

Anne Givaudan

en collaboration avec le Docteur Antoine Achram

Formes-Pensées

découvrir et comprendre leurs influences
sur notre santé et sur notre vie

TOME I



Editions
S.O.I.S.

© 2003 Éditions S.O.I.S.
24580 PLAZAC

ISBN :2-9519882-2-2

*Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction,
sous quelque forme que ce soit, réservés pour tous pays.*

*Maquette couverture: Laurent Caignard
Maquette intérieure: Cécile Courtat & Sarl CréAction.com*

Anne GIVAUDAN

Avec la participation
du Dr Antoine ACHRAM

Formes-pensées

*Découvrir et comprendre leurs influences
sur notre santé et sur notre vie.*

Éditions S.O.I.S.

ANNE GIVAUDAN

- LES DOSSIERS SUR LE GOUVERNEMENT MONDIAL*
Celui qui vient (Tome 2)
- LECTURE D'AURAS ET SOINS ESSÉNIENS*
Thérapies d'hier et d'aujourd'hui
- ALLIANCE*
- WALK-IN*
La femme qui changea de corps
- FORMES-PENSÉES - Tome 1*
Leurs influences sur notre santé et sur notre vie
- FORMES-PENSÉES - Tome 2*
Le chemin de la transmutation
- COMPACT DISC de méditations guidées
 - Fleurs de Sois*
 - Voyages vers Soi*

ANNE GIVAUDAN ET DANIEL MEUROIS

- RÉCITS D'UN VOYAGEUR DE L'ASTRAL**
- TERRE D'ÉMERAUDE*
 - *Témoignage d'outre-corps*
- DE MÉMOIRE D'ESSÉNIEN (Tome 1)**
 - *L'autre visage de Jésus*
- CHEMINS DE CE TEMPS-LÀ (tome 2)**
 - *De mémoire d'Essénien*
- LE VOYAGE DE SHAMBHALLA**
 - *Un pèlerinage vers Soi*
- PAR L'ESPRIT DU SOLEIL*
- WESAK**
 - *L'heure de la réconciliation*
- CHRONIQUE D'UN DÉPART*
 - *Afin de guider ceux qui nous quittent*
- LE PEUPLE ANIMAL**
- CELUI QUI VIENT (Tome 1)*
- SOIS*
 - *Pratiques pour être et agir*
- LES NEUF MARCHES*

* : édité par les Éditions S.O.I.S. (France)

** : édité par les Éditions Le Perséa (Québec)

À tous ceux qui acceptent de jouer le rôle de leur vie
au mieux de leurs possibilités.

À ceux qui savent qu'il n'y a ni gagnants
ni perdants, ni victimes ni bourreaux.

À ceux qui veulent vivre et non survivre.

À tous ceux qui ne comprennent pas
pourquoi la vie est si difficile.

À tous ceux qui ont le courage de regarder
leurs blessures sans détourner les yeux.

PRÉFACE

Pourquoi et pour qui écrire un livre concernant un sujet aussi précis que celui des Formes-Pensées ?

Voilà maintenant des années que nous voyons et aidons des personnes qui sont affectées dans leur âme ou dans leur corps par des Formes-Pensées encombrantes et destructrices.

Ces personnes n'ont aucune particularité autre que d'être des humains aux prises avec des «tracasseries quotidiennes» et des faits répétitifs qui alourdissent leur avance. Elles sont semblables à chacun de nous et nous pouvons à tout instant nous identifier à elles.

Au fil des années, des contacts et des enseignements reçus sur les plans physiques ou subtils, nous avons pu nous rendre à cette évidence :

Une Forme-Pensée dont nous comprenons le fonctionnement, la création et les agissements a beaucoup moins de pouvoir sur nous.

Lorsque nous réalisons que nous ne sommes pas nos Formes-Pensées et que cependant, tels des parents nous

contribuons à leur création, de vieux schémas tombent aussitôt.

Lorsque nous comprenons que nous ne pouvons pas renier nos créations mais plutôt les regarder, les comprendre et les laisser partir, un immense souffle d'air frais et une liberté nouvelle peuvent alors nous habiter.

Comprendre et transmuter ces Formes-Pensées qui nous étouffent et attirent vers nous les événements de notre vie, est une étape indispensable sur le chemin de la transmutation des Formes-Pensées.

Ce pas, vers une liberté toute neuve et totale, ne peut se faire sans notre concours, mais à notre époque, il est essentiel de passer à une étape différente de notre VIE. Nous sommes tous capables de réaliser ce qui est proposé dans le premier tome de cet ouvrage :

Nous désidentifier de nos Formes-Pensées

Les comprendre

Les regarder

Et enfin les transmuter.

Le deuxième tome de cet ouvrage sera davantage axé sur des exercices et des pratiques méditatives, mais il n'aura d'utilité que si le premier est compris dans son essence et déjà mis en pratique.

Nous vous souhaitons une lecture active et nous savons déjà que le simple fait de lire, ce qui est inscrit dans ce livre, fera son œuvre et permettra le début de la transformation des Formes-Pensées que nous transportons avec nous.

Anne Givaudan et Antoine Achram

INTRODUCTION

*La vérité ultime, le moteur de toute avance
est de comprendre que rien ne peut être extérieur
à nous puisque tout est en nous, jusqu'à la voûte étoilée
que l'on contemple chaque soir.
(Le voyage à Shambhalla)*

En tant que thérapeute des plans subtils et physiques, je me suis souvent demandée comment rendre plus tangibles et plus concrètes pour vous, ces formes plus ou moins denses qui tournent autour de chacun de nous et s'accrochent aux diverses parties de notre anatomie.

Ces formes parfois géométriques et que je nomme «Formes-Pensées» (FP) m'ont toujours et quel que soit le cas, paru être à l'origine de tous les obstacles physiques ou psychiques qui nous encombrent et entravent notre avance.

Les comprendre afin de pouvoir les transmuter est, pour moi aujourd'hui, l'une des conditions essentielles à notre bien-être profond et l'élément indispensable au nettoyage de mémoires inutiles que nous continuons à porter

à bout de bras jusqu'à l'épuisement de nos forces les plus vives.

Savoir que notre façon de penser influence notre état de santé est maintenant une évidence, aussi nous n'en ferons pas le sujet de cet ouvrage.

La Forme-Pensée n'est pas une simple pensée et c'est là toute la différence. En prendre conscience, mieux connaître la formation, le fonctionnement et l'action de ces bagages que nous transportons avec nous d'une période de notre vie à une autre, et parfois même d'une vie à une autre, nous offre le bien le plus précieux : la liberté d'être ce que nous sommes depuis toujours... des Êtres de Lumière qui expérimentent la vie de façon unique et multiple à la fois.

Cette recherche n'est pas ce que l'on nomme habituellement «psychologique». Je n'emploierai pas un vocabulaire que je ne connais pas et auquel je ne suis pas formée.

La base de cet ouvrage est celle qui a toujours été la mienne depuis 1971 : la technique du voyage astral et de la vision des plans subtils. Elle est, comme pour chacune de mes expériences, celle qui m'a permis de pénétrer au cœur des «Formes-Pensées» et de vous offrir aujourd'hui le résultat de cette aventure hors du commun.

Je souhaite que chacun de vous y puise ce qui lui sera nécessaire pour retrouver une autonomie et une liberté d'être qui bien souvent nous font défaut, mais sans lesquelles il nous est difficile d'envisager un futur serein et lumineux.

Les pratiques qui sont proposées sont simples et s'adressent à tous ceux qui ont cessé de lutter et qui savent, au plus profond d'eux-mêmes, que seul le pouvoir de l'Amour est capable de dissoudre ce qui nous entrave.

Mon but n'est pas ici de changer quoi que ce soit, c'est plutôt un appel vers ce qui va au-delà du changement, au-delà de la volonté, au-delà du désir, au-delà de toute personnalité incarnée et que l'Amour seul peut réaliser :

LA TRANSMUTATION

C'est elle qui permettra à la guérison de s'accomplir. C'est encore elle qui, par sa seule présence, nous relie avec tous les plans de notre être, mais aussi avec les innombrables plans de l'Univers et les dimensions qu'il contient.

Chapitre 1

MURMURE

Un congrès sous les tropiques ! Quelle belle idée !
Avion, décalage horaire, moiteur et végétation dense, nous y voilà enfin... Je dois parler du «Peuple Animal» dans le décor féerique d'un jardin tropical. La nuit tombe rapidement et c'est alors un étonnant concert, tout un orchestre de petites grenouilles, qui résonne et s'amplifie. Je fais une courte halte près d'une volière où des oiseaux multicolores s'activent encore un peu dans leur prison dorée avant que la nuit n'apporte la paix et des rêves d'horizons illimités à ces petits habitants bavards.

Ma pause se prolonge, dans quelques minutes ce sera à moi de parler et je médite sur le sujet de la conférence, lorsque tout au fond de moi une petite voix, tel un souffle, me murmure :

«Nous aussi, nous sommes soumis à l'action de nos Formes-Pensées, la Terre elle-même en reçoit l'influence... cherche... cherche...»

Ces derniers mots sont presque inaudibles et je ne parviens pas à en saisir la suite mais y a-t-il une suite... et qui me parle ainsi ?

Je regarde avec attention autour de moi. Personne ! Les oiseaux de la volière semblent endormis et seul un merle, non loin de là, perché sur une branche, regarde dans ma direction, la tête penchée sur le côté.

C'est l'heure de mon intervention et je dois laisser mes interrogations pour plus tard. Prise par des activités diverses, j'oublie pour quelques jours cet épisode étrange lorsqu'un événement inattendu vient le raviver à ma mémoire.

Debout sur la terrasse d'une maison amie, à l'heure où le soleil émet ses derniers rayons, nous sommes un petit groupe d'amis à discuter de choses et d'autres, lorsqu'un chien jaune au regard triste attire mon attention. Il est là derrière la grille du jardinet et regarde intensément vers nous. Le bruit de la discussion, le son des voix, ne me parviennent plus que d'une façon étouffée, lointaine. Je ne suis plus tout à fait là et l'espace d'un instant, je perçois autour du petit chien jaune des formes qui tournoient, des masses grises et tristes qui lui collent le long de la colonne vertébrale. Je ne parviens pas à pénétrer ces masses gluantes qui, telles des parois de caoutchouc, me projettent en arrière. Elles résonnent toutes d'une même mélodie triste, et me transmettent une scène fugitive : celle d'un groupe de chiens identiques à celui qui est là devant moi. Ces chiens, entassés dans des cages, attendent, et la terreur se lit dans leurs regards. Une pièce avec des tables blanches et froides, un cadavre de chien... tout respire le laboratoire d'expérimentation.

C'est cela qui colle au petit chien qui nous regarde. Il a capté l'égrégore de peur et de souffrance des chiens de sa race qui servent aux laboratoires.

Le petit animal refuse pour l'instant toute communication, il a peur des hommes. Toute intervention ne pourrait que l'effrayer davantage, aussi je choisis de ne pas insister, d'autant plus que nous sommes appelés à l'intérieur pour le repas.

Mon interrogation se fait de plus en plus pressante... Comment arriver à rendre conscientes ces Formes-Pensées qui touchent toute forme de vie autonome. Au plus profond de moi je sais, et cela est une certitude, que ce qui devient visible perd de sa force et que ce qui est connu est aussitôt plus perméable, moins hostile car plus compréhensible.

J'en fais aussitôt part à mon compagnon qui lui aussi, en tant que thérapeute, sait combien ces étranges formes qui tournent autour de nous provoquent des désagréments, tant sur le plan physique que sur tous les autres plans de notre existence.

À la recherche de ce qui pourrait m'aider dans cette démarche me revient en mémoire la voix de l'un de nos enseignants Esséniens :

«Toute créature est l'architecte de ses temples présents et à venir et le fut de ceux du passé...»

À nous donc de décider de ce que nous voulons vraiment. Que voulons-nous faire de notre Vie ? Un cadeau de Lumière ou une illusion de cadeau ?

Chapitre 2

NAISSANCE D'UNE FORME-PENSÉE (FP)

*«Si tu ne peux aimer ton Soi, tu ne peux aimer quelqu'un
d'autre. Bien des gens font l'erreur de chercher
l'amour du Soi à travers l'amour d'un autre»*

(Un Temps pour Soi - le 11 juin)

Il est à la mode, dans nombre d'ouvrages, de parler de Formes-Pensées, de chakras et de syntonie, sans toutefois définir exactement ce que ces mots signifient. Il me semble logique que vous ayez envie de savoir de quoi il est question dans les pages et les chapitres qui vont suivre.

Je vous propose, à cet effet, un rappel simple de quelques notions élémentaires, dans le domaine des plans subtils :

- Les Centres énergétiques principaux, appelés aussi chakras, sont présents à l'endroit des croisements de plusieurs nadis.¹

- Les Nadis (du mot sanscrit nad qui signifie circuler) sont considérés comme l'équivalent, sur un plan subtil, de nos veines puisque c'est par eux que circule l'information véhiculée vers et par un chakra. Les nadis véhiculent aussi le prâna porteur de toute Vie.¹

- Le Prâna, quant à lui, est formé de petites particules visibles qui fournissent aux cellules l'essence même de la Vie.¹

- Chakra est un mot sanscrit qui signifie tourbillon. Ces centres ont une influence directe sur le bon fonctionnement des organes, l'activité hormonale, la circulation du sang, par l'absorption de l'énergie qui entoure chacun de nous. Ils servent à la fois d'émetteur, de récepteur, de transformateur et de filtre, aux informations qui nous traversent sur tous les plans, des plus subtils aux plus physiques.¹

COMMENT SE CRÉE UNE FP SUR LES PLANS SUBTILS AVANT DE PRENDRE FORME SUR LE PLAN PHYSIQUE ?

Pour qu'une FP puisse prendre vie, il est nécessaire que deux centres énergétiques interviennent dans sa construction.

L'un d'eux est immuable: il s'agit du *chakra frontal*. Ce chakra possède en lui la faculté de créer des images, de se représenter des objectifs abstraits, de mettre en forme des paroles. C'est le centre de l'énergie créatrice par excellence et de la matérialisation, sur les plans subtils, de nos pensées. S'il est sain, les créations seront claires et dé-

¹- Vous trouverez ces notions développées dans le livre du même auteur : «lecture d'auras et soins Esséniens».

pourvues de distorsions, s'il ne l'est pas, les images seront confuses voire déstabilisantes.

L'autre centre qui agit dans la création des FP est quant à lui dépendant de l'origine de cette création.

Je m'explique : selon l'image, le concept ou la compréhension d'un événement, des centres énergétiques différents peuvent entrer en action. Qu'il s'agisse d'une émotion forte et c'est le troisième chakra qui s'activera. Si le mental est mis à contribution, le cinquième plexus déploiera toute son énergie. Un problème touche à la survie de l'Être ou à des pulsions plus animales et la seconde roue aidera à la création de la FP.

Certains lecteurs penseront, et à juste titre, qu'un plexus essentiel ne figure pas dans mon énumération. Cela est tout à fait exact. *Le chakra du cœur est pour le moment absent de ce processus automatique*, pour la simple raison qu'il est encore trop peu actif chez la majorité d'entre nous... Ce plexus est le centre de l'Amour. Cela ne signifie pas que l'Amour soit situé dans un lieu précis, mais que l'une des fonctions de ce centre d'énergie est de servir de pont entre les chakras du bas et ceux du haut. Il est le centre, le passage entre le haut et le bas, le plus et le moins.

En cela, il offre ce qu'il y a de plus beau en nous, la seule voie de transmutation possible : l'alchimie de l'Amour.

Que tout soit relié, que nous soyons interconnectés est aujourd'hui pour moi une évidence et en écrivant ces mots me revient en mémoire une expérience marquante dans ma vie de voyageuse hors du corps.

J'étais ce soir-là, comme cela m'arrive parfois, en décorporation et en attente du lieu où il me serait proposé de me rendre. Mon corps physique, encore visible sous moi, reposait calmement tel une coque vide. Habitée à cette vision, je

ne le contemplais pas particulièrement, lorsque tout à coup je sentis une main se poser sur l'épaule de mon corps subtil.

Prête à me retourner pour regarder la présence qui me touchait ainsi, je fus à ma grande surprise dans l'incapacité de faire le moindre mouvement. La présence semblait me paralyser sans que cela n'entame le moins du monde ma sérénité. Tout était calme en moi, comme autour de moi.

Sans un mot, la main telle un aimant, m'entraîna alors dans un tourbillon de lumière à une vitesse qui me semblait vertigineuse. Attentive, j'acceptai en confiance ce qui allait se passer... Au bout d'un temps que je ne saurais mesurer, je distinguai avec plus de clarté les contours d'une sphère qui tournait bien en dessous de moi. C'est alors que je ne pus retenir une exclamation qui se voulait aussi une interrogation : «Mais c'est la Terre ! ?

La pression de la main, bien que moins soutenue, était toujours présente tandis qu'une voix à la tonalité chaude et dans laquelle j'avais l'impression de sentir une légère intonation amusée se répandit en moi :

«Savoir qui je suis ne t'apporterait rien, regarde plutôt la Terre car c'est bien elle dont il s'agit. Vois-tu ses chakras et ses nadis ? Laisse venir son énergie vers toi comme tu le fais pour les personnes dont tu lis les auras...»

Attentive à ce qui m'était dit, je me contentai de me mettre à disposition de l'énergie terrestre, sans désir autre que d'accueillir et d'aimer. C'est alors qu'en une fraction de seconde m'apparurent, sur le plan subtil avec lequel je venais d'entrer en contact, les chakras et les nadis de la planète bleue. Toute à cette vision cosmique, je songeais à prolonger ce contact, lorsqu'en une nouvelle fraction de seconde, la main m'attira à nouveau vers le tourbillon du départ.

«Nous reviendrons à cela plus tard, prononça la voix

chaude, le temps n'est pas venu d'en dire davantage. Sache simplement que la Terre et l'humain sont si étroitement liés que l'évolution de leurs chakras respectifs s'en ressent. Les êtres de la planète Terre sont proches d'accéder à une dimension cœur qui va leur ouvrir le passage vers la quatrième dimension. Jusqu'alors et dans l'évolution des humanités, cette possibilité s'est déjà présentée par deux fois sans aboutissement. Cette fois est la troisième... Une nouvelle proposition est faite aux Humains de la Terre afin que la croissance ait lieu.

Passer à une dimension nouvelle signifie que les notions de temps et d'espace seront considérablement élargies et que la matrice, qui est vôtre actuellement, ouvrira une porte vers une compréhension et donc une réalité plus vaste et plus simple. Lorsque l'Humanité de la Terre aura compris au plus profond de ses cellules ce que signifie l'espace et le temps, lorsque les barrières seront rompues, alors les voyages, qu'ils soient intérieurs ou extérieurs, éveilleront en chacun des êtres de cette planète une voie d'accès à l'Être. L'illusion d'un extérieur et d'un intérieur, d'un passé et d'un futur, tombera car elle aura enfin «achevé» sa «mission». Le vocabulaire même se modifiera et le mot «achevé» que je viens d'employer n'aura plus guère de signification.

Lorsque le cœur de l'humanité terrestre prendra sa place, lorsque son chakra cardiaque, pour employer vos termes, s'ouvrira, alors ce moment sera grand pour tout votre système solaire. Cela signifiera que l'humain comprendra toute chose à travers l'athanor de son cœur et non par les émotions qu'il nomme encore : Amour.

