

# LES QUÊTES DE VISIONS

Les quêtes de visions vont être une part importante dans votre cheminement durant le cursus. Mais qu'est ce que la quête de visions dans la tradition chamanique?

C'est une pratique spirituelle que l'on retrouve dans de nombreuses cultures indigènes et qui existaient déjà en Égypte antique où certains initiés partaient s'isoler dans le désert en quête de révélations intérieures et de rencontre avec le Netjer tutélaire. Ces expériences constituaient un rite de passage ou une méthode de recherche de guidance, de guérison, de connaissance ou de pouvoir spirituel. Les pyramides étaient un lieu propice à la rencontre intérieur avec les différents archétypes qui nous habitent.

Ces quêtes étaient souvent entreprises par des personnes qui cherchaient à établir une connexion plus profonde avec le monde spirituel, à obtenir des réponses à des questions personnelles ou à des dilemmes, ou à recevoir des visions qui pouvaient guider leur communauté ou eux-mêmes dans la vie.

Encore existante aujourd'hui, le processus d'une quête de vision implique une période de préparation qui peut comprendre jeûne, prière, méditation, et purification, comme nous l'avons fait. Dans la pure tradition, la personne part seule dans la nature, souvent dans un lieu considéré comme sacré, pour y passer plusieurs jours et nuits sans manger, parfois sans boire, et sans abri, exposé aux éléments. L'isolement et la privation sensorielle favorisent un état de conscience modifié propice aux visions et aux rencontres spirituelles.

Pendant la quête de vision, la personne peut recevoir des messages, voir des animaux ou des esprits guides, ou vivre d'autres expériences visionnaires qui offrent des directions, des avertissements, des révélations. Après la quête, il est courant de partager les expériences vécues avec un aîné de la communauté, qui aidera à interpréter les visions et à intégrer les leçons ou les directives reçues dans la vie quotidienne.

Ce sont donc des voyages intérieurs permettant de se mettre en relation avec l'invisible par un état de conscience modifié.

Aujourd'hui, avec nos modes de vie, il est assez difficile de partir s'isoler seule dans la nature.

C'est pourquoi j'ai adapté la quête de vision pour ce cursus et je vais vous transmettre une pratique puissante que j'utilise moi même lorsque j'ai besoin d'obtenir des réponses.

Cette pratique s'apparente à l'imagination active de Carl Gustav Jung, qui consiste à établir un dialogue entre le conscient et l'inconscient pour favoriser l'intégration psychique et le développement de l'être. Jung a été inspiré sur le tard par l'Égypte antique. La méthode qu'il a mise au point est assez similaire aux quêtes de visions recherchées par les initiés. L'imagination active aide à explorer et à intégrer les contenus de l'inconscient, en particulier ceux qui se manifestent sous forme de complexes, d'archétypes, ou de rêves, en les rendant conscients et en leur donnant une forme compréhensible.

Comment cela fonctionne:

L'imagination active implique de se mettre dans un état de relaxation ou de semi-méditation, où l'on devient attentif aux images, pensées, sentiments ou fantasmes qui émergent spontanément de l'inconscient. Plutôt que de les rejeter ou de les analyser immédiatement, on va interagir avec ces contenus de manière imaginative. Cela peut inclure les dialoguer, les mettre en scène dans une forme de jeu de rôle...

En dialoguant avec différentes parties de soi-même, par exemple, en donnant une voix à ses peurs ou désirs, on peut mieux comprendre et résoudre des conflits internes.

En revisitant et en explorant activement les scènes ou les symboles d'un rêve, on peut en découvrir le sens plus profond et ce qu'ils révèlent sur notre état psychique.

L'imagination active permet donc de créer un dialogue conscient avec nos images intérieures. La quête de vision est donc une méthode entre la quête chamanique et l'imagination active.

Cette méthode particulièrement simple et efficace permet d'entrer en état de conscience modifiée assez rapidement par des mouvements oculaires.

L'élixir spagyrique de lotus bleu accompagné du khyphi égyptien vont permettre de soutenir et d'amplifier les visions. Le Kyphi contient des substances qui permettent de faciliter les états de conscience modifiés. Il a été principalement utilisé comme offrande aux dieux. Il était reconnu en Égypte pour ses propriétés apaisantes, son pouvoir de guérison psychique et spirituelle, sa capacité à induire des états de rêve prophétique par connexion à certains archétype, et de faciliter la transe méditative.

Le lotus bleu quant à lui, permet de faciliter la connexion avec les mondes subtils. Il contient un alcaloïde psycho-actif doux. Son utilisation facilite énormément les états de conscience modifiés et surtout, l'ouverture intérieure et du chakra coronal.

Utilisée de manière rituelle, c'est une superbe expérience, une ouverture de la porte de l'inconscient permettant de se relier à nos images et archétypes intérieurs afin d'obtenir des réponses. Mais surtout, pour ce cursus, c'est de cette manière que vous allez vous relier à votre Netjer tutélaire et entamer un travail de conscience avec. Nous en parlerons durant le live. L'esprit du lotus, Nefertoum, apporte la lumière là où règne l'obscurité.

La quête de vision fait partie intégrante de tout parcours initiatique et c'est une aventure extraordinaire qui s'offre à vous.

### **RYTHME:**

Une quête principale par mois avec un objectif particulier, accompagnée du Khyphi (vous en avez une boulette pour chaque mois du cursus) et du lotus bleu.

Des quêtes secondaires à faire minimum 1 fois par semaine pour approfondir, toujours avec le lotus bleu mais sans le Khyphi. Le travail se fera sur un thème spécifique et devra être pris en note avec des recherches personnelles. Ceci constituera votre "mémoire" du cursus.

### **LA QUÊTE DE VISIONS:**

Installez vous confortablement dans un endroit calme. Évitez de faire ce travail le soir car il peut stimuler le sommeil. Je vous conseil également de rester assise. Fermez les yeux. À l'inspire, en gardant les yeux fermés, levez les yeux vers le ciel et à l'expire relâchez. Puis à l'inspire, regardez vers le bas, relâchez à l'expire. Faites la même chose vers la gauche, puis vers la droite. Vous faites ainsi bouger vos yeux vers chaque direction et revenez toujours au centre. Répétez l'exercice environ 10 fois au départ en restant bien concentrée. Puis vous allez dans un premier temps visualiser quelques chose et entrer en dialogue ou dans une mise en scène selon les besoins.

L'exercice peut durer environ 15 minutes. Une fois terminé, notez tous les détails qui permettront de faire un travail de recherches. Ne cherchez pas à savoir si c'est le mental ou pas.