

Extrait du nouveau livre  
de Yann Lipnick

# Présences invisibles, Gardiennes de la Terre

Les mystères de Gaïa  
Éditions Ôvilorôï

## ●●● La Merkabah, Véhicule de Lumière

Le terme de *Merkabah* désigne un Char de Lumière destiné à se déplacer dans les mondes multidimensionnels. Appelé aussi Corps de Lumière, il permet à chaque âme humaine de fusionner avec son Moi Supérieur\* dans la 5<sup>e</sup> dimension.

Dans la tradition ésotérique, seuls les initiés peuvent se déplacer dans le temps et l'espace grâce à ce Véhicule. Selon les écoles spirituelles, il peut être créé de diverses façons : par la visualisation,

des techniques de respiration, la méditation, des *mudras*\*, etc.

Cependant, ces méthodes, souvent très mentales et fort complexes à mettre en pratique, décourageaient la plupart de ceux qui voulaient les utiliser.

Depuis 2006, certains systèmes internes au niveau de l'ADN se sont réactivés, permettant une simplification à l'extrême des divers procédés d'activation.

De ce fait, nous pouvons désormais activer (jusqu'à un certain niveau) ce Corps de Lumière d'une façon très simple.

Ce Véhicule de Lumière fait partie de nos nombreux systèmes éthériques méconnus.

Il ne faut pas oublier que nous n'utilisons qu'une petite partie de nos capacités : environ 10 % au niveau cérébral et 4 % au niveau de notre ADN.

Nous sommes dans des corps dont nous ignorons en grande partie le fonctionnement.

Je prends souvent l'exemple d'un homme préhistorique qui pénétrerait dans une voiture, s'assierait sur le siège du conducteur et dirait : « *C'est vraiment bien cet endroit, je suis assis confortablement à l'abri du vent et de la pluie et je peux voir tout ce qui se passe à l'extérieur.* » Sauf que cet homme ne saurait pas qu'il est dans un véhicule, et qu'il suffit de tourner la clé de contact pour faire démarrer le moteur.

Nous habitons notre corps de la même façon, en ignorant les systèmes les plus performants et merveilleux qu'il comporte. Mais peut-être ne sommes-nous pas encore assez « sages » pour y avoir accès... Disons qu'il nous faudrait d'abord passer notre permis de conduire !

Selon ce que mes guides m'ont enseigné, il est relativement

simple de commencer cet apprentissage.

Essayez cette méthode et mesurez-en les effets avec les techniques bioénergétiques. Vous serez surpris de ce que vous allez découvrir !

Tout d'abord, voyons comment est constitué ce Corps de Lumière. En réalité, la Merkabah est composée de deux corps bien distincts qui se mettent en rotation quand on les active ensemble.

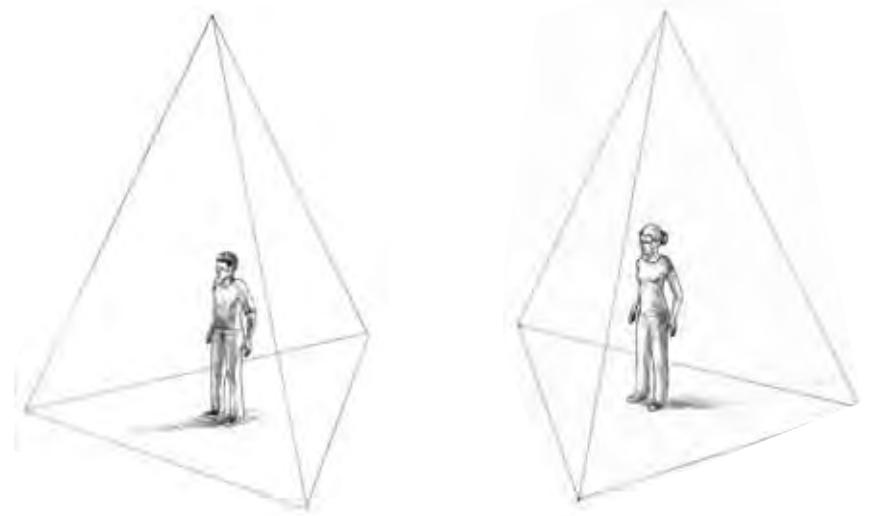
## Le Corps de Lumière Solaire

Ainsi nommé en raison de son lien avec le soleil, il a la forme d'un tétraèdre (pyramide à trois côtés). Il peut être activé sur treize niveaux. Actuellement, à notre stade d'évolution, il est conseillé de ne l'activer que sur les six premiers niveaux.