Aujourd'hui, il est essentiel d'avancer vers une autre lumière et de laisser ce qui a construit pour un temps les Êtres de la Terre. «Laisser» ne signifie pas lutter ou renier

car ces deux termes soutiennent des actes qui renforcent le troisième plexus au détriment de l'ouverture du quatrième. Est-il si difficile d'abandonner vos vieilles vies sans qu'il soit nécessaire de les combattre ? Il est temps pour vous de franchir le pas. La dualité est une dimension que le cœur ne connaît pas. Elle fait encore partie d'un espace de conscience aujourd'hui révolu.

Soyez le point de non retour, de non jugement, soyez celui qui ne décide pas du bon ou du mauvais par une ultime illusion de l'intellect mais celui qui est au-delà, le transmutateur, pont radieux entre ciel et terre, entre le haut et le bas, point de non-retour de l'Amour. Soyez !»

Au-dedans de mon corps de Lumière, la voix s'est tue mais le silence chargé de paix qui s'y installe nourrit mon âme plus que mille discours.

Cette expérience m'a permis de ressentir, au plus profond de moi, combien il est essentiel aujourd'hui de nettoyer les FP de nos anciennes structures si nous voulons passer à cette dimension cœur que la Terre et son humanité proposent aujourd'hui. Il est peu probable que nous puissions ouvrir les portes d'une dimension autre tant que nous traînerons derrière nous les vestiges du monde ancien. Comment aller vers du nouveau avec des valises pleines de réactions qui sont bien loin de l'action et qui nous lient à un passé qui a cessé de jouer son rôle ? Pourquoi continuer à tourner en rond autour de nous-mêmes, alors que nous souhaitons tous qu'un nouveau souffle nous habite ?

Transmuter l'ombre en lumière par amour, voilà ce qui est à l'ordre du jour et pour cela il n'est guère besoin d'attendre d'être parfaits mais de procéder par étapes. Comprenons avant toute chose ce qui nous freine... Pour ce faire, je vous propose d'assister à la création d'une F Pensée.

GEORGES

Georges vient me voir pour une sciatique que rien ne peut faire disparaître, pas même soulager. Voilà trois mois qu'il reste couché sans que les injections ou autres pharmacopées aient pu venir à bout de son mal. C'est avec difficulté qu'il se déplace et un ami a pu l'amener jusqu'à moi.

Je regarde et laisse les corps subtils de Georges m'imprégner. Ce n'est pas moi qui décide et je n'ai pas de volonté propre pour décrypter la carte de son âme. Seul l'amour peut permettre de se fondre en l'autre et de ressentir ce qu'il veut exprimer. Le reste n'est que pouvoir ou acte magique sans intérêt. Le corps physique et les corps subtils ne pourront jamais être considérés comme des ordinateurs à réparer si l'on ne veut pas s'en tenir à la superficie de l'Être. Communion, est le seul mot qui me vient pour exprimer l'état d'être qui préside à toutes lectures d'auras et à tous soins. Pour cela point n'est besoin de paroles.

Autour de Georges dansent des couleurs et des formes. L'une d'elles attire mon attention. Elle est informe, grise, jaunâtre et contient des filaments rosés. Un premier lien la relie très précisément à la hanche gauche tandis qu'un deuxième part du chakra de la gorge où toute la zone qui entoure ce plexus est voilée par une ombre grise et mouvante. La FP qui retient toute mon attention est située en limite de l'aura causale et me laisse à penser qu'un événement d'ordre affectif et aux alentours de la naissance a dû marquer Georges d'une empreinte restée douloureuse jusqu'à ce jour.

Je me laisse pénétrer dans la forme «sans forme» de laquelle émane tristesse et insécurité.

L'histoire qu'elle contient se révèle peu à peu à moi. Des images défilent, parfois même des scènes.

C'est une histoire de tout-petit: Georges n'était pas désiré et ses parents se sont mariés parce que sa mère était enceinte. Une fois là, il fut bien accepté et même aimé mais que de questions avant sa naissance. Allait-on le garder ou le confier à des grands parents... ? Six mois après sa venue sur Terre, sa mère malade le confie aux grands parents. Pour Georges c'est un premier drame qui réactive ses peurs in utero.

«Est-ce que mes parents m'aiment vraiment ? Est-ce qu'ils m'auraient volontiers laissé chez les grands parents pour ne plus jamais me reprendre ?» Le doute, cinquante-huit ans plus tard est toujours là mais Georges n'a jamais osé poser la question. Et si ses parents lui répondaient par l'affirmative ?

Il préfère garder au fond de lui cette douleur plutôt que d'affronter une réalité qui pourrait le détruire. Aujourd'hui pourtant il est prêt à poser cette question :

«Lorsque vous m'avez mis chez les grands-parents aviez-vous l'intention de m'y laisser pour ne jamais me reprendre ? Étais-je si mal venu et tellement en trop dans votre histoire ?»

Le petit enfant est là, devant moi, présent malgré ses cinquante ans passés. La FP touchée frémit d'avoir été mise à jour car, dès cet instant, elle va perdre de sa vitalité.

La dernière crise, Georges l'a vécue après une incertitude sur le lien qui l'unissait à sa compagne actuelle. La FP réactivée a réagi, comme toutes les autres fois où le doute et l'incertitude d'être aimé pour ce qu'il est, créent chez Georges une réelle souffrance, dont il n'est plus vraiment conscient. En effet, les années passant, le petit garçon a grandi physiquement et a effacé de sa mémoire cette his-

toire, presque oubliée par son conscient.

Chez chacun de nous pourtant crie souvent un petit enfant : «M'aimez-vous tel que je suis ? Petit ou gros, pas toujours malin, ni vraiment sympathique, pas comme vous le vouliez ou l'espériez dans vos rêves. M'aimez-vous comme ça, même si je ne suis rien de ce que vous attendiez ?»

Cette question, nous l'avons tous au fond de nous et nous aimerions tellement que la réponse soit :

«Oui, nous t'aimons quoi que tu sois, quoi que tu fasses. Et pas seulement parce que tu travailles bien à l'école, que tu as trouvé un bon job ou que tu es un bon garçon... (ou une bonne fille)».

Combien de fois agissons-nous simplement parce que nous sommes en quête d'une telle réponse, d'amour inconditionnel ? Le seul handicap et il est profond, c'est que nous voulons que cette réponse vienne des autres, en oubliant que nous sommes seuls à pouvoir nous l'apporter...

Après quelques soins et lorsque Georges pose enfin la question à ses parents qui lui confirment leur amour, la FP perd de sa vitalité et, tel un ballon de baudruche, elle se dégonfle et disparaît.

Le problème ne reviendra plus car l'amour était au rendez-vous. Georges se culpabilisait d'être mal venu et en voulait à ses parents de ne pas avoir eu envie de lui. Deux «non-pardon», le premier envers lui-même et le second envers «l'autre» président toujours au maintien des FP, comme nous le verrons par la suite.

Dans le cas de Georges, l'entité, dès avant son incarnation, s'est sentie insécure et dépendante d'un choix sur lequel elle avait peu de poids. *Dès cet instant, une FP s'est créée à partir du sixième chakra et du cinquième. Deux faisceaux lumineux émanant de ces deux plexus se sont joints à quelques mètres à l'intérieur des auras de cette*

Entité prête à s'incarner.

À la jonction des deux rayons, une cellule qui contient toutes les informations qui émanent de Georges va prendre vie.

Pour Georges, le doute, l'insécurité, la colère de ne pas être voulu et la culpabilité d'être là font partie de ces informations. Bien sûr comme dans la plupart des cas, les faits que l'on dit «réels et concrets» sont souvent loin de la vision que le principal acteur a capté et pourtant ce qui va finalement entrer en action n'est pas un fait «objectif» mais bien celui traduit et coloré par la vision de la personne qui le vit.

Georges est aimé mais il a peur et a des doutes sur ce fait. La cellule ainsi créée va devenir un réservoir et un potentiel avec des capacités d'action, contenant la colère envers ses parents et la culpabilité d'exister. Elle déterminera ainsi l'image qu'il va construire au sujet de sa valeur personnelle.

C'est ainsi que va apparaître la première FP. Celle-ci sera suivie dans un futur proche par d'autres FP contenant toujours, au moins l'une si ce n'est toutes, les informations présentes dans celle d'origine.

La FP est toujours créée sur le plan mental et cela explique qu'une forme de vie n'ayant pas ou peu développé son mental et les concepts qui l'accompagnent, ne sera guère encombrée de FP. Il est donc nécessaire pour créer une FP d'être individualisé et que la personnalité égotique soit déjà en place. Les émotions qui permettent l'existence de ce que l'on appelle ego, ont une action tout à fait concrète dans ce processus, dans la mesure où une grande partie des FP a une racine dans le troisième chakra en rapport direct avec la sphère émotionnelle.

Une FP est une force qui entre en action dès le début

de sa création.

Tous les plans subtils ou physiques peuvent, dès ce moment, être touchés et réagir en fonction de l'information contenue dans cette pensée parfois informe que nous avons générée.

En 1791, Kent écrivait «La raison ne perçoit que ce qu'elle produit elle-même, d'après ses propres plans.» À notre époque, Jacob Bohm et Carl Pribram ont la certitude que notre cerveau peut créer la matière et que l'attention que nous portons aux éléments de la vie est suffisante pour leur donner une existence.

Je lis dans un article² «Bohm avance que notre cerveau forge les notions de temps et d'espace : notre cerveau construit mathématiquement une réalité objective, par l'interprétation de fréquences d'un ordre d'existence plus profond situé par-delà l'espace et le temps.»

Pribram dira que «le monde objectif n'a pas d'existence, du moins pas celle que nous lui croyons... La réalité spatio-temporelle n'est que le résultat de la lecture et du traitement de ces fréquences par le calculateur complexe qu'est notre cerveau.»

Retrouver chez des physiciens et des chercheurs en physique quantique ce qui m'a été montré d'une manière plus mystique, me confirme dans le fait qu'il n'y aurait qu'un pas à franchir pour que la mystique puisse être comprise en termes plus concrets et que Science et Conscience ne soient que les deux doigts d'une même main, celle de Dieu.

Lorsque j'éprouve combien la dimension espace-temps que nous vivons actuellement, n'est qu'une projection de ce que nous croyons, je me réjouis que des chercheurs reconnus

2- Dans la revue *MOTUS*

puissent faire comprendre plus concrètement cette réalité. Lorsque je dis «réalité», je sais aussi qu'un jour, cette notion même de création et d'espace-temps sera dépassée et ainsi que le dit Sri Aurobindo :

«Il faut nous dégager non seulement des pièges du mental et des sens mais aussi de ceux du penseur, du théologien et du fondateur d'église, des chaînes, des idées... Il nous faut toujours transgresser de telles frontières, toujours renoncer au fini pour l'infini... Et il nous faut même se détacher de ces vérités, sur lesquelles notre prise est la plus ferme, car elles ne sont qu'expressions et formes de l'Indicible, lequel ne saurait être limité à quelque formes que ce soit.»

Cela m'amène donc à revenir à ce présent et aux FP qui l'encombrent et dont nous sommes les seuls créateurs.

Comment l'action d'une FP peut-elle générer une maladie sur le plan purement physique ? C'est ce que nous allons éclaircir dans le chapitre suivant.

Chapitre 3

FORMES-PENSÉES ET MALADIES PHYSIQUES

*«Peu importe l'histoire de votre vie,
c'est la façon dont vous la vivez qui en
fait une réalité lumineuse.»*

(Par l'Esprit du Soleil)

Lorsqu'un événement nous est proposé par la Vie, il est attiré par notre âme pour nous permettre de grandir et d'expérimenter ce que nous voulons au plus profond de nous. Il s'agit toujours et quoi qu'il arrive, d'une expérience en rapport avec l'Amour. Je sais que ces mots peuvent choquer ceux qui sont en situation difficile et ont la sensation de vivre le contraire de l'Amour. Des mots, encore des mots penserez-vous peut-être et pourtant :

«qu'est-ce qui pousse un individu à choisir la haine ?»

Croyez-vous qu'il ait choisi la haine ? Il n'a pas plus

choisi la haine qu'un employé de bureau ne choisit le mépris des autres pour obtenir coûte que coûte un avancement souhaité. Il subit une pulsion. C'est L'ENVIE qui crée les petites et les difformités de l'âme... «jusqu'à faire naître des monstres» nous affirme le moine prisonnier des kmers rouges dans *Celui qui Vient*.

L'événement quel qu'il soit est neutre, je veux dire par là que lorsqu'il arrive, il n'est question ni de juste ou d'injuste, de bon ou de mauvais. C'est un événement !

Il peut se présenter sous la forme d'une rencontre, d'une lecture, d'un fait précis, les moyens sont aussi différents que peuvent l'être les parcours de notre propre vie.

C'est donc précisément le regard que nous allons porter sur cet événement qui va créer ce qui va suivre et lui donner une coloration unique, la nôtre. (Souvenons-nous des paroles de Kent). Ce que nous allons ressentir au plus profond de nous face à un événement va dépendre dès cet instant, du bagage des vies passées que nous transportons avec nous et des moyens mis à notre disposition par notre culture, notre éducation, notre religion, notre richesse ou notre pauvreté...

Je suis de plus en plus convaincue que nous ne vivons pas dans le même monde et que chacun, selon la couleur, l'émotion, l'idée qui est la sienne créera un monde qui n'appartient qu'à lui. Ainsi des frères et sœurs sont parfois surpris lorsqu'ils parlent de leurs parents et s'aperçoivent alors que les parents décrits par l'un n'ont que peu en commun avec ceux décrits par l'autre. Ils sont issus de ces mêmes parents mais face aux mêmes événements, ils n'ont pas porté le même regard.

Ainsi, un événement, banal en soi pour certains, peut, pour longtemps, nous marquer jusque dans notre chair.

JULIA

Julia, une jolie fille pleine de vie, est atteinte d'un cancer au sein droit. Elle est l'aînée d'un couple d'un pays du sud de l'Europe. Un frère est arrivé 18 mois après elle. Schéma classique d'une famille ordinaire...

Avant sa naissance, les parents espéraient que leur premier enfant serait un garçon, cela aussi semble banal et pourtant, chez Julia, une FP d'un rouge sombre, attachée au sein droit stagne à quelques mètres d'elle dans l'aura causale et respire la douleur et la colère d'être une femme.

Julia dans le ventre de sa mère sait que ses parents attendent un garçon et cela l'attriste et la met en colère. Son père surtout veut un garçon.

«Et alors, une fille c'est bien non?» Cette interrogation, elle la gardera jusqu'à sa maladie. Lorsque Julia arrive et pousse son premier cri, elle ne perçoit autour d'elle que des regards déçus. Des soupirs, des «on fera mieux la prochaine fois», des «il faut parfois un brouillon pour faire un chef-d'œuvre». Julia sait cela depuis plusieurs mois. Elle entendait tout à son sujet dans le ventre de sa mère. Mais, à ce moment précis de sa naissance, elle a seulement besoin de tendresse. Elle essaie de s'accrocher à un regard d'Amour, mais en vain. Autour d'elle, tout respire la déception. «Grand-mère», elle-même, est venue de loin pour aider la jeune maman, sa propre fille, mais absorbée par l'énergie ambiante, elle reste là, telle une présence sans couleur, incapable de se réjouir de la venue de Julia. Les gestes mécaniques du personnel de la clinique n'aident en rien Julia qui ne sait plus à cet instant si elle a toujours envie de vivre.

Ces quelques minutes ne durent guère mais dans l'âme de Julia quelque chose s'est cassé. Elle souffre d'un mal

d'Amour silencieux qui va œuvrer sans même qu'elle s'en rende compte.

«Alors, une fille c'est pas grand-chose et moi Julia je ne vaux rien» va s'incruster dans son aura sous la forme d'une bulle triste de dévalorisation. Sa vision est telle que le sixième chakra va traduire et concrétiser cette information, lui donner corps et avec l'aide du cinquième qui touche la sphère mentale et les concepts, une FP sera créée.

Dix-huit mois plus tard, arrive le petit frère et cette fois la famille nage dans la félicité. Julia aime et déteste ce petit frère, mais surtout, elle réactive cette FP qui lui dit : «Regarde comme ta famille est heureuse d'avoir un garçon, toi à côté, tu ne vaux rien. Tu n'es qu'une fille !»

En effet, le bébé demande de l'attention et Julia se sent encore plus insignifiante.

À partir de ce moment, Julia décide de montrer «qu'elle vaut le coup, qu'elle mérite de vivre et d'être elle aussi aimée.» Ainsi une autre FP va se créer, contenant tous les éléments utiles pour prouver que l'on «vaut la peine d'exister».

Julia va ainsi passer son temps à rendre service, à être la meilleure à l'école ou à la maison. Il faut... qu'elle soit la meilleure et cela demande d'être toujours sur la brèche, de ne pas faillir et surtout de ne jamais laisser voir ses faiblesses. Elle devient une jolie fille active qui dit rarement «non» et rend service à tous. Tout le monde la trouve gentille et Julia porte sur les épaules bien plus que ce qui lui appartient. Mais voilà, cela n'est jamais suffisant et Julia n'est jamais satisfaite. La jeune femme est toujours plus exigeante envers elle-même et malgré cela, peu de reconnaissance lui est accordée que ce soit au travail ou dans son milieu affectif. Du moins le perçoit-elle ainsi... tandis que les FP s'accumulent dans son aura clamant sa douleur.

Son domaine affectif ne lui apporte guère de satisfaction. Passant d'un homme à l'autre, elle ne réussit à trouver chez aucun d'eux ce regard de reconnaissance et d'admiration qu'elle cherche désespérément. Elle ne veut pas d'enfants, elle n'a pas le temps et elle n'a pas la place pour une maternité symbole de la féminité.

Son dernier divorce l'a affectée et malade, elle se rend compte enfin que l'extérieur n'est pas le facteur de sa maladie mais que quelque chose en elle ne tourne pas «rond».

Julia ne s'aime pas et malgré les apparences de réussite dans sa carrière, elle doute profondément d'elle-même.

Dans les FP qui tournent autour d'elle tout ceci est déjà inscrit et la jeune femme commence à percevoir les mécanismes qui sont les siens et qu'elle reproduit à chaque situation qu'elle attire vers elle.

COMMENT AGISSENT LES FORMES-PENSEES DE JULIA ?

Lors du premier événement traduit par le regard de Julia, une FP contenant l'énergie de rejet s'est formée. Sans contours précis, elle s'est aussitôt mise en place dans l'aura du bébé.

Cette FP contient une énergie de tristesse et de dévalorisation reliée au premier homme de la vie de Julia, son père. Elle cherche désespérément un regard, une parole, un acte de lui, qui lui montreraient «qu'elle vaut le coup» à ses yeux mais, en vain... Du moins le pense-t-elle et le traduit-elle ainsi. Ces émotions répétées pendant des années sont, peu à peu, revenues à leur source créatrice et touchent les organes qui, chez toute femme représentent la féminité (ici le sein droit et l'ovaire gauche).

Les émotions, lorsqu'elles sont vécues avec force et régulièrement activées, vont sortir des coques auriques.

