

L'Oracle de l'instant présent

*52 cartes pour méditer
52 guidances pour s'ancrer*

Collection Cartes & Livret
dirigée par Michka Seeliger-Chatelain et Tigrane Hadengue
© Mama Éditions (2022)
Tous droits réservés pour tous pays
ISBN 978-2-84594-468-8
Mama Éditions, 1 rue des Montibœufs, 75020 Paris (France)

De la même autrice

Les Danses de l'âme
Mama Éditions, 2022

L'Envol vers soi
Mama Éditions, 2020

Lena FAVRE

L'Oracle de l'instant présent

*52 cartes pour méditer
52 guidances pour s'ancrer*

AVERTISSEMENT DE L'ÉDITEUR

Les points de vue exprimés ici n'engagent que leurs auteurs.

Toute utilisation des informations contenues
dans ce coffret relève de la responsabilité du lecteur.

MAMA ÉDITIONS

Mode d'emploi

Mode d'emploi.....	7
La voie	12
La conscience.....	46
L'état d'être.....	96
À propos de l'autrice.....	115

Cet oracle de 52 cartes deviendra votre compagnon de route, un ami bienveillant avec lequel vous allez établir un riche dialogue vibratoire et qui répondra de manière concrète à vos questionnements. Vous cheminerez chaque jour, à travers chacun de vos tirages, vers la partie multidimensionnelle de votre être. Le chiffre 7 (5+2) est universellement le symbole d'une totalité en mouvement. Il symbolise l'homme parfaitement réalisé. Les cartes se déclinent en trois familles : la voie, la conscience et l'état d'être. Trois thématiques clés en cette période d'accroissement vibratoire sans précédent.

La voie est à la fois notre origine, le chemin et la destination. Nous sommes constamment accompagnés, guidés par de merveilleux êtres de lumière.

La conscience rime avec retrouver la capacité de se manifester en étant pleinement libre. Cela signifie en avoir fini avec les croyances que nous avons accepté d'entretenir individuellement et collectivement depuis des éons.

L'état d'être, c'est la déclinaison de notre nature profonde en différents états et manifestations.

Pourquoi un oracle vibratoire ? Car chaque mot est énergie, vibration, et transporte celui qui le lit, et encore plus celui qui le prononce à voix haute, dans un état particulier. Parce que les guides de lumière qui s'expriment à travers Lena insufflent à travers elle une énergie vibratoire puissante.

Parce que l'être Lena facilite la réception et l'assimilation de l'énergie de lumière qui arrive en cette période, ainsi que la décristallisation des blocages énergétiques.

Chaque page du livret vous ouvrira la voie en vous questionnant sur la carte tirée, puis éclairera la thématique d'une lumière particulière.

Vous trouverez également un rituel pratique et simple, ainsi qu'un message des guides de lumière que canalise Lena : Pastor et le Collectif.

Les messages et rituels de cet oracle puissant vous permettront de décristalliser vos blocages et de devenir auteur ou autrice de votre vie. Laissez-vous guider vers cette plus jolie version de vous-même.

Comment se servir de l'oracle ?

Avant d'utiliser cet oracle pour la première fois, je vous invite à le « nettoyer » de toutes les énergies qu'il a pu emmagasiner depuis son impression jusqu'à son arrivée entre vos mains. C'est d'ailleurs un rituel que vous pouvez instaurer pour tout objet que vous allez porter ou faire entrer dans votre espace sacré.

Pour ma part, j'utilise de la sauge blanche, de préférence en branche. Je l'allume et balaie de la fumée sur l'oracle, tout en disant : « Que cet oracle soit nettoyé de toutes les énergies qui ne sont pas pures et harmonieuses. » Puis, il est utile de le consacrer. Vous pouvez prononcer par exemple la phrase suivante à voix haute : « Je consacre

cet oracle à l'amour et la lumière. Que seules les énergies d'amour et de lumière puissent passer à travers lui. Et qu'il en soit ainsi ! »

Les cartes de l'oracle sont un support qui favorise la manifestation de l'intuition. Elles permettent également, grâce au visuel et au texte, de vérifier votre ressenti dans l'instant « T ». Aussi, pour ma part, je n'utilise pas de « méthode » particulière, de procédé spécifique de tirage, que ce soit avec un jeu de tarot ou un oracle. Tout simplement parce que cela réactive le mental et conduit souvent à mettre l'intuition en veille.