Clé d'activation en français : *« Jactive mon corps de Lumière Solaire au 1<sup>er</sup> niveau »* à prononcer trois fois avec la volonté de provoquer cette activation en soi.

Si l'énoncé en français ne fonctionne pas, voici la formule atlante, reçue par Nathalie Chintanavitch : *« Al menah terph baral olam te kaera »* (voir bibliographie).

Dès l'activation réalisée, vous pouvez constater l'apparition autour de vous d'un tétraèdre éthérique d'environ 5 m de côté, dressé vers le ciel. La base de la pyramide se trouve sous vos pieds.



Pour les hommes, le triangle formant la base du tétraèdre se positionne pointe en arrière, comme sur le schéma ci-dessus.

Pour les femmes, il se positionne pointe en avant.

Dans tous les cas, le tétraèdre formant ce Corps de Lumière Solaire vibrera à près de 2500 % au premier niveau d'activation, et le plan équatorial montera environ au niveau des yeux.

Si vous désirez expérimenter les différentes phases d'activation, vous devez, après avoir activé le 1<sup>er</sup> niveau, faire de même pour les autres, soit :

*« Jactive mon Corps de Lumière Solaire au 2<sup>e</sup> niveau. »*

*Idem* pour les suivants.

Pour revenir au stade initial, vous pouvez soit énoncer : *« Je désactive tous mes Corps de Lumière Solaire »*, soit les laisser se désactiver automatiquement après une dizaine de minutes.



**Attention, cette expérience est très puissante !**

Voici les valeurs bioénergétiques moyennes correspondant aux différentes activations :

Niveau d'activation	Côté du tétraèdre	Hauteur du plan équatorial
1 <sup>er</sup>	5 m	2 500 % = au niveau des yeux
2 <sup>e</sup>	13 m	3 500 % = 15 cm au-dessus de la tête
3 <sup>e</sup>	22 m	4 000 % = 30 cm au-dessus de la tête
4 <sup>e</sup>	40 m	4 500 % = 45 cm au-dessus de la tête
5 <sup>e</sup>	50 m	5 000 % = 60 cm au-dessus de la tête
6 <sup>e</sup>	60 m	5 500 % = 75 cm au-dessus de la tête

Le contrôle de la hauteur de votre plan équatorial vous indiquera si tout a bien fonctionné, et si l'activation s'est réellement produite.

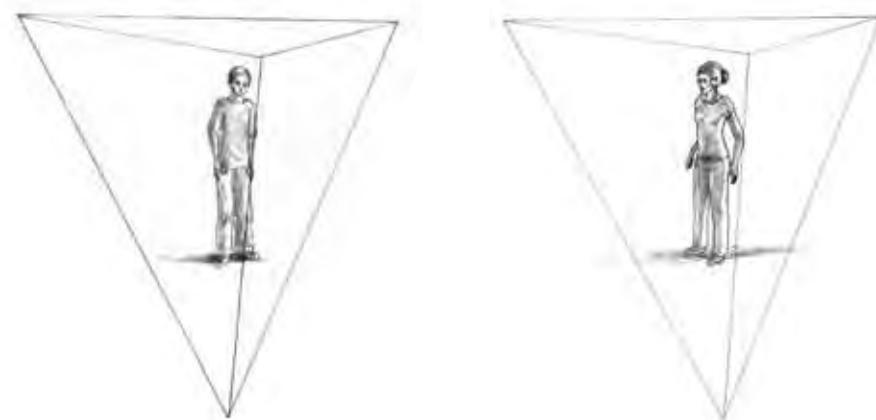
## Le Corps de Lumière Cristalline

Le Corps de Lumière Cristalline forme aussi un tétraèdre, mais dont la pointe est orientée vers le bas, c'est-à-dire vers la terre. Le procédé d'activation est le même que pour le Corps de Lumière Solaire, si ce n'est que la phrase devient : *« Jactive mon Corps de Lumière Cristalline au 1<sup>er</sup> niveau »*, à prononcer trois fois avec la volonté de provoquer cette activation en soi.

