

## Laurence Pelegry

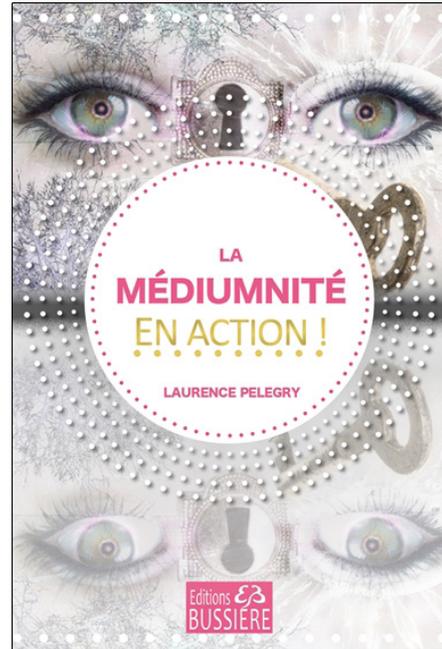
Nous l'ignorons le plus souvent mais nous avons tous en nous des facultés médiumniques.

**Cet ouvrage vous propose de suivre pas à pas une méthode simple et efficace pour réveiller le médium qui sommeille en vous.**

S'adressant aux débutants comme aux personnes initiées, la médiumnité en action rend accessible une discipline en apparence fermée et permet de développer ses capacités d'intuition et de clairvoyance.

Au fil de leçons et d'exercices utilisant méditation, chakras, pendule, visualisation... vous allez pouvoir déployer vos perceptions subtiles et vos facultés mentales, et apprendre à vous en servir au quotidien.

La collection en action vous invite à aborder tous les domaines de l'ésotérisme de manière active afin d'allier connaissances théoriques, entraînements et mise en pratique.



Réf. 68234

Précommande n° : L99130

**09/09/2019**

12 €

Livre Broché • 196 pages • 12 x 18 cm

Illustrations couleur

Collection : « L'ésotérisme en action ! »

Esotérisme

Voyance – 130

**Exercices pratiques**

**Divination**

**Intuition**

**Facultés médiumniques**

*Laurence Pelegry exerce en cabinet à Paris. Clairvoyante, énergéticienne, Maître Praticien PNL (programmation neuro-linguistique), thérapeute, coach, auteur de plusieurs ouvrages, conférencière, elle est spécialisée dans la recherche en parapsychologie et psychothérapie, anime des séminaires de développement personnel et donne des cours de voyance.*

**Excellent rapport qualité/prix, nombreux exercices et illustrations.  
Cette collection aborde vraiment la pratique  
et le « training » en ésotérisme.**

### Table des matières

Comprendre la médiumnité  
Exercices de relaxation  
Développer ses facultés psy  
Chakras et couleurs  
Les rêves  
Visualisation et méditation sur les formes géométriques  
Le pendule  
Le tarot  
Le cristal





# Comprendre la médiumnité



## LES ORIGINES DE LA MÉDIUMNITÉ

Médiurnité, un mot qui fait rêver ou qui fait très peur. Son évocation nous fait sortir de notre monde habituel, de nos limites et éveille la peur de l'Inconnu.

Pour remonter à l'origine de la médiumnité, il nous faut nous projeter très loin dans le temps, dans les premiers âges de l'Homme.

Alors que nos ancêtres vivaient en petits groupes, s'abritant parfois dans des grottes qui servaient d'ailleurs principalement aux cérémonies religieuses, alors que le vaste monde leur était hostile et qu'il leur fallait survivre, ils ont commencé à développer leurs dons

A l'origine, pour vivre et même simplement survivre, l'Homme a dû chercher à utiliser tous les moyens possibles. Ses connaissances techniques étant inexistantes, ses moyens de défense limités à quelques armes primaires, force lui fut de chercher au fond de lui-même des moyens qui étaient à sa portée et faire ainsi naître les dons qui ont été si utiles à la communauté. Replaçons-nous dans le contexte de l'époque. L'Homme vivait au sein de la nature, entouré de plantes et d'animaux, et il était simple. Au fond de son être, il ressentait l'harmonie profonde qui lie l'individu à son milieu, ce milieu qui procurait la vie, mais aussi la mort. Alors, pour protéger son existence, il a dû faire appel à son instinct, comme le font si souvent les animaux. Mais ce n'était pas un animal, c'était un Homme. Alors il a dû chercher à aller plus loin, à se rendre maître de la nature et de son environnement.

