

**DIMANCHE 18 MARS 2012**

**LE TIRAGE DU FEU**

**Inspiré du**

**JEU DES MIROIRS**

*de Sabine Dewulf*

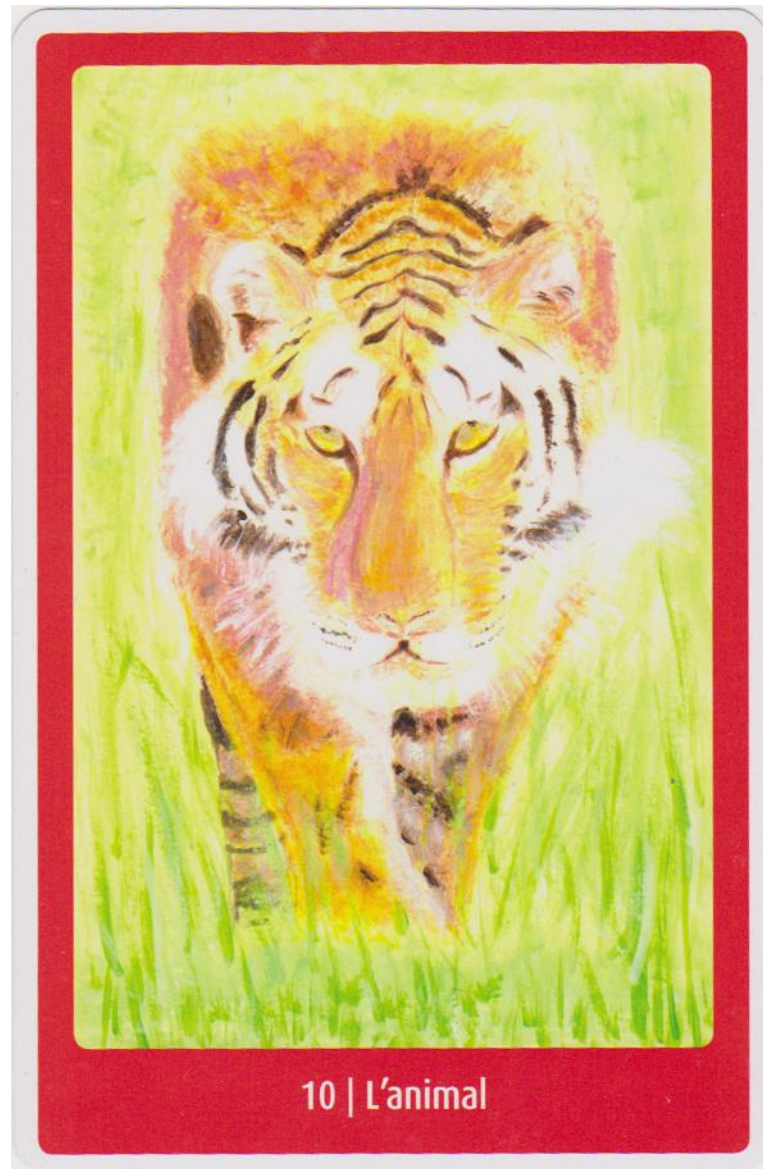
*Il est conseillé de faire une pause de 2 ou 3 minutes avant le tirage pour se détendre afin de mieux recevoir ce qui est à découvrir...*

Ce « tirage du Feu » propose un éventail de quatre cartes : celle du Feu auxquelles s'ajoutent trois autres, respectivement tirées au sort parmi les cartes du Feu ardent, du Feu rayonnant et du Feu sacré.

Le Feu symbolise le désir d'agir, l'élan vital de l'âme qui anime le corps. Rouge et central, il est lié à la vitalité instinctive (*le Feu ardent*) ; puis il devient orange, pour exprimer une chaleur humaine consciente (*le Feu rayonnant*) ; enfin, il s'éclaircit jusqu'à l'or et la blancheur de la conscience pure, en quête du sens profond, indicible de l'être (*le Feu sacré*). Mais notre feu intérieur est souvent étouffé par des freins, qu'il s'agit de lever.

