

10. Les projections de l'âme. Point 10 de protection: introduire la lumière de ton soleil.

Animus et anima et leurs projections.

Des gens sont biologiquement nés comme des hommes et des femmes, mais au fond chaque personne est androgyne (andros = homme, gynos = femme). Chacun(e) a des énergies et des qualités féminines et masculines. On pourrait appeler aussi cette paire inséparable Yin et Yang, Soleil et Lune, Actif et Passif ou Protecteur et Gardienne.

Le psychiatre C.G.Jung a baptisé ces partenaires intérieurs anima et animus. Selon lui l'âme de la femme est masculine (animus), et l'âme de l'homme est féminine (anima). En plus: notre âme est la grande animatrice!

Le plus souvent, nous ne sommes pas conscients de ces partenaires intérieurs, mais parce qu'ils sont porteurs d'une énorme quantité d'énergie, l'animus et l'anima cherchent toujours des moyens de s'exprimer. Très souvent, nous projetons les énergies de notre âme sur quelqu'un de l'autre sexe ou sur une autre personne.

Par la projection, on peut devenir conscient du contenu de ces énergies ou au moins on effectue une sorte de réalisation de cette énergie de l'âme.

Il peut donner des grandes surprises, quand on tombe amoureux de quelqu'un. On projette ses énergies, mais on ne connaît pas du tout cette autre personne. Au fur et à mesure que l'on se connaît mieux, on pourrait rencontrer des grandes déceptions. On ne trouve pas la personne rêvée, mais une personne avec son propre caractère. La déesse ou le dieu, c'est l'anima ou l'animus projeté, disparaît. L'ensorcellement est rompu. La surestimation peut même changer en sous-estimation.

Toujours quand il existe une surestimation ou une sous-estimation de quelqu'un(e) on a à faire avec une projection de l'anima ou de l'animus.

Après la fin d'une relation amoureuse l'anima ou l'animus est libre et peut de nouveau être projeté sur un autre personne, qui est par préférence inconnu, parce que ça donne de l'espace pour la projection.

On peut ainsi user maintes relations, jusqu'à ce qu'on trouve de la compréhension et une romance qui perdure. L'élimination des projections est la base d'une relation réussite.

Prendre la responsabilité pour sa propre âme est éviter de la misère.

En acceptant notre homme ou femme intérieur, nous créons de l'espace pour la réalisation de qui nous sommes en vérité, la réalisation de notre âme. C'est le cas pour soi-même et pour l'autre.

Après la préparation, nous allons faire du contact avec ce partenaire.

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-la. Fais l'aura complètement de toi: tous les idées, expectations 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 l'aura et le 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 les centres 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, sois vraiment là et observe les qualités de cet espace. Va à la rencontre de ton Guide, demande-lui de t'aider dans toutes les circonstances.
 11. Formule la prière de dévotion et de soumission à la puissance la plus élevée.
- Finis la méditation.

Animus et anima

Reprends la transe. Sois au milieu de la tête, bien détendu. Avec la respiration lente et profonde tu deviens de plus en plus un avec ton monde intérieur. Donne la racine une couleur que tu aimes.

Ouvre bien les centres des mains et des pieds, et le centre coronal. Laisse couler les énergies terrestres et cosmiques bien balancées.

Dirige ton attention vers le centre de base. Sens ce centre comme une force, un picotement ou simplement comme une présence. Fais le centre plus grand par l'ouverture des pétales.

Donne le centre de base une couleur plus vive et intense. Donne ton centre de base la permission d'être soi-même. Peut-être, il est nécessaire de nettoyer encore un peu ce centre, tu pourrais le faire avec la fleur-aspirateur.

Dirige ton attention maintenant vers le centre sacré, au milieu du ventre. Fais contact avec ton érotisme et avec ton plaisir. Nettoie ce centre aussi avec la fleur-aspirateur. Sens le centre sacré comme une source de chaleur, un picotement, un courant, ou comme il est pour toi. Donne de la permission à ton centre émotionnel de devenir plus grand, sens comment il grandit.