Au-delà des signes visibles, il a étendu son champ de perceptions à l'invisible. Les plus doués de ces hommes, ceux en qui s'éveillait

le concept du sacré et de l'univers, ont élaboré des moyens, des méthodes pour assurer leur survie et celle de leur communauté. Ils sont devenus les prêtres, sorciers, chamans, médecins de leur groupe.

Ce concept du monde invisible et de l'action de l'Homme sur ce monde nous est parvenu à travers les peintures rupestres des grottes.



C'est à cette époque qu'est né l'arbre dont les branches ont donné la voyance, la magie et la médecine, trois concepts bien différenciés de nos jours, mais intimement liés à l'origine.

Car l'homme primitif a cherché à affiner ses perceptions pour connaître son devenir, essayer de prévoir où passeraient les troupeaux d'animaux qu'il pourrait chasser. Il a cherché à lire les signes de la nature qui annonçaient la pluie, la tourmente ou la tempête, devant lesquelles il était si démuni. Il a cherché les plantes qui pourraient le nourrir ou le soigner. Bien sûr, il a dû observer les animaux dans leur quête, mais il a dû aussi laisser libre cours à son inspiration pour essayer de trouver des remèdes à ses maux, à travers l'utilisation des plantes, et pour ce faire, il est plus que probable qu'il ait appris à écouter la petite voix chantante de l'intuition et de l'inspiration afin d'effectuer le bon choix.

Il a recherché les moyens à sa disposition pour faciliter ce genre de perceptions. Il y en avait principalement trois à sa portée, propices à induire les états de conscience modifiée liés aux perceptions extrasensorielles, à savoir le souffle, utilisé afin d'obtenir le vide en soi, l'usage de certaines plantes, et la contemplation des éléments, particulièrement le feu et l'eau, propices à l'autohypnose et qui, en tant que forme de divination, s'appellent aujourd'hui pyromancie et hydromancie.

Le plus simple était bien entendu la maîtrise du corps par le vide en soi, technique qui a engendré au cours des siècles le yoga, la méditation, portés à un si haut niveau en Orient.

Il y a une chose primordiale, déjà bien en évidence à cette époque-là, c'est que les pouvoirs de l'homme-médecine, du « parapsychologue de l'époque » étaient au service de la communauté. De même, le rôle du voyant, de nos jours, est d'aider.

Le chemin du voyant, du médium, du magicien dans sa plus haute expression, est l'aide aux autres. Vous qui lisez ce livre, qui pratiquez ou cherchez à étendre vos connaissances, n'oubliez jamais ce devoir, le service de la communauté.

Si Dieu, dans sa grâce infinie, a bien voulu pourvoir l'homme de facultés « psy », si l'homme travaille à développer son potentiel et y parvient, il ne doit pas oublier qu'il ne fait que réaliser le dessein de son créateur.

Sur le chemin de la voyance, il existe un obstacle de taille, et cet obstacle, c'est l'ego. A vous tous qui développerez vos dons, je voudrais signifier qu'avec la découverte de vos « pouvoirs » ou plutôt possibilités, tôt ou tard, vous serez confrontés à cet ego, le voyant n'est pas un surhomme, et il ne lui faut point l'oublier. Il n'est ni meilleur, ni plus formidable que ses frères et il ne lui faudra point négliger l'humilité et le service. Et s'il peut à juste titre être fier et heureux du développement de ses dons, à travers un travail et un effort suivi, il ne doit ni s'en glorifier, ni jamais au grand jamais en abuser.

## LE VOYANT

Un voyant est quelqu'un comme vous et moi, occupant une place dans la société, avec des idées, des sentiments, des forces et des faiblesses. C'est avant tout un humain, comme tout un chacun, et il appréhende le monde, dans son quotidien, exactement comme tout le monde. Mais lorsqu'il se livre à son art, sa vision du monde devient très différente de celle de ses contemporains, et ce sur deux points de base: la conception du temps et de l'espace



### L'EXPRESSION DE LA MÉDIUMNITÉ

Pour voir, pressentir, percevoir ce qui est caché à la plupart, le voyant doit modifier son état vibratoire. Les ondes de son cerveau se mettent alors à émettre d'une façon différente et le champ énergétique autour de son corps se modifie légèrement.

Si vous êtes sensible à ce genre de modification, vous pourrez la percevoir facilement, ou bien vous y parviendrez avec le temps, à l'usage.

