

4. Archétypes et rêves

Un archétype est une structure de base dans notre psyché. Les archétypes sont universels. On les trouve dans la psyché de tous les peuples et de toutes les races. Ils sont comme des structures dans un cristal: toujours présent, mais pas toujours de la même taille et avec des formes légèrement différentes. Ces structures archétypiques en soi sont invisibles et le plus souvent inconscientes. Ils s'expriment dans des images universelles. Ils forment un premier niveau d'expression de la psyché et sont impersonnels, pas encore colorés par nos propres expériences.

Quand une image archétypique apparaît dans des méditations ou des rêves, il signifie, qu'un certain aspect de nos possibilités psychiques est en train de devenir conscient. Ensuite, on commence à faire connaissance avec cette possibilité et les images et les expériences deviennent plus personnelles.

Des exemples d'images archétypiques sont: la mère, le père, l'enfant, le professeur, le guide, le bien-aimé, le héros, la mort, la naissance, l'arbre de Noël, le pentacle, le diable, le clown, la maison, le soleil, la lune, le désert, la rivière, la voiture, le gouffre, le vide, la rose, le vieil homme, etcétera. Les figures du Tarot peuvent être comprises comme des archétypes, aussi les pièces d'échecs. Dans les dictionnaires de symboles, on trouve beaucoup d'archétypes. Un aspect est assez intéressant: des symboles en soi ne sont jamais bons ou mauvais. Ils ont toujours plusieurs côtés.

Pour mieux comprendre ce qu'il arrive quand on travaille énergétiquement avec des autres gens, il est pratique d'avoir un peu d'expérience avec des archétypes.

Donnée l'importance pour tout développement psychique, nous allons dans cette leçon essayer de rencontrer une image archétypique pour laquelle nous allons faire un itinéraire.

Préparation

1. Ferme les yeux, respire lentement et profondément, sois au milieu de ta 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: 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 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, en ce cas la même couleur pour tous les centres. Maintenant, on ferme les trois centres les plus bas: le centre de base, le centre sacré et le plexus solaire. On ferme leurs pétales et quand on n'est pas sûr qu'ils restent fermés, on les couvre avec une matière fortement isolante. Parfois, il est nécessaire de fixer l'isolant avec des cordes autour le corps.

10. Visualise ton sanctuaire et entre, sois vraiment là et observes les qualités de cet espace. Va à la rencontre de ton Maître ou Guide Personnel, demande-lui de te guider dans toutes les circonstances.

11. Formule la prière de soumission et de dévotion aux puissances les plus élevées.
Finis la méditation.

Communiquer avec un archétype

Chois une image archétypique avec laquelle tu veux travailler. Laisse venir ce qui vient, fais le choix intuitivement.

Reprends la transe, contrôle la racine, ferme les trois centres en bas et protège-les. Ouvre les centres en haut encore un peu plus. Sois au milieu de la tête et dis hello à toi-même.

Va à ton sanctuaire, et sois là complètement à l'aise. Dans ton sanctuaire, tu trouves un talisman, qui tu emporterais pendant le voyage. Le talisman te donnera de la protection et du bonheur. Pense encore une fois à l'archétype choisi. Quand tu hésites entre deux, fais maintenant un choix définitif.

Trouve un sentier depuis ton sanctuaire. Le sentier monte un peu. Suis le sentier jusqu'à ce que tu atteignes une grotte. Assure-toi que le talisman est encore là.

Avant d'entrer dans la grotte, tu demandes de te donner une lanterne lumineuse.

Entre la grotte avec la lanterne et le talisman, et de suite tu trouves un animal. Cet animal est ton animal intérieur. Salue l'animal et lui demande de t'accompagner pendant le trajet de ton voyage. Parcours la grotte avec l'animal et la lanterne allumée. Observe bien la situation autour. Et quelles émotions as-tu? Continue la traverse de la grotte jusqu'à ce que tu voies un peu de clarté du jour.