Je vais plutôt vous rappeler ici quelques points clés :

Tout d'abord, prenez systématiquement le temps de faire le calme à l'intérieur de vous, d'apaiser votre mental, de vous aligner avant d'utiliser l'oracle.

Veillez à être dans une neutralité sans attente, pour ne pas influencer le choix de la carte ou son interprétation.

Étalez les cartes devant vous, puis posez votre question dans votre tête ou, encore mieux, à voix haute. Laissez ensuite votre main aller vers la carte qui vous attire.

Si vous ne savez pas comment élaborer votre demande, dites simplement ceci : « Merci, mes guides de lumière, de me transmettre un message important pour moi aujourd'hui. »

Avant de retourner la carte, laissez venir des images et des mots dans votre tête, focalisez-vous sur votre ressenti. **Le corps ne ment jamais.**

Puis, regardez la carte dans son ensemble et laissez-vous de nouveau emplir de tout ce qui vient. Comme si vous étiez un récepteur totalement neutre.

Ensuite, regardez l'illustration et lisez le texte. De nouveau, laissez être ce qui passe à travers vous, notez les émotions que cela suscite.

Prenez le temps qu'il vous faut pour laisser infuser le message. Lorsque vous avez la sensation que celui-ci fait partie de vous, posez la carte dans un endroit où vous la verrez chaque jour, peut-être même plusieurs fois dans la journée (de manière à voir le dessin et le texte). Vous pouvez aussi l'utiliser comme marque-page du livre que vous êtes en train de lire. Lorsque vous sentirez que c'est le moment, vous pourrez tirer une autre carte.

Cet oracle est un puissant révélateur des nœuds vibratoires que vous êtes invités à décristalliser, des notions sur lesquelles vous êtes amené à revenir. Aussi, il n'y a pas de rythme précis pour renouveler les tirages. Écoutez-vous tout simplement.

Vous pouvez aussi décider de tirer une carte par semaine, et de méditer durant toute cette période sur le concept proposé, ou tout simplement de laisser venir ce qui vient au fil des jours et des nuits quand vous êtes reliés à ce mot-clé. Vous pouvez également prononcer ce mot à voix haute et laisser être.

Cet oracle peut aussi être utilisé dans une situation « d'urgence émotionnelle », dans ces moments où l'on se sent triste ou pire. Il vous ramènera en votre centre et vous indiquera, par le concept clé que vous avez sous les yeux, la voie pour retrouver la sérénité. Celle-ci est toujours à portée de main, quelles que soient les circonstances.

Osez expérimenter avec l'oracle, comme vous êtes aujourd'hui invité à oser être vous-même. Faites-vous confiance.

Veillez à faire de ce temps partagé avec l'oracle un moment privilégié. Un peu comme un dialogue avec soi-même ou avec un ami proche.

Vous recevrez ainsi des messages de vos propres guides, mais aussi de la partie supérieure de votre être, ainsi que de guides « de passage », me dit Pastor ! Ces derniers vont vous aider à accéder à un état plus léger, donc à accroître votre énergie vibratoire.

Si vous n'avez pas l'impression que la carte tirée vous parle, acceptez, lâchez prise. Souvent, on peut avoir tendance à tirer tout de suite une autre carte. Pourtant, si cette notion vous est proposée, c'est que les guides vous invitent à la laisser entrer en résonance avec vous.

Je ne vous en dirai pas plus, car tout est simple, fluide, juste, joyeux. Je vous invite, avec cet oracle, à naviguer entre les mondes lumineux. J'y ai déposé des poussières d'étoiles, d'amour et de lumière.

Puisse-t-il éclairer votre chemin, être un guide avec lequel vous échangerez et partagerez des moments merveilleux. Le meilleur pour vous.

Avec tout mon amour.

Lena

1

Akasha

Perçois-tu le fil rouge qui relie toutes tes vies ? Es-tu conscient de ce que tu viens manifester sur Terre ?