Si vous avez l'occasion de voir travailler de concert un groupe de voyants, la perception de cette énergie vous sera plus facilement palpable, car singulièrement amplifiée.

Pour ceux doués de clairvoyance, cela se traduit par un léger halo lumineux autour de la tête, allié à la perception d'une pulsation-vibration douce et calme.

Au niveau du fonctionnement du cerveau, on peut comprendre facilement ce phénomène. Il suffit de comparer le cerveau à un poste de radio.

En temps normal, il est branché sur une certaine station, qui lui permet d'écouter un seul programme.

En modifiant son état vibratoire, c'est comme si on poussait un bouton, ce qui permettrait de capter une autre station. On étend simplement ses perceptions à un monde plus vaste. Mais on ne change pas de monde sans modifier quelque peu sa façon d'être, et les lois qui régissent un monde différent sont également différentes. Nous allons donc aborder les deux lois différentes qui régissent ce monde des perceptions plus étendues.

## L'ESPACE

Pour un voyant, l'espace ne se limite pas. Il lui est tout aussi facile de percevoir quelque chose qui se passe à l'autre bout du monde que dans la pièce à côté. Dans son monde de perception, la distance ne joue aucun rôle, elle est annihilée. Les règles qui gèrent la vision habituelle de l'individu sont totalement caduques. Le corps physique n'a pas besoin de se déplacer, il étend son champ de perception au monde entier, sans bouger de son fauteuil.

Cette faculté étrange lui permet tout aussi bien de percevoir ce qui se passe dans le corps du consultant assis en face de lui que ce qui se passe pour la femme de son consultant en voyage à Rio de Janeiro.

## LE TEMPS

De même que la perception de l'espace n'est pas limitée par les murs des maisons ou l'éloignement des pays, le temps n'est pas perçu en voyance comme une entité totalement divisée en passé, présent et futur.

En voyance, le temps est une dimension une et indivisible.

Il en résulte que le voyant peut se promener dans le temps et qu'il peut percevoir des événements du passé, du présent et du futur, avec la même netteté. L'éloignement temporel n'influe absolument pas sur la perception.

Là où les choses se compliquent, c'est lorsqu'il faut dater les événements par rapport à notre division calendaire du temps habituel.

C'est de loin ce qu'il y a de plus délicat, de plus compliqué en voyance.

Avec une pratique suivie, avec une grande habitude, on peut arriver à établir une certaine concordance entre le temps perçu en voyance et le temps perçu dans notre monde habituel, mais ceci est souvent plus une approximation des dates.

Il est extrêmement difficile de donner une date très précise aux événements perçus. On peut parfois y arriver, mais la sagesse conseille, étant donné la marge d'erreur, de plutôt indiquer une zone de temps, une période de quelques mois par exemple pour un événement proche, ou de quelques années si l'événement perçu

est beaucoup plus lointain.

Enfin, ne cherchons pas à évoquer les problèmes du futur. Lorsque vous en serez à ce niveau-là, c'est que vous aurez infiniment progressé, et que vous maîtriserez déjà bien votre don.



## LES PERCEPTIONS DU VOYANT

Comment le voyant perçoit-il les événements ?

Dans la tradition populaire, le voyant voit, il a une vision, un cliché, point final.

Dans la réalité du voyant, les choses se passent bien différemment.

Il possède de nombreuses façons de percevoir les événements du passé, du présent et du futur.

### LE CLICHÉ VISUEL

La première façon, c'est le fameux cliché visuel. Le voyant perçoit effectivement une image réelle, comme une photo, ou plus souvent comme un film, car il est fréquent qu'il y ait une série d'images, un mouvement dans l'image.

Par exemple, un homme brun ouvre la porte et vous prend dans ses bras, ou encore une scène d'hôpital, et vous serrez un enfant sur votre cœur.

Mais le cliché visuel ne se limite pas à cela. Il peut tout à fait être

de nature symbolique. Le symbole étant le moyen le plus universel de communication, avec la musique, il n'est pas surprenant qu'il joue un rôle si important dans les communications en voyance.

C'est pourquoi il est indispensable d'avoir une connaissance raisonnable des symboles pour pratiquer correctement la voyance. Et je ne parle pas ici de connaissances bas de gamme, style « clef des songes », mais d'une véritable connaissance du monde symbolique universel. Et sans vouloir faire de publicité abusive, Le dictionnaire des symboles de Jean Chevalier et Alain Gheerbrant est certes le meilleur ouvrage publié à ce jour en français dans ce domaine à ma connaissance. Il doit figurer dans la bibliothèque de tout occultiste digne de ce nom. Il vaut mieux travailler avec de bons outils qu'avec de mauvais !

