

« L'Atlantide »

Voyage Astral

Le mythe de l'Atlantide légué par Platon est aussi celui du paradis perdu, une civilisation exceptionnelle, engloutie 9600 ans avant Jésus-Christ, au-delà des colonnes d'hercule, l'Actuel détroit de Gibraltar.

Certains cherchent toujours l'Atlantide quelque part, les épigones de Poséidon régnaient sur cette île Atlantique, Dieu de la mer, une puissance sans égale, ni rival, doté d'une faune et d'une flore merveilleuse.

Alors où est donc cette civilisation engloutie ?

Aujourd'hui, on peut concrètement observer la carte marine du détroit de Gibraltar, avec des hauts-fonds culminant à moins 55 mètres au large du Cap Spartel.

Est-ce la réalité d'une île engloutie ? Est-ce un mythe ?

C'est vous aujourd'hui en tant qu'explorateur, en tant que voyageur qui allez pouvoir séparer le bon grain de l'ivraie.

Afin que ce voyage se déroule dans les meilleures conditions, et à présent vous en avez peut-être l'habitude vous allez vivre une expérience où vous avez besoin d'être tranquille.

Dans cet endroit confortable que ce soit allongé, en position semi-assise ou en position assise, vous savez ce qui est bon pour vous, de façon à ce que vous soyez vraiment à l'aise.

Quand tout cela est fait, bien évidemment je vous invite à laisser vos paupières se fermer ; ce sera le signe que vous êtes prêt, que vous êtes prêt(e), à aller explorer cet endroit si mystérieux qui va aujourd'hui révéler ses secrets.

Pour cela, nous allons tranquillement descendre dans un état de conscience expansé, qui va justement permettre d'aller visiter tous les mondes subtils et aujourd'hui particulièrement, l'île de l'Atlantide au large du détroit de Gibraltar.

En quelque sorte, voilà l'intention que nous sommes en train de programmer dans notre système GPS intérieur et il vous reste à le faire tout seul.

Vous aurez juste à ouvrir votre écran mental, à regarder, à percevoir tout ce qui va se montrer à vous, comme si vous étiez dans une posture de témoin. Mais, pour le moment vous êtes

encore bien ici, dans ce monde très concret de votre vie, la vie terrestre et votre corps est installé, porté à cet endroit.

Je vous invite vraiment à accentuer, en quelque sorte, la perception que vous avez de votre propre corps, là où il se trouve, pour créer de bons enracinements, pour créer toutes les conditions nécessaires de sécurité, pour qu'on puisse justement laisser une autre part de nous voyager.

Laissez donc chacune de vos expirations, vous permettre d'accentuer la sensation des points de contact qui existent entre votre corps et l'endroit où il est déposé.

À partir de ces points de contact, il y a comme une force, une loi de gravité, qui va vraiment s'amplifier, jusqu'à ce que votre corps s'enfonce un peu plus à l'endroit où il est.

C'est comme si tous ces points de contact s'élargissaient, comme si vous vous êtes allié davantage encore et encore, parce que c'est bon aussi de profiter de cette expérience pour vous détendre, pour vous relaxer, pour laisser à votre corps, un temps de repos, de récupération profondément agréable.

Plus vous allez vous relaxer, plus votre corps va se relâcher, plus l'expérience va vous sembler facile.

Pendant que vous vous déposez, le monde extérieur semble s'éloigner petit à petit ou d'un seul coup. Il y a, vous ici, à l'endroit où vous êtes installé et puis autour de vous il y a le monde, la vie qui tourne, qui bouge, mais qui est dehors.

Il y a le dehors et le dedans et dans le dedans il y a vous, qui pouvez dans votre propre dedans quand vous vous laissez plonger, glisser tranquillement à l'intérieur même de votre propre transe, parce que peut-être vous écoutez cette séance.

Il y a une part de vous qui sait très bien ce qu'elle a à faire, pour vous laisser glisser à l'intérieur même de votre propre transe, sans que vous ayez besoin d'y penser.

À force de vous entraîner, à force d'écouter ma voix, ça devient presque automatique comme si tous mes mots glissaient dans la caisse de votre tympan, de vos tympans.

Tous ces mots glissent jusqu'à vos ondes cérébrales et quand mes mots ralentissent, alors, vos propres zones cérébrales, elles aussi, ralentissent ; tout comme peut-être les battements de votre cœur, ou le rythme de vos respirations, profitez et laissez faire.