1. Choisissez la question qui vous préoccupe en ce moment ou simplement un désir que vous souhaitez accomplir... Notez cette question ou ce désir sur votre feuille.

2. Regardez d'abord la première carte, qui correspond au Feu ardent. Imprégnez-vous de l'image, puis écrivez un mot qui désigne votre feu instinctif, lié aux ressources du corps physique. Puis, tout autour du mot, laissez d'autres mots s'écrire, comme les rayons d'un soleil, sans réfléchir.



3. La deuxième carte est associée au Feu rayonnant. Lisez le titre, puis le texte, sans chercher à le comprendre, en le laissant seulement résonner en vous. Puis, faites comme pour la carte précédente : écrivez un mot qui résume ce qu'est votre feu émotionnel, celui du cœur, puis d'autres mots autour de lui.



4. La troisième carte est liée au Feu sacré, celui qui élève vers la spiritualité. Regardez bien le titre et le texte, puis procédez comme avec les deux cartes précédentes, en laissant un mot caractériser le feu de votre esprit et en encerclant ce mot d'autres mots.



**5. Parmi ces trois cartes, choisissez celle qui vous inspire le plus. Ensuite, faites les exercices associés à la carte choisie. Faites une petite pause entre les deux exercices et prenez tout votre temps... Si vous remarquez des choses nouvelles à propos de vous-même, vous pouvez les noter.**

#### **10 - CARTE « L'ANIMAL »**

##### **Quel est votre visage ?**

- ◆ Visualisez-vous sous la forme de l'animal de votre choix, celui qui s'impose naturellement. Laissez votre animalité s'exprimer librement, joyeusement, comme dans votre petite enfance, par des postures, des gestes, des cris...
- ◆ A présent, laissez se manifester la face sombre de votre animalité. Ne retenez rien : colère, tristesse, peur, haine... peu importe ! Déchaînez-vous à votre aise...

##### **Pour accueillir ce que vous êtes...**

Puis, refaites certains de ces gestes spontanés d'une façon plus consciente, en étant totalement présent à ce que vous faites ou dites. Prenez conscience des différents besoins – physiques, émotionnels, intellectuels – qui s'expriment ainsi. Dans votre vie de tous les jours, plus vous serez centré dans l'instant présent, plus vos réactions, même rapides, seront justes, c'est-à-dire ajustées aux circonstances...

#### **15 – CARTE « S'UNIFIER »**

##### **Quel est votre visage ?**

- ◆ Observez votre visage dans un miroir de poche. Remarquez ses contours, sa petite taille, son opacité... Puis, bougez le miroir et regarder votre visage se promener partout dans l'espace et graviter autour de vous comme un reflet farceur : son aspect varie selon la distance, la position et la lumière. N'est-il pas en effet *étrange*, ce miroir qui vous renvoie un reflet si changeant, si inconsistant ?
- ◆ Revenez à vous-même : prenez conscience de la distance qui vous sépare de votre propre reflet ; puis, entrez en contact avec vos sensations et perceptions *ici*, et non *là-bas* dans la glace. Qu'est-ce qui, en vous, ne correspond pas vraiment à ce reflet ?

##### **Pour accueillir ce que vous êtes...**

Que voyez-vous réellement, quand vous êtes face au miroir ? Ici, ce que vous voyez de vous-même n'est qu'un immense champ de vision ouvert. Et, chose extraordinaire, cet espace, qui est votre conscience même, est capable d'accueillir sans effort ce petit reflet, là-bas, de vous-même, comme on accueille à bras ouverts un ami familier. Ainsi ouvert à votre image, ne vous sentez-vous pas plus unifié, plus près de vous-même, en sécurité ?