Ouvre le plexus solaire un peu plus. Fais la lumière dedans plus intense, donne-la une jolie couleur jaune.

Imagine qu'il existe depuis ton centre sacral un sentier qui mène en avant. Promène-toi sur ce sentier et laisse apparaître spontanément un paysage. Découvre avec tous tes sens les qualités de ce paysage pendant cette promenade détendue.

Le sentier mène à un endroit où se trouve une personne avec le sexe opposé. Quel air a cette personne? Dans quelle forme apparaît-elle? Peux-tu apprécier cette manifestation? Ouvre ton centre du cœur et regarde dans les yeux de cette personne. Quels sentiments montent? Quelles caractéristiques sexuelles peux-tu observer? Donne toi-même de l'espace de les voir et sentir.

La personne que tu rencontres est ton partenaire intérieure, ton animus ou anima. Fais connaissance avec lui, demande-lui avec quel nom il veut être adressé. Communique avec lui en mots, en images ou en sentiments et demande ce qu'il voudrait te dire. Et toi, que voudrais-tu lui dire?

Avant de continuer, contrôle tes centres en bas. Sont-ils encore bien ouverts, est-il nécessaire de les nettoyer et de laisser exploser d'éventuelles images chargées? N'oublie pas ton humour.

Vois ton partenaire intérieure de nouveau, et dis hello de tout ton cœur. Rends-toi compte que cet homme ou cette femme fait partie de ton propre fonctionnement psychique. Invite ton partenaire intérieure d'aller faire des choses ensemble: de jouer, de rire, de créer. Laisse le plaisir prévaloir dans les choses que tu fais ensemble. Ferme son image dans ton cœur.

Nous allons répéter cet exercice avec les trois centres en haut.

Fais le centre de la gorge plus grand, et illumine-le avec un couleur bleu clair intense. Le centre frontal devient aussi plus grand, avec de la lumière indigo. Enfin le centre coronal devient si grand que tu peux supporter. Laisse-le briller avec un magnifique violet.

C'est depuis ton centre frontal que mène un sentier en avant. Promène-toi sur ce sentier.

Observe le paysage attentivement. A-t-il changé? Le sentier mène à un endroit où se trouve un homme ou une femme qui est la représentation de ton animus ou anima. Rapproche cette figure et dis hello. Et demande de nouveau son nom. Maintenant sur le niveau énergétique plus élevé des centres en haut, il est devenu peut-être un peu différent.

Observe les différences. Sens la qualité de cette personne, quelles impressions donne-t-elle?

Ouvre ton cœur pour lui ou elle, et sens sa force. Demande qu'est-ce qu'il voudrait faire ensemble avec toi. Imagine comment ça marche, de faire des choses ensemble avec ton âme. Demande-lui de donner des éventuels conseils.

Dis au revoir, demande de se rencontrer bientôt.

Retourne vers le centre frontal. Dis ton nom dedans et la date d'aujourd'hui. Retourne avec ton attention dans le milieu de la tête.

Laisse entrer la lumière de ton soleil dans tous les centres. Et ferme leurs pétales un peu. Finis la méditation.

Laisser couler des énergies masculines et féminines

Quand on travaille dans un groupe, on peut faire deux lignes, une avec les femmes, l'autre avec les hommes, qui se placent vis-à-vis. Et on laisse couler des énergies entre les deux lignes. Quand tu es seul, cet exercice est un peu difficile. Il demande de l'imagination.

Tu reprends la transe, avec une respiration lente et profonde, l'attention bien placée au centre de la tête. Une belle racine te connecte avec la terre, et tu laisses entrer l'énergie de la terre, qui remplit ton corps. Tous les centres sont ouverts et ils respirent des énergies.

Maintenant, tu places le symbole féminin ♀ dans les centres des pieds, des mains et du plexus solaire. Les énergies qui entrent dans ces centres sont ainsi féminisées. Tu laisses couler ces énergies féminines partout dans ton corps.