Vous le savez, je le dis souvent, il n'y a rien à faire, ne rien faire au

fond, c'est aussi faire quelque chose que de ne rien faire, que de laisser votre corps se relâcher, se détendre.

Tout comme en ce moment même, le bas de votre corps se relâche, le haut de votre corps, ou peut-être les deux en même temps.

À présent, si vous focalisez un peu votre attention sur vos pieds, imaginez simplement, que vous enlevez une paire de chaussures trop serrées, portée durant toute une journée.

Laissez-vous aller au contact de la perception, de la sensation des pieds, quand on retire ses chaussures, qu'on se relâche, chaque orteil se détend ; tout le dessous du pied, votre talon, puis, ils retrouvent leur liberté tout comme les chevilles qui se relâchent.

Puis ce sont vos mollets, toute la jambe, les deux jambes relâchées, comme quand vous relâchez tout effort, juste pour aller au contact de la sensation de relaxation que cela procure, de détendre chaque muscle de vos jambes.

Tandis que vos genoux deviennent plus souples, tous les muscles des cuisses se relâchent, les muscles très profonds, les muscles plus en surface, l'ensemble de vos masses musculaires, les cuisses, les fessiers également qui se détendent, qui se dilatent, ils s'étalent plus en plus agréablement.

Je ne sais pas si c'est plutôt à droite, que cela se détend davantage par rapport à la gauche.

C'est peut-être dans le bras en bas à droite, ou dans la cuisse en haut à gauche, ou bien tout l'inverse et peut-être même que tout commence à se mélanger un peu.

Il est très probable que vous commenciez vraiment, à sentir des sensations agréables, peut-être même comme des engourdissements, des fourmillements amusants.

C'est simplement le signe, que vous êtes en train de plonger profondément, à l'intérieur de vous-même et que tout va très bien.

Vous êtes en totale sécurité et vous pouvez même vous laisser complètement envahir par ces perceptions, ces sensations, pour vous laisser aller dans une transe encore plus profonde, aussi profonde que la profondeur de votre désir de laisser faire.

Tout le haut de votre corps va suivre le mouvement, parce que votre abdomen va se relâcher.

À chaque expiration, tous les muscles du ventre, tous les organes, toute la cage thoracique, tout se relâche.

Vos bras s'apaisent et plus ils s'apaisent et plus les épaules se relâchent, pour libérer toutes les tensions contenues dans les épaules, dans les trapèzes, dans les muscles, autour des omoplates, tous les muscles de votre dos, de haut en bas et de bas en haut, jusqu' aux cervicales, jusqu'à l'arrière du crâne, pour relâcher tout le cuir chevelu, tout le front, les tempes.

Depuis un moment déjà, les paupières closes permettent aux yeux de vraiment s'abandonner au bien-être, à se relâcher agréablement.

Tous les petits muscles des yeux sont relâchés, tout le contour des yeux, ainsi que les muscles de vos joues, les mâchoires sont relâchées et la bouche peut même s'ouvrir un peu, si c'est agréable.

Vous relâchez aussi le menton, prenez conscience de tout votre visage, tout le visage, tout le haut du corps, tout le bas du corps, tout le corps ensemble, tout le corps profondément relaxé.

En étant profondément relaxé, tout ce qui dérange est mis à la dérive, s'éloigne, n'est plus. En vous relaxant, il est fort probable, que vous ayez cette curieuse impression d'être là et ailleurs.

Le corps lui-même étant là et là-bas et ce corps là-bas, vous allez le placer juste au-dessus de vous ; c'est peut-être comme une forme,

peut-être qu'il y a une couleur, une représentation qui vous est propre.

Et ce corps qui est au-dessus de votre corps physique est relié à vous-même, par un fil d'argent. C'est comme un cordon ombilical, ce qui fait que votre corps subtil, votre corps astral nous pourrions-nous dire, est complètement relié à vous-même.

Tous ces espaces sont en totale sécurité et ça se mélange même parfois, un peu entre la perception de vous ici, avec votre corps astral au-dessus et le corps astral, au-dessus avec la vision que vous pouvez avoir de votre corps est en dessous.

Puis, vous allez faire quelque chose peut-être d'un peu curieux, inhabituel. Vous allez simplement imaginer et peut-être même, que cela va se ressentir, que votre corps physique en dessous, est ampli, c'est une réalité de milliards de cellules.

