

Méditation du Sceau de Salomon



Asseyez-vous confortablement, le dos droit, les épaules détendues

Posez les mains sur vos jambes, paumes tournées vers le Ciel, les pieds bien à plat sur le sol... fermez les yeux.

Vous allez maintenant porter votre attention sur votre respiration... Regardez la simplement... observez la.. ne cherchez pas à contrôler.

Vous allez maintenant doucement porter votre attention au creux de la paume de vos mains... observez les simplement. Vous ressentez, peut-être, des picotements, un échauffement, observez-les simplement.

Vous ressentez, peut-être, des mouvements d'énergie, acceptez-les...

Vous allez maintenant appeler l'Archange Melchisédech. Vous lui demandez d'abaisser son niveau vibratoire pour venir à votre contact. Vous élevez simplement votre gratitude vers lui et lui demandez de vous aider dans ce travail.

Puis, vous allez visualisez que vos mains viennent se placer devant votre poitrine à 10 cm, l'une en face de l'autre. Vous tenez entre vos mains une boule de lumière telle une boule de cristal.

Vous écartez et rapprochez vos mains, jusqu'à ce que vous sentiez une certaine densité et une certaine chaleur.

Cette boule de Lumière est de couleur verte. Un vert brillant, très lumineux.

A chaque expiration, vous envoyez de l'énergie dans la boule de lumière. A chaque expiration, elle grandit, grandit.

En inspirant, vous faites maintenant entrer cette boule dans votre cœur... Ressentez sa force d'amour... Ecoutez le battement de cette force d'amour dans votre cœur... Ecoutez les battements de votre cœur, restez quelques instants focalisé sur les battements de votre cœur. Tout s'harmonise.

Vous allez maintenant porter votre attention sur un point situé entre vos sourcils, légèrement derrière le front. Et là, vous allez visualiser une étoile à six branches, le Sceau de Salomon.

L'Etoile à 6 branches est l'archétype de l'Homme, symbole des énergies universelles rassemblées en une magnifique création, vous-même... Maintenez cette image pendant quelques instants.

Puis, vous allez placer cette image dans votre cœur. Ressentez sa chaleur, sa radiance en vous-même. Puis, à l'aide de votre souffle, vous laissez s'agrandir les branches de l'Etoile afin qu'elles vous entourent tout entier...

En maintenant l'image du Sceau de Salomon, vous allez prononcer intérieurement, le son YAM (son tibétain qui correspond au Chakra du Cœur).

Vous le prononcez sept fois, le temps de votre expiration, sans forcer.

Puis laissez-vous porter par cette énergie...

Vous remerciez l'Archange Melchisédech de l'aide qu'il vous a apporté puis à l'aide de votre souffle, vous revenez doucement de ce voyage...

Vous vous étirez

Vous ouvrez les yeux

Vous êtes là, ici et maintenant.