



Les cinq solides de Platon

Les « solides de Platon » ouvrent une porte nouvelle sur l'expérience méditative et sur la découverte de qui nous sommes vraiment.

Les solides de Platon sont des formes, au nombre de cinq, représentant les cinq polyèdres réguliers et convexes existants. Étant polyèdres, cela signifie, entre autres, que ces formes arborent, à la base, trois dimensions, peu importe qu'elles soient dessinées sur papier ou sculptées dans un matériau solide tels le bois, le quartz, le marbre, etc. Leur forme tridimensionnelle peut sans doute expliquer leur degré d'influence en méditation sur les différents corps, puisqu'elle englobe littéralement le corps du méditant.

À l'origine, leur nom s'inspire de l'œuvre du philosophe Platon qui, notamment, associait les quatre premières formes aux quatre éléments de la terre. Voici, sommairement décrits, les cinq solides de Platon :

L'hexaèdre (associé au 1^{er} chakra – racine) : la solidité



L'hexaèdre (cube) possède six faces et représente l'élément « terre ». L'hexaèdre est une forme très structurée et ordonnée. Elle favorise l'ancrage ainsi que la pensée logique. Elle stimule la concentration et la pensée structurée. Elle insuffle donc le désir de se structurer davantage et de mettre de l'ordre dans sa vie.

L'hexaèdre convient aux personnes qui désirent expérimenter différents niveaux de conscience tout en gardant un lien fort avec le monde matériel.

Le cube symbolise, en quelque sorte, le fil d'Ariane dans le labyrinthe que représentent les divers états de conscience que nous pouvons atteindre par le processus méditatif. Il confère un lien constant avec l'élément « terre » à l'individu

ayant une facilité à quitter son corps physique pendant la méditation. L'hexaèdre apporte un sentiment de sécurité, de réconfort. C'est le véhicule parfait pour les gens qui ont peur d'expérimenter au-delà du monde de la matière.

L'icosaèdre (associé au 2^e chakra – *hara*) : les émotions



L'icosaèdre possède vingt faces et représente l'élément « eau ». L'icosaèdre nous permet d'apprendre à mieux nous connaître à travers l'univers émotif auquel nous sommes quotidiennement exposés et dans lequel nous nous sentons souvent perdus, bousculés ou submergés de sentiments que nous devons apprendre à gérer adéquatement.

Avant de développer la volonté de changer (énergie véhiculée par le plexus solaire), nous devons vivre nos émotions, les ressentir, les apprivoiser pour les comprendre afin de ne plus être aussi vulnérables à leurs effets. L'icosaèdre collabore à l'augmentation de l'énergie nécessaire au processus du changement. Il nous encouragera à traverser adéquatement ces périodes troublantes. Il nous rappelle simplement de laisser les émotions glisser doucement à travers nous en devenant des observateurs aguerris.

L'icosaèdre agit aussi en stabilisant l'eau des émotions qui affaiblit la stabilité liée au chakra de la racine et qui empêche le feu de la volonté associé au plexus solaire de s'installer. Il favorise le retour d'un équilibre sur le plan émotif. Il aide à diminuer les tourments que causent les inquiétudes au quotidien et confère une plus grande stabilité lors des moments difficiles que la vie semble infliger.

Le tétraèdre (associé au 3^e chakra – plexus solaire) : la volonté



Le tétraèdre (pyramide) possède quatre faces et représente l'élément « feu ». Il représente l'énergie volontaire transmise par le plexus solaire.

Le tétraèdre aide à faire monter l'énergie du centre du plexus solaire vers le centre cardiaque. Il en résulte une diminution de la congestion à cet endroit, congestion souvent ressentie comme un sentiment de malaise, voire de mal-être. Cette montée d'énergie allège l'être, qui devient moins centré sur lui-même et plus ouvert aux autres. C'est la première étape véritable conduisant au désir authentique d'aimer autrui. Il s'avère important que l'énergie monte, et le tétraèdre peut faciliter cette ascension en soutenant le travail intérieur d'élévation de la conscience et, éventuellement, d'éveiller la compassion.

Le tétraèdre aide à soulager des malaises ressentis au niveau du ventre, surtout dans la région du plexus solaire, à dénouer les nœuds formés par suite d'accumulation de stress et à développer la volonté de vivre et d'apprendre les leçons importantes, liées à l'incarnation présente.

