse l'énergie de ton soleil entrer dans ton aura et ton corps.
5. Nettoie la pièce par l'évacuation des énergies difficiles, par la racine de la pièce. Pose la pièce dans une énergie en or.
6. Teste ta neutralité, par une grande vague qui passe sans aucune résistance.
7. Laisse couler les énergies du ciel et de la terre et trouve l'équilibre entre les deux.
8. Ouvre les centres des pieds et des mains et laisse couler de l'énergie par les jambes et les bras.
9. Ouvre le centre du corps, nettoie-les, et pose chacun dans sa propre couleur, ou dans une couleur préférée, la même pour tous les centres.
10. Visualise ton sanctuaire et entre dedans, sois vraiment là et observe les qualités de cet espace. Va à la rencontre de ton Guide Intérieur, demande-lui de t'aider dans toutes les circonstances.
11. Formule ta prière d'ouverture et de dévotion à la puissance la plus élevée.  
Finis la méditation.

## Observer et découvrir

Reprends la transe. Laisse colorer ton enracinement en indigo, une couleur bleu-violet, plus bleu que violet.

Dirige ton attention vers le front, bouge le front en haut et en bas, et de l'un côté à l'autre, et plisse le front.

Obtiens une idée du centre énergétique qui se trouve entre les sourcils. Tu peux le sentir comme une énergie rayonnante, calme et très claire.

Laisse s'ouvrir ce centre. Devant et en arrière et aux côtés, les pétales du centre s'ouvrent si ample que possible. Essaie-le le plus ouvert possible. Sens le résultat.

D'après tu fermes tous les pétales, si bien fermé que possible. Comment il sent, d'être tellement fermé? Quelle est la différence?

Et de nouveau, ouvre tous les pétales, prends suffisamment de temps pour réaliser une ouverture complète.

Et ferme le centre à tous les côtés.

Choisis enfin une mesure d'ouverture qui te plaît.

Fais attention à ta respiration, le rythme lent d'inspiration et d'expiration. Imagine qu'au rythme de la respiration des énergies entrent dans ton centre frontal et refluent avec l'expiration. Sens comment cette respiration crée un silence serein. Sens comment le centre frontal s'étend.

Place une image de toi-même devant toi et observe le centre frontal.

Quelles couleurs vois-tu?

Demande le centre comment il va.

Demande que tu pourrais faire pour le centre. Donne-lui un compliment.

Finis la projection de toi-même et place ton attention au milieu du centre frontal. Laisse entrer des énergies cosmiques et observe si les canaux d'énergies qui forment la connexion entre le centre coronal et le centre de la gorge sont propre et clair. Si nécessaire nettoie-les avec de l'énergie cosmique.

Penche-toi et finis la méditation.

## Nettoyage

Reprends la transe, bien au milieu de ta tête, la respiration lente et profonde, crée de nouveau un enracinement en indigo et laisse couler toutes tes énergies.

Visualise une ligne horizontale, de gauche à droite ta ligne de vie. Pose sur cette ligne des chiffres qui indiquent tes âges différents.

Laisse maintenant de petits lumignons s'allumer, à tous les moments qu'on a méconnus tes observations intuitives ou quand tu même les as méconnus. Ils apparaissent sur la ligne de vie comme de petites lumières colorées.

Quand il existe des concentrations de petites lampes, regarde quels âges elles indiquent. Essaie de laisser apparaître des gens qui ont nié tes intuitions. Parle un peu avec lui ou avec elle. Demande pourquoi ils ont nié tes observations lucides.

Essaie de comprendre pourquoi il ou elle a fait comme ça. Accepte cette situation et laisse diminuer la personne, jusqu'à ce qu'elle soit disparue complètement.

Visualise ton grand soleil, chaud et vibrant. Laisse ton soleil devenir un aimant, qui attire automatiquement tous les lumignons de ta ligne de vie. Vois comment ils volent vers le soleil. Vois comment ton soleil augmente en lumière et en chaleur quand il a absorbé les difficultés en forme de lumignons.

Laisse ton centre frontal se remplir avec de la lumière du soleil, avec de la confiance en toi. Maintenant, tu pourrais observer si existent encore de petits morceaux d'énergies foncées ou des images lourdes dans ton centre frontal.

Dirige ces énergies vers une fleur, laisse la fleur exploser et les énergies libérées aller à ton soleil, qui les absorbe volontiers. Après, ils descendent dans ton centre frontal.

Reste conscient de la possibilité de fermer les pétales du centre frontal quand il entre trop d'information, plutôt que de nier ton intuition.

Pour l'instant, choisis une ouverture pour le centre frontal qui te plaît.

Sois au milieu de la tête et dis hello à ton analyseur, cette partie de toi qui veut tout expliquer.

Présente l'analyseur à l'intuition. Sois conscient que tu as besoin des deux, l'intuition et la faculté de penser, chacun dans ses propres circonstances. Apprécie les deux et donne chacun un petit cadeau.

Finis la méditation.

## Observer des énergies

Reprends la transe, laisse couler ton énergie, respire profondément et installe ton attention sur le front.

Ouvre maintenant les yeux et étends la main droite devant toi, avec le dos debout.

Ferme en suite les yeux et observe la main avec ton centre frontal. Quelles couleurs vois-tu, existent-elles aussi autour la main?

Communique un peu avec ces énergies colorées. De quoi sont-elles des symboles? Que peuvent-elles dire à toi?

Continue de regarder la main mais tourne la paume vers toi. Que vois-tu? Les mêmes couleurs ou quelque chose différente?

Réalise-toi qu'observer des énergies n'est pas la même chose qu'observer des images ou des souvenirs. Les énergies sont une source primaire sans interprétation.

Fais maintenant la même avec la main gauche.

Pose les deux mains sur les cuisses, les paumes en haut et ouvre les centres des mains, si bien ouvertes que possible. Sens comment l'activité énergétique augmente. Observe les couleurs dans tes mains.

Étends de nouveau tes bras, observe les énergies et leurs couleurs.

Pose tes mains sur ton front et frotte le visage, la nuque, la poitrine, le ventre et les jambes.

Deviens conscient de tous tes centres et règle leur ouverture, n'oublie pas de régler aussi l'ouverture des centres dans les mains.

Finis la méditation par te pencher

## Exercices

Fais attention à l'activité de ton centre frontal. Reconnais ses observations et ne cherche pas des rationalisations.

Pratique l'ouverture et la fermeture du centre frontal, observe le résultat dans la vie de tous les jours et dans les contacts avec tes proches.

Pour entrainer tes capacités de visualisation, tu pourrais faire quelques exercices. Prends une fleur et regarde-la avec des yeux ouverts et ton attention située sur ton front. Essaie d'après de reproduire cette image dans la tête, avec des yeux fermés.

Fais la même chose avec une bougie brûlante, un arbre ou une voiture.