



LE TAROT DE MARSEILLE, UN TRÉSOR INFINI

LA NOSTALGIE DE L'AMOUR

Éprouvez-vous ce sentiment nostalgique d'un amour perdu ?

C'est, je crois, ce que recherche Le Mat, les yeux tournés vers le ciel, animé d'un large pas déterminé... Privé de son nombre (le symbole de l'Esprit), il se croit séparé du reste du monde. Il est l'image de ce que nous sommes à la recherche d'un « quelque chose », sans vraiment savoir quoi.



Il sait pourtant quelque part, qu'il cherche l'amour.
J'appelle sa quête « [L'Obsession de Mat](#) ».

L'amour que nous expérimentons en tout premier lieu, est l'amour absolu que l'enfant éprouve pour ses parents. Cet amour est tellement puissant que les enfants battus continuent bien souvent à aimer leurs parents.

Nous avons oublié cet état d'ouverture et de vulnérabilité où nous aimions sans réserve. Nous étions l'Amour.

Mais peu à peu, face aux blessures subies, nous avons mis en place des protections et des défenses. Plus ou moins rapidement, nous avons fermé la porte de l'amour. C'était alors le début d'un état de solitude et de séparation. Nous commençons généralement à vivre cela vers l'âge de 7 ans, qui est l'âge de Saturne, l'énergie des limites et des séparations.

Nous avons alors commencé à souffrir. En nous protégeant, nous avons fermé la porte à l'énergie de l'Amour.

Nos protections sont inscrites dans notre corps. Elle se sont manifestées pour des tensions musculaires qui sont devenues chroniques. À ce moment-là, nous ne les ressentons plus. Reich les a appelées « la cuirasse caractérielle ».

Ces protections que l'on appelle les mécanismes de défense restent souvent inconscientes.

Pour sortir de la prison que nous avons fabriquée (sans le savoir) nous devons détricoter ces mécanismes :

- Nos stratégies reptiliennes : attaques, fuites et inhibition de l'action (faire le mort)
- Nos pensées et nos réactions automatiques
- Nos croyances et nos projections.

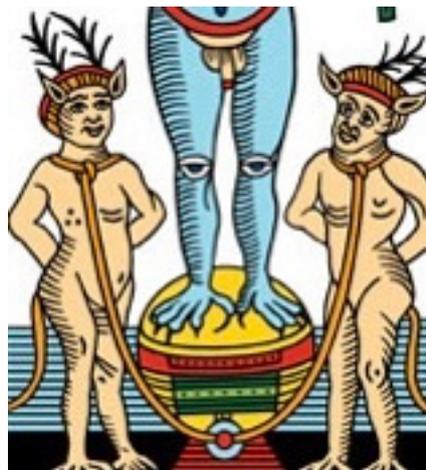
Nos pensées et nos émotions ont une action sur notre corps. Inversement, la gestion de notre corps a une action sur notre état d'esprit.

Nous pouvons donc agir :

- Sur notre corps par l'exercice, la respiration, l'alimentation, l'hydratation.
- Sur nos croyances en en prenant conscience.

Tout ce que nous vivons est simplement le résultat de nos croyances.

Nos croyances limitantes



En nous posant la question : Qu'est-ce qui ne me plait pas dans ma vie ? Nous pourrions détecter les croyances qui sous-tendent ce que nous sommes en train de vivre.

Nous pouvons aussi nous demander : « De quoi je veux me protéger ? Qu'est-ce que je ne veux pas vivre ? »

Par exemple :

Je ne veux plus vivre cet état d'urgence que je ressens et qui m'empêche d'être complètement présente à l'instant. J'anticipe souvent l'instant qui suit juste devant.

Je crois que si je ne mets pas dans cet état d'urgence (qui est un réflexe), je risque quelque chose, peut-être la mort ?

En m'interrogeant sur cette question, j'imagine que je risque d'être agressée ou blessée, ou emprisonnée, ou malheureuse...

Ma croyance : Me mettre dans un état d'urgence me protège.

Après avoir identifié nos croyances, nous pourrions ensuite les modifier en installant de **nouvelles croyances** dans notre subconscient. Un bon moyen consiste à répéter en boucles de petites phrases exprimant la croyance que nous voulons mettre en place.

Par exemple, compte tenu de ma croyance :

Je peux me répéter « Présence heureuse » avec lenteur et douceur, ce qui contraste avec cet état d'urgence qui me pousse à faire les choses le plus vite possible.

Tout cela demande une volonté à la fois d'introspection et d'ouverture.

L'attitude fondamentale à adopter pour ouvrir la porte de l'amour, c'est d'accueillir tout ce qui est là sans réserve dans le moment présent. Cela nous permet d'être pleinement présent.

Être pleinement présent



C'est notre fonctionnement mental qui est le principal obstacle à une attitude d'accueil et de présence. Que fait notre mental ?

- Il évalue et juge
- Il analyse et différencie
- Il induit des mécanismes d'exclusion

Nos réflexes du mental ne nous permettent pas d'accueillir ce qui se présente dans notre vie.

Nous baignons dans une sorte de bain mental. L'observation de notre activité mentale nous montre que des pensées arrivent toute seules. Nos pensées nous traversent. Le problème est que nous nous identifions à nos pensées. Elles nous placent dans un état de brouillard qui nous masque notre Être.

Nous avons plusieurs moyens de couper avec notre mental qui prend une place envahissante. Nous avons la possibilité de porter notre attention sur les points suivants au choix :

- Nos tensions corporelles pour les détendre
- Un mot ou une phrase mantra
- Notre corps énergétique
- Notre respiration
- Nos sensations
- Notre posture

C'est juste un réflexe à acquérir. Chaque fois qu'une pensée inutile arrive, je choisis de porter mon attention sur l'un de ces points.

