

Activation de la Merkabah

## Description

# Merkabah D  apr  s l  enseignement de Drunvalo Melchiz  dek

La Merkabah est le véhicule ascensionnel de l   tre humain. Non activé, il est constitu   de  
  troites bandes entourant le corps humain. Activé, c  est une masse formidable  
pour le corps physique et qui ressemble    si méprendre    une galaxie.



Fig 1     **Double tétraèdre**: La forme géométrique de base est

constituée de deux tétraèdres imbriqués l  un dans l  autre. Le tétraèdre du soleil a sa  
pointe dirigée vers le haut, vers le ciel. Le tétraèdre de la terre voit sa pointe dirigée vers le bas,  
vers la terre. Ces deux tétraèdres imbriqués l  un dans l  autre donnent un double  
tétraèdre (double tétra) ou étoiles tétraédrique. Cette étoile tétraédrique est reproduite  
trois fois autour du corps humain. Il y a le double tétraèdre du corps mental qui tourne dans le sens  
inverse des aiguilles d  une montre (pour un observateur situé au milieu du double tétraèdre).  
Ensuite il y a le double tétraèdre du corps physique qui est fixe et ne tourne pas. Enfin il y a le  
double tétraèdre du corps émotionnel qui lui tourne dans le sens des aiguilles d  une montre  
(toujours du même point d  observation). Ces 3 doubles tétraèdres (ou 3 étoiles  
tétraédrique) sont exactement situés l  un sur l  autre dans le même espace. C  est



lâ??activation des deux tÃ©traÃ©driques mentale et tÃ©motionnelle, en sens opposÃ©  
lâ??une par apport tÃ© lâ??autre, dans un rapport de 34/21, qui crÃ©e lâ??apparition du vÃ©hicule  
ascensionnel ainsi dÃ©nommÃ© Merkabah. Dans sa forme active et stabilisÃ©e il ressemble donc tÃ©  
une soucoupe volante ou tÃ© une galaxie (vue par la tranche). Son diamÃ©tre peut alors atteindre 17  
mÃ©tres ou plus. Le vÃ©hicule Merkabah complet, avec son champ toroÃ©dal, a une taille qui devient  
carrÃ©ment dÃ©mente, soit plus du triple du vÃ©hicule de base. Environ 80m de pÃ©riphÃ©rie sur  
40m de hauteur, le tout comme logÃ© dans de grandes bulles.



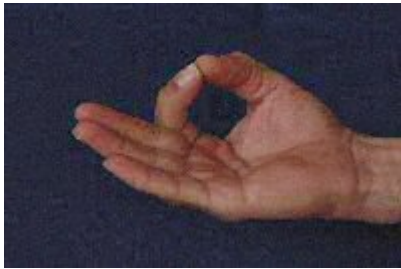
Fig 2- Le disque dÃ©veloppÃ© de 17m de diamÃ©tre

Par le centre vertical des deux tÃ©traÃ©dres passe le canal pranique. Celui par lequel nous respirons  
du temps de lâ??Atlantide. Avant de perdre cette connaissance, cette facultÃ©. Ce canal dÃ©bouche  
dans une bulle de lumiÃ©re situÃ©e dans le cÃ©ur central. De lÃ© toute lâ??tÃ©nergie pranique est  
distribuÃ©e par le rÃ©seau des nadis tÃ© tout le corps, les cellules, les atomes et les diffÃ©rentes  
couches subtiles qui constituent lâ??anatomie occulte de lâ??homme. Il est tout tÃ© fait possible de  
rÃ©activer la respiration par ce canal par des exercices quotidiens de [Pranayama] et de visualisation  
crÃ©atrice. De concentration aussi, associÃ©e tÃ© une pratique quotidienne soutenue.

Chaque tÃ©toile tÃ©traÃ©drique est donc constituÃ©e de deux tÃ©traÃ©dres imbriquÃ©s lâ??un dans  
lâ??autre comme on peut le voir sur la 1Ã©re figure. Le tÃ©traÃ©dre du soleil, celui dont la pointe  
regarde le ciel, a son arÃ©te principale orientÃ©e vers lâ??avant du pratiquant chez lâ??homme, vers  
lâ??arriÃ©re chez la femme (pour un observateur situÃ© au milieu du double tÃ©traÃ©dre). Le  
tÃ©traÃ©dre de la terre (celui qui a la pointe orientÃ©e vers le sol) a son arÃ©te orientÃ©e vers  
lâ??arriÃ©re chez lâ??homme et vers lâ??avant chez la femme. Ce sont les deux seules diffÃ©rences  
entre tÃ©lÃ©ment masculin et fÃ©minin. Tout le reste (respiration, activation, visualisation,  
mÃ©ditation) sont exactement les mÃ©mes entre les deux sexes. Lâ??arÃ©te du tÃ©traÃ©dre du  
pratiquant(e) est tÃ©gale tÃ© la distance mesurÃ©e dÃ©un bras tÃ© lâ??autre (lorsque les deux bras  
sont tÃ© lâ??horizontal et tÃ©cartÃ©s du corps) de ce mÃ©me pratiquant(e).