Ainsi, elles vont créer une fissure qui laissera une porte ouverte aux énergies destructrices qui gravitent dans les mondes subtils.

En fait, nous pourrions comparer cela à une déchirure dans une cuirasse protectrice.

À partir de l'instant où se crée la FP, celle-ci va jouer le rôle d'un aimant et attirer à elle tout ce qui peut la nourrir, tout ce qui est en rapport direct avec elle.

Ainsi, la petite Julia va s'attirer des événements, des paroles ou des rencontres qui vont aller dans le sens de son regard de dévalorisation d'elle-même et du non-amour de sa féminité. Ses parents disaient d'elle qu'elle était un «garçon manqué». La FP d'origine est ainsi entretenue et les situations les plus marquantes vont, à leur tour, se placer dans l'aura de Julia.

Après des années et de nombreux conflits, les FP étant de plus en plus nombreuses, il arrive un moment où l'une d'elles est semblable à la goutte qui fait déborder le vase. Le corps physique et les corps subtils demandent grâce et ce, par l'intermédiaire de la maladie.

À l'époque des Esséniens, réputés pour leurs connaissances et leur savoir-faire de thérapeutes, la petite Myriam que j'étais, connaissait déjà l'action des FP :

*«Les âmes affaiblies sont comme la pierre de magne Simon, elles attirent à elles les corps aux basses vibrations, "les êtres de maladie"».*³

Avec un peu de pratique, il est possible de voir le ou les fils qui relient une FP principale et les FP secondaires avec un organe et un ou plusieurs chakras du patient. La place, la for-

3- De Mémoire d'Essénien de D. Meurois et A. Givaudan

me et la couleur d'une FP sont, bien sûr, importantes pour pouvoir déterminer son origine mais, dans cette première étape, il est essentiel d'en comprendre avant tout le processus.

Si nous demandons à Julia quel est l'événement le plus proche et le plus traumatique pour elle (selon la conception de sa féminité) avant sa maladie, nous aurons ainsi le déclencheur qui a fait déborder le vase. C'est celui qui est en relation avec tous les autres événements et notamment avec la FP originelle. Le dernier traumatisme est parfois sans gravité mais il est pourtant celui qui met le doigt sur ce que l'Entité veut éviter de voir.

Supposons que Julia perde son travail et en même temps voie son mari assis, en charmante compagnie, à une table de café, à une heure inhabituelle. Il est fort probable que l'événement le plus traumatisant pour «la petite fille attendue en garçon» soit l'idée d'un possible rejet.

La FP initiale liée au rejet du père se réactive à cet instant, même si aucun fait concret et objectif ne peut en démontrer la réalité.

Je n'ai pour ma part jamais vu de maladie ou même d'accident sans une FP à son origine. La fracture d'un poignet droit sur une piste de ski n'est pas un fait anodin. C'est pour moi une évidence qu'une FP a créé une brèche dans l'aura du skieur.

Il n'y a pas «d'accidents» sur les plans subtils, pas plus que de «hasard». Tous les événements y sont déjà inscrits avant qu'ils ne se concrétisent dans la matière. Que cela prenne un instant, des heures, des mois ou des années n'enlève rien au fait que *les FP préexistent à l'événement*.

Il est toujours possible d'éviter qu'un événement déjà présent sur un plan subtil ne se matérialise dans le plan physique, mais il faut pour cela une connaissance du mécanisme des FP qui ne soit pas simplement sur un plan

mental ou théorique.

Lorsqu'une FP est constituée, elle crée une ouverture à travers nos différentes auras qui ainsi n'assurent plus leurs fonctions protectrices initiales. Elle fait aussitôt office d'aimant, et va attirer à elle tout ce qui peut correspondre à sa vibration personnelle. La porte sera désormais ouverte à ce que les Esséniens appelaient, il y a deux mille ans déjà, «entité maladie».

Une entité de ce type est semblable à un être de l'Éther⁴ qui se nourrit des forces vitales d'un organe ou d'un corps entier jusqu'à épuisement de ce dernier. Cela semble cruel et pourtant, derrière ce fait, il n'y a aucune notion de moralité. C'est simplement un fait, un processus qui n'est ni juste ni injuste. Jamais les Esséniens ne considéraient la maladie comme une ennemie à abattre, pas plus que je ne le fasse aujourd'hui. La maladie est, et restera, toujours et avant tout, une sonnette d'alarme qui attire notre attention sur l'alignement défectueux de nos différents corps. Si nous ne sommes pas en accord avec nos pensées, nos paroles et nos actes, nous ne pouvons agir avec sérénité et vitalité.

À ce propos, j'ai souvent entendu cette question : «Alors comment se fait-il que des êtres bien sombres et aux agissements douteux puissent être et rester en aussi bonne santé?»

Lorsque j'ai parlé plus haut d'«alignement», là non plus il n'y a aucune connotation de bien ou de mal, de bon ou de mauvais. Si un être est aligné dans ce qu'il est, dans ce qu'il croit le mieux pour lui, alors il n'y a pas de faille jusqu'au jour où... une partie de lui ne sera plus en accord avec ses actes. Dès cet instant-là, et cela peut arriver à

4- L'Ether peut être considéré comme le 5^{ème} élément à la suite du Feu, l'Eau, la Terre et l'Air

n'importe quel moment, devant un spectacle émouvant, un regard, un mot, une main qui se pose, un être aimé qui meurt, ou la simple lecture d'une phrase, l'être commence alors un autre itinéraire. En lui quelque chose n'est plus d'accord et crie sa souffrance. C'est ce cri profond de notre Être que souvent nous n'écoutons pas et c'est ainsi que de cri en cri, le subtil se densifie jusqu'à devenir douleur... Celle que nous voulons abattre, que nous refusons d'écouter, que nous étouffons sous des tonnes de médecines ou de tranquillisants et qui n'est autre que nous-même, ce Nous, supra-conscient, qui sait combien nous nous sommes éloignés de notre Essence.

Avant que la maladie n'arrive sur le plan physique, en dehors de ce que l'on appelle accident, il y a beaucoup de signes avant-coureurs que, la plupart du temps, nous ne remarquons pas.

Georges (son cas a été cité plus haut), a plusieurs fois eu des douleurs importantes au dos mais il a fallu attendre qu'il soit alité trois mois, trois longs mois de souffrance, pour qu'il ait envie d'aller plus loin et de chercher en lui l'obstacle à franchir.

L'«entité maladie» est attirée vers nous et vers l'un de nos organes parce que nous émettons des signaux qui lui correspondent sur un plan subtil et qui sont en résonance avec l'émetteur qui n'est autre que nous-même.

Le type de maladie, que nous captons ou plutôt que nous attirons, est toujours en «syntonie» avec ce que nous vivons et avec la symbolique du corps et de ses organes. «Être en syntonie, signifie tout simplement, être en accord, en harmonie avec...»

Une FP peut s'entourer d'une forme géométrique ou rester informe selon la ou les pensées qui la composent. Une pensée précise, structurée et répétitive peut donner

une forme tout à fait étonnante. Prenons l'exemple d'une personne qui se prépare à rencontrer un ami qu'elle n'a pas vu depuis longtemps. Si l'on regarde cette personne avec les yeux de l'âme, nous percevons alors des couleurs vives et joyeuses telles du rose, couleur de l'affection, un vert clair notant la sympathie profonde et un jaune orangé porteur des réminiscences des bons moments passés ensemble et de l'idée que l'on se fait de ces retrouvailles. La structure de cette FP peut, elle aussi, être précise et dans le cas cité, nous pourrions voir une FP en forme de croissant telle des bras prêts à embrasser. L'idée que l'on se fait de cette rencontre placera la FP dans l'aura mentale du sujet c'est-à-dire à quelques mètres de lui et plutôt du côté gauche, puisqu'il s'agit du domaine affectif et vers le haut de la tête puisque l'on pense à cet ami (voir croquis). Cette FP n'aura de consistance que le temps de la rencontre puis, peu à peu, elle s'estompera car il s'agit là d'un moment précis et non répétitif.

Lorsque La FP contient un sentiment comme celui vu p. 23 dans le cas de Georges et qui correspond à une peur de ne pas être aimé, la FP aura des contours plus informes, semblables à un ballon pas tout à fait rond. Les couleurs, quant à elles, seront celles qui constituent l'histoire de Gérard et certains visages, voire des petites scènes, pourront être contenues dans cette FP.

Lorsque l'on sait qu'une FP va en générer d'autres du même type, et cela durant des années, imaginez combien nous sommes tous ralentis par des chaînes et des poids dont aujourd'hui nous pouvons nous défaire.

Chapitre 4

FORMES-PENSÉES ET CICATRICES TOXIQUES

*«Mon Dieu, donne-moi la sérénité d'accepter les choses
que je ne peux changer, le courage d'accepter les choses que je
peux et la sagesse d'en connaître la différence.»*

Marc Aurèle

Certaines opérations chirurgicales, blessures cutanées ou entorses ont lieu à une époque de notre vie où des événements, des émotions attachés à des FP empêchent une cicatrisation sur le plan de l'éthérique.

Il arrive parfois qu'une blessure ou opération ait des difficultés à cicatriser totalement sur le plan physique comme sur le plan éthérique et qu'elle continue des semaines, voire des années après, à provoquer une certaine douleur.

Il s'agit alors de «cicatrices-toxiques». Toxiques, parce que la FP qui est derrière l'événement n'est pas encore

résolue et continue de répandre son poison autour d'elle.

Sur un plan subtil, elles occasionnent des «fuites d'énergie» qui sur un plan physique se répercutent sous la forme de fatigue dont on ne trouve aucune origine physique et que l'on nomme souvent «psychique».

Combien de fois n'entendons-nous pas prononcer cette phrase qui cache un mystère et tout un programme : «Vous n'avez rien de grave, c'est simplement psychique !»

SUZANNE

Suzanne vient à nos cours mais elle est et reste toujours fatiguée sans vraiment qu'il y ait de raisons physiques. Inquiète, elle a passé tous les tests et tous les examens nécessaires sans qu'aucune anomalie ne soit décelée.

Elle ne souffre de rien en particulier si ce n'est du regret de ne pas avoir accouché consciemment.

Il y a déjà six ans, elle a donné naissance à un garçon plein de vie mais à sa grande déception, elle garde un mauvais souvenir de son accouchement.

Cette naissance, elle et son mari, la préparent depuis l'annonce de la grossesse. Ils sont tous deux conscients de ce moment privilégié et veulent participer au mieux à la venue du bébé chez eux. Ils ont choisi une clinique connue pour son chef de service ouvert aux méthodes nouvelles et pour la compétence des sages-femmes qui y travaillent. Les futurs parents suivent des cours où ils parlent à leur enfant, conscients de sa présence, et ils se réjouissent de son arrivée.

Suzanne se souvient encore de ce matin de printemps où, prise par les premières contractions, elle téléphone affolée à son mari, pour lui dire qu'elle perd les eaux. La petite voiture file vers la clinique où le personnel est prévenu.

Là, il n'y a pas d'accouchements à la chaîne et chaque future maman est accueillie comme une personne importante.

Suzanne est heureuse et pourtant tout au fond d'elle une appréhension ne cesse de l'habiter. C'est autre chose que la peur, quelque chose de plus sourd, de plus profond...

Sur la table de travail, l'enregistrement des battements cardiaques du bébé est alarmant et tout à coup, le scénario prend une toute autre allure. Urgence: «il va falloir intervenir vite» dit l'obstétricien. Suzanne va devoir subir une césarienne et ne pourra assister à la naissance de son enfant. La future mère essaie bien de protester et demande que l'on attende encore un peu, mais elle est faible et son mari ne lui est d'aucun secours à ce moment-là car il veut surtout que tout se passe au mieux et sans problème.

La césarienne a lieu. Le bébé n'est pas avec Suzanne mais dans une salle un peu plus loin. Elle le verra à son réveil et même si elle est heureuse, sa déception est grande. Elle a la sensation de ne pas avoir fini ce pour quoi elle était venue. La sensation désagréable d'un acte inachevé, d'une mission non accomplie, continue sournoisement à la ronger.

En effet, la cicatrice de la césarienne est très visible et si l'on approche la main, un air léger laissant une sensation de picotements s'en échappe. Il s'agit d'une fuite et c'est elle qui crée la fatigue incompréhensible de Suzanne. Colmater une fuite n'est pas un acte compliqué, mais cela s'avère sans utilité si derrière cette fuite, la FP attachée à cette cicatrice n'est pas résolue... Si Suzanne ne collabore pas, sous l'action de la FP, la brèche se rouvrira dans quelques semaines.

Il s'agit là d'un élément essentiel de la guérison car en tant que thérapeutes, nous ne soignons pas une maladie, ni même un organe, mais une personne et sans elle, rien ne

peut se faire de durable.

Suzanne n'a pas oublié cet événement jusqu'à ce jour mais ce n'est pas l'oubli qui lui est demandé, simplement l'acceptation d'un fait que l'on ne peut changer et qui peut être envisagé moins dramatiquement.

Il est certain qu'un événement inscrit dans une mémoire ne s'efface jamais. L'on peut oublier totalement une histoire de notre passé, devenir amnésique, mais le fait lui-même reste inscrit.

Il y a en nous une banque de données que l'on appelle «atome-germe» et qui nous suit d'incarnation en incarnation. Il contient tout ce qui nous concerne et ce, dans les moindres détails. Il revient avec nous, logé dans le ventricule gauche du cœur, à un niveau subtil. C'est le futur père qui sur le plan de l'âme, au moment où se prend la décision de l'incarnation et trois mois avant toute conception physique, va réactiver cet atome.⁵

Nous sommes la totalité des événements que l'on dit «passé» et en nous est déjà contenu ce que l'on nomme ici sur cette Terre, le «futur». Il est donc utopique de penser que l'on gomme un événement. Nous sommes le Présent et dans ce présent tout notre vécu est inclus.

Ce qui a existé, existe et existera toujours. Néanmoins, et c'est bien à ce stade que nous intervenons, ce que nous mettons autour d'un événement quel qu'il soit, tant par l'émotion qu'il provoque en nous que par l'idée que nous en avons, dépend de notre seul regard.

Suzanne comprend et accepte. Elle revoit l'événement qui l'a marqué jusque dans sa chair et donne une dimension plus acceptable, plus sereine, à ce qu'elle avait vécu si dramatiquement à l'époque et qui restait par le fait même encore accroché à elle. Accepter ce que l'on ne peut changer

5- Voir les 9 marches de D. Meurois et A. Givaudan

sans le colorer de nos désirs, de nos manques, est un acte d'Amour inconditionnel envers SOI et envers la Vie, telle qu'elle est, sans jugement, sans attente autre que ce qui est.

Ouvrir cette porte demande un acte de confiance totale qui, à lui seul, peut dissoudre les scories que nous générons tant de fois.

La jeune femme a conscience qu'elle ne fait pas confiance à la vie et qu'elle veut la diriger, par peur de ce qui pourrait arriver, si... Et les «si», pourvoyeurs de peurs et d'incertitudes, sont nombreux.

Elle réalise aussi qu'elle se demande beaucoup et se pardonne peu. Elle sent qu'elle ne s'aime pas vraiment et intègre tout cela rapidement.

C'est ainsi que Suzanne a permis à la FP de se dissoudre en peu de temps. Cette dernière, n'ayant plus de quoi s'alimenter, s'est étiolée puis desséchée. Elle a enfin disparu puisque sa fonction était terminée. Par la suite, la fuite a été colmatée et la jeune femme a pu retrouver toute son énergie.

L'exemple de Suzanne est simple, mais il arrive parfois que sous un même type de cicatrice, la personne ait bien d'autres problèmes à résoudre tels que : le sentiment de ne pas être à la hauteur ou encore un problème avec son rôle de mère ou avec sa propre mère... En fait, une FP peut en cacher d'autres bien plus lointaines et qui souvent viennent de l'enfance. Les guérir ou mieux encore, les transmuter est évidemment possible et c'est ce que nous verrons plus en détail dans le chapitre «Formes-Pensées et maladies du comportement».

Derrière une cicatrice toxique, il y a toujours une FP reliée à un événement mal vécu et non digéré, non accepté.

C'est là le nœud du problème et ce qu'il faut chercher à comprendre et à résoudre. Lorsque je dis «résoudre», il ne

s'agit pas d'une compréhension mentale de notre histoire, même si elle est une étape nécessaire. La Véritable Résolution se passe à un autre niveau, où seule l'énergie du cœur va permettre la transmutation nécessaire.

Le corps physique a lui aussi une mémoire dont le siège n'est pas simplement dans le cerveau et c'est ce que nous allons voir dans le chapitre suivant.

Chapitre 5

FORMES-PENSÉES ET NADIS

*«Tu es l'égal de Dieu, cela veut dire qu'il ne t'est rien fait, que
c'est toi qui crées tout. Il ne peut plus y avoir ni victimes
ni méchants ; il n'y a que le résultat de ta pensée
à propos de quelque chose.»*

(Un Temps pour Soi⁶)

LUCE

Lorsque nous rencontrons Luce, elle sort d'un cours de massage qui l'a beaucoup perturbée. Désireuse de suivre une formation qui lui permette d'aider les gens par le massage elle en est au début des cours et se retrouve devant un obstacle auquel elle n'avait pas pensé jusqu'à ce jour.

La jeune femme est rondelette et d'un tempérament

6- de Neale D. Walsh - Ed. Ariane et l'art de s'apprivoiser

plutôt agressif. Tout son corps semble nous dire «halte-là, il ne faut pas me raconter d'histoires à moi...». Elle est visiblement toujours sur la défensive et je m'interroge sur la souffrance qui est derrière cette armure. J'écoute...

Luce, lors d'une démonstration de massage, a dû servir comme chaque élève, de cobaye. Un peu réticente car elle aime toucher; et donner, mais ni recevoir et encore moins se faire toucher elle doit accepter néanmoins la règle de l'école. C'est alors que l'incident se produit. Une élève touche certains points le long des jambes et Luce part, sans pouvoir contrôler quoi que ce soit, dans une régression de sa première enfance. Elle gémit, se recroqueville, avance à quatre pattes et crie comme un tout petit qui souffre. Il faudra attendre quinze minutes au moins pour que la jeune femme se calme et reprenne ses esprits. Elle reste très touchée et perturbée par cette réaction qu'elle croit comprendre vaguement, sans mettre d'image précise sur cette histoire d'enfant.

Lorsque je regarde plus précisément les corps subtils de Luce, apparaît une FP attachée aux deux cuisses de la jeune femme, le long de ses nadis.

Un *Nadis* pourrait se définir comme l'axe de circulation qu'emprunte la Lumière pour inonder et donner la Vie à notre organisme sur les plans subtils, avec une répercussion immédiate dans les plans physiques. Les Nadis forment comme un treillis de lumière qui inonde nos différents corps et nous met en résonance avec tout l'univers. Ainsi, l'information circule non seulement en nous, mais en connexion avec tous les organismes vivants dans tous les univers. La lumière quant à elle, n'y circule pas en ligne droite mais en lemniscates, par une trajectoire qui dessine l'infini.