**31 - CARTE « VEILLER » :**

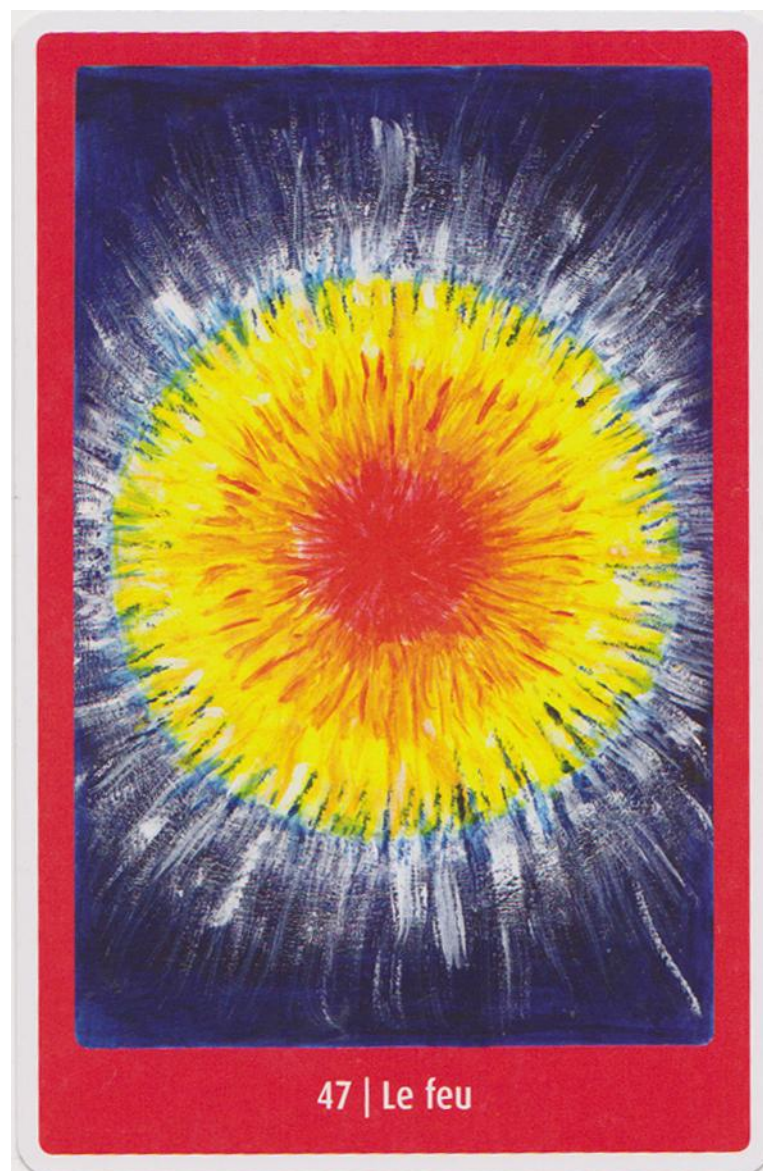
**Quel est votre visage ?**

- ◆ Fermez les yeux et regardez votre propre obscurité. Puis, souvenez-vous d'une situation où les choses vous sont apparues très clairement. Que se passait-il alors ? Pourquoi étiez-vous si attentif ?
- ◆ Quelles activités faites-vous de manière distraite, automatique, comme perdu dans le brouillard ?

**Pour accueillir ce que vous êtes...**

Observez votre propre champ de vision. Voyez comme celui-ci est troublé par l'écran de vos pensées et images mentales mécaniques, inconscientes. Souvenez-vous que le monde existe... Laissez se dissoudre la brume de vos pensées. Regardez le monde et ses vives couleurs : laissez vos yeux s'agrandir et rendre sa transparence à votre champ de vision. Veillez, le plus souvent possible.

- 6. A présent, imprégnez-vous de la carte « Le Feu ». Laissez jaillir tous les mots qui vous viennent et écrivez-les.**



**Exercice 2 : Pour accueillir ce que vous êtes...**

Laissez votre feu intérieur se déployer... Ressentez votre vitalité physique qui vous délivre de la routine. Sentez la chaleur de votre cœur rayonner dans tout votre être et hors de vous et vous donner confiance. Laissez-vous porter par l'élan de votre désir le plus profonde, au-delà de vos mécanismes mentaux.

- 7. Maintenant, relisez tous les mots-soleils que vous avez écrits et tous les autres mots et phrases. Quelles ressources se manifestent pour vous, qui vont vous permettre de répondre à votre questionnement initial ?**

Sabine et Eric