## Activation de la Merkabah : les 17+1 souffles

### PremiÃ©re sÃ©rie : souffles de 1 tÃ© 6



- **Souffle n°1** ?? Tous tes souffles se font avec la [[respiration Yoguique](#)]. Assis en posture de mÃ©ditation, les deux mains ouvertes vers le haut et posÃ©es sur les genoux, pouce et index se touchant dans le premier mudra (chin mudra). Tu visualises le tÃ©traÃ©dre du ciel (pointe vers le haut) empli de lumiÃ¨re blanche tÃ©ntourant. Tu inspires en 6Ã©3 (avec la [[respiration Yoguique](#)]). Puis tu expires en 6Ã©3 (ou Om6) en visualisant le tÃ©traÃ©dre de la terre (pointe vers le bas) empli de lumiÃ¨re blanche. Tu finis ton expire en rentrant bien ton ventre (abdomen) vers lâ??intÃ©rieur. RÃ©tention Ã© vide le temps de compter om6 (6Ã©3). Puis en expirant brutalement par la bouche (aprÃ©s avoir gonflÃ© ta poitrine et contactÃ© tes muscles abdominaux) tu visualises la masse lumineuse blanche de ton tÃ©traÃ©dre de la terre descendre dans la forme du tÃ©traÃ©dre en suivant bien ses contours et expulsant ainsi toute lâ??Ã©nergie souillÃ©e ou nÃ©gative par le bas du tÃ©traÃ©dre. ArrivÃ© Ã© la pointe lorsque toute la lumiÃ¨re blanche aura Ã©vacuÃ© tous les dÃ©chets tu pourras mÃ©me voir (imaginer) une couleur brun foncÃ© sortir de la pointe du tÃ©traÃ©dre et disparaÃ©tre dans le sol.
- **Souffle n°2** ?? Inspire dans le tÃ©tra du ciel en om6 avec le second mudra pouce et majeur se touchant. Puis expire en om6 dans le tÃ©tra du bas toujours avec le mÃ©me mudra. RÃ©tention en om6. Tu te concentres sur la masse blanche comprise dans le tÃ©tra du bas et qui avec ton expire forcÃ© dÃ©un coup la fera descendre vers la pointe expulsant ainsi tous les dÃ©chets accumulÃ©s.
- **Souffle n°3** ?? Inspire dans ta pyramide pointe vers le haut emplie de lumiÃ¨re blanche en Om6 avec le troisiÃ©me mudra, pouce et annulaire en contact (prithivi mudra). Expire en om6 dans le tÃ©tra de la terre toujours avec le mÃ©me mudra. RÃ©tention en om6. Expire forcÃ© dÃ©un coup qui pousse la masse blanche vers la pointe du bas en expulsant ainsi tous les miasmes accumulÃ©s.
- **Souffle n°4** ?? Idem. Mudra n°4, pouce et auriculaire se touchant (bhudi mudra).
- **Souffle n°5** ?? Idem. Mudra n°1, de nouveau le pouce et lâ??index se touchent (chin mudra)



- Souffle n°6 ??? Idem. Mudra n°2, le pouce et le majeur en contact.