Vous percevrez alors une sensation d'ancrage à la terre, comme si votre corps devenait plus lourd. Cette sensation s'accroîtra si vous activez votre Corps de Lumière Cristalline à des niveaux supérieurs.

Là aussi, la formule atlante reçue par Nathalie Chintanavitch peut être utilisée si nécessaire. Cette formule est : *« De leor tebam etam »*.

Une fois ce Corps activé au 1<sup>er</sup> niveau, un tétraèdre inversé de 5 m de côté va se manifester. Le triangle de base, horizontal, va se placer au-dessus de votre tête. Vous serez ainsi positionné à l'intérieur de la pyramide dont la plus grande partie va alors se trouver sous vos pieds.



Comme le Corps de Lumière Solaire, le Corps de Lumière Cristalline peut être activé sur treize niveaux.

Pour l'instant, il est conseillé de s'en tenir aux six premiers niveaux d'activation.

Le Corps de Lumière Cristalline nous relie profondément à la Terre et augmente notre ancrage. Notre plan équatorial va descendre de plus en plus bas, comme l'indique le tableau suivant.

## Le corps Merkabah

Si vous désirez expérimenter les différentes phases d'activation, vous devez, après avoir activé le premier niveau, procéder de même pour les autres. Dites trois fois : « *Jactive mon Corps de Lumière Cristalline au 2<sup>e</sup> niveau.* »

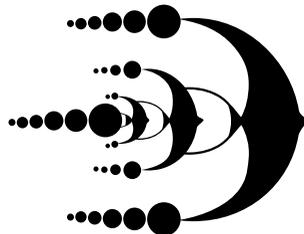
*Idem* pour les suivants.

Pour revenir au stade initial, vous pouvez soit énoncer : « *Je désactive tous mes Corps de Lumière Cristalline* », soit les laisser se désactiver automatiquement après une dizaine de minutes.

 **Attention, cette expérience est très puissante !**

Voici les valeurs bioénergétiques correspondant aux différentes activations :

Niveau d'activation	Côté du tétraèdre	Hauteur du plan équatorial
1 <sup>er</sup>	5 m	à mi-cuisse
2 <sup>e</sup>	13 m	au genou
3 <sup>e</sup>	22 m	au mollet
4 <sup>e</sup>	40 m	à la cheville
5 <sup>e</sup>	50 m	aux pieds
6 <sup>e</sup>	60 m	sous les pieds



La Merkabah est la résultante de l'activation du Corps de Lumière Solaire et du Corps de Lumière Cristalline, qui se mettent simultanément en rotation. Elle peut prendre de multiples formes, bien qu'elle soit souvent représentée par des formes géométriques en rotation.

Personnellement, quand je rencontre des êtres spirituels voyageant avec leur Merkabah, je perçois comme un disque en forme de soucoupe volante.

Quand plusieurs êtres spirituels voyagent ensemble, ils créent une Merkabah collective qui ressemble alors à un gros vaisseau de lumière en forme de disque. Celui-ci peut parfois atteindre plusieurs centaines de mètres de diamètre.

Votre propre Merkabah va aussi engendrer une forme énergétique ressemblant à un disque plus ou moins grand selon le degré d'activation.

Bien qu'à notre stade d'évolution, nous ne puissions pas encore voyager avec notre Merkabah, son activation est utile dans de nombreux domaines que nous allons aborder par la suite.

### ACTIVATION

Cet enseignement sur la Merkabah m'est transmis par un guide atlante. La plupart des informations que je vous donne ici viennent de lui.

