Les trois vols

Exploration d'une guidance de visualisation créatrice de Roland Perret

Tout commence par le souffle, observé dans les narines.

- Vous êtes installé confortablement, les yeux fermés. L'attention se porte sur la respiration, sans rien y changer.
- Le corps se détend, le souffle devient progressivement plus profond.
- L'esprit consent à entrer dans l'observation infime de l'air.

Le point de conscience se déplace pour éveiller la visualisation.

...jusqu'au milieu du front, stimulant les fonctions imaginales.

...le long de l'arête, entre les sourcils.

Le point de focus voyage :
de l'intérieur du nez...
à la pointe du nez.

Le premier outil est une purification profonde du corps émotionnel.

- Face à vous, une grande chandelle allumée apparaît par la force de l'imagination.
- Elle sera la source pour les outils de nettoyage qui suivent.
- C'est le début d'un travail sur les corps subtils.

Une chandelle naît dans la main gauche et entame une spirale descendante.

Allumée à la grande chandelle, elle est posée au-dessus de l'épaule droite.

Elle tourne autour de vous dans le sens des aiguilles d'une montre. Sa lumière brûle les miasmes, les scories et les stases accumulés dans le corps émotionnel.

Une seconde chandelle, dans la main droite, complète le nettoyage en sens inverse.

Allumée à son tour, elle est posée sur l'épaule gauche.

Elle tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
Sa flamme continue de nettoyer, purifier, dissoudre et diluer ce qui est cristallisé.

Dans une clairière, la pratique des ‘quatre quarts’ pour puiser l’énergie de la terre.

Allongé sur le dos, pieds au sol et paumes vers la terre.
À l’inspire, l’énergie tellurique est puisée par chaque main et chaque pied, remplissant tour à tour les quatre quadrants du tronc (thorax gauche/droit, abdomen gauche/droit).

Un outil de protection simple et puissant se dresse à votre commande.

Un mur transparent de 3 mètres de haut, 3 mètres de large et 20 centimètres d'épaisseur descend devant vous. Il reste à votre disposition pour vous protéger des influences négatives dans des lieux chargés ou lors de conversations fatigantes.

Le voyage commence par un choix : quel astronef pour votre envol ?

Le plaisir évident de voler dans les airs, d'observer et d'apprécier le paysage.
Vous êtes dans votre astronef, en plein ciel.
Une sensation de liberté, de hauteur, de plaisir pur en observant le monde d'en haut.

Soudain, un problème technique.
L'astronef n'est plus manœuvrable.
L'appareil est secoué, il ne répond plus.
Le vol tranquille se transforme en situation de crise.
Il va falloir faire quelque chose.

Trois solutions s'offrent à vous,
trois manières de faire face à l'inconnu.

Choix 1 :
Sauter et planer jusqu'au sol, avec les risques que cela comporte.

Choix 2 :
Saisir le parachute pour un saut maîtrisé.

Choix 3 :
Essayer à tout prix de manœuvrer l'appareil pour l'amener à bon port.

Peu importe le choix, l’atterrissage est un retour à soi.

Vous êtes arrivé au sol. Vous faites quelques pas dans l’herbe et vous vous asseyez en posture de méditation. Le moment est à l’observation et à l’intégration de l’expérience vécue.

Centré sur le front, vous revenez ici et maintenant.

La respiration est tranquille. La conscience est sur le front. Doucement, vous revenez dans la pièce, et vous ouvrez les yeux. Le voyage est terminé.