Lorsqu'une FP s'enkyste le long d'un nadis, elle

empêche par là même l'énergie de circuler et de revitaliser nos corps. Une mauvaise circulation dans les Nadis des jambes finira à plus ou moins long terme et sur un niveau très physique, par créer des troubles de la circulation dans les jambes. De même si les deux grands Nadis qui se croisent sur la poitrine sont entravés par des scories, il peut s'ensuivre des troubles cardiaques sur un plan très concret.

Lorsque nous ouvrons les portes à cette compréhension, nous admettons que ce qui arrive sur le plan physique n'est que la conséquence d'un événement plus profond, non résolu, et qui continue à entraver la fluidité de la circulation subtile de la Lumière. Toutes les FP qui nous encombrent, sont nos propres créations et étouffent nos âmes et nos corps en nous empêchant d'avancer. Ce sont elles, qui par manque de joie, sclérosent nos nadis et par répercussion, nos artères physiques; elles encore, qui provoquent nos raideurs que ce soit musculaires ou articulaires, elles, qui empoisonnent notre sang physique.

La circulation, la connexion avec l'univers s'en trouve considérablement entravée et obstrue par là même, ce qu'il y a de plus lumineux en nous.

Je peux comprendre que mes propos puissent choquer mais il est grand temps, à l'heure actuelle, d'accepter d'étudier d'autres concepts, si l'on ne veut pas rester avec une médecine qui bientôt fera figure de préhistorique.

N'importe quelle personne qui veut bien s'en donner les moyens peut voir ou sentir ce dont je parle. Il y a cependant une porte à franchir, celle du doute, de nos peurs devant un inconnu, riche de possibilités mais qui nous demande en contrepartie de faire confiance à ce que nous redécouvrons et de nous dépouiller constamment de la béquille qui nous sert de «savoir». Nous savons Tout et Rien à la fois car nous ne faisons que redécouvrir et dans cette

redécouverte, nous abandonnons à chaque fois ce qui nous donnait une illusion de «savoir». La situation sera toujours des plus inconfortables jusqu'au moment où nous accepterons de ne plus être, nous les Humains, la mesure de toute chose. Nous ne sommes pas le Grand ordonnateur d'un monde que nous redécouvrons à peine même si, comme des enfants, règne en nous le sentiment enivrant de tout savoir.

La FP qui agit et s'est réactivée, lorsque l'on a touché les cuisses de Luce, est d'un gris métallique qui dénote une peur vitale, elle contient aussi du rouge sale et une couleur verdâtre indéfinissable. Le visage d'un homme apparaît par moments dans cette forme informe et agitée de soubresauts.

Une autre FP, plus lointaine, est en lien avec celle qui se tient le long des nadis. Elle est attachée au même fil conducteur et se situe dans la petite enfance de Luce. Cette FP contient toute la douleur et la non-compréhension d'un monde dont elle ne veut plus rien savoir.

Un soin va permettre à Luce de se souvenir ou plutôt d'accepter de se souvenir.

Luce est dans son petit lit, elle a tout juste quatre ans et dort d'un sommeil léger lorsque soudain elle sent sur elle une haleine imprégnée d'alcool. Cette odeur, elle la connaît bien, elle l'aime et en a peur à la fois. Le souffle chargé de vapeurs enivrantes et lourdes se fait plus prononcé. Cette odeur, c'est celle à la fois familière et inquiétante de son père. Luce ne veut pas ouvrir les yeux, elle a au fond d'elle un sentiment inexplicable d'insécurité. La violence règne autour d'elle. Il n'y a pas de cris, aucune parole, mais elle la sent, là presque palpable. La petite fille garde les yeux fermés, presque crispés, le regard de son père l'effraye toujours et elle préfère l'éviter. Elle espère au fond d'elle, que

son père va repartir et ne la verra pas puisqu'elle ne le regarde pas. Papa ne partira pas. Maman est partie faire des courses... de toute façon, elle ne sera jamais là pour la défendre. Lorsque Luce racontera une seule fois ce qu'elle a vécu ce jour-là et bien d'autres fois par la suite, maman refusera de la croire. Luce se sentant coupable et folle de souffrance de ne pas être crue... Elle se taira pour longtemps. «Trahison... trahison!» C'est le mot qui habite Luce depuis tant de temps.

Luce se protégera d'abord en prenant du poids et en rendant son physique peu attrayant, puis en développant une cuirasse d'agressivité protectrice.

Aujourd'hui, la jeune femme est adulte et n'a plus besoin de ces protections, mais une FP reste accrochée à elle et continue de générer chez elle, le même mécanisme d'auto-défense jusque dans ses cellules. Une FP de colère et de rancœur, de peur et de désarroi devant une enfance qu'elle pense gâchée, l'habite.

Luce n'a pas pardonné à ses parents cette trahison à un âge où elle ne pouvait compter que sur eux. Voilà l'une des raisons de la présence de la FP qui l'encombre encore.

J'entends déjà la question :

«Mais c'est injuste, Luce est déjà victime et en plus, c'est elle qui subit l'effet néfaste de la FP qu'elle a générée, à cause de ses parents incompetents... Comment expliquer cela?»

À cet instant, j'ouvre la page d'un petit livre intitulé «Un temps pour Soi» et je lis : «Il ne peut plus y avoir ni victimes, ni méchants ; il n'y a que le résultat de ta pensée à propos de quelque chose.»

La réponse est claire ! Ce qui nous arrive ne vient pas de l'extérieur, mais est attiré par cette part de nous qui SAIT. Elle nous reconnecte avec une expérience, ni juste ni

injuste, mais simplement nécessaire pour effacer, comprendre ou résoudre une difficulté qui est nôtre et dont souvent la partie consciente de notre être n'a aucune idée.

Que Luce se révolte et agisse est tout à fait logique, voire nécessaire. Qu'elle garde en elle rancœur, culpabilité ou désespoir ne l'aide aucunement et ne fait que contribuer à empoisonner ses corps, les uns après les autres, sans résoudre son histoire.

Si nous nous sentons «victimes», cela signifie que l'«autre» a le pouvoir et que nous sommes impuissants. Si nous jouons le rôle du «bourreau», cela signifie que nous nous donnons du pouvoir et que l'«autre» est impuissant face à nous.

Dans un cas comme dans l'autre, nous occultons le Divin en nous, soit par une fausse humilité, soit par orgueil. Comment pouvons-nous penser que nous puissions changer le destin d'autrui, sans que quelque part une partie de lui y ait consenti et comment pouvons-nous, un seul instant, penser qu'autrui est capable de changer notre route, si une partie en nous n'est pas consentante ?

Nul ne peut changer autrui si tout en lui s'y refuse. Cessons donc de passer d'un rôle à l'autre, porteurs de bagages futiles et destructeurs, alors que la Vie nous attend sur bien d'autres chemins.

Combien il est difficile de les poser, ces valises pleines de vieux vêtements sales et usés ! Quelle est la peur qui nous habite à la simple idée d'être un voyageur sans bagages ? Regardons-nous sincèrement, regardons nos maisons pleines de souvenirs et posons-nous la question. A chaque départ, à chaque voyage, à chaque déménagement, est-ce que j'ai peur du manque, ai-je peur du vide et, derrière tout cela, quelle est ma peur suprême ?

REFLEXION

*«Toute croyance porte en elle l'embryon d'une erreur,
d'une impasse. N'incrustez plus en vous le mécanisme de la
croyance.»*

(par L'Esprit du Soleil)

Une FP a une forme, des couleurs, une place. Elle contient aussi, entre autre information, des cercles, des coques plus ou moins denses et plus ou moins nombreuses, qui permettent d'en connaître l'âge à un ou deux ans près.

Je ne m'attarderai cependant pas sur ce sujet et ce, malgré l'intérêt de cette datation. En effet, lorsque vous percevez une FP, l'intérêt est de ne pas faire entrer votre mental en action et moins il sera actif, plus vous aurez d'informations. Il ne s'agira pas forcément d'une information telle que vous aimeriez la recevoir, précise comme un diagnostic (lorsqu'il l'est), mais elle sera bien plus fiable si votre mental n'entre pas en jeu.

La thérapie, telle que nous la proposons, n'a rien à voir avec l'intellect ni avec une technique. Moins le thérapeute fait appel à son mental et plus il a de chances d'obtenir la bonne information. Cela ne signifie pas pour autant que le mental puisse être remplacé par l'émotivité que certains confondent encore avec l'Amour.

Souvent et chez beaucoup d'entre nous, une forme de sensiblerie, d'exaltation des sentiments ou de grande émotion nous fait croire que l'Amour est au rendez-vous. Il est bien sûr de nombreuses façons d'aimer et l'Amour a des facettes multiples que nous ne pouvons ignorer. Cependant et dans le cadre thérapeutique qui nous occupe,

L'amour-émotivité n'a pas sa place.

Vous imaginez-vous en train de pleurer avec le patient ou sur le patient (tout dépend de ce que vous êtes en train de faire...), croyez-vous sincèrement que votre hypersensibilité va contribuer à sa guérison ?

Il arrive aussi et plus fréquemment, que des patients aient une irrésistible envie de pleurer lors d'un soin.

Lorsque nous nous confions à une énergie qui nous traverse et fait son œuvre, il est souvent des moments où nous n'avons rien à contrôler et où il est bon de laisser faire, sans jugement d'aucune sorte. Pour moi, cependant, pleurer, crier ou bouger n'est pas un signe obligatoire de guérison.

La guérison n'a pas de règles et s'adapte à celui qui la reçoit et la fait sienne. Cette Guérison dont je parle ici, et celle des FP plus précisément, nous connecte avec quelque chose en nous qui est le transmutateur de nos émotions et qui est bien au-delà de toutes nos manifestations compulsives. La guérison des FP nous donne la Liberté et cette Liberté nous offre la «Connaissance» de notre propre Lumière, la seule qui SAIT VRAIMENT. Celle qui va enfin nous permettre d'être nous-mêmes et de rentrer en harmonie avec une part de nous que nous avons jusqu'alors occultée.

Pour me résumer, que la personne s'agite, voie des couleurs ou entende des voix, qu'elle pleure, tremble ou s'endorme n'a pas grande importance dans le facteur de sa guérison.

De la même façon, et dans le pire des cas, qu'une personne croie ou non dans ce que fait son thérapeute n'a, là non plus, aucune importance. (Je doute cependant que l'on vienne nous voir si aucune confiance ne nous est accordée.) Tout cela parce que ce type de guérison n'est pas une question de foi, et encore moins de croyance.

C'est la Transmutation qui fait son œuvre et permet la guérison de tous les plans de notre existence. Ne rien attendre de particulier est l'attitude qui me semble la plus appropriée simplement parce que, de cette façon, le mental n'entre pas en jeu. Souvent, lorsqu'une personne connaît son mal et l'a de nombreuses fois décrit, lorsqu'elle en sait les moindres symptômes et les plus infimes manifestations, le mental ne peut rester à l'écart. C'est lui qui mène le jeu avec ses doutes et ses désirs et élève une barrière qui nous fait refuser la transmutation.

«Soyez comme de petits enfants, pour rentrer dans le royaume des cieux» est une parole qui revêt une importance bien plus grande qu'on ne l'imagine. La simplicité de l'enfant qui n'est pas encore pollué par son mental, permet des guérisons souvent rapides ou spectaculaires. Le mental inférieur de L'Être humain est celui qui actuellement met le plus grand frein à toute notre sphère d'évolution et nous verrons dans le chapitre suivant, comment et combien il est capable de créer des obstacles, plus subtils les uns que les autres, pour nous voiler un peu plus ce «Grand Transmutateur» qu'est notre propre cœur.

Chapitre 6

FORMES-PENSÉES ET EGREGORES

«À chaque fois que tu baisses les bras, ton énergie vitale s'envole de ton corps à tire-d'aile, elle va rejoindre une force commune, le grand égrégore des échecs humains, elle va empoisonner un peu plus la Terre, t'enfermer avec plus de sûreté dans ta négativité.»

(De Mémoire d'Essénien)

«Qu'est-ce qu'un égrégore? C'est avant tout un moteur, une masse d'énergie alimentée par toutes les pensées du même type qui circulent à la surface du monde» (Le Wesak)

J'aimerais revenir avec vous au voyage d'une FP car il me paraît essentiel de comprendre son cheminement. La compréhension du processus d'action d'une FP, lorsqu'il est bien assimilé, permet à son porteur de s'en libérer.

En fait, un égrégore n'a pas de vie en soi mais unique-

ment parce qu'il est nourri des FP de chacun. Je vais vous faire part ici d'une expérience qui vous permettra de mieux comprendre le processus :

SIMON

Un soir, alors que j'étais hors de mon corps physique, je me sentis appelée vers le continent américain. À la vitesse de la pensée, le corps de mon âme survola des continents, puis des villes, pour ralentir enfin au-dessus d'un groupe d'habitations et plus précisément, vers une petite maison mitoyenne, sans caractéristique particulière. Seule, une boîte aux lettres semblable à toutes celles de la rue me laissa deviner le nom de «Simon R...».

L'aube pointait déjà à l'horizon d'un ciel sans nuage lorsque la même force qui m'avait dirigée vers ce lieu, me fit pénétrer dans la maisonnette. Je me contentai simplement d'être là et de regarder. Au bout de quelques minutes, un bruit, venant de ce qui me semblait être la chambre, me fit deviner que l'heure du lever venait de sonner. Un homme de petite taille, cheveux bruns et style italien, sortit, visiblement encore à demi endormi, pour se diriger vers la salle de bain.

«Contente-toi de le suivre, me dit une voix tranquille, regarde simplement ce qui se passe autour de lui durant cette journée.»

En effet, derrière lui, une traînée grise semblait sortir de lui et telle une longue bande laiteuse, le suivre imperceptiblement dans ses moindres déplacements.

Le réveil, programmé pour sept heures précises, émit un insipide chant d'oiseau. Un chant d'oiseau qui ne ressemblait à rien et surtout pas à un oiseau, tout au plus à une

crécelle... Dans la traînée grise, de petites bulles s'échappent, traductrices fidèles de Simon qui a l'impression de s'être encore «fait avoir» par un vendeur de réveils peu scrupuleux.

La voix qui maintenant m'accompagne, précise :

«Chaque matin, le réveil est identique et Simon peste contre lui-même et sa facilité à tomber dans les pièges des vendeurs affables. En fait, tout cela n'aurait que peu d'importance et Simon pourrait jeter aux ordures ce réveil qui l'obsède... Mais non, les choses ne sont pas aussi simples car «se faire avoir» est justement le leitmotiv qui revient toujours dans la vie de cet homme qui va maintenant vers la quarantaine.

La vie de Simon n'est pas triste, elle est simplement sans but, son travail est alimentaire et ses amours, si l'on peut parler d'amour, lui permettent surtout de ne pas se sentir seul. Rien à signaler et Simon se dit qu'après tout, la plupart des gens sont comme lui... Des amis, il n'en a pas, d'ailleurs il se méfie. Accorder sa confiance, voire son amour, cela veut dire aussi prendre le risque de «se faire avoir» et ça, c'est ce qui le met toujours hors de lui. Il a toujours la sensation qu'on l'attend pour abuser de sa confiance, pour «l'avoir». En fait, il est toujours sur la défensive. Mais, continue à le suivre et regarde!»

La voix se fait plus insistante. Je l'écoute et suis Simon qui s'apprête à partir, sans prendre la peine de déjeuner, ni de remonter les stores de sa petite maison.

Aujourd'hui pourtant, lorsqu'il prend sa petite voiture pour se rendre à son travail, il paraît d'humeur égale. Un accident sur la route : «il ne manquait plus que ça» murmure Simon à voix à peine audible et pour lui seul. Le temps s'écoule et les voitures vont au pas, collées les unes derrière les autres. Simon regarde sa montre, visiblement très agacé

par le retard qu'il est en train de prendre. De petites bulles colorées s'échappent de sa tête. Elles l'entourent bientôt d'un nuage gris clair, parsemé de petits points rouges, signes avant-coureurs d'une impatience et d'une impulsivité très présentes.

Ces petites sphères apparaissent puis s'évaporent avec rapidité, juste pour moi le temps d'y percevoir une couleur, puis une autre, mais guère plus. Ce sont les pensées de Simon, qui se bousculent en lui et autour de lui. Ces pensées n'auront qu'une action temporaire et limitée. Cependant, certaines d'entre elles vont attirer à elle de petites entités facétieuses, celles qui prennent plaisir à augmenter notre nervosité ou notre désarroi dans certaines circonstances. Tout est interconnecté et il est fabuleux de pouvoir le constater dans notre simple vie quotidienne.

Que se passe-t-il ? Sur un plan plus subtil, l'énervement va donner naissance à de petites pensées sans grande importance, mais qui vont attirer, par un phénomène électro-magnétique, de petits êtres de l'éther qui aiment à expérimenter la matière dense. Par l'intermédiaire des pensées émises, ces «entités» vont se servir de la matière énergétique émise pour créer de petits épisodes augmentant encore l'action de ces pensées.

Une pensée, contenant une matière qui traduit l'agacement, sera ainsi utilisée pour attirer à elle de petits événements ayant une syntonie entre eux. Ainsi, nous verrons les tracasseries s'accumuler les unes après les autres. Nous sommes encore très ignorants du fait qu'une simple pensée est faite dans d'autres dimensions d'une matière dense et malléable.

Ne sommes-nous pas bien souvent aux prises avec un feu qui passe au rouge, un piéton qui passe au vert, une marche que l'on n'a pas vue et tout ce qui peut nous retar-

der le jour où nous sommes le plus pressé ?

Cependant, une pensée n'est pas une FP. Pour qu'une FP puisse prendre forme, nous l'avons vu auparavant, il faut une rencontre avec un événement important à nos yeux et que cet événement nous le traduisions avec une grande émotion. Pour que cette FP persiste et s'amplifie, il est nécessaire qu'il y ait par la suite, répétition. C'est-à-dire que devant des événements analogues, nous continuons à réagir de la même façon.

Mais rejoignons Simon... et ses FP qui nous attendent.

La petite voiture tourne dans une grande artère passante, elle ralentit sa course et visiblement «notre homme» cherche à se garer. Toutes les places sont occupées et cela ne fait qu'accroître le désarroi de Simon.

«Tout s'en mêle aujourd'hui» grommelle-t-il à voix basse. Mal garé, il se jette hors de sa voiture et se précipite vers la grande porte vitrée de ce qui semble être son lieu de travail.

«Le chef t'attend dans son bureau» lui murmure à l'oreille la secrétaire blonde et ronde qui semble un peu amoureuse de lui et elle ajoute : «il est de méchante humeur ce matin, attends-toi à sa colère.»

«C'est injuste !» Simon n'est habité que par ces seuls mots qui grondent au fond de lui. Lorsqu'il ressort du bureau, il est plein d'une colère à peine contenue.

«Comment est-ce que ça a pu tomber sur moi, c'est parfaitement injuste ! Moi qui reste si souvent après tout le monde et ne regarde pas aux heures supplémentaires ! Tu le sais bien toi !» lance-t-il d'un ton vif à la jeune femme de l'accueil qui se contente d'acquiescer d'un pâle sourire.

Des ondes d'un rouge sombre s'échappent de Simon telles des banderoles colorées, tandis qu'il regagne une pe-

tite pièce qui lui sert, sans doute, de bureau.