Les annales akashiques sont une forme de mémoire du temps. Elles contiennent l'enregistrement de toutes les vies des êtres ayant foulé cette Terre.

Elles reflètent tes choix individuels, ceux du collectif humain et leurs conséquences. Elles renferment également tous les champs des possibles, c'est-à-dire tous les choix que tu aurais pu faire.

Chaque vie est un chapitre du grand livre en question. Il est posé sur une des nombreuses étagères de la bibliothèque akashique. Plus le nombre de tes vies a été important, plus le livre est épais.

Tu peux y avoir accès également la nuit, durant ton sommeil. Les médiums, les channels le connectent lors de leurs guidances.

Rituel

Installe-toi confortablement. Prends quelques respirations complètes afin d'apaiser ton mental. Aie une intention claire et affirmée d'accéder au livre de tes vies.

Imagine maintenant que tu montes les marches d'un grand escalier qui débouche sur une porte en bois massif.

Lorsque tu arriveras devant la porte, respire, laisse vraiment partir les tensions qui demeureraient encore. Puis, franchis la porte avec joie et gratitude. Salue le gardien. Tu peux dire : **« J'ai l'intention de manifester l'amour et la lumière, de l'incarner. Pour cela, je me déleste de tout ce qui m'en empêche encore. Je demande aujourd'hui à mes guides de lumière l'accès à mon grand livre. Je suis dans la gratitude. »**

Demande alors au gardien de sortir ton livre de la bibliothèque, de le poser sur le pupitre de bois. Pose tes questions. Le livre s'ouvrira à la page qui y répondra. Commence par des questions précises pour aller vers des demandes plus générales.

Tu peux dire, par exemple : **« Je choisis aujourd'hui de visualiser une blessure qui m'empêche encore de me réaliser pleinement sur le plan sentimental. »** Tu peux poser cette même question pour les autres domaines de vie.

Tu peux poursuivre ainsi : **« Qu'est-ce qui bloque aujourd'hui la pleine réalisation de mon être ? »** Puis : **« Quelle est la voie qui me permettra de manifester mon plus beau chef-d'œuvre ? »**

Pastor te dit

« Aujourd'hui, tu es capable de lire dans le livre de tes vies. Il s'agit d'en émettre l'intention, puis de te présenter avec amour et humilité devant le gardien de cette grande bibliothèque. »

2

Alignement

As-tu la sensation d'être en accord avec ton être profond ? Te réalises-tu pleinement ?

Tu peux vraiment prendre ta place en osant exprimer qui tu es vraiment, en te mettant également au service du collectif.

Chaque être humain est unique. Tu es venu offrir au monde ton œuvre particulière. Néanmoins, si tu n'oses pas être toi-même, si tu es déconnecté au point de ne plus savoir qui tu es, tu vas manquer à l'œuvre collective. Si chacun prend sa juste place, cela engendre une symphonie céleste magnifique.

Chacun de nous est une étoile qui scintille. Certains sont des soleils centraux, des planètes gravitent autour d'eux. D'autres sont des planètes lointaines, des étoiles filantes. Mais dans le ciel, cela crée un tableau vibratoire merveilleux. Tout est juste. Alors, brille de mille feux !

Rituel

Il s'agit de pratiquer ce rituel régulièrement pour obtenir un effet.

Prends quelques respirations profondes. Apaise les pensées qui te traversent. Émets l'intention claire de t'aligner intérieurement.

Concentre-toi maintenant sur un objet de ton environnement physique. Un tableau, la flamme d'une bougie, une plante. Tu peux aussi choisir de te focaliser sur ta respiration.

Tu vas ainsi te libérer de tous les stimuli qui t'entourent. Ton premier objectif est de réussir à rester assis en ayant pour intention de parvenir au calme et au silence intérieur.

Peu à peu, tu vas sentir dans ton corps un engourdissement, une impression d'être lourd, ancré. Plus tu pratiqueras, plus cet état sera présent. Si des pensées parasites se présentent, laisse-les simplement passer sans leur donner d'accroche.

Demande alors à être connecté aux énergies du ciel et à celles de la Terre. Visualise chacun de tes chakras, qui vibrent dans une symphonie parfaite.

