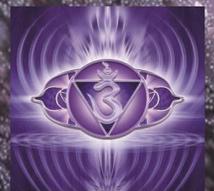


# Atelier *Éveil*



## CENTRE DE VIE CONSCIENCE

Cours 11: Harmonisation du centre de vie  
conscience



Par MAÎTRE ENLIBERTÉ



## Cours 2 : Harmonisation du centre de la conscience

### Glande pinéale



Certains cultes initiatiques, tels que le Tantrisme, le Kundalini et le Gnosticisme, reconnaissent le rôle de la glande pinéale dans l'évolution spirituelle. La force vitale spirituelle/instinctive était vue comme un serpent, à cause de sa structure physique s'étendant des organes génitaux, à travers la colonne vertébrale jusqu'à son unique où il "qui voit tout" dans la glande pinéale.

Ces systèmes spirituels focalisant autour de l'augmentation de cette primordiale énergie serpentine, basée dans les organes génitaux et au centre du procédé procréatif. À travers certaines pratiques Yogiques, cette énergie peut être renversée et forcée à monter la colonne vertébrale jusqu'au cerveau, où elle est réputée pour activer "l'illumination".

Dans le système du Kundalini, qui possède sept centres énergétiques distincts, la glande pinéale a été variablement identifiée avec le "Chakra Ajna" et alternativement le "Chakra Sahasrara". À la fois, les textes préchrétiens et Gnostiques du deuxième siècle font aussi distinctement référence à la glande pinéale en relation avec sept centres énergétiques distincts et cette énergie serpentine.

De façon non surprenante, une expérience commune de ceux qui ont élevé leur Kundalini est la vision d'une flamme blanche irradiante. Plus important encore, le dévoué qui élève avec succès le Kundalini expérimente un radical changement de conscience, transcendant le sens de l'individualisme, et entre dans le Nirvana.



Une autre référence potentielle à cette curieuse petite glande peut se trouver à la fin du *Livre des Révélation du Nouveau Testament*, où il est dit que l' élu connaîtra Dieu intimement, "son nom sera dans leur front", qui est exactement où la pinéale se situe profondément. En notant la forte connexion de la glande avec la lumière, le reste du passage est intéressant : "Il n'y aura plus de nuit, ils n'auront pas besoin de la lumière d'une lampe ou de la lumière du soleil, puisque le Seigneur Dieu leur donnera la lumière".

De la même façon dans la tradition cabalistique, l'homme archétype primordial, Adam Kadmon, rayonne d'une lumière provenant de son front qui était riche en dessins complexes et en symboles linguistiques. Une imagerie similaire est présente dans la tradition Persienne du fluide sacré ayant l'apparence de lumière, la "vivifiante et spermatique" xvarenah. "Ahura Mazda, cette "flamme" jaillit aussi du front de Mithra et comme une lumière solaire émane du front des souverains."

La glande pinéale est un vestige de l'évolution cérébrale de l'espèce, elle possède la spécificité de ne pas posséder de double, car dans la structure cérébrale toutes les parties fonctionnent par paire (deux hémisphères, deux lobes, deux cervelets etc.). Les mammifères possèdent tous une glande pinéale, et chez les espèces les plus archaïques (reptiles, oiseaux) cette glande est encore très proche d'un  $\delta$  il interne (elle possède une cornée, etc.) ...il s'agirait donc du candidat idéal pour le fameux troisième  $\delta$  il des mystiques... (On sait que Descartes en faisait le siège de l'âme.)



La glande pinéale est directement influencée par la lumière absorbée par les yeux... Autre chose, la glande pinéale est active pour synthétiser des composés relatifs à la sérotonine. Un chercheur Finlandais, Jace Callaway nous informe que la

glande pinéale produit deux composés : la pinoline (qui pourrait être ce fameux DMT endogène?) et la mélatonine, très influencée par la lumière et qui régule les cycles de sommeil.