La sensation d'injustice et celle de «se faire avoir» prennent toute la place. Aveuglé par ces sentiments perturbateurs, il songe à réagir. Il pense même à donner sa démission tant sa colère est grande et complètement démesurée en rapport des faits. Et tandis qu'il fouille dans une sacoche et essaie de se calmer, je peux voir les longues bandes rougeâtres qui continuent à sortir de Simon et de son troisième plexus.

Ces formes, imprégnées de colère, vont alors commencer un étrange ballet. Tour à tour, elles vont aller d'une personne à l'autre, d'un bureau à l'autre et passer auprès de tous les occupants des lieux. Elles vont, telles des serpents à têtes multiples, s'approcher et toucher chacun, même les moins concernés qui n'ont rien vu de l'épisode qui vient de se dérouler. Le curieux ballet va durer quelques minutes qui paraissent bien plus longues, en regard du nombre de réactions qui se déroulent dans ce petit laps de temps. Une secrétaire, touchée, lève la tête comme pour réfléchir. La forme rouge a réveillé en elle un point sensible et elle pense avec colère aux paroles violentes de son mari, ce matin au petit-déjeuner. Elle le quitterait bien d'ailleurs, celui-là, si elle en avait le courage et si elle n'avait pas peur de se retrouver seule. Une autre tête chercheuse, issue de la même forme rouge passe simultanément sonder un homme extérieur à l'équipe et venu là pour demander un devis. Il attend tranquillement d'être reçu, tout en feuilletant quelques revues déposées là à cet effet. La tête serpentine passe et semble le flairer pour trouver quelque chose qui puisse l'alimenter. Mais non, après plusieurs essais, elle repart.

Visiblement, cet homme n'a rien à voir avec les émotions de colère dégageées par la forme. Une jeune stagiaire,

quant à elle, à peine touchée par la tête de l'hydre, éclate en sanglots nerveux. Elle a perdu un dossier et vient de tout fouiller, sans résultat... Toutes les personnes du bureau sont ainsi, tour à tour passées en revue et par chance, il n'y a ni plantes, ni animaux, car ils n'auraient, sans aucun doute, guère échappé à cette déroutante inspection. Les têtes rejoignent enfin la matrice d'où elles sont issues et l'étrange ballet cesse, légère pause dans une histoire qui ne fait que commencer. Le bureau respire une atmosphère tendue et prête à exploser. Pendant ce temps, Simon, ignorant de tout ce qu'il a généré, essaie en vain de retrouver sa sérénité et se dit qu'aujourd'hui tout le monde est bien énervé.

Si seulement Simon savait et si nous tous nous savions ce qui peut se passer, serions-nous assez responsables pour ne pas générer de telles situations ? C'est encore la question que je me pose !

Chez Simon, la masse d'un rouge sombre qui est sortie avec violence de son troisième chakra, est aussi reliée à la région du foie et de la vésicule. Sur son passage, elle déchire les auras successives de son créateur et va se placer, non loin de lui, vers son épaule droite. Puis, une partie de l'énergie de la forme rouge sombre, imprégnée de toute la colère du moment, se détache de lui. Je sens maintenant que c'est elle que je dois suivre. Cela s'impose à moi comme une absolue nécessité.

À la suite de cette énergie destructrice, je voyage et pénètre derrière elle dans un vortex de non-lumière, à une vitesse vertigineuse. Je me sens brutalement projetée dans un univers rouge et noir, violent à l'extrême et dans lequel j'étouffe. L'Ombre m'entoure et m'envahit peu à peu. Je deviens cet univers et je ne me retrouve plus dans cette violence qui m'habite. «Pulsions» est le mot qui me vient à présent. Je me sens habitée ou plutôt possédée par des

énergies qui ne sont pas miennes, je le sais encore, mais pour combien de temps. J'ai envie de mordre, de tuer, de couper, de torturer et plus encore, j'ai envie de hurler ma haine, mon désespoir, ma vengeance. Je sais que je ne suis pas ces énergies et pourtant, combien il est difficile de ne pas s'identifier à elles. Elles sont là, dévoreuses d'espoir et d'identité ! Je les sens puissantes, parfois extérieures, parfois intérieures à moi. Elles viennent me chercher là où je ne le veux pas. Elles sont comme des pieuvres aux mille tentacules qui flairent la moindre faille, qui sentent là où l'on est faible, là où l'on résonne de concert avec elles. En fait, je m'aperçois que peu à peu, je perds toute structure et la peur m'envahit. Si je continue de la sorte, je vais brutalement regagner mon corps et ce n'est pas ici le but... La pression redouble alors, les coups atteignent leurs buts, le doute m'envahit et je me demande si cette haine, après tout, n'est pas aussi un peu de moi.

La colère gronde en moi et autour de moi avec une telle force que je n'ai qu'une envie, la vomir et m'en libérer sur n'importe quoi, sur n'importe qui. Je ne maîtrise plus rien, je supplie et j'attends. La nausée s'intensifie et si ça continue, je vais y laisser même mes corps de lumière qui ne sont à présent que d'ombre. Du moins c'est ainsi que je le perçois... des visages hideux et grimaçants pénètrent l'opacité qui m'entoure, des membres coupés flottent dans la puanteur ambiante, des instruments de torture passent et disparaissent, des cris de haine et de douleur habitent ces lieux.

Je ne peux plus et je ne veux plus être là. Mon corps physique m'appelle et je sens que je vais repartir mais je ne veux pas emmener ces énergies à ma suite.

C'est alors qu'en moi s'inscrivent les mots d'un de mes enseignants de Lumière :

«Le Diable n'est qu'une énergie débridée, générée par les formes éparses de vie qui partent à la recherche de la Vie. Il est la masse informe des suffisances et des peurs, que chacun de nous, particule de feu, sème, nourrit et rencontre, plus ou moins sur son chemin de liberté.»

Une lumière se fraye un chemin en moi, une lumière et une voix, qui tel un baume, apporte un peu de paix en mon âme :

«Tu es dans l'égrégora alimenté par les colères des Êtres de la Terre. Ce n'est qu'un ballon qui se dégonflera dès que tu ne le craindras plus, dès que tu ne lutteras plus contre lui. Cesse de résister et de lui donner une réalité. Reconnais-le pour ce qu'il est, une masse d'énergie qui, si elle n'est plus alimentée, disparaîtra comme elle est venue. Elle disparaîtra à tes yeux et ne continuera son action que pour ceux qui l'alimentent encore».

Instantanément, je sens que quelque chose en moi ne lutte plus et se détend...

Je suis sortie de la sphère et regagne mon corps physique qui m'attend. Tout s'est passé très vite et le temps humain me paraît encore une fois terriblement factice. Je m'en rends compte de plus en plus, à chaque expérience hors du corps, là où l'espace et le temps ont d'autres mesures... Le temps est une dimension psychologique de notre monde et de notre cosmos. *Il y a des kilomètres temporels et ceux-ci sont en rapport étroit avec la vitesse de la pensée émise dans ces mondes.*

L'enfer décrit par Dante pourrait bien ressembler à ce lieu, n'est-ce pas cela qu'il a visité lui aussi et qu'il a décrit ?

Je ne veux plus retourner dans l'égrégora que je viens de quitter et j'attends patiemment quelques heures avant qu'un appel hors du corps ne se représente. L'appel ne tar-

de pas à se faire, pressant, impérieux, et je sors de mon corps sans intention autre que celle de mieux faire comprendre le chemin pris par une FP.

Dans notre ciel constellé d'étoiles et où traînent quelques nuages, bien peu savent que d'autres formes vivent aussi et occupent l'espace sur un plan différent de conscience. Que de vies nous ne voyons pas avec nos yeux de chair et pourtant qui sont là, actives et se moquant de notre cécité. Des formes, il y en a des centaines, voire des milliers, je suis parfaitement incapable de les dénombrer mais je les vois, je les sens. Je ne suis plus qu'un minuscule point de conscience qui voit, dans un Univers immense où tout est en mouvement. Une voix tout au centre de moi me guide et m'enseigne :

«Les égrégores de l'humanité terrestre ont une action dans la mesure où ils sont entretenus. Ainsi, la FP de colère générée par Simon, a laissé une partie de son énergie regagner l'égrégoire des colères et des violences qui sont ainsi nourris et renforce son action. Viens et suis-moi!»

Je ne vois personne mais tel un fil invisible, je sens une direction vers laquelle mon corps de lumière se dirige. Là-bas, sur Terre, il y a un petit village qui m'attend.

Un petit village de nos campagnes françaises, lové au creux d'un vallon, avec son clocher et ses vignes alentours.

Avec le corps de mon âme, je me laisse flotter vers une maisonnette au toit de tuiles rouges. Tout est calme autour de moi, dans ce décor d'aube champêtre et paisible, lorsque tout à coup, la porte de la maison claque avec violence. Un homme d'une cinquantaine d'années, suivi d'un jeune homme de vingt ans environ en surgissent. Tous deux ne sont visiblement pas d'accord et une discussion les anime avec colère, presque avec violence. Je ne sais pas de quoi il s'agit, mais je perçois simplement les volutes qui s'échap-

pent des deux personnes et ne laissent aucun doute sur leurs sentiments respectifs. Les deux hommes sont de plus en plus agressifs lorsque, tout à coup, je vois venir vers eux la forme à têtes multiples qui avait été générée par Simon à des milliers de kilomètres de là. Que fait-elle donc ici ?

Elle n'est pas seule et plusieurs autres formes, hideuses, la suivent puis la précèdent. Elles se mêlent étroitement, comme dans une fusion intense, aux énergies déjà émises par les deux hommes puis, sans que je sache pourquoi, elles semblent avoir une prédilection pour le plus jeune. Elles l'entourent et je vois peu à peu une colère destructrice s'emparer du jeune homme. Il ne se contrôle plus et rentre dans la maison avec une rapidité étonnante. Il en ressort aussitôt avec un objet brillant à la main. La forme de l'objet se précise et je suis hébétée...

«Non, ce n'est pas possible, il ne va pas le tuer !»

De là où je suis, je ne sais que faire et j'envoie avec toutes les forces que je suis capable de réunir, des pensées de paix. Je le vois, ces pensées vont vers les deux hommes mais elles ne les atteignent pas. Elles sont retenues par d'autres ondes colorées qui les empêchent d'avancer. Tout va très vite et je comprends soudainement qu'avec mes pensées de paix, je génère aussi des énergies de doute qui entravent mon action.

C'est alors que d'autres ondes viennent se mêler aux miennes et renforcer les premières FP que j'ai émises avec force. La petite voix au centre de mon être se fait enfin entendre :

«Ne crains rien, d'autres FP issues d'égrégories sont en action elles aussi, elles sont façonnées par l'Amour qui, au-delà de tous les différents, unit ces deux êtres. Par leur énergie, elles attirent aussi à elles des FP de la même qualité. En fait ce père et son fils s'aiment et cet amour va at-

tirer aussi tout un réseau de fils de lumière généré par cela.»

Après des minutes qui me semblent interminables, les deux hommes roulent par terre et en peu de temps, le plus jeune prend le dessus. Les FP les entourent, les lumineuses et les sombres semblent, elles aussi, en lutte. C'est alors que le «miracle» se produit. En l'espace d'un éclair, le plus jeune des deux hommes s'arrête un instant, regarde le couteau qu'il tient dans la main et le jette loin de lui, épouvanté par l'instrument, comme s'il le percevait enfin pour la première fois. Il regarde son père étendu sous lui et d'un mouvement de colère contre lui-même, cette fois, il se relève en grommelant :

«Je suis vraiment stupide, pardonne-moi si tu le peux.» Puis, il s'en va d'un pas chancelant, pour se perdre un peu plus loin, dans un petit bois tout proche.

La colère et la violence qui accompagnent les FP se sont dissoutes comme par magie et autour de l'homme plus âgé, qui se relève et époussette machinalement ses vêtements, absorbé dans ses propres pensées, il ne reste plus que des ondes paisibles qui semblent retisser l'Éther autour de lui.

Je n'ai plus rien à faire ici et je regagne, cette fois encore, mon corps physique qui m'attend patiemment.

Je m'interroge. Et si ces deux personnes n'avaient eu aucun lien affectif, les FP d'Amour, auraient-elles eu le dessus ?

Je sais qu'à ce niveau de lecture, certains d'entre-vous douteront de la véracité de mes écrits. Cependant, et nous le verrons dans le chapitre concernant la manipulation des FP, il est temps de nous éveiller à tout ce qu'est capable de générer une FP et aux liens qui nous relient tous, les uns aux autres, au-delà de la distance et du temps. Si nous

continuons à ignorer cela, d'autres ne l'ignorent pas et s'en servent déjà pour nous asservir et faire de nous de loyaux serviteurs à notre insu et à nos dépens.

Mère Térésa, qui n'appelait pas cette énergie par le nom de FP qu'elle ignorait, connaissait à sa façon, son action. Elle avait mis en place un service efficace et bien particulier. Elle demandait aux personnes qui étaient malades ou alitées et qui auraient aimé servir sa cause, de parrainer une sœur de sa congrégation. Chaque sœur était ainsi reliée à son parrain ou à sa marraine par les pensées et les lettres d'amour et de soutien qui lui étaient envoyées. Lorsque j'ai rencontré Mère Térésa et ses sœurs, celles-ci étaient unanimes pour dire combien cette aide de pensée à distance facilitait leur action. Moins de fatigue, plus de courage, plus de sérénité...

Nous ne sommes pas coupables de nos pensées mais responsables de nos créations. Tant que nous n'en serons pas conscients, nous donnerons, tour à tour et sans discernement, la main à des énergies que nous croyons tellement loin de nous, que nous n'y pensons même pas. Et pourtant, si nous savions, combien de fois nous contribuons aux guerres, aux famines, aux destructions de tout ordre, nous en serions les premiers affectés. Soyons sûrs que l'aumône de quelques sous, ne pourra à elle seule, changer le cœur du macabre jeu qui se joue actuellement sur la planète Terre.

Chapitre 7

FORMES-PENSÉES ET RESPONSABILITÉ

*«Une pensée se déplace, telle une note
sur une longueur d'onde, à partir de la centrale
énergétique que représente votre conscience mentale.
Ce qu'il faut absolument comprendre, c'est que cette pensée,
cette note est bel et bien pourvue d'un corps.»*
(par L'Esprit du Soleil)

Il est temps, à présent, d'aborder le sujet concernant notre responsabilité face à ce qui se passe dans le monde. En effet l'action des FP, par l'intermédiaire des egrégores qu'elles nourrissent, nous relie à tout ce qui se passe dans le monde et lorsque je dis «tout», il ne s'agit pas d'une figure de style. Aucune FP, ni même une simple pensée émise ne se perd. Elles alimentent et sèment à leurs tours des graines dont nous ignorons bien souvent la croissance.

«Vos pensées forment un monde dont vous êtes les

créateurs. L'ensemble des pensées humaines crée dès lors un véritable univers, en tous points comparable à une galaxie, avec ses soleils, ses planètes, ses astres morts, ses comètes, ses poussières stellaires et cette sorte de vide qui n'en est pas un...» nous enseignait notre guide de Lumière en Syrie.⁷

Une guerre, où qu'elle soit, est alimentée par nos énergies guerrières non transformées. Un dictateur qui règne sur un pays est, lui aussi, mis en place par nous et par le «dictateur» qui règne et agit en nous à la moindre occasion.

Ce petit tortionnaire intérieur génère régulièrement des FP dictatoriales qui, agglomérées les unes aux autres, finiront dans l'égrégore des intolérances, propice à la mise en place des dictatures.

«À chaque fois qu'un être est supplicié sur cette Terre, c'est nous tous qui avons contribué à sa mise à mort, c'est nous tous qui sommes complices. C'est la somme de nos esprits mesquins ou endurcis qui génère la force qui elle-même, alimentera le bras du bourreau.»⁸

Soyons honnêtes envers nous-mêmes, combien de fois, par jour ou par semaine, faisons-nous preuve d'intolérance, envers les autres bien sûr mais aussi, envers nous-mêmes ? Soyons simplement attentifs à tous ces moments où nous exigeons, des autres ou de nous, plus que nous ne pouvons offrir. Pour que notre existence soit reconnue et appréciée, combien de fois sommes-nous durs et intransigeants envers nous-mêmes, simplement pour nous sentir valorisés, reconnus, indispensables ou tout simplement aimés ? Combien de fois trahissons-nous ou nous trahissons-nous en imposant ou en acceptant des choix contraires à ce que nous sommes vraiment ?

7- *Par L'esprit du Soleil* de D. Meurois et A. Givaudan

8- *Chemins de ce Temps-là* de D. Meurois et A. Givaudan

Ce ne sont pas «caprices ou pulsions» faisant miroiter une pseudo-liberté que j'évoque ici, mais simplement «amour et respect» envers ce que nous sommes et ce que sont les autres, ces «autres nous-mêmes» que nous ignorons si souvent.

Les plus simples éléments que nous émettons sont transformés et réutilisés, selon le schéma précis que je viens de vous décrire plus haut : chacune de nos actions est alimentée par un égrégore, chacune de nos pensées, vécue avec émotion, va rejoindre un égrégore qui va lui-même générer des actions.

Le va et vient est incessant et il ne s'agit nullement de juger ce qui se passe. C'est avant tout un phénomène de physique subtile qui n'est, ni bon ni mauvais, ni juste ni injuste, en soi.

Il EST et à partir de cette connaissance de ce qui est, nous avons toute liberté d'agir. Les cartes nous sont données. À nous d'être attentifs à ce qui nous est proposé.

Nous sommes responsables de la pollution psychique de notre planète et par là-même de l'étouffement de ses grands axes de circulation énergétique. Sur un plan physique, cela signifie : davantage de pollution physique, plus de secousses sismiques, de cataclysmes, de changements climatiques et plus de violence et de guerres.

Que nous soyons croyants ou athées, sceptiques ou fervents défenseurs de causes humaines, nous ne pouvons ignorer l'impact que nos pensées, nos paroles et nos actes génèrent sur nous-même, la planète Terre, les autres.

L'enfance que sur cette Terre nous considérons comme une bénédiction a assez duré et il est nécessaire d'avoir affaire à des adultes, non par l'âge de leur physique mais par la maturité et la responsabilité de leur âme.

La Terre est la seule planète de notre système solaire

où les êtres ont une durée de vie aussi courte et une enfance, c'est-à-dire une immaturité, aussi longue. Peu importe que vous preniez ou non mes propos au sérieux, je sais qu'actuellement la vie sur d'autres planètes n'est pas rendue publique et pour cause. Si ceux qui le savent mettaient cette connaissance à la portée de tous, ils en perdraient une partie de leur pouvoir sur les terriens. Et de cela il n'est pas question !

Aussi, volontairement, «ils» nous amènent à penser que nous sommes le centre des mondes et les seuls êtres ayant droit à l'existence. Ce n'est là qu'une immaturité supplémentaire qui prend appui sur notre complexe d'impuissance et d'infériorité.

Nous avons suffisamment accepté tous les dogmes qui ont fait de nous des «faibles» et des «coupables». Il est temps à présent de nous lever, à l'intérieur de nous et de dire oui, à la Responsabilité et non, à la Culpabilité.

Ce pas de l'humanité envers elle-même, permettra à chacun de sortir du schéma de «victime-bourreau», pour rentrer dans une réalité solaire, où la conscience de chacun de nos gestes deviendra évidente.