Vous pourriez les représenter par toute une couleur à l'intérieur de votre corps et vous allez laisser passer par ce cordon ombilical, ces milliards de cellules, toutes ses énergies, pour remplir le corps astral au-dessus de vous, comme si, toute votre consistance passait au-dessus, pour vous donner toutes les perceptions visuelles, auditives, kinesthésiques, peut-être même gustatives, olfactives, à l'intérieur même de votre corps astral.

Une image qui peut peut-être aider, c'est comme un sablier que l'on retourne et que toute la poudre, la matière, les grains de sable, passent de l'autre côté.

Nous ferons bien sur la même chose tout à l'heure, dans l'autre sens, mais pour le moment, laissez-vous remplir votre corps astral, qui se charge de toutes vos capacités, ce qui fait que maintenant, vous pouvez vous voir partir de votre corps astral.

En dessous, il y a votre corps physique qui se repose, qui récupère, se régénère et le corps astral, votre corps subtil, est relié par un fil d'argent à votre corps physique.

Vous allez pouvoir laisser monter votre corps astral, au-dessus de votre corps physique, le laisser monter comme s'il était très léger, de plus en plus léger.

Si vous êtes à l'intérieur d'une pièce, votre corps astral va passer à travers le plafond, jusqu'au toit, pour vous retrouver à l'extérieur, toujours relié à votre corps, en bas, par ce fil en totale sécurité.

Le corps physique en bas, est lui-même relié à la terre, est bien ancré et à tout moment, si quoi que ce soit ne vous convient pas dans l'expérience, alors, vous retournerez instantanément dans votre corps physique.

Si cela vous convient, alors laissez votre corps astral s'échapper et je lui rappelle sa coordonnée GPS.

Je demande à présent à votre corps astral, de se diriger vers le détroit de Gibraltar, c'est cet endroit qui est situé au Sud de l'Espagne, au Nord du Maroc.

C'est le seul passage entre l'océan Atlantique et la mer Méditerranée.

Il est possible de voyager à la vitesse de la lumière, peut-être même plus vite, que la vitesse de la pensée, alors c'est très rapidement, que votre corps astral se déplace, peut-être même que tout défile très très vite autour de vous.

Vous transpercez l'air, peut-être les nuages s'il y en a et tout va très très vite, jusqu'à vous situer au-dessus du détroit de Gibraltar, un peu comme si, nous avions une vision de toutes ces merveilleuses images que l'on peut voir à présent, avec les drones ou une vision filmée d'avion.

Vous regardez avec les yeux de ce corps énergétique, toujours avec cette intention, ce cap enregistré comme des coordonnées GPS, ses coordonnées c'est l'Atlantide.

Vous allez laisser votre intuition, vous allez laisser toutes vos compétences médiumniques, divinatoires, peut-être tout simplement parce que, dans ce moment hors du temps, il n'y a plus aucune différence, entre la réalité et l'imaginaire, le mythe.

Il n'y a pas de notion de temps et vous avez accès à tellement d'informations.

Vous allez, vous laisser plonger dans le détroit de Gibraltar, en direction de l'Atlantide et afin de favoriser votre expérience, je vais rester totalement silencieux, pendant que vous allez explorer, dès lors que vous aurez franchi la surface de l'eau.

Vous allez vous laisser plonger, jusque dans cette cité engloutie et vous allez en faire toute l'exploration nécessaire.

Je vais soutenir l'expérience par cette petite musique, qui peut remplacer ma voix, si vous en avez besoin, juste pour que vous sachiez, que cette expérience est totalement sécurisée, que tout va très bien.

Ouvrez simplement vos yeux énergétiques, écoutez aussi peut-être, toutes ces merveilleuses choses, que l'on peut entendre et allez au contact de la faune, la flore, peut-être aussi les habitants.

Je sais que vous pouvez faire cette expérience en toute humilité, en totale bienveillance et je reviens vous chercher tout à l'heure, belle exploration, à tout à l'heure...

...

Et ma voix est de retour, cette voix est là aussi, pour vous rappeler que vous êtes dans cette exploration sous-marine. Et peut-être d'ailleurs, que dans votre exploration, il n'y a pas d'eau, puisque cette île par définition, était au-dessus du niveau de la mer. Je ne sais pas, ça n'a pas d'importance.