À partir de l'âge de douze ans chez l'homme, cette glande commence à se figer, plus exactement à se calcifier, ce qui lui fait perdre de son potentiel, et c'est justement à cet âge que dans un contexte tribal ou traditionnel, on propose d'initier les jeunes gens, l'initiation procurant un choc salutaire sensé rendre toujours active les fonctions de la glande pinéale...

La présence du serpent, qu'on retrouve partout lorsqu'il est question à la fois des origines (le serpent arc-en-ciel des aborigènes, le python sacré des san ou l'anaconda ronin des shipibos), du paradis perdu (le serpent de la genèse) ou du troisième  $\delta$  il (Kundalini où mène le serpent des pharaons) est à rattacher directement à la glande pinéale.

À ce propos, l'interprétation gnostique de la genèse est explicite. Selon eux, le serpent est celui qui nous a indiqué l'arbre de la connaissance, non pas pour tromper l'homme mais pour l'éclairer.

Le travail de la liane suit aussi ce trajet initiatique à travers le corps...de l'obscurité des entrailles à la grande lumière des visions...on peut en conclure (et cette conclusion est personnelle) que l'accès vers la lumière de la glande pinéale est le chemin que suivent toutes les traditions initiatiques.

## 10 astuces pour stimuler votre cerveau



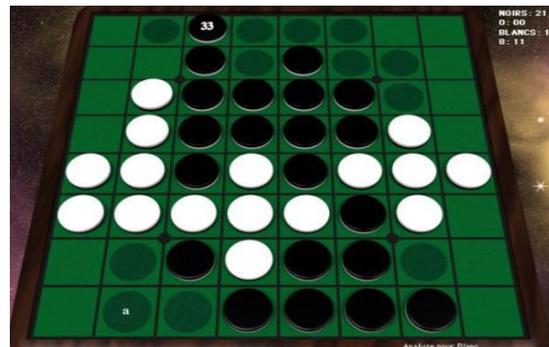
1- Succombez aux bonnes nuits de sommeil réparatrices ! Au petit matin, vous vous sentirez doublement plus efficace. Dormir est un bon moyen de préserver l'état de son cerveau, mais sûrement celui qu'on bafoue le plus. Et ne dites jamais non à une sieste d'après-midi. Une heure suffit à vous remettre ó vous et votre esprit ! ó sur le « piton ».

2- Plus vous enrichissez votre savoir, plus vous multipliez les connections dans votre cerveau, vous permettant ainsi de faire des liens entre toutes ces données brutes. L'accumulation de savoirs est le gage d'un cerveau en forme.



3- À bas l'idée que les grands cerveaux ne sont pas des sportifs ! Pour se targuer d'avoir un cerveau en forme, il faut que le reste du corps s'active aussi. Ceux qui bougent beaucoup irriguent leur cerveau de sang riche en oxygène. Un « aliment » dont raffolent vos neurones.

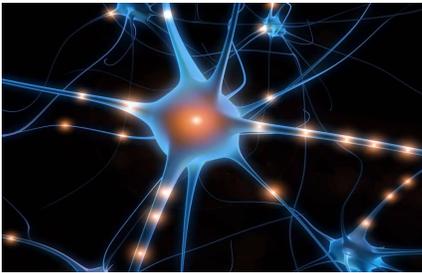
4- Sudoku, casse-tête, Scrabble, mots croisés et autres jeux de logique sont d'excellents « gyms » pour le cerveau. Ils le maintiennent actif et toujours alerte. En jouant à différents jeux - en solo ou en groupe - vous améliorez aussi votre capacité à résoudre des problèmes tout en mettant votre mémoire à l'épreuve.





5- Vite ! Trouvez-vous une activité qui abaissera votre stress et chassera les angoisses qui grugent vos énergies. Le stress est toxique pour le cerveau, abîmant sur son passage les cellules de la mémoire. Et sans mémoire, point de cerveau alerte!