Puis, pas à pas, ravive tes perceptions. Tu peux bouger doucement tes bras, tes jambes, et revenir à toi, dans l'espace où tu te trouves.

Cette pratique régulière va te permettre non seulement de t'aligner mais aussi de te ressourcer.

Pastor te dit

« Prends, chaque jour, plusieurs moments pour harmoniser toutes les parties de ton être. Tu te sentiras renaître à chaque instant. »

3

Amour

Acceptes-tu de t'aimer et d'être aimé? As-tu plus de difficulté à recevoir qu'à donner ?

Tu viens d'un monde d'amour pur. Peut-être t'es-tu senti égratigné dès ton arrivée sur Terre ? Tu es venu prendre conscience que l'amour n'est pas à l'extérieur de toi, mais en toi. Personne ne pourra ni t'aimer à ta place ni te « rendre heureux ».

L'amour n'a pas de forme, de manifestation unique. L'amour est la lumière en expansion. L'amour est l'amour. Il est le contraire de la peur, donc de la jalousie, de la possession.

L'amour est la force dynamique de toute création. La vie est finalement l'amour manifesté. Il transforme la nature de tout ce qu'il touche « en or ». L'amour est sans attente.

L'amour est à la fois ton origine, ta connexion à Tout ce qui est, ta destination. L'amour est la vie et la vie est amour.

Rituel

Prends quelques respirations complètes. Calme ton mental, connecte-toi à ton cœur. Lis maintenant ce petit

texte à voix haute, en étant à l'écoute de ce qu'il produit en toi.

« Je m'aime, car cela est indice-pensable pour aimer Tout ce qui est.

J'aime le soleil, les planètes, la nature, les animaux, la Terre-mère, qui me nourrit de son amour. J'aime chacune de mes cellules, j'aime chacune de mes inspirations. J'aime au lieu d'avoir peur, j'aime au lieu de résister. J'aime sans relâche, jusqu'à mon dernier souffle.

Je m'aime et je cesse de porter, de tirer, de supporter. Je m'aime et je laisse être, je laisse partir, je pars si c'est juste pour moi. Ainsi, j'aime celui qui prend une autre route. Je m'aime, alors j'ose. J'aime. Ainsi, je donne et je reçois, mais je ne prends pas. Je n'attends pas que l'autre me comble. Je m'aime, alors je ris, je suis léger, je comprends que tout est lumineux. Je rayonne l'amour. »

Puis, visualise ton quatrième chakra, le chakra du cœur.

Prends une profonde inspiration et dis à voix haute le mantra en sanskrit « *om mani padme um* » pour aligner ton énergie vibratoire sur l'amour.

Tu peux aussi répéter à voix haute les mots-clés liés au chakra du cœur : **« J'aime, je donne, je reçois, je suis amour, j'active l'amour en moi. »**

Le Collectif te dit

« Que chacun de tes souffles soit amour, que chacune de tes pensées soit amour, que chacun de tes regards soit amour. Que chacune de tes cellules vibre l'amour. L'amour est ton essence. L'amour est la source de Tout ce qui est. »

4

Ancrage

Quelle est ta reliance à la Terre? Es-tu perché dans les étoiles? As-tu des difficultés à t'acclimater ici? Fuis-tu plus ou moins ton incarnation? Es-tu envahi par un flot de pensées qui te traversent continuellement?

Tu as choisi de prendre forme dans un corps humain, sur Terre. Si tu veux pouvoir concrétiser aisément tes intentions, il est indispensable d'être relié au ciel, ainsi qu'à celle qui t'accueille, la Terre-mère.

Les puissantes énergies vibratoires entrantes sont comme un tsunami énergétique. Si tu n'es pas enraciné, tu risques d'être ballotté au gré du vent. Si tu n'as pas de « prise de terre », tu vas connaître une surtension interne !

Pour te sentir à ta juste place et habiter pleinement ton espace sacré, tu dois être ancré. Plus tu seras ancré, plus tu accepteras d'être incarné. Plus tu seras incarné, plus tu te sentiras libre et en sécurité.

Rituel

Prends quelques respirations profondes. Imagine un arbre majestueux, regarde-le en partant du bas de son tronc. A-t-il des racines apparentes, comment se

déploient-elles autour de lui? Visualise maintenant la répartition de ses branches. Observe ses feuilles, leur couleur, ressens l'odeur de cet arbre.