Il existe plusieurs niveaux d'activation que nous pouvons pratiquer selon nos besoins et nos capacités. Si nous avons accès à toutes nos facultés, nous pourrions activer la Merkabah sur treize niveaux différents. Pour l'instant, il est conseillé de ne

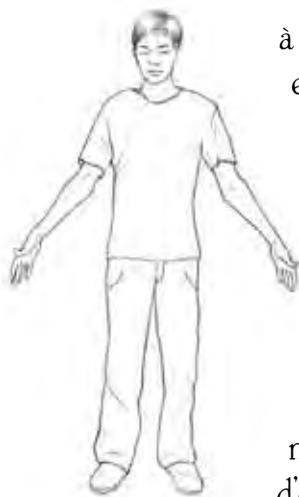
pas aller au-delà du 6<sup>e</sup> niveau.

Si nous désirons exploiter les possibilités qu'offre ce véhicule Merkabah, il convient de pratiquer quotidiennement. L'activation dure environ une dizaine de minutes.

Voici comment procéder :

### ⚙️ Activation au 1<sup>er</sup> niveau

Vous pouvez pratiquer, à ce niveau-là, soit assis (sur une chaise ou en tailleur), paumes des mains sur les genoux, soit debout, les bras le long du corps.



Tenez-vous bien droit et ancrez-vous bien à la terre en visualisant que vous êtes bien enraciné.

Positionnez votre conscience au niveau du centre *hara*\*, c'est-à-dire deux ou trois doigts au-dessous du nombril.

Dites ensuite trois fois mentalement :  
\* *Activation de la Merkabah au 1<sup>er</sup> niveau* \*.

Vous allez sentir se produire, à ce moment-là, une dilatation de vos champs d'énergie.

Restez centré au niveau du *hara*.

Bien que certains systèmes éthériques se soient mis en rotation, il est inutile de visualiser quoi que ce soit. Vous risqueriez de déplacer votre conscience dans le mental.

Restez ainsi en méditation une dizaine de minutes, votre conscience au niveau du *hara*\*, en pratiquant une respiration ventrale.

Maintenez cette activation au 1<sup>er</sup> niveau. Vous sentirez le processus se terminer automatiquement.

Quand vous êtes au premier niveau, il vous est possible de passer au palier suivant.

### ⚙️ Activation au 2<sup>e</sup> niveau

À partir de ce niveau-là, il est conseillé de pratiquer debout. Pour y accéder, vous devez passer par le 1<sup>er</sup> niveau et y rester environ deux à trois minutes.

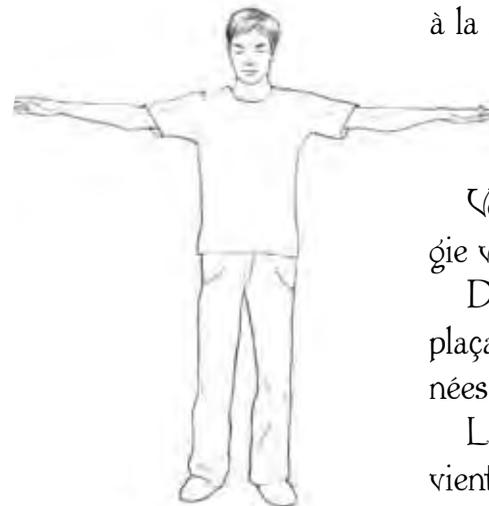
Ensuite, déplacez votre conscience à la hauteur du plexus solaire.

Demandez intérieurement :  
\* *Activation de la Merkabah au 2<sup>e</sup> niveau* \*.

Vous allez alors sentir votre énergie vitale augmenter.

Décollez vos bras du corps en les plaçant à l'horizontale, paumes tournées vers la terre.

La respiration, à ce niveau-là, devient plus ample et monte à la hauteur du diaphragme.



Demeurez ainsi le temps de votre méditation, votre conscience à la hauteur du plexus solaire, jusqu'à ce que la Merkabah se désactive automatiquement si vous ne souhaitez pas aller plus loin.

Si vous désirez passer au 3<sup>e</sup> niveau, attendez une à deux minutes, puis continuez.