C'est l'exit, autre que l'entrée que tu as utilisé. Pour quitter la grotte, tu dois monter quelques marches et tourner à gauche. Après le tournant, tu quittes la grotte.

Au grand air, tu te trouves à l'autre côté de la colline, qui change plus loin en une vraie montagne. En compagnie de ton animal, tu montes le sentier qui mène à un plateau, justement dessous le sommet.

Pendant ta randonnée vers le plateau, tu observes l'environnement, regarde bien autour, écoute les sons, sens les odeurs et fais attention à tes émotions.

Tu approches maintenant le plateau. Pour y arriver, tu dois tourner à droit et monter encore un peu.

Ensemble avec ton animal, tu vas explorer le plateau. Essaie de te souvenir de tout ce que tu vois ou sens.

Tu te deviens conscient de la proximité de ton Guide Personnel. Tandis que tu te promènes encore un peu, ton Guide apparaît. Le Guide est très heureux de te voir et il émet du bonheur et de la joie. Prends du temps à éprouver le revoir.

Quand le Guide reste invisible, tu pourrais peut-être éprouver la présence d'une énergie guidant.

Demande ton Guide de t'accompagner pendant le voyage suivant et laisse l'animal attendre sur le plateau et continue le voyage vers le sommet de la montagne en compagnie de ton Guide Personnel.

Arrivé au sommet, tu te laisses guider vers un endroit où tu vas rencontrer ton archétype choisi. Fais la rencontre avec l'archétype en présence de ton Guide. Dis hello à l'archétype. Observe bien comment il paraît, fais attention à toutes les caractéristiques.

Demande maintenant à l'archétype qu'il voudrait te dire, quel cadeau il veut te donner. C'est peut-être un mot, une image, une suggestion, ou autre.

Il sera une bonne idée de garder ce don de l'archétype quelque part dans ton système énergétique.

Dis merci à l'archétype et dis adieu.

Tourne-toi et descends en compagnie de ton Guide vers le plateau. Éprouve toi-même descendant depuis le sommet vers le plateau.

Sur le plateau, tu retrouves ton animal. En compagnie de ton animal et ton Guide, tu visites la source de l'eau vivante qui se trouve sur le plateau. Bois de cette eau et rafraîchis-toi.

Pour l'instant, dis adieu à ton Guide Personnel, et sais qu'il reviendra quand tu le veux. Descends la montagne en compagnie de ton animal. Quand tu veux tu peux aller par la grotte, mais tu peux aussi prendre un chemin dans la clarté du jour, vers ton sanctuaire. Jouie du paysage, reste ouvert pour toutes les impressions.

Une fois au sanctuaire, tu dis adieu à ton animal.

Dans ton sanctuaire, tu deviens conscient de ton corps et absorbes l'atmosphère de ton sanctuaire.

Deviens maintenant conscient de la pièce physique dans laquelle tu te trouves. Fais attention à ta respiration. Sois au milieu de la tête, sens toi-même, bien connecté avec la terre. Sens comment l'énergie de la terre entre par les centres des pieds et monte dans ton corps.

Ferme les quatre centres en haut un peu et ouvre les trois centres en bas, jusqu'à ce qu'ils aient tous une bonne ouverture. Sens ton soleil briller dans tout ton corps jusqu'à tes pieds et les bouts des doigts, totalement rempli de ta propre lumière.

Penche-toi et finis la méditation.

Partage tes expériences, si tu le veux.

Finition et séparation

1. Pour finir notre travail ensemble nous allons découvrir trois pointes physiques différentes entre toi et l'autre. Par exemple concernant les vêtements, les couleurs des cheveux, le corps, etcétera.

Sois conscient depuis le centre de la tête de ton propre corps et éprouve les trois différences corporellement (je suis moi et tu es toi).