Bien sûr, il y a des symboles qui ne demandent aucune réflexion pour leur interprétation, par exemple, deux anneaux annoncent un mariage, de toute évidence. Un coup de balai annonce qu'il va falloir faire le ménage, au sens large, changer sa vie. Mais il y a des cas beaucoup plus subtils dans lesquels entrent en ligne de compte diverses croyances, selon la nationalité ou l'appartenance ethnique de la personne concernée. Par exemple, le canard mandarin, symbole de la fidélité conjugale en Chine, ne revêt pas la même signification pour un Européen, d'où l'intérêt extrême de posséder un minimum de connaissances.

Prenons le cas du dragon. En Europe chrétienne, il symbolise les forces du mal, pensez à toutes les peintures de saint Michel terrassant le dragon. Pour un alchimiste, le dragon est le symbole du mercure philosophal.

Le combat de deux dragons, l'un ailé et l'autre non, fait allusion aux deux matières du Grand œuvre. Le dragon ailé symbolise alors la volatilité de l'un des composants, le dragon sans ailes la fixité de l'autre. En Chine, il est le symbole de l'empereur qui monte sur le

trône du dragon. Il est puissant, céleste, créateur et infiniment bénéfique. C'est le meilleur signe de l'horoscope chinois.

## LE CLICHÉ AUDITIF

Une autre forme de perception en voyance est le son. Le voyant va percevoir au cours de sa quête des sons, des bruits, des voix uniquement perceptibles à lui-même. Par exemple, il entendra le bruit d'un os qui se casse pour un accident, un « crac » de cartilage pour ceux qui souffrent d'arthrose. Il entendra des notes de musique pour un client musicien. Ou bien encore, il va entendre une phrase qui va lui donner un conseil, une date, une solution. L'une des variantes de ce genre de clichés, c'est qu'on a parfois la sensation que la phrase s'imprime dans la tête. On a la communication sans avoir vraiment le son, comme en télépathie.

## LE CLICHÉ SENSORIEL PHYSIQUE

Une autre façon de percevoir les événements à venir est de ressentir, à l'intérieur de son propre corps, une transformation ou une douleur. Ceci est extrêmement fréquent en voyance médicale, où le voyant va ressentir les douleurs ou les dysfonctionnements du corps de son consultant à l'intérieur de son propre corps. Par exemple, brûlures et ballonnements pour des problèmes digestifs, l'impression que les vaisseaux sanguins se gonflent et battent fort dans les tempes pour de l'hypertension, ou encore une jolie douleur dans le bas du dos pour la sciatique.

## LE CLICHÉ OLFACTIF

Tous les sens utilisés par le corps dans la vie de tous les jours

2

3

4

5

6

7

8

9

entrent en ligne de compte dans les perceptions de la voyance. C'est pour cela que l'on peut recevoir des informations à travers l'odeur. C'est ce qu'on nomme un cliché olfactif. Bien entendu, cette odeur n'est perceptible qu'au seul voyant.

Par exemple, on percevra une odeur de plâtre indiquant des travaux dans la maison du consultant, une odeur d'eau de javel s'il travaille dans le nettoyage, une odeur d'hôpital s'il doit y aller, ou également des odeurs de maladie. Certaines maladies sont en effet liées à la perception de certaines odeurs, par exemple une odeur douceâtre de sucre pour le diabète, une très pénible odeur qui donne mal au cœur pour la crise de foie, une odeur poignante, âcre, lourde et très spécifique pour la dépression. Curieusement, cette odeur est différente selon que le patient est masculin ou féminin, du moins en ce qui me concerne.

## LE CLICHÉ DU GOÛT

Voici une forme de cliché qui est beaucoup plus rare, mais qui se manifeste en certaines occasions. Un goût amer ou sucré peut apparaître dans la bouche, amer pour une chose désagréable, ou sucré pour un événement agréable. De même, le goût se modifie dans la bouche en fonction de certaines maladies.

## LE CLICHÉ SPIRITE

Ceci est une autre des manifestations de la voyance, réservée à ceux qui perçoivent différents plans du monde astral et leurs habitants, dont les décédés qui viennent délivrer un message au voyant pour le consultant.