PRATIQUE POUR SOI

Afin de mieux vous connaître et de comprendre le fonctionnement qui vous anime, je vous propose ceci :

Durant une journée, prenez, dès votre lever, une feuille et un stylo qui vous suivront pendant toutes vos occupations. Notez simplement, sans commentaire ni jugement, toutes les fois où durant cette simple journée, vous ferez preuve d'intolérance envers vous-même ou envers une autre personne.

Il se peut que vous n'ayez aucune conscience de ce mini-dictateur qui vous habite, mais soyez attentifs... Que ce soit en paroles, en actes ou en pensées, dans vos choix et vos décisions, regardez simplement si vous vous respectez ou si vous respectez l'autre, dans ce que vous êtes ou dans ce qu'il est.

Il se peut que vous disiez OUI à une activité dans le seul but de «faire plaisir», ou que vous vous demandiez beaucoup plus que ce que votre résistance ne vous le permet actuellement.

Faites simplement preuve d'honnêteté et surtout ne jugez ni vous, ni d'autres.

Cette petite introspection est d'une utilité majeure afin de mieux nous connaître et de dissoudre notre «dictateur personnel».

Chapitre 8

FORMES-PENSÉES ET EGRÉGORES DE MALADIE

*«La langue devient bientôt double
si elle se laisse séduire à son propre jeu»*

(Chemin de ce temps là).

Combien il est important de ne pas enfermer le patient dans un nom d'une maladie.

En tant que thérapeute, un fait important m'est apparu lors d'une lecture sur les plans subtils d'un patient. Lorsque l'on nomme une maladie qu'elle soit physique ou psychique, on fige le patient dans un cadre étroit et on le relie à l'égrégore qui correspond au nom prononcé.

Ainsi, prenons le mot «cancer». Ce mot va immédiatement relier la personne sur laquelle est posé ce diagnostic, à l'égrégore de peur, d'invalidité et de mort, attaché à ce terme précis.

Lors de lectures des plans subtils, je vois alors l'aura de la personne, non seulement se figer selon le diagnostic donné, mais aussi tenter involontairement de correspondre et de «cadrer» à ce qui a été dit. Il est bien sûr possible de pallier à cet inconvénient de lecture mais, l'influence de ce que croit le thérapeute, ajoutée à ce que croit le patient, demande alors pour «y voir clair» une transparence totale.

Beaucoup de personnes pensent, parce qu'elles voient l'aura, les couleurs et parfois des images, autour d'un patient, que cela suffit. En fait, il ne s'agit là que du tout début de la pratique. La lecture des auras demande non pas une «technique», ni simplement «un savoir faire» mais un «savoir être» et cela nul ne peut l'enseigner.

Être transparent, sans volonté personnelle, aimer et devenir «l'autre» n'est pas une question d'apprentissage. Vous pouvez étudier toute une vie et avoir des capacités extraordinaires, sans pour cela pouvoir traduire correctement une aura et ce que vous y voyez. Par contre, il est possible qu'instantanément vous sachiez, car ce n'est pas une question de temps mais plutôt de lâcher prise et de volonté. Non pas celle qui fait dire «je veux», mais celle qui jour après jour sait se forger au feu de l'amour et y polir son regard afin qu'il ne soit plus celui qui mesure et qui juge, mais celui qui aime. «Disponibilité intérieure et non-attente» sont ici les mots clés, pour l'ouverture de cette porte.

Je souhaite ici, mettre en garde, ceux qui pensent se fier à leur intuition car là aussi le piège est subtil et souvent, cette intuition à laquelle nous nous confions, est largement imprégnée de l'émotivité qui est la nôtre et qui en tant que thérapeutes est en lien direct avec l'efficacité que nous aimerions avoir.

La première tâche d'un thérapeute, qui veut lire les

auras et travailler avec les plans subtils, est déjà de transformer son émotivité et ses attentes car ce sont elles qui prendront toujours le dessus, tant que cette transformation ne sera pas commencée.

L'émotivité est une terrible interprète qui souvent trahit ce que nous aurions à dire et ce que tout simplement nous voyons avec les yeux de notre âme. Lorsque le thérapeute commence à faire la distinction entre ce qu'il voit et ce qu'il traduit, alors seulement le processus de la lecture des auras peut se mettre en place. Avant cela, je conseille toujours à ceux qui empruntent cette voie thérapeutique de se contenter de regarder, sans traduire, s'ils ne veulent pas trahir. Dans un domaine subtil, la bonne volonté est tout à fait inadéquate et complètement insuffisante. En fait, et à ce moment précis, il est essentiel de se pousser, de laisser la place, plutôt que de s'interposer. Mais combien il est difficile de «lâcher prise» sans vouloir, au moins, intervenir un peu.

L'instant thérapeutique est sacré ! C'est un espace où une communion entre ce qu'il y a de plus haut en nous et ce qu'il y a de plus haut dans le patient fusionne. Pour que cette communion ait lieu, afin que la transmutation se fasse, rien ne doit se mettre en travers de la route... ni désir, ni attente, rien d'autre ! Peu importe le résultat puisque nous ne guérissons pas !

«Je te soigne et Dieu te guérit» disait le fameux chirurgien Amboise Paré.

Seul l'état d'être qui sera nôtre pourra se communiquer au patient et lui permettre de rejoindre ce Dieu qui est en lui et va transmuter ce qui l'étouffe. À cet instant, vous et votre patient ne faites qu'un. L'espace, qui sépare les mondes et les hommes, est et ne sera jamais qu'un espace intérieur.

Revenons maintenant aux mots, aux noms de maladies, qui prononcés à l'encontre d'une personne déjà fragilisée et en état de moindre protection vont connecter ses corps subtils avec une réalité destructrice.

Je ne veux pas dire par là que les mots sont à abolir mais, tant qu'un diagnostic n'est pas établi et surtout lorsque l'on parle de médecine énergétique, poser des limites et des noms, revient à placer un individu dans un cadre dont il aura encore plus de difficultés à sortir.

Il arrive parfois, lors d'exercices entre nous et avec des stagiaires, que des personnes maladroites, mais pleines de bonnes intentions, puissent donner un nom à ce qu'elles voient. Comme je l'ai dit plus haut, sur les plans subtils, l'aura se bloque et parfois ne laisse voir que ce que l'on s'attend à y trouver.

Un diagnostic de schizophrénie peut bloquer une aura sur ce diagnostic durant des jours. Il est alors difficile d'aller plus à fond dans la lecture et il faudra attendre parfois une ou deux semaines avant qu'une nouvelle rencontre ait lieu et soit «utile».

À notre niveau, nous ne soignons pas un symptôme, une maladie, ni un trouble, mais un Être humain dans sa totalité et notre but est de lui permettre de se reconnecter à sa formidable potentialité. Pour cela, point n'est besoin de terrifiants «vous allez avoir un cancer si vous continuez à vivre ainsi» ou encore plus subtil «je vois des failles dans vos corps subtils, dans lesquelles s'engouffrent des entités malfaisantes...» Bref, cela signifie en clair, «heureusement que vous êtes venus me voir pour que je puisse réparer ce qui vous pose problème.»

C'est ce que j'appelle communément «un abus de pouvoir». Se sentir indispensable et donner un maximum d'informations que le patient sera dans l'incapacité de

digérer ou de vérifier, importe peu, sinon pour la propre satisfaction du thérapeute. Je m'insurge évidemment contre cette prise de pouvoir tout à fait humaine et qu'utilisent certains thérapeutes, qu'ils soient en médecine allopathique, spirituelle ou énergétique. En fait, cela n'a rien à voir avec le type de thérapie utilisée car le langage est mystérieux pour un néophyte quelle que soit la médecine employée. Plus on mettra en place un vocabulaire incompréhensible par le commun des mortels et plus le pouvoir sera grand.

Que l'on inonde le patient d'informations dont il n'a que faire, sinon de nourrir son mental, ou qu'on le tienne à l'écart d'un certain vocabulaire, en pensant qu'il ne comprendra rien, est en fait la même chose et donne le même résultat : l'inefficacité.

Lorsque, par exemple, je vois une couleur d'un rouge brun sur un organe et sur un plan subtil, je peux penser qu'il s'agit là d'un cancer (c'est en effet ce que l'on peut voir lors d'un cancer sur un organe). Cependant rien ne me permet de dire cela tel quel. Je peux dire simplement : «Je vois une tache de telle couleur sur tel organe, votre organe est malade, nous allons voir la FP qui est à l'origine de cette faiblesse.»

Et pour moi, c'est bien là l'essentiel, car un organe dont on enlève la tumeur ne sera pas guéri tant que la FP, qui est à sa base et qui est reliée à lui, n'est pas comprise, digérée et transcendée. Par contre, lors d'une maladie dite «grave», une fois la FP transformée et dissoute, la guérison est totale ou peut l'être, à condition que le corps physique en ait encore la force et la possibilité.

Il arrive que des «cancers» non diagnostiqués, guérissent spontanément et que l'on ne s'aperçoive de leur existence qu'après une autopsie. L'armée américaine a fait des

autopsies sur un grand nombre de soldats morts à la guerre ainsi que sur des accidentés de la route. Elle a constaté que parmi toutes ces personnes, des cas, suffisamment nombreux pour retenir son attention, présentaient des cancers qui s'étaient guéris spontanément. Les accidentés ne se sont jamais doutés qu'ils étaient atteints de cette maladie. Nous produisons tous et toutes des cellules cancéreuses qui disparaissent, sans que nous le sachions, grâce à nos défenses naturelles.

Dans l'histoire précédente, la FP de Simon lui déchire les auras et se place non loin de son épaule droite. D'autre part, cette FP part de son troisième plexus et de la région foie/pancréas. Il serait donc tout à fait vraisemblable que Simon puisse souffrir de l'épaule droite un certain temps et de migraines venant de la zone foie/pancréas.

Simon a mal à la tête et à l'épaule droite. Il est intéressant de savoir que pourtant, son problème ne vient ni de la tête ni du bras, mais du troisième chakra et des FP qu'il a émises depuis déjà bien longtemps.

Lorsque nous comprenons le fonctionnement d'une FP et que nous savons ce qui nous encombre, une petite partie du travail de transmutation peut alors commencer mais l'Essentiel, nous le reverrons par la suite, est toujours une question d'Amour. Amour de Soi, Amour des Autres, Amour de la Vie !

Le seul Pouvoir que possède un thérapeute n'est pas celui de rendre la Santé car il n'est pas le Maître du jeu de la Vie. Son seul pouvoir est de permettre, à celui qui vient le voir, de trouver le chemin de sa propre guérison. Le mot chemin est d'ailleurs mal choisi, car «parler de chemin, c'est une façon de parler d'avenir. Cette notion n'est rien d'autre qu'une illusion de plus, le présent éternel détient la clé.»⁹

9- Voyage à Shambhalla de D. Meurois et A. Givaudan

Chapitre 9

FORMES-PENSEES ET VIES ANTÉRIEURES

*«... N'acceptez ce qui vient d'hier que comme une
«proposition», c'est-à-dire une base de réflexion
qui comporte encore sa part d'erreurs...
que ce soit pour faire le point
et cesser de tourner autour de vous-même.»*

(par l'Esprit du Soleil)

Nous attirons toujours à nous ce qui va nous permettre de guérir et notre âme se rit du temps et de l'espace. Nous sommes les créateurs de nos pensées et des mondes subtils ou physiques qu'elles génèrent, nous sommes les maîtres incontestables de la pièce de théâtre que nous avons mise en scène et qui est notre vie. Que nous changions d'époque et de vêtement physique importe peu

dans cette aventure de la Vie. Si une FP n'a pas fini de jouer son rôle, elle continuera à appuyer le doigt là où est la blessure, afin que nous puissions enfin la voir et la guérir.

«Il n'y a qu'une vie et non pas trente-six mille mais aussi, cette vie comporte-t-elle des instants où l'on s'endort, où l'on se réveille avec d'autres vêtements, où l'on tourne les pages d'un livre inscrit au fond de nous et qui nous font voyager d'un chapitre à l'autre.» répète au fond de moi cette voix du Grand Être qui m'a enseignée en Syrie¹⁰.

Comment une FP peut-elle agir d'une vie à l'autre et créer en nous des maladies que l'on appelle parfois «maladies karmiques» ?

Une FP n'est liée ni à l'espace ni au temps. Cela est certainement une évidence pour les chercheurs en spiritualité mais, bien que connaissant ce concept, nous n'avons pas toujours une idée précise de son implication dans notre vie quotidienne.

Cela signifie, qu'elle peut nous accompagner de vie en vie et se réactiver au moment même où toutes les circonstances de notre vie actuelle le lui permettent. C'est ainsi que nous nous offrons une nouvelle occasion de résoudre ce qui n'a pu l'être, pour qu'ait enfin lieu la Transmutation de l'Ombre en Lumière.

10- Par l'Esprit du Soleil de D. Meurois et A. Givaudan

JEANNE, LA VICTIME QUI NE PARDONNE PAS

Jeanne a des crises d'asthme qui, loin de se résoudre, s'accroissent d'années en années. Cette fois, elle n'en peut plus et cherche à trouver n'importe quel moyen pour enrayer ce «mal» qui la submerge et l'étouffe physiquement et psychologiquement. Elle se sent handicapée, car tout ce qu'elle veut faire est très dépendant de son bien être ou de son mal être du moment.

Dans cette vie et dans son enfance, cette femme proche de la quarantaine a failli se noyer, sous les yeux de son grand frère. Ce dernier, petit garçon à l'époque, a pris peur et au lieu de lui venir en aide, il s'est enfui en courant, de peur d'être grondé par leurs parents. Par bonheur, un passant, spectateur de la scène, a pu appeler les secours, assez rapidement pour éviter une catastrophe. Depuis cet incident, Jeanne souffre de multiples formes d'étouffement puis d'asthme, du moins c'est ce qui a été diagnostiqué. Elle ne supporte rien, ni un pollen, ni la poussière, ni les poils de chats. Sa vie est un parcours du combattant et elle la vit de cette manière. Tendue et nerveuse, elle cherche désespérément du secours.

Lorsque nous la voyons, Antoine et moi, nous entrons rapidement en contact avec une partie plus subtile de son être dans laquelle quelques scènes acceptent de se montrer. Ce sont des scènes douloureuses qui ont toutes un rapport avec des morts successives, dans des vies précédentes : un petit bateau chavire sur l'eau d'un lac, agité par une tempête et une jeune femme se noie, sous le regard impuissant de l'homme qui l'accompagne et qui semble paralysé par l'événement. La jeune femme, au désespoir, vit de la peur mais surtout une colère et une désillusion envahir tout son

espace, devant l'immobilité de son compagnon pris de panique et incapable du moindre mouvement.

Autre scène, autre époque. Une guerre dans un pays pauvre, un enfant, presque un adolescent se cache, tandis que les fusillades éclatent tout autour. Des nuages de poussière virevoltent autour de lui. Il s'abrite derrière un pan de mur qui tout à coup, sous l'effet d'un choc violent, s'écroule sur lui et l'ensevelit aux trois quarts. Son regard évoque la douleur mais plus encore que cela, la colère et le désarroi. C'est la guerre et il sait que le camp adverse a vu ce qui se passait, mais personne ne cherche à lui prêter secours... Il meurt sous les décombres.

Jeanne n'a pas pardonné et de vie en vie, elle traîne avec elle ce lourd fardeau de non-pardon, de peur et de désillusion. À chaque détour du chemin, la Vie lui propose de poser un regard différent sur ce qui lui arrive mais la colère et la haine, qui émanent d'elle, attirent la haine. L'aimant fonctionne toujours avec la même précision et le temps n'a rien à voir à l'histoire.

Que l'on récolte ce que l'on sème est une loi de «physique mystique» ou de «physique subtile» qui n'a rien à voir avec la morale d'un temps ou d'une époque et ne peut porter le nom de punition.

Dans le cas de Jeanne, elle n'a pas agressé, en tous les cas, dans les deux scènes qui sont apparues. Elle apparaît plutôt comme la victime de ces histoires. Et pourtant, c'est encore elle qui aujourd'hui est malade, malade de son passé, malade de sa mémoire et des FP qu'elle continue de traîner de vie en vie autour d'elle.

Jeanne est en fait un paquet de colère comprimée, non exprimée. Elle étouffe sous la peur et la déception qu'elle déverse autour d'elle comme victime, trahie par les hommes. Les FP s'agglutinent autour d'elle. Elles recou-

vrent sa gorge et ses poumons, elles l'étouffent de la colère de ne pas être prise en considération, d'avoir si peu d'importance aux yeux des «autres» et surtout de ne pas avoir de place dans le cœur des autres.

Lorsque nous évoquons ces scènes, Jeanne commence à entrevoir ce qui se passe en elle. Elle est la première à ne pas se donner d'importance, elle voit combien elle a du mal à exister à ses propres yeux. Pourtant elle demande aux «autres» de faire ce qu'elle-même n'est pas en mesure de s'offrir : un peu de considération.

La déception immense à l'encontre de son frère qui s'était enfui à toutes jambes, la laissant seule, sur le point de disparaître dans une eau tourbillonnante et glacée, revient à sa mémoire avec une réalité où les moindres détails prennent vie. Elle revit ce moment où elle a la sensation de valoir moins qu'une éventuelle punition. Est-elle si insinifiante ? Ou se voit-elle simplement ainsi ?

Pendant le soin, Jeanne pleure de rage et aussi de désespoir. De ce désespoir qui touche l'âme, tant il est dénué d'artifice et de masque. C'est celui d'une toute petite fille qui se sent abandonnée depuis si longtemps, si longtemps... Elle a des visions de bébé laissé dans un coin de poubelle, une autre époque, une autre vie. Est-ce elle qui l'a laissé ou bien elle qui est laissée. Qu'importe !

Ses cris se transforment peu à peu en larmes, non plus des larmes de colère ou de rage, ni même de tristesse mais de soulagement. Et tout à coup, à travers le rideau mouillé de ses yeux, transparait un sourire, celui de l'apaisement, de savoir. Savoir qu'elle n'est pas une victime, que sa vie, c'est elle et le regard qu'elle porte dessus qui la détermine, et que tout n'est pas joué à l'avance. Elle sait que ces morts programmées, elle aurait pu les vivre autrement, sans jugement, sans colère... et les rendre moins douloureuses qu'elles ne l'ont été.

Elle revoit la scène de cette vie, celle avec son frère et ce qu'elle considère comme une lâcheté inimaginable. Cette fois cependant elle n'a plus envie de juger mais de comprendre et d'aimer, non pas avec la tête mais avec le cœur. Elle n'a pas envie de trouver de «bonnes raisons» aux actes de son frère ni d'excuser le jugement de cette petite fille qu'elle était. Ce n'est même plus une histoire de pardon mais de compassion, sans autre chose que de l'Amour.

En un instant, Jeanne s'est transformée et a transmuté toutes ces FP qui tournaient autour d'elle. En l'espace d'un éclair, elles se sont engouffrées, les unes après les autres, en un étonnant ballet, dans l'espace de son chakra du cœur pour ne plus revenir.

Les FP qui l'accompagnaient jusque-là venaient de se dissoudre en une onde amoureuse et lumineuse. L'état atteint par Jeanne avait fait son œuvre et à l'aide de la lumière que nous pouvions lui apporter à ce moment-là, par nos mains, elle venait d'accomplir le miracle de la «Transmutation».