6- Bien sûr, vous pouvez y apprendre un tas de trucs et, certaines fois, elle vous calme. Mais la télévision risque davantage d'endormir votre cerveau. Devant elle, vous êtes en mode « passif ». Éteignez-la pour vous consacrer à une activité plus stimulante et engageante.



7- Établir des liens entre ce que vous connaissez stimule votre mémoire et la garde alerte. Pour vous prémunir contre les trous de mémoire, mémorisez des trucs ou des phrases mnémotechniques (« Mais, où, et, donc, car, ni, or ? » ou autres) pour y arriver plus aisément. Créez votre propre phrase. Pourquoi pas?

8- Pour établir des liens entre les cellules et protéger ces dernières, le cerveau se gave de lipides. Pour carburer à son maximum, des sucres rapides sont recherchés. Les vitamines sont nécessaires pour activer toutes les actions métaboliques internes. Les noix et les oméga-3 jouent un rôle d'entretien essentiel. Tout un plat, n'est-ce pas?



9- Bon, le choix du cours n'a pas à être nécessairement aussi exigeant mais continuer à apprendre est une excellente façon de maintenir notre cerveau actif. Et ce, tout au long de notre vie! La jeunesse est dans la tête! Nous ne sommes jamais trop vieux pour essayer et apprendre de nouvelles choses.

10- L'hémisphère droit de votre cerveau bénéficie de tous vos élans créatifs, de l'écriture à la poterie, en passant par le scrapbooking et la peinture. Laissez-vous aller et donnez libre cours à vos instincts créatifs.



## **Pouvoirs psychiques**

N'ayez pas peur de vos dons; ceci appartient au passé de vos vies antérieures, particulièrement en Atlantide où nous avons utilisé ces pouvoirs à mauvais escient et où nous avons chuté. Servez-vous de votre conscience pour regarder en avant et transcendez



vos blessures appartenant au passé. Vous avez choisi cette incarnation pour y remédier et élever votre conscience et celles des autres. N'ayez pas peur de retrouver ce qui vous appartient de droit; ces pouvoirs psychiques qui ont déjà été développés. De toute façon, regardez la planète en ce moment. Elle ne pourra qu'aller mieux si vous utilisez ceux-ci avec vos bonnes intentions. Ne vous réfugiez pas avec vos

expériences, restez les 2 pieds sur terre pour en faire profiter le plus de gens possibles.

Comment retrouver et développer ces pouvoirs psychiques? Pas de recette miracle et ni de pilule magique; silence, méditation et contemplation des éléments. Apprenez à ressentir votre propre énergie dans le calme pour faire la différence avec ce qui vous appartient et ce qui ne vous appartient pas. Amusez-vous à prendre le temps de ressentir les énergies d'une pièce ou d'une personne ou à savoir quelle personne essaie de vous rejoindre au téléphone. Il suffit de prendre le temps et d'en faire un jeu et vous resterez surpris de vos capacités. En effet, le jeu est important puisqu'enfant, nous avons une certaine souvenance de ces dons étouffés avec le temps par le conditionnement.

En premier lieu, retrouvez celui que vous avez plus de facilité. Les voici :

**Clairvoyance** : La faculté de voir l'avenir et la capacité d'apercevoir des êtres matérialisés ou visualisés.

**Clairaudience** : La capacité d'entendre la voix de certains êtres vivants sur un autre plan que les humains, soit mentalement soit en tant que sons extérieurs.

**Clairsentience** : La faculté de ressentir les énergies d'une pièce ou l'émotion ou les maux physiques d'autrui. Intuition.

**Clairconnaissance** : Capacité de savoir des choses sans les avoir apprises et de recevoir des idées parfaitement formulées.

