

Le Miroir sans le Miroir

La suite des exercices de concentration donnés dans ce Portail ont deux objectifs principaux : d'une part, aider au développement intérieur de chacun, d'autre part, permettre, dans une certaine mesure, un contrôle expérimental de ce développement. La réussite, ne serait-ce que d'une expérience, montre que le chemin est correct et donne force et courage pour la suite du Sentier.

Si, dans l'exercice simple du miroir (cf. « Le Miroir »), la phase « du noir » n'a pas été dépassée, l'exercice maintenant proposé ne peut être entrepris.

L'exercice d'aujourd'hui peut se dérouler de deux manières différentes :

- Soit assis : la colonne vertébrale est verticale, les énergies circulent alors verticalement et sont actives.
- Soit allongé : la colonne vertébrale est horizontale, les énergies circulent alors horizontalement et sont passives.

Exercice assis

- Attention, au cours de cet exercice, il est possible de passer en « état second ». Dans ce cas, le contrôle du corps physique cesse ; aussi est-il nécessaire de s'installer de façon confortable et de ne pas allumer de bougie.
- En tout premier lieu, régler l'éclairage de la pièce de façon à pouvoir obtenir une pénombre profonde le moment voulu. Il est important qu'aucun objet ou reflet ne soit directement perceptible, à l'exception d'un disque de papier blanc, d'environ 10 cm de diamètre, placé devant soi à hauteur des yeux et à 2 ou 3 mètres de distance.
- S'installer dans un fauteuil ayant des accoudoirs pour éviter le risque d'une chute latérale, ou dans un lit, mais au milieu pour la même raison.
- Eclairer normalement la pièce et s'imprégner l'esprit d'une image de caractère symbolique, en se concentrant sur un dessin, par exemple : une pyramide, un arbre, l'Arbre de Vie, etc. Après quelques minutes de concentration, éteindre la lumière pour établir la pénombre.
- Fixer le regard sur le petit disque blanc qui doit, peu à peu, disparaître comme le reflet dans l'exercice du miroir.

Généralement, on a alors l'impression d'avoir devant soi une « sphère noire » de un à deux mètres de diamètre. Comme dans le miroir, une lueur apparaît mais il se produit à ce moment-là comme une déchirure qui dévoile alors un paysage ou un symbole qui n'est pas forcément celui de la concentration du début. En général, la « chose » vue est entourée de petits rouleaux striés, comme des déchirures de la sphère enroulées sur elles-mêmes à la façon dont sont dessinées certaines gravures anciennes.

Ceci est *la première phase* et il est conseillé d'arrêter ici, au début.

La suite ne viendra que lentement car la transformation intérieure ne doit pas être forcée. Aussi, ne faut-il pratiquer cet exercice qu'une fois ou deux par semaine, au maximum. On sait que l'athlète qui s'entraîne exagérément risque un claquage qui le retarde ; il en est ici de même, le claquage étant remplacé par un traumatisme psychique.

Le paysage ou le symbole perçu est en réalité la perception de la « forme-pensée » que nous avons créée en astral par la concentration. L'image est intérieure ; la preuve en est que si l'on passe la main lentement devant ses yeux, l'image ne disparaît pas. Toutefois, il convient de ne pas fermer les yeux car le symbolisme est tout puissant. La fermeture des yeux ferait, par son caractère symbolique, disparaître l'image en astral.

Avec de la patience, on arrive à la *deuxième phase*, où l'on peut faire apparaître à volonté nos images mentales dans la gravure ancienne qui semble être devant nous.

Si nous avons alors un problème, d'ordre pratique, nous nous efforçons de recréer la scène telle qu'elle est au moment de cette expérience et, ce, de la façon la plus objective possible.

Ensuite, par expérience, on se crée un code mental en se concentrant sur le fait que ce code va animer la scène. Ce code, qui doit comprendre le symbole « Je » ou le « I » anglais, peut être : « J'ai dit » ou « Je dis » ou « Je veux », etc., chacun devant chercher ce qui lui convient. Quand le code est correctement établi, quand la scène est bien visible, on prononce doucement le code, alors la scène s'anime. Si on est parfaitement neutre, du point de vue mental, la scène va se dérouler selon la situation astrale et physique du sujet examiné au moment de l'expérience ; ce sujet présente les faits tels qu'ils se dérouleront si personne n'intervient. Une intervention ultérieure pourra modifier le cours des évènements.

A notre avis, entre l'apparition de la première image (*deuxième phase*) et la maîtrise du processus de « lecture » de l'avenir, il faut compter un an sur la base d'un exercice ou deux par semaine.

Cet exercice est assez proche de ce que la Golden Dawn nomme le Skrying ou le voyage dans la vision de l'esprit.

Exercice allongé

Aucun matériel n'est nécessaire. Le mieux est d'être au sol. Dans le lit, se placer loin des bords.

Etre passif ; les yeux peuvent être ouverts ou fermés. Il faut essayer de former « la sphère noire » au-dessus de soi et, mentalement, de la laisser descendre sur soi. Il se produit alors un état de sommeil conscient et de rêve éveillé. Attention, pendant les quelques secondes du passage de l'état de veille à celui de rêve éveillé, il y a un état de non-contrôle du corps. Alors, celui-ci parle d'une façon incohérente pour le profane ou bien va répondre aux questions qui lui seraient posées.

Le rêve éveillé a la particularité de pouvoir être dirigé et de pouvoir être orienté sur un sujet de notre choix. Nous pensons qu'il est préférable de ne pas animer le rêve afin de respecter le symbole de passivité utilisé dans cet exercice. Alors, on reçoit ce qui nous est nécessaire et ceci peut, avec de la patience, conduire à l'Ecole Intérieure de la Nuit.

Jean DUBUIS