Jeanne n'a plus jamais souffert d'asthme.¹¹

Tous les cas ne se résolvent pas aussi rapidement car cette transmutation ne dépend de personne d'autre que de celui qui la vit. La guérison peut être instantanée, prendre des jours, des mois ou même des vies. Elle est dans le regard posé par son créateur.

«Les molécules se modifient selon la qualité de la pensée qui l'anime».

11- L'asthme est une affection respiratoire dont les causes ne sont pas toujours reliées à celles que nous venons de voir.

Les FP sont souvent multiples et reliées à une sensation de limitation, de suffocation,... Une FP est rarement seule et c'est la combinaison des FP qui permet de trouver avec plus de précision ce qui nous entrave.

Si nous voulons nous extraire de notre matrice isolante et douloureuse, il est impératif que nous apprenions à voir au-delà de nos cinq sens habituels. Seule, une partie de nous se manifeste dans le monde matériel et dense que nous appréhendons. Seule cette partie souffre, pense et agit mais pendant ce temps, «à chaque millième de seconde, il existe des univers dans lesquels d'autres facettes, d'autres réalités de vous-même, expérimentent la Vie.»

«C'est la qualité du regard qui décide, à elle seule, de l'importance de l'obstacle» nous a-t-on enseigné.

Toute douleur est un signal d'alarme, envoyé par ce qu'il y a de plus beau en nous, pour que nous puissions retourner à la Source et plus simplement, pour nous dire que nous avons oublié une partie de notre itinéraire.

GILDAS HANDICAP ACTUEL ET VIE PASSÉE

Gildas est né à six mois, avec une compression du cervelet qui a fait de lui un infirme moteur cérébral. Lorsqu'il vient nous voir, il veut savoir pourquoi il a fait le choix de naître handicapé. C'est une question à laquelle je suis bien incapable de répondre. Cependant, il arrive que certaines FP qui contiennent des épisodes de mémoires de vie précédentes, puissent nous livrer quelques scènes.

En général, je n'attache pas beaucoup d'importance aux vies antérieures. D'une part, parce que leur existence est une évidence comme le jour succède à la nuit et d'autre part parce que ce qui m'importe, c'est ce que nous sommes aujourd'hui, nous qui sommes la mosaïque de tout ce que nous avons été jusque-là et de tout ce que nous deviendrons par la suite.

Gildas a depuis écrit un livre : «Chemin faisant» (la vie et le handicap), dans lequel vous trouverez son cheminement décrit tel une bouffée d'air frais. Je vous livre ici la façon dont il a entendu la lecture de ses FP, lors de sa venue :

«Il y a trois mille ans en Égypte vivait un homme bien bâti, jeune, il était très imbu de sa personne et pour lui, seule la force physique, la beauté et tout ce qui tourne autour comptaient... Lors d'une course de char, un jour, il eut un accident... le char qu'il conduisait se renversa et le brancard lui brisa les reins... il ne s'en remit jamais... il demeurera handicapé le restant de sa vie, maudissant son nouvel état et la solitude qui l'accompagnait désormais...

Pendant quelques années, il vécut seul, se mettant à part de la société et ne pouvant accepter sa déchéance... puis il se mit à appliquer les connaissances de soins qu'il possédait... Alors, les gens commencèrent à aller vers lui... mais c'était trop pour lui, ne pouvant accepter ce qu'il était devenu, il se donna la mort...

Anne rajouta deux choses :

L'incarnation présente ne s'est pas effectuée juste au moment de la naissance...

Qu'il me restait encore une chose à faire pour remplir mon contrat, celle de défaire les mauvaises leçons données à mes contemporains, il y a 4000 ans par mon attitude excessive...»

Gildas continue par ces mots :

«Aucune force au monde ne pourra désormais m'enlever l'idée que la vie est toujours juste et que les leçons apprises, soit tout seul soit avec les autres, ne sont jamais bénignes, mais au contraire pour un mieux être de soi-même et des autres...

Ce qui fait ma joie présente, c'est de voir que le pari fait au départ est en voie d'être gagné... et que nom d'une

pipe, je n'aurai pas souffert pour rien... mais purée!!! quelle galère...»

Quelques temps plus tard, j'ai demandé à Gildas son accord pour citer ces quelques lignes. Avec sa réponse, il a ajouté ceci :

«Dites-bien dans votre prochain livre qu'il est facile, si on ne reste pas lucide, de reproduire indéfiniment le même karma, car le sentiment de culpabilité est là, ainsi que le désamour de soi-même... En effet, lorsque l'on prend conscience de ses faits et gestes des vies passées, et qui plus est ne sont pas toujours beaux, on est tenté de se sentir coupable et d'une manière ou d'une autre de s'auto-punir... et c'est là qu'est le piège : manquer d'amour envers soi-même et s'empêcher ainsi de gravir les échelons de l'évolution...»

Voilà présentées trois histoires de FP venant de vies précédentes et pourtant, malgré l'intérêt de connaître ce qui peut se passer dans une autre vie ou d'autres vies, je suis persuadée que la plupart des cas peuvent se comprendre et surtout se résoudre à partir des données que chacun peut trouver dans sa vie présente.

Être dépendant du passé ou d'un «soi-disant thérapeute lecteur de vies passées» ne me semble nullement justifié.

Nous vivons, dans cette présente vie, avec la globalité de tout ce que nous «avons été» précédemment et nous pouvons recontacter ce qui entrave notre route avec tous les éléments que nous propose notre vie actuelle. Les personnes-clés d'autrefois, les événements, les périodes de l'année, les heures du jour, une odeur, une musique, une couleur, vont contribuer à réveiller une mémoire qui ne demande qu'à sortir afin d'être résolue. Comme «la madeleine de Proust», nos FP sont assez habiles pour attirer ce qui va les réactiver jusqu'à leur guérison.

J'ai vu des FP ressurgir chez des enfants, sous forme d'eczéma, simplement par le biais d'une conjoncture planétaire, d'une époque de l'année et d'une journée précise sur le calendrier.

L'enfant en question, qui avait été torturé et brûlé pour ses idées au Moyen-âge, activait une mémoire cellulaire à une époque de l'année qui correspondait à celle de son martyr précédent. Lui n'en avait pas conscience et il n'était pas utile qu'il le sache. Par contre, ses parents ont pu l'aider par une présence rassurante, en acceptant sans trop s'affoler que les événements et le temps apportent un apaisement en lui.

Nos FP créent des réseaux extrêmement subtils et solides avec tout ce qui nous entoure. Elles contiennent tout ce qui est en rapport avec l'événement qui s'est gravé un jour en nous et continuent de nous blesser. Qu'il s'agisse d'une époque, du temps qu'il fait dehors, des personnes qui étaient présentes, d'une odeur, d'un instrument, d'un regard, d'une atmosphère, tout est là dans les moindres détails. De vie en vie, ces FP attireront à nous ce qui peut vibrer en syntonie avec notre histoire, pour enfin nous permettre de la guérir.

Sommes-nous ici pour ressasser sans arrêt de vieilles histoires? Je ne le crois pas. Il faut un jour que nous cessions de nourrir notre intellect et notre mental si nous ne voulons pas mourir étouffés. Nous avons eu des centaines et des centaines d'incarnations et nous avons joué presque tous les rôles possibles et imaginables. Nul besoin d'y revenir sans arrêt. Se complaire dans le passé nourrit les FP qui y sont attachées... Cesser d'agiter le passé les dévitalise.

Aujourd'hui, la Vie nous propose un des plus beaux cadeaux qui soit: celui de résoudre enfin nos vieux contentieux, pour passer sur un autre registre, pour jouer d'autres rôles sur le clavier de l'Univers.

L'Amour est le plus puissant de tous les dissolvants!

Chapitre 10

SOMMES-NOUS NOS FORMES-PENSÉES ?

Qui sommes-nous ? Sommes-nous le résultat d'un patrimoine génétique, d'une éducation, d'une religion, d'un milieu culturel ou artistique ou encore le résumé de nos vies antérieures ? Tout cela n'est-il pas un masque de plus derrière lequel nous évitons d'être nous-mêmes ? Sommes-nous ces pensées qui nous font être et agir d'une manière ou d'une autre ?

Il est évident que nous ne sommes pas tout cela et que même, si nous sommes les créateurs de notre vie telle qu'elle est et des pensées qui nous entourent, nous ne pouvons nous identifier à elles... Pas plus que des parents ne peuvent s'identifier à leurs enfants !

Lorsque nous nous sentons «agressé» par l'attitude ou l'avis d'une autre personne, nous avons là l'exemple type d'une FP qui cherche une identification avec nous-même. Nous commençons par avoir peur et cette peur de perdre

notre identité, en ne nous affirmant pas face à cet autre qui nous dérange et nous déstabilise, équivaut à la peur de mourir.

Personne pourtant ne risque de mourir à cet instant précis, excepté notre ego et les FP qui y sont attachées. Une FP qui perd de sa force d'attraction, se dévitalise peu à peu. Et s'en désidentifier la conduit tôt ou tard à s'éteindre. Ainsi, nous déclarons souvent la guerre, pour protéger une identité qui a peur de la mort, mais qui n'est pas nous.

Cela n'est qu'un exemple parmi tant d'autres réactions qui, si nous y sommes attentifs, nous permettrons, de prendre le recul nécessaire à toute identification.

Si nous nous contentons alors de garder le rôle du témoin plutôt que de l'acteur, très rapidement, les FP, non nourries, cesseront de nous garder dans une illusion qui nous fait perdre notre vitalité. Très vite, nous retrouverons notre énergie ainsi que notre sérénité, sans éprouver le besoin de nous battre pour exister.

Lorsque nous serons capables d'identifier les FP que nous alimentons, nous commencerons alors le premier pas vers la déprogrammation qui mène à la libération.

Affirmer ces connaissances de manière intellectuelle ne sert à rien et ce n'est pas ici mon but. Une compréhension intellectuelle activera une fois de plus notre mental inférieur et plus un mental est actif, moins il est facile d'atteindre notre Essence. Ce mental inférieur agit comme un voile qui masque la Vie et nous offre un regard duel sur les événements qu'elle nous propose. Avec lui, nous avançons comme si nous étions revêtus d'une lourde armure qui nous a peut-être protégés un jour, mais qui aujourd'hui nous encombre jusqu'à nous empêcher de marcher plus avant.

Ce mental inférieur est le créateur de nos «oui, mais...», de nos «peut-être...» et de nos peurs, conditionnantes à l'extrême.

L'heure n'est plus au cumul d'un savoir ou de connaissances que nous avons à disposition et dans une quantité de plus en plus impressionnante. Nous sommes maintenant au point de non-retour où il nous est demandé de retrouver notre indépendance, de nous déshabiller de nos habitudes et de nous dépouiller de ce qui n'est pas nous.

Tous les événements et les rencontres de notre vie présente sont concernés par ce processus... Même si cela date d'il y a «bien longtemps», n'oublions pas que tout est là, aujourd'hui, dans notre Présent et que lui seul nous permet la «Transmutation.»

Lorsque la Vie nous offre de réveiller une FP d'un temps passé, qui dormait en nous, pesante et tranquille, c'est que le moment est venu pour nous de résoudre le nœud qui y est accroché. C'est un réel cadeau qui nous est fait «ici et maintenant» même si parfois, nous trouvons qu'il prend des allures de tragédie.

La Vie qui est nôtre aujourd'hui paraît à nombre d'entre-nous très dure et souvent remplie d'événements qui se cumulent et qui nous font soupirer de lassitude. À peine un «problème» est-il réglé qu'un autre se présente. Sous les coups répétés de ce que nous croyons être le Destin, nous avons plus d'une fois envie d'abandonner et pourtant...

Cette Vie qui est nôtre, beaucoup d'entités des plans subtils aimeraient la vivre car elle est considérée comme une chance d'avancement considérable.

Cela signifie que tout ce que nous avons vécu comme des «problèmes» ou des «nœuds» jusqu'à aujourd'hui revient pour être désactivé. Nous finissons ce que nous

n'avions pas achevé, nous retrouvons les êtres avec lesquels une blessure est restée sans guérison, que l'on soit victime ou bourreau, et nous revivons des situations pour lesquelles nous étions restés sans solution.

À nous de résoudre enfin ce qui ne l'a pas été en sachant que pour cela, nous ne pouvons nous fier à nos pulsions, à nos réflexes qui ne sont pas notre vraie nature, ni même à notre intellect. A nous donc de prendre l'altitude nécessaire afin de nous désidentifier des réactions qui sont nôtres pour enfin pouvoir agir et Être en dehors de nos créations que sont nos FP.

Le Temps s'accélère sur la planète Terre, que ce soit sur un plan physique ou vibratoire et subtil. Il arrive donc, que nous connaissions ce que certains nomment «un retour de karma immédiat».

Comme à moi, il a dû vous arriver d'agir d'une manière qui, peu après, vous a paru inadéquate. Un énervement, une colère ou une décision prise avec impulsivité... Vous regrettez vos mots ou votre acte et pensez ne rien pouvoir y faire. Cela aurait été vrai, il y a plus de dix ans, mais actuellement ça ne l'est plus. Lorsque vous êtes conscient d'agir d'une façon qui ne correspond pas à ce que vous êtes vraiment, la conscience qui se met alors en route va, par l'intermédiaire des FP, attirer à vous ce qui va vous permettre de régler rapidement ce contentieux qui déjà commençait à former des couleurs et des formes autour de vous. Ainsi, cette prise de conscience et d'altitude nous offre aujourd'hui de régler aussitôt ce que nous générons, plutôt que de le garder avec nous comme un poids supplémentaire.

Plus nous serons conscients de ce qui nous arrive et des FP qui agissent à travers nous et plus nous aurons l'occasion de transmuter cela sans en souffrir plus longtemps,

ni en faire souffrir d'autres. Être informé nous enlève le rôle de victime, qui nous empêche de comprendre le message que nous envoie cet autre nous-même, qui n'a cure de nos états d'âme passagers, mus par notre ego.

Notre rôle est de jouer au mieux le personnage et la pièce que nous avons créés, tout en ne perdant pas de vue que nous ne sommes pas ce personnage et cette pièce. Souvent, nous oublions que nous sommes venus jouer un rôle et notre pièce prend alors des allures de mélodrame auquel nous nous identifions. C'est ainsi que nous prenons les plus grands risques de nous perdre.

Je me souviens d'un film de Zeffirelli appelé «Jésus de Nazareth». Lors de sa sortie, il y eut foule. L'acteur qui jouait le rôle de Jésus, bien qu'ayant peu à voir physiquement avec le personnage réel¹², avait une présence qui remplissait l'écran et les cœurs des spectateurs.

L'acteur n'avait pas encore trente-trois ans, âge fatidique dans l'histoire de Jésus, mais il en était proche. Quelle ne fut pas ma stupéfaction, quelques temps après, d'apprendre que cet homme ne s'était jamais remis de son rôle et s'était suicidé à l'âge précis de ses trente-trois ans.

Ne sommes-nous pas bien souvent, comme cet acteur, des comédiens parfois tragiques, nous identifiant au rôle que nous avons accepté de jouer dans «nos vies» et nous perdant dans une histoire sans fin ?

12- Voir *De Mémoire d'Essénien de D. Meurois et A. Givaudan*

Chapitre 11

LES FORMES-PENSÉES ET LES MÉMOIRES CELLULAIRES

«Sachez dès maintenant prendre conscience de chacune des cellules de votre corps ; identifiez-vous à elles et faites en sorte qu'elles parviennent à s'identifier à vous.»

(De Mémoire d'essénien)

Il arrive parfois que l'on soit face à des mécanismes de «biologie subtile» qui nous font revivre des émotions, ou des maladies, à propos d'un événement que nous avons partiellement résolu.

KARINA

Lorsque nous rencontrons Karina dans un pays de l'Est, c'est une rencontre qui n'est pas motivée par la ma-

ladie. Elle est notre traductrice de la conférence que nous allons donner. Pourtant lors de la conférence, alors que nous abordons le sujet de la santé et des corps subtils, elle sent que quelque chose en elle est touché. Apparemment nous n'y sommes pour rien, simples transmetteurs, un mot, une phrase et une énergie suffisent à activer ce qui doit l'être. Il fallait pourtant que cette rencontre se fasse et que nous soyons là, Antoine et moi, avec un sujet précis, un soir de novembre, en compagnie de Karina.

La conférence terminée, nous regagnons notre hôtel en compagnie de la jeune femme, qui prise d'une fièvre importante nous raconte :

«Il m'arrive d'avoir de terribles crises de néphrite et je suis obligée d'aller à l'hôpital. J'ai suivi une formation de psychothérapeute et j'ai beaucoup «travaillé» sur ce problème. C'est une vieille histoire de relation conflictuelle avec mon père. Je connais l'histoire, j'ai pardonné et avec mon père cela semble réglé et pourtant ces crises continuent à m'empoisonner... Que puis-je faire ?»

Nous lui sommes reconnaissants de nous avoir donné la possibilité de lui répondre. En effet, si la personne ne souhaite pas une aide de notre part, il est logique de respecter son choix et de ne pas se précipiter vers elle, en «sauveur de l'humanité».

Nous regardons et essayons de capter un ressenti sous notre main ou par notre regard. Visiblement, les FP qui devaient générer la maladie physique ne sont guère présentes. Je me souviens alors, de ce que j'avais appris à l'époque Essénienne, lorsque le cas se présentait de la sorte.

Attentivement, je balayai les corps physique et subtil de Karina du regard, puis de la main. Je ne trouvais rien qu'un peu d'ombre dans la zone des reins ainsi que des éclairs rouges me rappelant la douleur qui était la sienne à

cet instant. Je fermai les yeux quelques instants et je compris. Au creux des reins (organes) se lovait une petite mémoire qui s'accrochait désespérément au corps de Karina. Un reste de mécanisme, qui même une fois l'histoire finie, restait là comme un rappel, continuant à perturber le physique de sa créatrice.

Le rein est un organe sur le plan subtil comme sur le plan physique, par lequel passe ce que nous acceptons de lâcher et qui encombre notre vie. Il peut s'agir de vieilles colères, d'événements douloureux, d'anciennes mémoires, de déceptions... En fait, tout ce que l'on finit par laisser partir passe et se fluidifie par l'intermédiaire des reins. Dans le cas contraire, il peut rester de petites FP qui perdurent jusqu'à la guérison des cellules comme pour Karina.

Cette mémoire des cellules, puisque c'est ainsi qu'elle se présente, demandera quelques soins et un peu de temps pour se dissoudre. Karina n'a plus de troubles et sa néphrite a disparu.

Un ancien mécanisme qui persiste au niveau de nos cellules peut aussi se retrouver au niveau de difficultés du comportement.

Nous-mêmes, combien de fois ne réagissons-nous pas comme lorsque nous étions enfants et voulions nous protéger, alors que l'enfance est passée depuis longtemps et que le problème n'existe plus.

La majeure partie des FP nous fait souvent agir ou plutôt réagir, comme si nous étions toujours dans la même histoire (pourtant révolue) de notre enfance ou de notre adolescence.