**Magie** : pouvoir créateur par la pensée et la parole.

**Télépathie** : Savoir ce que les autres pensent et capter les idées des autres.

**Guérison par l'énergie** : tout se passe par la couronne, canal de la conscience, vers les mains.

## **Psychométrie**

Tout ce qui existe, vivant ou non vivant, possède un champ d'énergie, appelé aura. Par exemple, un pendentif aura un champ d'énergie renfermant des informations quant à son histoire. Son aura porte l'énergie des personnes qui l'ont porté et des événements significatifs de leur vie. La psychométrie est l'art de lire l'aura des objets inanimés en les tenant dans nos mains. Vous avez ressenti cette sensation probablement sans le savoir quand vous avez aimé un objet dans la vitrine et, en le prenant dans vos mains, vous avez décidé de ne pas lâcher parce que vous avez ressenti quelque chose de déplaisant.



L'objet, vous le trouvez toujours beau mais vous n'aimez pas l'avoir sur vous. En fait, quand ce type de situation arrive, nous venons juste de faire de la psychométrie. On a absorbé l'énergie de la personne précédente.

## **Testez vos facultés psychiques**

- 1- Avez-vous déjà eu une prémonition qui s'est avérée juste?
- 2- Quand vous étiez enfant, aviez-vous des amis invisibles?
- 3- Avez-vous déjà vu ou perçu un fantôme?
- 4- Avez-vous déjà ressenti une sensation désagréable en entrant dans une pièce?
- 5- Un de vos rêves est-il déjà devenu réalité?
- 6- Avez-vous déjà senti, sans vous tromper, que l'un de vos proches était en danger?
- 7- Avez-vous déjà pensé à une personne puis reçu un appel de sa part?

- 8- Avez-vous déjà vu ou perçu des lumières autour des choses animées ou non?
- 9- Avez-vous déjà senti des odeurs fortes, d'une signification particulière pour vous, que nulle autre personne que vous n'avait détectées?
- 10- Avez-vous déjà fait l'expérience de sentir que vous faites Un avec le tout?
- 11- Avez-vous déjà décidé de ne pas acheter quelque chose parce que vous n'aimiez pas l'énergie qui s'en dégageait?
- 12- Avez-vous déjà touché un objet et été submergé par des sensations ou des émotions autres que les vôtres?
- 13- Vous êtes vous déjà senti déprimé ou craintif sans raison apparente, puis entendu parler d'une catastrophe peu de temps après?
- 14- Savez-vous parfois qui est à l'autre bout de la ligne avant de répondre?
- 15- Avez-vous une affinité spéciale avec les animaux?
- 16- Savez-vous instinctivement quand quelqu'un se sent mal?
- 17- Quand vous êtes fâché ou troublé, avez-vous un effet négatif sur les appareils, comme les ordinateurs?
- 18- Les gens vous disent-ils que vous êtes trop sensible?
- 19- Croyez-vous au pouvoir du mental sur le corps?
- 20- Savez-vous d'avance ce que quelqu'un à vous dire?
- 21- Vos mains picotent-elles quand vous êtes avec des malades?
- 22- Apercevez-vous des choses du coin de l'œil qui ne sont pas là quand vous regardez de nouveau?
- 23- Avez-vous foi en vos intuitions, spécialement quand vous investissez de l'argent?
- 24- Quand vous attendez des visiteurs, sentez-vous leur arrivée avant de les voir ou de les entendre?
- 25- Croyez-vous aux anges et aux fées, même si vous en avez jamais vu?

## **Résultats :**

**Comptez vos oui et regardez le score ci-dessous.**

**25-19** Vos facultés psychiques sont fortes et peuvent être développées. Vous devriez partager vos dons pour aider les autres.