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 perdu. Laisse ces énergies revenir dans ton système énergétique. Quand tu as travaillé avec quelqu'un et a 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. Dis hello aux images qui se sont éveillées. Il est maintenant possible de neutraliser les images correspondantes.

Quand tu ne peux pas voir ou sentir des images correspondantes, tu les laisse exploser néanmoins, dans une manière abstraite. Imagine que toutes tes images correspondantes se présentent dans tes énergies comme des petites grenouilles. Dis aux grenouilles que la fleur qui se trouve devant toi est bien humide, idéale pour des grenouilles. Laisse-les sauter dessus et laisse exploser la fleur.

6. Sois conscient de la 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. Donne tous tes centres l'ouverture de la vie normale. Fais-le avec attention et centre par centre. Pour une protection en plus, tu pourrais placer dans tous les centres 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 te rends compte qu'avec chaque méditation ou soin, tu t'as approché 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 ton aura. Laisse la lumière de ton soleil remplir tous les centres et aussi ton corps. Sois heureux et quand il n'est pas possible 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.
11. Contrôle la respiration, soit au milieu de la tête, avec une racine bien solide.

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

Exercices

Essaie de faire une description détaillée de ton voyage intérieur. Tous les détails sont importants et ont une valeur symbolique. Pense à l'environnement, le paysage, les couleurs, les êtres vivants, les sons, les endroits où tu as eu de la peine de poursuivre ton voyage. Essaie aussi de te souvenir de tes émotions, positives et négatives, parce qu'elles aussi donnent des informations précieuses.

Un peu d'info en plus

Des archétypes figurent souvent dans nos rêves, surtout dans une période de développement psychique. Pour ça, il est une bonne idée de faire attention à tes rêves. Ils nous aident à développer plus de conscience. Mais le travail avec des rêves est un monde en soi. On pourrait donner un cours comme le nôtre seulement sur le sujet des rêves. Pour s'améliorer dans ce domaine, il existe beaucoup de littérature, mais pas tout le temps du sérieux. Dans l'œuvre de C.G.Jung et son entourage, je pense de trouver des conseils les plus sincères. Lis par exemple de Jung 'L'homme et ses symboles' ou de Robert Bosnak 'A little cours in dreams'. Je donne ici quelques suggestions simples et limitées, avec lesquelles tu pourrais avoir déjà du succès.

Il est important de noter tes rêves. Quand on ne fait pas, on a le risque d'oublier toutes les informations. Aussi des petits morceaux ont leur valeur. Seulement une image, un mot ou

un sentiment, donne des infos. L'habitude de faire des notes va substantiellement améliorer ton pouvoir de souvenir tes rêves et d'intégrer ton progrès.

Dis toi-même, avant d'aller dormir, que tu vas te souvenir d'un rêve. Pose un stylo et un morceau de papier à côté de ton lit. Quand tu t'éveilles pendant la nuit, la première pensée sera: que j'ai rêvé? Et note de suite quelques mots-clés. Il n'est pas nécessaire de te lever, et tu pourrais même dans le noir faire tes notes.

Le matin, quand tu t'éveilles, tu restes couché en même position, et tu essaies de récapituler ton rêve. Fais de nouveau des notes, donne le rêve un titre, ajoute la date, et fais plus tard une description complète.

Il est conseillé de décrire le rêve dans le présent. Et on décrit l'ego du rêve dans la première personne. Quand on raconte le rêve à quelqu'un, on utilise aussi le présent et la première personne.

Pour comprendre un rêve, il est utile de se réaliser que tous les personnages ou phénomènes qui figurent dedans peuvent être un aspect de toi-même.

Il est aussi utile de se réaliser où se trouve une éventuelle tension dans le corps. Tu pourrais le sentir de suite.

Ils existent évidemment aussi des rêves qui se laissent seulement comprendre comme de l'information archétypique. Cette sorte de matière peut rester énigmatique pour longtemps. Bonne nuit et bonne chance avec tes rêves.