En suite, tu envoies avec les mains cette énergie au monde, tous les centres bien ouverts. Observe quelles réactions tu as, placé dans ce courant d'énergie féminine. Dis hello à toutes les images qui montent en ce qui concerne des femmes et de la féminité. Peut-être, tu as aussi des images qui disent comment une femme devrait être. Dis hello aux images et ensuite tu laisses les couler dans une rose qui explose et libère ces énergies, qui retournent par ton soleil et entrent dans ton corps.

Ensuite tu fais la même chose avec de l'énergie masculine. Tu places ce symbole masculin ♂ aux centres des mains et pieds et du plexus solaire. Les énergies qui entrent sont masculinisées. Tu laisses couler ses énergies masculines partout dans ton corps.

Reste bien enraciné, avec de la respiration calme et profonde.

Et en suite tu diriges ces énergies vers le monde extérieur, tous les centres bien ouverts. Observe quelles images montent pendant ce bombardement avec de l'énergie masculine, dis hello aux images. Fais attention aux images qui disent que doit faire un homme et quel comportement est comme il faut. Neutralise-les images dans une rose et laisse revenir les énergies libérées via le soleil.

Finition et protection

1. Pour finir notre travail ensemble nous allons découvrir trois pointes physiques différentes entre toi et moi. Sois conscient depuis le centre de ta tête de ton propre corps et éprouve les trois différences corporellement.
2. Contrôle si tu as pris des énergies d'une autre personne, qui sont arrivées dans ton aura. Laisse-les colorer en une couleur foncée et retourner vers le soleil de cette personne. Les énergies savent bien d'où elles sont venues et retournent automatiquement.
3. Allume l'aimant de ton soleil et attire toutes les énergies que tu as involontairement perdues. Laisse ces énergies revenir dans ton système énergétique. Quand tu as travaillé avec quelqu'un et lui as donné des énergies guérissant, tu les laisses évidemment sur place.

4. Observe si tu as créé des cordes avec quelqu'un. Détache ces cordes doucement, sans blesser le centre avec lequel elles sont connectées.

5. Découvre comment ton énergie est activée par le travail avec moi. Dis hello aux images qui se sont éveillées. Il est maintenant possible de neutraliser les images correspondantes. Laisse-les exploser.

Quand tu ne peux pas voir ou sentir des images correspondantes, tu pourrais les laisser exploser dans une manière abstraite. Imagine que toutes ces images se présentent comme des petites grenouilles. Dis aux grenouilles que la rose qui se trouve devant toi est idéale pour des grenouilles. Laisse-les sauter et laisse exploser la rose.

6. Sois conscient de cette pièce, observe les énergies dedans. Quand il existe des énergies d'une couleur foncée, laisse les disparaître par la racine de la pièce. Remplis la pièce avec une énergie dorée.

7. Ferme tous les centres un peu, jusqu'à ce qu'ils aient l'ouverture de la vie normale. Fais-le avec attention et centre par centre. Pour une protection en plus, tu pourrais placer dans tout le centre un cercle ou une croix de lumière.

8. Dis merci à ton Guide pour l'aide qu'il a donnée. Crée une séparation psychique entre toi et le Guide, et place-lui un peu à distance, si tu le voudrais. Sens de la gratitude, au lieu de l'orgueil, et rends-toi compte qu'avec chaque méditation ou guérison tu t'as approché de la Lumière.

9. Sois conscient de ton enracinement et communique avec la terre. Sens couler ton énergie d'une manière facile et détendue.

10. Laisse ton soleil illuminer toute l'aura. Laisse la lumière de ton soleil remplir tous les centres et aussi ton corps. Sois heureux et quand il est impossible d'être heureux, cherche l'endroit où le bonheur bloque. Élimine le blocus et remplis l'endroit avec la lumière de ton soleil. Sois encore complètement heureux en harmonie avec ton Soi Supérieur.

Finis la méditation par te pencher et retourne avec ton attention dans la vie normale.

Exercices

Continue avec l'harmonisation de tes côtés féminins et masculins.
Observe si ton contact avec des personnes de l'autre sexe change.