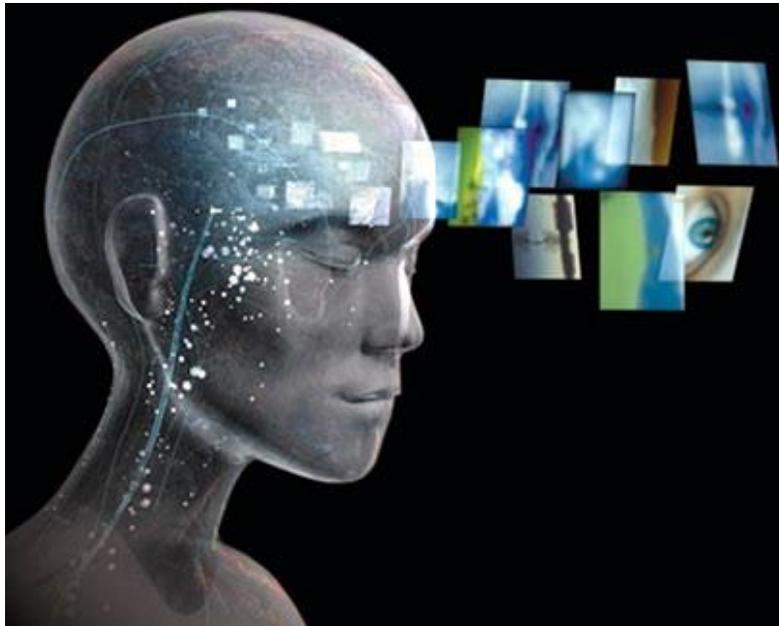
**18-12** Vous êtes bien plus fort que vous le pensez. Laissez circuler vos pensées et impressions.

**11-6** Continuez à travailler! Vos facultés innées attendent d'être améliorées.

**5-0** N'abandonnez pas. Vous bloquez certaines de vos impressions psychiques pour une quelconque raison, par exemple la peur. Pratiquez l'ouverture d'esprit.

## **Pouvoir de visualisation**

La conscience est partout et tout est conscience. Tout ce qui est, a été créé en conscience. Elle est dans votre corps et dans vos cellules. La conscience habite tout, elle habite la fleur, l'arbre, la pierre, l'eau, le feu, le vent, bref, elle habite tout ce qui est; sans elle, rien ne serait. Elle est aussi dans tout ce que nous pouvons voir avec nos yeux mais elle est aussi présente dans l'impalpable, dans l'énergie et dans l'intention. Tout a été créé à partir d'une vision. C'est pour cette raison que je vous invite à faire chaque action de votre quotidien avec la conscience, puisque sans elle vous devenez des robots, des automates et des maîtres endormis. Mangez en conscience, travaillez en conscience, faites votre ménage en conscience, mettez une intention dans tout ce que vous faites. Ne permettez pas à l'inconscient collectif de diriger votre vie.



Réveillez-vous, vous êtes

plus qu'un simple corps, conscientisez qu'il y a un être spirituel fort lumineux qui n'a aucune limite, les seules limites existantes sont celles de votre esprit. Ce à quoi vous accordez du pouvoir se manifeste. Permettez-vous d'avoir une vision élevée de vous-mêmes et de votre vie. La pensée crée! Maîtrisez votre mental. Servez-vous de votre conscience pour imaginer vos rêves les plus fous sans avoir peur de la folie. La

visualisation crée des miracles sur le plan terrestre si vous restez toujours ancré à la terre. Avoir une vision élevée de nous-même permet une vue d'ensemble de sa création et de reconnaître le but à atteindre; sans être dans le passé, ni dans le futur, mais plutôt dans le ici et maintenant.

Pour créer sa réalité, il est important de connaître la loi la plus fondamentale de l'univers, la voie de résonance, la loi de l'attraction, cette force universelle qui fait que tout ce que nous semons, nous le récoltons, que ce soit par nos pensées, nos paroles, nos actions ou nos inactions. Ce qui est en bas est comme ce qui est haut. N'hésitez pas à utiliser toutes ces techniques existantes de visualisation comme par exemple, en découpant des images dans des revues représentant la vision la plus élevée de ce que vous désirez être et manifester dans chacun des domaines de votre vie, que vous collerez sur un carton, par exemple, en forme d'étoile, dont chaque pointe représente des secteurs différents de votre vie. Nous avons appris à créer avec le pouvoir du verbe, et pour maximiser notre création, nous allons y ajouter le pouvoir de la visualisation en se nourrissant d'images positives et élevées.