Le voyant peut percevoir soit leur énergie, soit leur forme réelle, bien entendu le consultant ne voit rien du tout. Les apparitions de décédés, en général chers au consultant, délivrent au voyant des

messages, soit auditifs, soit télépathiques, sous la forme d'une phrase qui s'imprime dans la tête, parfois même comme un petit film symbolique. Par exemple, une fleur, pour montrer l'amour qu'il porte au consultant, ou un petit ruban de satin que l'on voit entre la main de cet être et le consultant, qui indique qu'il pense à lui, qu'il est relié à lui et le protège. Parfois, on ne voit pas l'entité, le décédé, mais on sent sa présence, comme si quelqu'un d'invisible était à côté de vous. Parfois, on le perçoit simplement comme une sorte de lumière, de halo lumineux, d'énergie. En ce qui me concerne, je ressens toujours l'arrivée d'un décédé avant de le voir ou de recevoir son message, je perçois d'abord un grand froid et mon corps frissonne violemment, puis le froid s'atténue, et je vois la personne et perçois le message.

## LA PRÉSENCE DU GUIDE

La présence du guide se manifeste comme la présence d'une entité de décédé, froid et frissons en moins, et y est assez semblable, sauf que le niveau vibratoire de l'entité présente est différent.

Le guide étant une entité, une énergie beaucoup plus développée spirituellement, et résidant habituellement sur des plans supérieurs du monde astral, sa présence est rayonnante, au niveau de la vibration d'amour, de la vibration spirituelle, et de la qualité du message qu'elle délivre. Ces guides peuvent se manifester sous la forme d'une énergie magnifique, ou revêtir la forme d'un ange, d'un deva, d'un animal fabuleux, une Licorne en ce qui me concerne. Les messages ou les enseignements qu'il délivre sont d'un haut niveau spirituel et nous guident dans la vie.

Le guide peut se manifester spontanément en certaines

occasions, pour notre protection. On peut aussi rechercher la communication avec lui, à travers les méthodes utilisées en channeling. Il va sans dire que ces méthodes ne sont pas réservées aux débutants et que même pour un voyant entraîné, il faut avoir l'autorisation d'agir des plans supérieurs, les guides étant parfois occupés à des choses plus importantes. Un travail régulier de channeling avec un guide est une chose merveilleuse, entraînant une transformation évidente du voyant, de sa connaissance et de son développement spirituel. Il est souvent demandé en contrepartie un investissement du voyant dans la vie sociale de son pays, ou l'exercice d'une influence à travers la délivrance d'un message, par exemple à travers l'écriture en ce qui me concerne. D'autres créeront à travers la musique, la peinture, d'autres à travers leur engagement social ou humanitaire, selon la voie de chacun. Ce genre de travail implique également une sérieuse transformation de l'individu, dans ses relations, le contrôle de sa vie, et de son attitude envers ses frères humains.

N'oublions pas néanmoins que même celui ou celle qui fait du channeling est loin d'être parfait ! et cela ne l'empêche pas non plus de subir des épreuves, justement appliquées en vue de le faire évoluer, de le transformer.

Par contre, ce genre de contacts répétés emplit l'être d'amour divin, et il affrontera les épreuves d'une façon très différente de celle qu'il aurait adoptée dans le passé. Il cherchera à trouver la cause de son épreuve afin de pouvoir la surmonter et s'en débarrasser au plus vite, pour continuer son évolution.

## **LES RÊVES ET LES RÊVES PRÉMONITOIRES**

En dehors des clichés traditionnels perçus à l'état de veille, et que je viens d'énumérer, le voyant, et aussi tout le monde, perçoit des messages à travers les rêves normaux, mais pleins d'enseignements

pour ceux qui veulent bien faire la démarche de s'y intéresser, ce que je vous conseille vivement. Il y a également une autre catégorie de rêves que l'on appelle les grands rêves ou les rêves prémonitoires. Il y a ceux qui sont la manifestation de l'inconscient collectif, qui sont des rêves extrêmement impressionnants, marquants et très vivement colorés. Ces rêves accompagnent souvent de grands stades d'évolution dans la vie. Ils peuvent délivrer des enseignements importants ou servir de source vive à la création. Et il y a le rêve prémonitoire en lui-même, qui manifeste très clairement, parfois textuellement, l'évolution de la vie du rêveur ou de ses proches. Ce type de rêve est complètement lié au processus de voyance.