En tout cas ma voix est là, revenue près de vous et elle vous invite à remercier l'esprit de l'Atlantide, à le remercier, pour tout ce que vous avez pu observer, tout ce que vous avez pu explorer aujourd'hui.

Si vous avez besoin de plus de temps d'exploration, vous reviendrez, par ce que vous pourrez revenir aussi souvent que vous en avez besoin.

Je vous laisse le temps nécessaire pour dire au revoir à cette île, à cette cité, quelle que soit la représentation que vous en aviez aujourd'hui, c'est très bien comme ça.

Maintenant, vous allez dans un moment vous remettre dessus du détroit de Gibraltar.

Vous allez faire tout simplement le chemin inverse, tout va aller très vite, c'est plus rapide que la pensée, plus rapide que la vitesse de la lumière et vous savez que quelque part à l'endroit où vous êtes, il y a votre corps physique qui vous attend.

Alors vous allez laisser défiler très rapidement, tout le paysage, jusqu'à vous resituer au-dessus de votre corps physique, à l'endroit où vous l'avez laissé tout à l'heure.

Voilà et déjà votre corps astral, votre corps énergétique se situe exactement en dessus de votre corps physique, au millimètre près comme un calque, un double.

Regardez à quel point, la personne en dessous de vous se repose, à quel point, elle semble détendue et relaxée.

Je me demande ce que cette personne va penser, quand elle reviendra, je ne sais pas si elle prendra le temps de noter toutes l'exploration, que vous allez lui ramener.

Je ne sais pas si elle cherchera à analyser, ou juste sera-t-elle surprise de constater, que cette exploration aura été peut-être

encore même plus riche, que ce à quoi on pouvait s'attendre.

Ainsi, il est temps de réintégrer le corps physique et pour reprendre l'image de tout à l'heure. On va retourner le sablier, pour que les grains de sable redescendent et en faisant cela, toute la quintessence de la matière, va redescendre par le cordon d'argent, comme ce cordon ombilical qui va nourrir le corps physique.

Si tout à l'heure c'était comme une couleur et bien ça redescend dans nos corps physiques et puis, c'est votre représentation qui est importante, c'est peut-être tout autre chose, qui s'est montrée qui se passe.

Ce qui est important c'est que, plus les secondes passent et plus vous redescendez dans votre corps physique, jusqu'à même que le corps astral, soit presque absorbé, que le cordon d'argent se résorbe, le corps astral reprend sa place, autour du corps physique.

À nouveau, vous allez presque instantanément ressentir cette lourdeur, cette matière, celle de votre corps terrestre, celui qui est là, installé à l'endroit où vous êtes.

Ce corps qui respire, qui se sent lourd, posé, ancré à la terre, bien enraciné, tout va bien, tout va très très bien.

Vous respirez, vous êtes relâché, détendu et tout se passe merveilleusement bien.

On va profiter de quelques secondes comme ça, pour vous laisser petit à petit retrouver aussi, vraiment tous les sens qui vous permettent de bien percevoir l'endroit où vous êtes, avec encore toute la perception de la lourdeur, la perception des points de contact, qui vous relie avec le support qui vous soutient.

La conscience de tout ce qui vous entoure, tous les sons, peut-être la luminosité aussi, derrière vos paupières closes, qui vous ramènent petit à petit, pour revenir vers cet état d'éveil extérieur, ce lien au monde en gardant cette jolie relaxation à l'intérieur de vous, cette bonne détente. Vous vous laissez revenir tranquillement, jusqu'à ce que les yeux s'ouvrent, jusqu'à ce que vous puissiez bouger.

Voilà, laissez les petits mouvements se faire, ils vont en emmener les plus grands, laissez peut-être même des étirements ou des bâillements peuvent s'accomplir.

Donnez-vous le temps nécessaire, il n'y a rien qui presse et en même temps, c'est important de revenir.

L'invitation sera aussi, de prendre peut-être quelques notes, pour

que vous puissiez vous souvenir des choses qui vous reviennent tout de suite, avant parfois aussi, de les oublier parce que notre cerveau, la partie analytique en tout cas de notre cerveau, a tendance à vite se mettre en marche.

Profitez encore d'être dans cet état-là de détente, pour peut-être mettre quelques idées, les mots, les plus importants, les images aussi.