Comment utiliser votre tarot ?



Voici un tirage que vous pouvez faire.

- Une carte qui représente l'activité inutile de mon mental
- Une carte qui m'indique où porter mon attention chaque fois qu'une pensée inutile se manifeste.

Voici un exemple :

- *L'activité inutile de mon mental est représentée par : La Papesse. Il s'agit de savoir et de comprendre, ou d'analyser. C'est une façon de contrôler.*
- *Là où porter mon attention : Le Jugement. Mon attention se porte sur l'Être humain réalisé que je suis déjà, la présence de l'Être qui est en moi. Celui qui est célébré par cet archange.*

Il est intéressant de voir le nombre commun qui est le 2. Le nombre de la dualité à accepter et celui de l'énergie féminine, réceptive, qui n'a rien à faire.

Dès que l'Être est reconnu en nous, l'énergie de l'Amour est là, puisque l'Être est Amour.

Étant donné tout ce que nous projetons sur le mot « amour », il est peut-être plus facile de passer par la Présence pour nous ouvrir à l'Amour, que de trouver l'énergie de l'Amour pour être présent à l'Être.

La Présence est une posture à approfondir toujours plus car elle nous révèle la Magie de la Vie. On l'appelle aussi un état méditatif. Voyons ce que le tarot nous dit de la Présence.

Chaque arcanes illustre un aspect de la Présence



Le Mat = Une présence à ma quête, à ma soif de vérité et d'unité, au-delà des illusions de mon mental.

Le Bateleur = Une présence au centre énergétique du corps : le Hara ou le Tan Tien, appelé « la chaudron alchimique ». Je me sens posée à l'intérieur de moi.

La Papesse = Une présence silencieuse pour une écoute intérieure, pour une écoute de mon corps capable de délivrer la Connaissance de l'Être.

L'Impératrice = Une présence au Verbe qui est en moi, pour l'exprimer à travers ma propre parole.

L'Empereur = Une présence à ce que j'expérimente dans le monde de la matière : je suis présente à ce que je fais.

Le Pape = Une présence à l'information que je reçois sous la forme d'intuition ou d'inspiration et à celle que je transmets.

L'Amoureux = Une présence à l'amour-désir que je ressens tout en restant connectée à l'amour inconditionnel que j'ai pour ma compagne ou pour mon compagnon.

Le Chariot = Une présence à mon corps vécu comme le véhicule de mon âme qui me permet de trouver mon pouvoir dans le monde.



La Justice = Une présence à ce qui est « juste » impeccable pour moi : mes pensées justes, ma parole juste, mes gestes justes, mon attitude juste...

L'Hermite = Une présence à mon humanité faite de bonté, de douceur et d'intériorité pour accompagner les autres.

La Roue de Fortune = Une présence au témoin immobile que je suis, du mouvement de la vie qui passe et circule à travers moi.

La Force = Une présence à l'Énergie qui dirige mes pensées et mes actions et à celle qui est capable de tenir mon ego en respect.

Le Pendu = Une présence à l'Être qui se manifeste à travers ma réceptivité, le relâchement de mes tensions, mes sensations, mon intuition.

L'arcane XIII = Une présence à l'ouverture de la porte de l'invisible lors des crises, des chamboulements, des bouleversements et des changements de toutes sortes.

Tempérance = Une présence au souffle léger et subtil de mon Âme qui me demande de réunir tout ce que je crois être séparé.



Le Diable = Une présence à la façon dont mon ombre se manifeste sans que je le veuille, en comprenant que dans la dualité, l'ombre révèle la lumière qui est en moi.

La Maison-Dieu = Une présence à mon corps vécu comme « la maison » du Feu de l'Esprit qui s'engouffre par l'ouverture de mon chakra couronne.

L'Étoile = Une présence à la source de vie que je deviens lorsque je suis dans mon authenticité, dans ma simplicité, dans ma vérité.

La Lune = Une présence à mon énergie féminine qui agit dans l'obscurité même si je crois qu'il ne se passe rien, comme lorsque l'enfant grandit avant de naître.

Le Soleil = Une présence à mon double, mon jumeau qui est mon Être Solaire, et qui vient me rejoindre sous le soleil de la Grande Conscience.

Le Jugement = Une présence à mon Être Divin que j'incarne dans mon corps biologique, qui réunit les 3 règnes créés (minéral, végétal, animal) et les 3 règnes créateurs.

Le Monde = Une présence aux 4 énergies devenues vivantes en moi (terre, eau, air et feu) d'où émerge l'Essence de tout ce qui est.

L'Amour dans la Présence



La Justice illustre une Présence intense et impeccable.
Tempérance illustre l'énergie d'amour qui réunit

Ces deux femmes sont complémentaires (8+14=22) Elles sont aussi complices.

L'une « **La Justice** » est dans une énergie yang, masculine, et électrique qui sépare. Elle a une présence forte et intense. Elle fait face, son épée à la main. Elle est l'attention rigoureuse

L'autre « **Tempérance** » est dans une énergie yin, douce, féminine et magnétique qui unit et réunit. Elle voyage entre les deux mondes celui de la matière visible et celui de l'Esprit invisible. Elle les réunit.

La Présence nous mène à l'Amour.
L'Amour nous rend présent.

Pour aller plus loin, je vous propose



LA VOIE SPIRITUELLE DU TAROT

*Expérimentez l'enseignement spirituel
de chacun des 22 majeures*

Pour y avoir accès, utilisez ce lien :

<https://letarot.learnbox.com/la-voie-spirituelle-du-tarot/>