## Perception



Les perceptions sont différentes d'une personne à l'autre, selon le degré d'évolution de la personne, donc, de son état de conscience. C'est pour cela qu'on rencontre des gens qui trouvent tout merveilleux et ils ne se rendent même pas compte que leur vie va mal ó selon la perception des autres. Mais ce qui est plus courant est souvent la perception négative dans notre société. Parfois, la vie est merveilleuse pour certains et eux

ne voient que « les bibittes ». C'est pour cette raison qu'on trouve parfois une personne aimable et quelqu'un d'autre va trouver cette même personne ennuyante. Les perceptions dépendent de notre passé, du vécu, de nos expériences, de l'éducation reçue, de nos blessures et souffrances. Cette personne qui nous dérange peut ressembler à notre mère physiquement et c'est pour cette raison que nous ne l'aimons pas, elle nous rappelle son attitude contrôlante. Vous comprenez? Si nous avons fait un travail de conscience sur nous et que sommes en paix avec notre passé, notre perception change et cette personne ne nous dérange plus.

Tout est une question de perception; ce qui est vrai pour moi peut être complètement faux pour une autre personne. Il y a autant de vérités qu'il y a de personnes. La Vérité ultime n'existe pas; votre propre vérité existe pour vous. Voyez l'importance de reconnaître la beauté et la grandeur en vous et chez les autres. Ce sur quoi vous mettrez votre vision et votre attention, c'est ce qui sera. Pourquoi un enfant est-il turbulent à l'école et un ange à

la maison? Disons qu'il a une mère agissant en conscience qui met l'accent sur ses qualités. En énergie, l'enfant le reçoit et il est bon. Mettez votre perception sur les défauts d'une personne et vous nourrissez en énergie ses défauts et ils ne cessent de s'amplifier. Mettez l'accent sur ses qualités et ses défauts disparaîtront. Où portez-vous votre attention? Qu'est ce que vous nourrissez en énergie?

Comprendre que sa création est une illusion ; l'humain croit vivre dans un monde réel parce que celui-ci est concret et palpable, mais il n'a aucune idée qu'il évolue à l'intérieur d'un rêve collectif. Le rêveur doit se réveiller. Chacun crée sa réalité à partir de ses propres perceptions et celles-ci se forgent à l'intérieur de chaque être par l'intermédiaire d'une suite d'évènements continus vécus par chacun, il existe donc autant de perceptions de la réalité qu'il existe d'êtres humains sur cette terre. C'est pourquoi on doit éviter de juger la vérité d'un autre. Finalement, cette vérité est illusion à la fois. Une fois cette réalité révélée, la plupart des initiés aborderont leur vie comme un jeu, soit comme une pièce de théâtre où ils sont à la fois le metteur en scène, l'acteur et le spectateur et ils se disent : « tant qu'à créer, aussi bien créer une réalité qui soit harmonieuse, joyeuse et remplie d'amour et de gratitude. » Sans pudeur, brillez votre grandeur!

### **Exercices**

- Entraînez-vous à la télépathie.
- Prenez le temps de ressentir.
- Jouez à des jeux de télépathie et d'énergie.
- Faites chacun de vos gestes quotidiens en conscience avec une intention.
- Faites votre étoile ou tableau : Divisez les pointes de votre étoile ou des espaces de votre tableau par secteur de vie : Santé, amour, argent, loisirs, famille, carrière, projets et/ou voyage. Ensuite, collez des images accompagnées de mots positifs que vous voulez créer cette année dans chaque secteur de votre vie. Qu'il en soit ainsi!

### **Réflexion et questions à se poser sur la demande de guérison qui a été faite en début d'année :**

Ma demande s'est-elle réalisée?

Si oui, quelles actions ai-je posées pour y arriver?

Si non, quelles actions ou que je n'ai pas posées ou auraient pu influencer positivement ma demande de guérison?

Ma demande est-elle en voie de réussite? Comment?

Mon ego empêche-t-il la réalisation de ma demande? Pourquoi?

Quelles prises de conscience ai-je faites concernant ma demande?