Enlace maintenant cet arbre de manière à ne faire plus qu'un avec lui, à percevoir son énergie. Tu es cet arbre. Ressens tes racines qui poussent sous tes pieds, s'étendent jusqu'au centre de la Terre. Leur puissance et leur force font de toi un être debout, ancré. Maintenant, laisse monter l'énergie de la terre. Elle se diffuse dans tes pieds, remonte le long de tes jambes, baigne ton bassin d'une façon à la fois calme et puissante. Elle anime tes chakras racine et sacré.

Laisse déployer tes branches vers le ciel, l'énergie de tes feuilles entre en toi. Tu es connecté au ciel, au centre du cosmos.

Prononce maintenant cette phrase à voix haute :

« Je suis (prénom). Je suis dans la gratitude d'être incarné sur cette Terre. Je me connecte à Gaïa. Je suis solide, fort, ancré. Je suis dans ma pleine puissance, dans le respect de moi-même, de tout ce qui m'entoure. Merci Gaïa de m'accueillir, de me nourrir, de me porter comme une mère. »

Pastor te dit

« Si tu es comme un ballon de baudruche qui se laisse porter au gré des vents, tu ne pourras pas manifester ton œuvre dans l'incarnation. La puissance de l'arbre, c'est la force et la longueur de ses racines, la majestuosité de ses branches qui s'élèvent vers le ciel. »

5

Authenticité

T'autorises-tu à être pleinement toi-même, à le manifester, à t'aimer ?

En cette période d'accroissement vibratoire, tu es puissamment poussé à être toi-même. Ose enlever couche par couche les vernis que tu as posés sur la toile, toutes les carapaces que tu as endossées, pensant qu'elles t'apporteraient légitimité et amour.

Être authentique, c'est simplement œuvrer à ne plus se mentir à soi-même et aux autres. C'est comprendre que vouloir se changer, en pensant que c'est la seule issue pour « s'intégrer » sur Terre, est vain.

Aujourd'hui, il s'agit pour toi d'être « de ce monde ». Tu es le seul à te contraindre d'être « dans » ce monde. Être « dans ce monde », c'est croire qu'il faut s'intégrer, se conformer à ce que le plus grand nombre considère « être juste ».

Ta seule présence sur Terre te rend légitime. Alors choisis d'être « de ce monde ». Exprime pleinement qui tu es. Apporte ta touche personnelle à l'œuvre collective. Manifeste ton plus beau chef-d'œuvre.

Rituel

Enregistre-toi en train de lire ce texte. Écoute-le en état de relaxation, comme si tu écoutais une chanson.

Prends quelques respirations complètes, calme ton mental, relie-toi à ton cœur. Connecte-toi maintenant aux circonstances magiques qui t'ont permis de venir sur Terre. La rencontre de tes parents, le moment précis où tu as été conçu. Rien n'est aléatoire ou accidentel. Tout est juste. Tu es une personne unique. Si tu manifestes tes propres aptitudes, la vie se déroulera de manière fluide et heureuse. Si tu ne résistes plus à qui tu es, si tu cesses de te conformer à ce que les autres attendent de toi, tu es dans le flux de la vie, aligné avec l'univers.

Ose regarder chaque couche de peinture posée sur toi par le conditionnement générationnel, sociétal, karmique. En les enlevant, tu retrouves peu à peu la joie, un sens à ta vie. Écoute ton intuition, fie-toi à ton cœur et à ton corps. Tu sauras ainsi si tu es en accord avec toi-même. Aligne tes paroles et tes actions avec ton ressenti. Ce n'est pas en te conformant à ce que les autres attendent de toi que tu seras aimé. Rayonne l'être unique que tu es. Termine ce temps avec toi-même en disant à voix haute : **«Aujourd'hui, je décide de m'autoriser à être moi-même, qu'il en soit ainsi !»**

Pastor te dit

« Pourquoi être une pâle copie du tableau lorsque l'on peut être l'original ? Aujourd'hui les copies palissent sous la lumière de cette puissante énergie entrante. L'œuvre originale, elle, resplendit de mille feux. »