L'octaèdre (associé au 4^e chakra – cœur) : la compassion



L'octaèdre possède huit faces et représente l'élément « air », car cette forme semble évoquer l'aspect subtil de l'air que l'on ne peut ressentir véritablement. L'octaèdre, tout comme l'hexaèdre, est une forme qui incarne l'ancrage dans la matière, la pensée logique et structurée. Cependant, son effet est plus doux que celui de l'hexaèdre. Il est associé au chakra cardiaque qui, dans un sens, fait le pont entre les chakras inférieurs et supérieurs.

L'octaèdre apporte une solidité intérieure qui prend appui sur une estime de soi issue du sentiment d'être profondément aimé. Associé à l'énergie du cœur, il insuffle aussi le désir d'aimer, donc de s'ouvrir aux autres. Il facilite l'émergence de la compassion nécessaire à l'éveil d'une conscience supérieure liée aux chakras supérieurs.

L'octaèdre représente l'homme matériel (triangle pointant vers le bas) qui rencontre l'homme spirituel (triangle pointant vers le haut). Il symbolise aussi le divin — l'énergie qui descend par l'entremise de l'âme — allant à la rencontre de

la volonté de l'homme spirituel — l'énergie qui monte vers l'âme au moyen du pont « en construction » qu'est l'*antahkarana* — et désirant atteindre la perfection. L'octaèdre aide à prendre place au centre de soi-même, au chakra cardiaque, invitant dès lors l'éveil de la compassion sincère.

L'octaèdre aide la fonction cardiaque à mieux se porter, entraînant une diminution de la tension intérieure ressentie au niveau du chakra du cœur. Il favorise également une plus grande solidité intérieure, basée sur le sentiment d'estime de soi, et réfrène la jalousie et la rancune. Il console les cœurs meurtris par les aléas de la vie et contribue à éveiller l'amour et le pardon authentique, envers soi et autrui. L'octaèdre fait naître une vision plus juste des relations humaines, non plus basées sur l'égoïsme, mais sur l'altruisme.

Le dodécaèdre (associé aux 5^e, 6^e et 7^e chakras – gorge, 3^e œil et couronne) : l'homme spirituel



Le dodécaèdre possède douze faces et représente l'élément « éther ». Platon avait associé ce dernier polyèdre au divin, car cette dernière forme était, selon lui, ce qui soutenait tout l'univers.

Le dodécaèdre, associé au nombre d'or, que plusieurs qualifient de « preuve » de l'existence de Dieu en raison de son inhérente perfection, nous incite à devenir de plus en plus spirituel, de plus en plus divin. Il soutient l'effort constant que nous fournissons afin de devenir des êtres meilleurs et plus conscients. Lié à l'éther, canevas soutenant et unissant toutes les formes de cette planète, le dodécaèdre permet à l'énergie de mieux circuler et de dissoudre les blocages qui empêchent l'évolution de la conscience.

Le dodécaèdre nous aide à prendre conscience de certains blocages, à les localiser, non pour les contourner, mais pour les dissoudre. Cette forme solide ne craint pas les défis et diffuse subtilement l'énergie nécessaire à la transformation de la matière en l'antimatière. Elle allège en nous le désir d'être lié à la conscience matérielle et suscite l'attrait du désir de la perfection, de l'aspect divin qui sommeille en nous.

Le dodécaèdre soutient le travail méditatif et incite à demeurer constant. Il nous insuffle le courage de persévérer, malgré les pièges tendus par l'ego qui désire garder son emprise sur nos comportements humains. Il s'avère utile à ceux qui souhaitent vraiment vivre une transformation authentique, non superficielle.

Le dodécaèdre facilite la circulation de l'énergie éthérique à travers les *nadi*. Il peut aider à localiser les blocages et à les éliminer.

Lorsqu'il agit au niveau de la gorge, il permet le développement de la volonté de s'exprimer adéquatement. Lorsqu'il agit au niveau du 3^e œil, le dodécaèdre nous aide à devenir plus conscients des événements et de notre connexion avec eux.

Lorsqu'il agit au niveau coronal, le dodécaèdre contribue au travail effectué pour la construction consciente de l'*antahkarana*. Il facilite les sorties hors du corps et favorise les prises de consciences nécessaires à la dissolution de certains karmas.

OUVRAGE DE RÉFÉRENCE

LE GROUPE DES 5. *Manuel de lithothérapie – Le royaume des pierres et des cristaux*, Éditions Paume de Saint-Germain, Saint-Jean-sur-Richelieu, 2016, 440 p.