### ☸ Activation au 3<sup>e</sup> niveau

Élevez votre conscience au niveau du cœur. Dites intérieurement : « *Activation de la Merkabah au 3<sup>e</sup> niveau* ». Votre énergie vitale va encore augmenter.

Cournez vos mains paumes vers le ciel, les bras toujours à l'horizontale.

Vous constaterez que votre respiration devient plus complète et qu'elle se situe à la hauteur de la cage thoracique.

Demeurez ainsi, votre conscience au niveau du cœur jusqu'à la fin de l'activation.

Si vous désirez stopper l'activation à ce niveau, repliez vos bras de façon à poser vos deux mains sur le chakra du cœur, puis descendez-les doucement jusqu'au centre hara.

Il est à noter que ce palier d'activation est un stade important.



### ☸ Activation au 4<sup>e</sup> niveau

Placez votre conscience à la hauteur de la gorge.

À partir de ce niveau, vous n'avez plus besoin de demander l'activation.

Elle se fait automatiquement dès que vous déplacez votre conscience vers le point suivant.

Pliez vos bras de façon à ce que vos mains se mettent en oblique (dessin ci-contre.).



### ☸ Activation au 5<sup>e</sup> niveau

Placez votre conscience au niveau du 3<sup>e</sup> œil. Pliez davantage vos bras de façon à ce que vos mains se retrouvent près de vos oreilles.

### ☸ Activation au 6<sup>e</sup> niveau

Placez votre conscience au niveau du chakra coronal.

Tendez les bras vers le ciel, en forme de V.

À la fin de l'activation, placez vos mains l'une sur l'autre, sur le chakra du cœur, et descendez-les jusqu'au centre hara.



Pour un apprentissage progressif, il est recommandé de pratiquer quelques jours sur chaque niveau avant de passer à l'étape suivante.

Bien qu'il existe d'autres niveaux d'activation, il est fort conseillé de s'arrêter au 6<sup>e</sup>. En effet, peu d'entre nous sont prêts, au moment où j'écris ce livre, à accéder au 7<sup>e</sup> niveau.

Les conséquences d'une trop forte activation pourraient aller d'un risque de déstabilisation (dû à une perte d'ancrage) à une atteinte du système nerveux.

Voici les valeurs bioénergétiques correspondant aux différentes activations :

Niveau d'activation	Diamètre	Énergie vitale
Niveau 1	22 m	2 500 %
Niveau 2	34 m	3 000 %
Niveau 3	54 m	3 500 %
Niveau 4	74 m	4 000 %
Niveau 5	90 m	4 500 %
Niveau 6	104 m	5 000 %

Les valeurs énergétiques sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction des pratiquants.

## \* UTILISATION

Quelques effets positifs liés à la pratique quotidienne de la méditation Merkabah :

- purifie les corps éthérique, astral et mental,
- permet de se connecter à son Moi Supérieur\*,
- renforce le système immunitaire,
- protège en cas de danger,
- facilite la communication avec les Êtres de Lumière,
- accélère l'évolution individuelle,
- fait disparaître certains parasites,
- reconnecte l'ADN,
- défragmente nos mémoires,
- connecte à l'énergie stellaire,
- donne la possibilité de faire des programmations internes,

- permet l'activation de sites sacrés,
- purifie et harmonise les chakras.

## \* MERKABAH COLLECTIVE

Nous pouvons créer une Merkabah collective afin d'unifier nos potentiels et de renforcer notre niveau d'activation.

Elle se manifeste « sur demande » à partir du moment où au moins trois personnes activent leur Merkabah en même temps et dans un même but.

Pour cela, après avoir formé un cercle :

- Activez individuellement votre Merkabah au 1<sup>er</sup> niveau.
- Demandez l'activation collective en disant : « *Nous demandons l'activation collective de la Merkabah* ».

Les Merkabah vont alors fusionner automatiquement.

Procédez ensemble de la même façon pour activer les autres niveaux.