## Seconde série : souffles de 7 à 13



- Souffle n°7 ??? De la 7<sup>me</sup> à la 13<sup>me</sup> respiration le mudra utilisé (n°5) consiste à mettre le pouce, l'index et le majeur en contact, paumes tournées vers le haut (pusham mudra). Désormais notre attention va se diriger vers le canal de lumière qui traverse le corps de part en part. De mulhadara chakra (le péricrâne, 1<sup>er</sup> chakra) jusqu'à Sahasrara chakra (la fontanelle, 7<sup>me</sup> chakra) au sommet du crâne. À l'inspire en om6, imagine que le prana pénètre simultanément par les deux extrémités du tube (péricrâne et fontanelle) pour se rejoindre au niveau de Manipura chakra (nombril, 3<sup>me</sup> chakra). À l'endroit où les deux courants d'énergie pranique se rejoignent, soit au centre du nombril, apparaît alors une sphère de lumière blanche de la taille d'un pamplemousse. À l'expir en om6 cette sphère va se mettre à grossir.
- Souffle n°8 ??? Mudra idem que précédemment. Inspire en om6 par les deux extrémités du tube pranique, les deux courants du prana se retrouvant au centre du chakra et continuant à faire grossir la sphère de prana. À l'expir en om6 la sphère de lumière et de prana atteint sa taille maximale soit environ la taille d'un ballon de basket.
- Souffle n°9 ??? À l'inspire en om6, la sphère qui ne peut plus grossir va intensifier sa lumière devenant encore plus brillante. À l'expir en om6 elle atteint son rayonnement maximal.
- Souffle n°10 ??? La sphère de lumière blanche qui est à son rayonnement maximal va changer de couleur au milieu de l'inspire en om6. Lorsque tu arriveras à om4 imagine qu'elle s'enflammera comme un soleil étincelant de couleur dorée. À la fin de l'inspire tu vas effectuer une rétention à plein en om6. À la fin de ta rétention tu gonfles ta cage thoracique et contractes tes muscles abdominaux. Puis en expirant brutalement par la bouche tu visualiseras l'expansion soudaine de ta petite sphère de lumière en une immense sphère de couleur dorée qui vient entourer ton corps tout entier et dont le centre est toujours situé en



ton nombril.

La sphère n°1 est toutefois pas encore stable. Toute ton énergie a été mise à contribution pour l'expulser de ton corps. Trois autres respirations seront nécessaires pour la stabiliser.

- Souffle n°11 ? Toujours le même mudra n°5 pour les trois souffles suivants. Tu inspires en om6, et expires en om6 en « sentant » cette grande sphère dorée qui t'entoure totalement et qui peu à peu se stabilise jusqu'à devenir immobile à la fin du souffle n°13.
- Souffle n°12 ? Idem précédemment.
- Souffle n°13 ? Idem précédemment.

### Troisième série : souffles de 14 à 17



- Souffle n°14 ? Mudra n°6 : pour les hommes la main gauche va venir se poser en coupe sur la droite. Pour les femmes c'est le contraire. Ces deux mains en coupe se posent sans effort dans le giron (triangle formé par le croisement des deux jambes) ou sur la cheville située en position dominante. Ce mudra va accompagner tous les souffles restants (dhyani mudra). ? Inspir en om6 tu vas imaginer-sentir que tes deux boules de lumière dorée (la petite au centre de la grande) vont toutes les deux remonter le canal pranique vers le haut pour s'immobiliser au niveau du cœur central, centre de ta poitrine (Anhata chakra). Expire en om6 dans la poitrine au centre des deux sphères, en les stabilisant.
- Souffle n°15 ? Toujours avec le mudra n°6, tu vas reprendre la visualisation de tes doubles têtes ou toile tétrique. Il y en a trois. La première, de nature neutre représente le corps physique. Elle reste immobile. La seconde masculine et électrique représente le corps mental et tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (pour un observateur situé au centre des doubles têtes) dans un rapport de 34. La troisième féminine et magnétique, représente le corps émotionnel qui tourne dans le sens des aiguilles d'une montre (pour un observateur situé au centre des doubles têtes) avec



un rapport de 21. Ces trois doubles tétraèdres occupent exactement le même espace (  l  atome près) et par conséquent se superposent l  un l  autre pour n  en former qu  un seul visible, l   o  1 pourtant il y en a trois.  l  inspir en om6 tu ordonnes dans ta t ate aux deux étoiles tétraédriques (mentale et émotionnelle)    qui démarrent leur rotation en sens oppos  l  une par apport   l  autre      vitesse égale  .   la fin de l  inspir tu retiens ton souffle en om6 en faisant monter la pression vers la fin de la rétention (tu gonfles ta poitrine et contractes tes muscles abdominaux pour accompagner l  expir forc . Comme au souffle n  10). En expirant violement par la bouche tu ordonnes mentalement   tes 2doublt tra  « 1/3 de la vitesse de la lumière  . Ce qui signifie que tes 2doublt tra vont tourner sur eux même   1/3 de la vitesse de la lumière l  un par la gauche l  autre par la droite.