Il prévient des événements. Il peut les montrer sous leur forme réelle, ou sous leur forme symbolique, d'où l'intérêt de la maîtrise du symbole et du rêve. Car il faut savoir qu'il existe des méthodes pour mieux se souvenir de ses rêves, pour les interpréter, et même pour les programmer, et plus encore pour les maîtriser à travers ce qu'on appelle le rêve lucide. Il faut quand même avouer qu'à ce niveau-là, ce n'est pas facile du tout.

On dit que les grands « yogis » sont capables de passer en état de conscience totale du sommeil à l'éveil et de l'éveil au sommeil. Il y a également des rêves liés au monde astral supérieur, rêves au cours desquels vous sont dévoilés ces mondes merveilleux. Ce sont des rêves extraordinaires, frappants, lumineux, grandioses et inoubliables, qui vous laissent sous le charme, le matin au réveil. Ils illuminent votre journée.

Leur beauté vous transporte, les paysages et les couleurs y sont

plus beaux que les plus sublimes des paysages terrestres. C'est du Walt Disney amélioré. Nul ne peut douter que ce grand homme qui a enchanté notre enfance n'y ait puisé sa source d'inspiration. Vous pourrez aussi retrouver ce genre de sensations en fréquentant les expositions de peintures médiumniques, et constater la surprenante similitude que ces peintures ont entre elles. Comme si elles provenaient toutes d'un même monde étranger. On y est bien, en paix, émerveillé. Et bien sûr, songez que ce n'est que la représentation humaine de ce que le peintre a perçu !

i

## En chacun de nous dort un voyant

Les vieux manuels de chiromancie disent que Dieu a mis son sceau dans la main des hommes. Ceci n'est une vérité que pour ceux qui ont appris à y déchiffrer son message.

Dieu, de même, a généreusement distribué un potentiel de sensibilité et de voyance, qui n'est qu'une forme beaucoup plus développée d'intuition, en chacun de nous.

Il y a ceux qui s'en servent, et ceux qui ne s'en servent pas. Il y a des pratiquants, des artisans et des artistes. Nous ne sommes pas tous également doués en la matière, mais nous avons un potentiel qui ne demande qu'à se développer et à fleurir.

De même que nous savons tous dessiner, nos cahiers de petits enfants en ont témoigné, parfois même les murs de notre chambre d'enfant, au grand dam de nos parents, nous n'en sommes pas tous pour autant des dessinateurs ou des peintres doués.

Cependant, il ne faut pas oublier que ceux qui sont parvenus au sommet de leur art n'ont cessé de pratiquer, d'apprendre et de se perfectionner. Du travail, toujours du travail et de la pratique en toute chose, voilà la clef du succès ! tout le monde ne peut pas être

Mozart ! il a certes bénéficié de la grâce divine, mais a aussi sûrement travaillé beaucoup la musique dans ses existences précédentes.

Bref, pour réussir, il faut s'intéresser à une chose, apprendre et pratiquer. Et certes, le but de ce livre est de vous faire avancer, apprendre et pratiquer afin de développer votre potentiel et de réaliser votre être profond.

Bien sûr, lorsqu'on réalise son être profond, ce pour quoi on a été créé, on marche sur le chemin tracé pour nous par notre créateur, et l'on marche vers l'amour, la spiritualité. On s'élève vers la lumière.

Et en ces temps noirs et difficiles que nous vivons, il est plus important que jamais de faire un effort considérable, d'élever le niveau spirituel des êtres qui peuplent notre planète Terre. Et lorsqu'un être s'élève, tous ceux qui sont autour de lui en profitent, y puisent une force, une inspiration. Alors, le seul moyen de transformer les êtres, c'est d'en transformer quelques-uns, qui eux-mêmes agiront autour d'eux, aidant à la compréhension et à l'élévation des autres. Chaque petite pousse de conscience et de transformation est importante.

Plus il y aura de graines, et plus grandes seront les chances de voir fleurir un monde meilleur. Ce livre n'a d'autre but que de semer ces graines.

Les légendes hindoues et tout l'enseignement des grandes religions, des grands maîtres, expliquent clairement que le simple contact, la simple vue de l'un des êtres réalisés, saint ou Bodhisattva transforme profondément celui qui a la chance d'avoir été en sa présence. Certains en ont rencontré un par la Grâce, d'autres ont cherché et l'ont rencontré. Tous en ont été transformés.