Voici les valeurs énergétiques que vous obtiendrez :

Merkabah	collective à trois personnes		collective à six personnes	
	Diamètre	Énergie vitale	Diamètre	Énergie vitale
Niveau 1	32 m	3 000 %	32 m	3 000 %
Niveau 2	42 m	4 000 %	55 m	4 500 %
Niveau 3	66 m	5 000 %	90 m	6 000 %
Niveau 4	78 m	5 500 %	130 m	7 000 %
Niveau 5	116 m	6 000 %	160 m	8 000 %

Plusieurs personnes ont participé à la réalisation de ces mesures. Elles démontrent que le Corps de Lumière appelé Merkabah est bien réel et qu'il ne s'agit pas d'un phénomène *New Age*, sans aucun fondement.

Les Merkabah collectives se pratiquent avec un nombre indéterminé de participants. Cependant, les nombres trois, six et douze semblent plus adaptés en raison de la géométrie sacrée sous-jacente à cette activation.

La forme de la Merkabah ressemble à ce dessin.

Le disque d'énergie dont j'ai donné les mesures est le plus grand. Au-dessus et au-dessous de ce disque, nous pouvons percevoir, si nous y prêtons attention, des disques plus petits qui s'étirent vers le haut.



## \* RECHARGE DE LA MERKABAH

Si vous activez trop souvent votre Merkabah à des niveaux supérieurs, elle peut se décharger. Pour la recharger (plutôt le matin) :

Positionnez-vous debout, le dos nu (dans la mesure du possible), au soleil, les mains le long du corps, paumes tournées contre vous.

Dites intérieurement : \* *Recharge de la Merkabah* \*.

Votre Merkabah va alors s'activer en position rechargée, c'est-

à-dire tourner en sens inverse tandis qu'elle absorbe l'énergie solaire.

Respirez en plaçant votre conscience sur un point situé entre les omoplates. Ce point, méconnu, est en réalité un point « d'absorption solaire ».

Visualisez l'énergie solaire pénétrant par cet endroit.

Pendant la recharge de votre Merkabah, votre premier chakra va être fort activé et votre plan équatorial va descendre au niveau des genoux.

Laissez le processus s'accomplir jusqu'au bout. Il prendra fin automatiquement.

## \* PRATIQUE QUOTIDIENNE

Il est conseillé de pratiquer quotidiennement l'activation de la Merkabah au premier niveau. Cette activation est comme une méditation qui vous prendra entre 10 et 15 minutes par jour et permettra à ce Véhicule de se renforcer.

Parallèlement, si vous demandez un nettoyage éthérique, vous vous débarrasserez de parasites dont vous ignorez l'existence. Vous garderez ainsi une certaine pureté au niveau de vos corps subtils.

Ces observations ont été faites au cours d'expériences en aveugle où les personnes qui activaient leur Merkabah ignoraient la présence de ces parasites.

La méthode d'activation proposée ici est beaucoup plus simple et plus rapide que tout ce qui a pu être enseigné auparavant. Nous n'avons plus besoin de visualiser des formes géométriques ou de calculer des vitesses de rotation. Ainsi, elle permet de

rester en dehors du mental.

D'après nos mesures, le 2<sup>e</sup> niveau d'activation correspond à la 17<sup>e</sup> respiration de la méthode enseignée par Drunvalo Melchizédek.

## ✿ VÉRIFICATION

Afin de vérifier que votre Merkabah est bien activée, situez la position de votre plan équatorial.

Voici les valeurs mesurées pour une activation individuelle :

- 1<sup>er</sup> niveau d'activation : le plan équatorial se situe au niveau des yeux,
- 2<sup>e</sup> niveau d'activation : au sommet du crâne,
- 3<sup>e</sup> niveau d'activation : 15 cm au-dessus de la tête,
- 4<sup>e</sup> niveau d'activation : 30 cm au-dessus de la tête,
- 5<sup>e</sup> niveau d'activation : 45 cm au-dessus de la tête.
- 6<sup>e</sup> niveau d'activation : 60 cm au-dessus de la tête.

Ces valeurs sont des valeurs moyennes et peuvent varier légèrement en fonction des individus.