- Souffle n  16    Tu inspires en om6 ordonnant mentalement   tes 2doublt tra un  « rapport de rotation de 34/21  ». Ce qui signifie que lorsque ton premier doublt tra (celui du corps mental) fera 34 tours sur lui même, le troisième (celui du corps émotionnel) en fera lui que 21. Toujours autour du second doublt tra (celui du corps physique) qui lui, je te le rappelle, reste immobile au milieu des deux autres. Puis rétention en om6. Contraction des abdominaux en fin de rétention pour accompagner l  expir forc  qui va accélérer la rotation de tes 2doubl tétra. Tu ordonnes mentalement au début de l  expir forc   « accélération   2/3 de la vitesse de la lumière  .   ce moment là se passe le  « miracle   ou la  « magie   de la respiration merkabah comme tu voudras bien l  appeler. Avec cette seconde accélération l  apparence de tes 3doublt tra se transforment et s  expansent en un disque plat d  environ 17m de diamètre ressemblant étrangement   une galaxie vue par la tranche [[voir fig n  2](#)].
- Souffle n  17    Inspiration en om6 en ordonnant mentalement   tes 2doublt tra  « accélération   9/10 me de la vitesse de la lumière  . Rétention en om6. Contraction abdominale en fin de rétention et gonflement de la poitrine. Expire forc  en ordonnant  « stabilisation   9/10 me de la vitesse de la lumière   (soit 270 000 km/s).
- Et voilà . Arriv  ici, il t  est recommandé de rester plusieurs minutes en méditation afin de prolonger cet état de conscience et de rester vigilant   ce qui se passe en toi. Prends bien le temps de te détendre, de relâcher toutes tes tensions, et de rester seulement l  , présent, observateur silencieux derrière ton ego. Puis de revenir au monde manifesté lorsque tu estimes que c  est suffisant. Alors doucement et lentement tu sors de ta méditation-pranayama avant de reprendre tes activités quotidiennes. Tu peux pendant ces activités et ta journée qui se déroule, revenir en permanence   la perception de ta merkabah jusqu    ce que celle ci n  ait plus besoin de ta présence-conscience pour être activée en permanence.

## Quatrième série : souffle 18



- Souffle n°18 : Le souffle n°18 ne te sera transmis que par ton Higher Self (Soi ou Supraconscience. Corps causal). Avec l'accélération fantastique que te permettra ce souffle (au delà de la vitesse de la lumière) tu disparaîtras physiquement de ce monde et plongeras entre les dimensions et les mondes parallèles (tu n'auras donc plus besoin d'aucun « sauveur » ou « vaisseaux de l'espace » pour te projeter où tu voudras). Il ne te faudra en aucun cas braver cette étape, car si tu le faisais, non seulement tu disparaîtrais de ce monde, mais comme un con(ne) tu serais incapable de revenir et te trouverais devant des emmerdes incarnatoires considérables. Ne pratique donc que lorsque tu seras prêt, c'est à dire suffisamment purifié et stabilisé émotionnellement et mentalement et que ton Soi t'en donnera la clef. Lui seul et personne d'autre ne le peut, fut-il même Yeshua en personne.

## Activation de la Merkabah : tableau récapitulatif

Energie Denis Sanchez



	<b>INSPIR 7"</b>	<b>EXPIR 7"</b>	<b>RÉTENTION 7"</b>	<b>Mvt DES YEUX</b>	<b>EXPIR FOR- CÉ 1"</b>	<b>© YV</b>
<b>1</b>			Puis...			À l'inspir vis toi se rempl À l'expir vis de toi se re
<b>2</b>			Puis...			Pour l'hom située deva Et l'arrête d derrière lui.
<b>3</b>			Puis...			Pour la fem située derriè Et l'arrête d devant elle.
<b>4</b>			Puis...			Après la rét masse blan de la terre.
<b>5</b>			Puis...			Ce second e et s'accomp yeux du hau
<b>6</b>			Puis...			Tu peux mé dont tu es p du tétraèdre

*Energie Denis Sanchez*



Source : <http://pranique.com/merkaba.html>

Pour aller plus loin : <http://elishean-portesdutemps.com/merkabah-comment-activer-votre-corps-de-lumiere/>

## Categorie

1. BioÉnergie

## Tags

1. activation
2. Merkaba
3. Merkabah

**date cr  e**

21 mars 2018

**Auteur**

denis

*Energie Denis Sanchez*