Ne nous arrive-t-il pas de réagir, face à une remarque dirigée à notre intention, d'une manière totalement disproportionnée, en rapport avec ce qui est dit. Ce n'est pas

nous, l'homme ou la femme d'aujourd'hui, qui agissons ainsi, mais l'enfant ou l'adolescent que nous étions et qui, par le truchement des FP et des blessures non guéries, réagit de manière compulsive et automatique.

D'une façon analogue, nous connaissons tous des êtres qui ont peur de la guerre ou de la noyade, sans que rien dans cette vie ne soit en lien avec cette difficulté, ni en résonance avec d'autres personnes de la famille. Il s'agit souvent, dans ce cas, de ce que l'on nomme des FP en rapport avec la «mémoire cellulaire».

C'est notre banque de données que rien ne peut détruire. C'est aussi pour cela que je considère que jamais un événement ne s'efface ou ne s'oublie complètement. Seule, la blessure qu'il contient et que nous avons générée, peut être transmutée par l'Amour.

Nous l'avons vu dans les cas précédents, la trace d'une mort violente et non acceptée peut rester incrustée dans notre atome-germe et s'imprégner à nouveau dans notre corps physique actuel. Il advient aussi que le corps physique ne soit pas touché et que seule une peur ou un comportement en découle.

Ainsi, nous pouvons avoir peur de la guerre, simplement parce que notre mémoire garde le souvenir de guerres traumatisantes, ou avoir peur de la noyade à cause d'une mort dans l'eau. Ces faits n'ont pas toujours un caractère dramatique mais ils s'inscrivent en nous avec précision. Ils font leur œuvre et se répètent jusqu'à la libération du nœud.

Acceptons-nous aujourd'hui d'entamer un autre parcours et de regarder avec distance et compassion ces automatismes, ces habitudes, ces réflexes et ces conditionnements qui ne sont pas nous mais ont simplement voyagé avec nous jusqu'à présent ?

LUCAS ET LA MARQUE SUR LE CORPS PHYSIQUE

Lucas a, quant à lui, une marque de naissance. Il a le thorax enfoncé. Il est né ainsi... et là encore des scènes de vie précédente s'offrent à nous :

Bâtitteur en Égypte lors de la construction des grands temples pharaoniques, il a un jour commis une erreur qui lui fut fatale. C'est un homme à l'allure fière et droite. Noble, riche et reconnu pour son habileté, il ne manque de rien, du moins de ce que l'on pense être nécessaire au bonheur. Tout semble lui sourire ! Amours, travail, richesses et honneurs, jeunesse et beauté semblent être des dons et des cadeaux des dieux à sa naissance.

Aidé par de jeunes apprentis, il enseigne et crée des plans, plus complexes et somptueux les uns que les autres. Ses élèves lui sont fidèles et il peut compter sur eux.

Les scènes se succèdent, rapides et sans signification autre que de montrer la vie somptueuse et facile, remplie de fêtes et de plaisirs, dans laquelle se complaît l'architecte.

Puis tout à coup, tout change. Les scènes se succèdent encore, mais en un instant, tout devient sombre, l'atmosphère est pesante et les scènes violentes.

Jalousie, complot... Tout respire le discrédit, le déshonneur, le bannissement.

Un bâtiment s'est écroulé et a entraîné la mort de plusieurs centaines de personnes. Le bâtisseur ne comprend pas. Il regarde ses plans et passe des nuits pour comprendre ce qui a bien pu se passer. L'angoisse règne sur la scène... qui défile imperturbablement.

Lucas voit enfin ce qui a pu se passer. Sur le plan, d'une manière maladroite, quelqu'un a changé les mesures. C'est une trahison, une vengeance, il en est mainte-

nant certain mais qui le croira ? Il doit payer et le prix est cher, c'est de sa vie dont il s'agit.

La dernière scène, très rapide le montre, allongé nu et à même le sol, proche du bâtiment écroulé. Il sera écrasé par une des pierres de sa construction qu'un éléphant aura ordre de poser sur sa poitrine.

La scène s'arrête. Aujourd'hui, la peur inconsciente de se tromper rend Lucas inactif. Il préfère imaginer les plans, mais assurer leur construction, jamais. Combien de temps lui faudra-t-il pour apaiser cette douleur qui trace encore sa route dans sa vie d'aujourd'hui et laisse sur son corps une marque visible ? Lui seul le sait...

La marque sur la poitrine reste là, gravée pour longtemps... marque d'une mort douloureuse et non acceptée car «tellement injuste» à ses yeux.

Chapitre 12

ACTION D'UNE FORME-PENSÉE SUR NOTRE VITALITÉ ET NOTRE FORCE.

*«La véritable maladie de l'homme, c'est
l'inconscience de Ce qui l'habite... Vous êtes dans l'Univers
mais l'Univers réside aussi en vous»*

(Celui qui vient Tome I)

Ces mots, prononcés par le moine prisonnier du camp de concentration, martèlent en moi régulièrement leur rythme et leur tempo.

Comment ne pas percevoir que nous manifestons des états d'être momentanés selon notre réceptivité à la Lumière qui est en nous ?

Comment ne pas sentir ces mondes que nous créons à chaque épisode de vie et que nous emmenons avec nous, même lorsque nous n'en avons plus la nécessité ?

Comment faire pour que l'on prenne conscience que

nous, et nous seuls, projetons un éclairage fragmentaire de ce que nous vivons ?

Pendant des millénaires, la plupart d'entre-nous avons créé le Doute, la Peur, la Dualité qui sont ainsi devenus des bornes tangibles sur notre parcours. Pourquoi ne pas résolument ouvrir la porte à l'Espoir, éclairer notre vie différemment afin que se concrétise, cette fois, ce qu'il y a de plus beau en nous ?

«Tout cela est bien beau, me répondrez-vous, mais ce ne sont que des mots, des paroles de plus. Nous en avons entendu tellement à ce sujet, sans jamais avoir de solution...»

Solution, le mot est lâché. Il n'y a pas de solution et il n'y aura jamais de solution venant toute faite de l'extérieur. Seuls des charlatans peuvent nous garantir qu'ils feront à notre place ce que nous refusons par orgueil, ignorance ou nonchalance, de faire nous-mêmes. Cessons de chercher des recettes qui ne pourront satisfaire que notre mental en demande, cessons de prier pour demander ce qui ne nous a jamais quitté.

Pour cette simple et étonnante raison, un seul pas est à franchir... celui d'oser passer à l'action. Et pour passer à l'action, la première marche est d'accepter pleinement notre incarnation.

Dans notre monde actuel, nous sommes en tant que thérapeutes, souvent confrontés à des personnes qui refusent une partie du rôle qu'elles sont venues jouer sur Terre.

Elles le trouvent trop douloureux, ou trop insignifiant, ou trop matériel. Elles aimeraient volontiers en changer tout ou partie, sans s'apercevoir que ce sont elles qui ont appelé cette vie, pour en vivre toutes les propositions.

Le désespoir les guide alors vers des mondes qu'elles refusent mais attirent avec une inconscience étonnante. Peu

à peu épuisées, elles vont de thérapeute en thérapeute dans l'espoir qu'à l'extérieur se trouve une solution, et parfois dans le secret espoir que personne ne trouvera cette solution.

Le mal-être, la maladie sont pour certains d'entre-nous tellement familiers, que nous préférons, consciemment ou non, les garder plutôt que de les abandonner. Face au vide laissé par cette possible dissolution des FP qui nous encombre, et au courage demandé pour poser les premiers pas dans l'inconnu, nous nous accrochons à ce que nous connaissons, aussi douloureux que soit sa présence.

Combien de fois dans la vie n'agissons-nous pas ainsi? Nous nous plaignons d'une relation ou d'un travail qui nous éprouvent, mais sommes-nous réellement prêts à en changer. Faisons avec sincérité le point, nous acceptons bien souvent des compromis avec nous-même et les autres, non par amour, mais par peur ou nonchalance... et nous finissons par habiter des mondes dont nous ne voudrions pas s'ils nous étaient montrés.

Une FP, lorsqu'elle vibre sur une fréquence basse, a une densité et un poids, même sur un plan subtil.

Lorsqu'une FP gravite autour de nous, elle occupe à sa façon une grande partie de notre espace vital. De par sa nature, elle puise en nous son énergie et ce qui lui donne nourriture et vie. Cela nous contraint, bien souvent à notre insu, à attirer à nous et autour de nous des événements et des situations qui vont l'alimenter. Toute cette action est identique à celle de parents qui ont à assurer la croissance d'un tout-petit.

Imaginons maintenant combien de FP, reliées à des événements importants, gravitent dans notre espace. Toutes ces FP nous demandent de l'attention et entretiennent de petites entités qui expérimentent la vie à travers elles tout

en se nourrissant de l'énergie que nous émettons continuellement.

Certaines personnes souffrent d'un mal de dos significatif. Comment voulons-nous ne pas courber le dos lorsque nous transportons avec nous un énorme sac rempli de FP diverses et dont certaines ne nous appartiennent pas. «Comment ? Ne nous appartiennent pas ?»

Je vois déjà l'interrogation que suscitent ces derniers mots.

Il arrive en effet, et en nombre suffisant pour que cela me donne l'occasion d'en parler, que l'on attire à nous des FP qui ne sont pas créées par nous...

Julia, dans son histoire n'était pas attendue comme fille, ni reconnue. En dehors de son cancer du sein, elle portait sur le dos un énorme «sac» qui régulièrement lui provoquait de multiples douleurs bien physiques. La jeune femme, si l'on se souvient de son histoire, fut désirée en garçon. Elle en a conçu une terrible culpabilité, celle de ne pas être conforme aux souhaits parentaux et plus précisément paternels. Cette culpabilité, qu'elle traîne avec elle, formera une nouvelle FP dont le rôle très précis sera d'attirer vers Julia tout ce qui peut la culpabiliser plus encore. Douloureux chemin de croix que celui de porter ce poids, de se sentir coupable simplement d'exister.

Pour adoucir cette douleur profonde et éviter de la sentir, Julia trouvera un moyen : prendre sur elle les problèmes des autres.

C'est ainsi que dans son monde, elle imagine pouvoir se déculpabiliser. Depuis qu'elle en est capable, elle s'occupe de tout et de tous et lorsque quelque chose ne va pas, elle pense aussitôt que c'est de sa faute. C'est sa façon à elle de demander pardon.

De sa faute... de sa faute... ce leitmotiv résonne en

elle dès le moindre grain de sable dans la vie de ceux qui l'entourent. Que sa sœur soit triste, que sa mère se sente seule et voilà la culpabilité de Julia qui prend à nouveau toute la place. Elle se reproche toujours quelque chose et si son jeune frère va d'échec en échec, elle pense que peut-être elle n'a pas assez fait. Lorsque son mari est mécontent après une journée harassante et rentre du travail de mauvaise humeur, elle en prend aussitôt l'entière responsabilité.

Julia passe la majeure partie de son temps et de son énergie à entretenir des FP insatiables qui peu à peu viendront au bout de sa vitalité, de ses réserves énergétiques et de son immunité.

Julia va prendre conscience de cela et lorsqu'elle se libérera de ce poids, ses forces commenceront à reprendre peu à peu le dessus. Julia sait aujourd'hui qu'elle n'a pas à demander pardon pour sa naissance et ce n'est pas seulement avec la tête qu'elle le sait, mais avec toutes les cellules de son corps. Ainsi, l'alchimie peut s'accomplir, non pas d'une façon magique et imprécise, mais parce que Julia a accepté de ne plus juger, de ne plus se juger et de faire un premier pas vers la Joie d'être là.

«Toute douleur naît du fait de ne pas laisser circuler la vie à travers soi, en absolue liberté. La douleur est l'invention d'une humanité qui a voulu prouver sa supériorité sur la vie, c'est-à-dire sur une pensée parfaite. Elle est votre signal d'alarme...»

La notion de souffrance est gravée dans la conscience humaine depuis tant de temps que pour nous extirper de sa gangue, il nous faut rompre l'habitude et le réflexe qui nous la font entretenir, telle une fatalité. La souffrance est une école qui nous permet de rentrer de plein pied dans l'«illusion», mais elle n'est qu'une étape de plus dans l'évolution humaine et non une évidence inéluctable dont nous ne pou-

vons nous séparer. Au fond de chacun de nous réside le germe du Bonheur et c'est vers Lui qu'il faut aller.

PRATIQUE POUR MIEUX SE CONNAÎTRE :

Asseyez-vous dans une position de méditation, le dos bien droit et fermez les yeux. Prenez trois longues inspirations-expirations et sentez, peu à peu, l'air et les particules de prâna qu'il contient, détendre en vous les points de tension qui vous habitent à cet instant précis. Une fois cela fait, restez quelques minutes sans rien désirer, sans rien rechercher, ni pensée, ni même une sensation quelle qu'elle soit.

Puis, sans jugement sur ce qui viendra vers vous, laissez venir tout ce que vous ne voudriez plus voir dans votre vie, tout ce que vous aimeriez profondément changer et qui vous donne la sensation que votre vie est une course d'obstacle.

Ouvrez les yeux, juste pour noter ces différents points si vous craignez de les oublier. Fermez à nouveau les yeux et demandez-vous cette fois :

Suis-je prêt ou prête à changer cela ?

Quels sont les avantages de ces situations ?

Quels en sont les inconvénients ?

Si je trouve qu'il est trop difficile de changer la situation actuelle ou que les avantages sont supérieurs (même momentanément) aux inconvénients, j'accepte alors pleinement cette situation, sans FP négative à son égard, en sachant toutefois qu'elle pourra être changée dès que nous le voudrions réellement, car tout est une question de choix et de priorité. Personne ne nous oblige à garder une situation

intolérable, excepté nous-même.

Posez-vous cependant cette dernière question :

Est-ce qu'en acceptant de jouer tel ou tel rôle, je me déculpabilise et pense ôter un poids que j'ai la sensation de traîner depuis toujours ?

Si la réponse est oui, sachez simplement que vous ne faites que renforcer cette culpabilité, en acceptant un rôle qui vous pèse et ne vous convient pas.

La FP attachée à cette culpabilité n'en sera ainsi que réactivée, nourrie et plus puissante que jamais.

Avant d'ouvrir les yeux, je vous propose de remercier la Vie de vous offrir des situations qui vous donnent toujours la possibilité d'aller un peu plus loin vers ce que vous êtes.

Chapitre 13

FORMES-PENSÉES ET CHAMPS MORPHOGÉNÉTIQUES

*«Une pensée se déplace telle une note sur
une longueur d'onde à partir de la centrale énergétique que
représente votre conscience mentale.
Ce qu'il faut absolument comprendre, c'est que cette pensée,
cette note est bel et bien pourvue d'un corps.»*
(Un pas vers Soi - 11 juillet)

Nous avons vu, lors de la formation d'un égrégora, comment une FP rejoint un réservoir qui est en syntonie avec elle et comment elle déverse son énergie vers n'importe quelle personne en harmonie avec son niveau vibratoire, en dehors de toute notion de distance et de temps.

Les égrégores sont des réservoirs aux multiples capacités, certains peuvent être reliés à la recherche, à l'histoire, à «d'autres» époques ou à un événement. Ce sont

d'énormes sacs dans lesquels il nous est possible de puiser, sans même que notre conscient soit présent et qui se servent de nous comme amplificateurs d'une énergie à laquelle nous avons, un jour, donné vie.

Combien de fois sommes-nous étonnés qu'une découverte puisse se faire dans plusieurs pays en même temps et par des chercheurs qui ne se connaissent pas. L'on évoque, à ce moment-là, l'espionnage, qu'il soit industriel ou autre, mais pour ma part, j'ai pu vivre une expérience qui m'a donnée un autre aperçu du fait en question.

Une nuit, alors que j'étais, avec le corps de mon âme, en voyage sur une dimension plus subtile de la planète Terre, une autre silhouette apparut dans mon champ de vision. C'était celle d'un homme d'une cinquantaine d'années, aux membres longilignes. Je le regardai, ne sachant ce que me valait cette rencontre, tandis que des volutes claires et ondoyantes émanaient de ses corps subtils et me laissaient deviner une personnalité tenace et soucieuse de logique et de précision.

L'homme ne parut guère étonné de cette rencontre, il était plutôt absorbé dans des pensées qui tournoyaient autour de lui dans une ronde rapide jamais interrompue. Plus attentive aux pensées qui émanaient de lui, je perçus des images de laboratoires et de tubes, puis d'équations diverses écrites à la main sur un vaste tableau noir.

L'homme, visiblement, cherchait une réponse à un problème qui occupait toute sa sphère aurique.

C'est alors qu'un phénomène particulier se produisit : je le vis, peu à peu, disparaître à mes yeux tandis qu'une énergie me propulsait à sa suite. Je ne peux parler ici d'espace, ni de temps, mais plutôt de champ de conscience et c'est cette énergie qui m'attirait aussi. Imperceptiblement, le monde autour de moi avait changé.

L'homme était là, dans un monde qui m'était inconnu et dans lequel je me sentais simplement invitée. Des ondes et des mondes tournaient autour de nous, mais le chercheur ne percevait plus ma présence ou du moins il n'en tenait aucun compte. Il était là, devant des rubans de couleurs vives qui par moments semblaient avoir un visage ou plutôt un semblant de forme. Il écoutait et regardait... tandis qu'autour de lui des murmures semblaient sortir des ondes lumineuses. À mon étonnement, je perçus, peu à peu, les silhouettes de trois autres personnes qui se densifiaient sous mes yeux, tandis que des nombres se formaient tour à tour et dansaient, évoluant harmonieusement autour de ces êtres rassemblés ici. J'étais comme une étrangère lorsque tout à coup, une voix aux intonations inhabituelles, se fit entendre au centre de mon âme.

"Nous sommes dans le monde des nombres. Ce sont eux qui se manifestent physiquement à travers les chiffres. En fait, l'on pourrait dire que le chiffre est le corps physique d'une entité qui est nommée sur Terre "nombre". Ces chercheurs, tu l'as deviné, sont sur le point de comprendre et de résoudre une équation qui est essentielle pour l'avance de leur travail. Le monde des nombres a accepté de leur apporter son aide car le moment est venu pour que cette équation soit comprise par un plus grand nombre. Il ne s'agit pas de "bonne volonté", mais plus simplement de l'avancée des mondes qui ne tient pas compte de l'éthique humaine. Le rôle de ce monde des nombres est de maintenir la planète selon une certaine forme physique et subtile. Il est l'Essence même de la géométrie sacrée et de ce qui en émane.

Ce plan de conscience dans lequel tu te trouves, va apporter une solution aux interrogations de ces chercheurs.

Lorsqu'une découverte se fait à plusieurs endroits de la Terre, au même moment, c'est parce que plusieurs chercheurs

se rendent, comme tu le vois, dans le même égrégore. Ainsi, ils peuvent en capter régulièrement l'énergie qui en provient."

La voix cesse de m'accompagner... Je n'ai pas bougé, pourtant autour de moi, tout semble s'être désagrégé. Je suis maintenant et presque instantanément de retour, au-dessus de cette partie de moi bien physique qui m'attend. Je me plais à imaginer ces hommes qui, à leur réveil, vont s'étirer et se dire que cette nuit a apporté une solution au problème qui les occupe. Peut-être auront-ils la sensation d'avoir fait un rêve dont ils ont oublié une partie et cela les frustrera un peu. Peut-être, pendant la journée, vont-ils avoir ce que l'on nomme un "éclair de génie" ou une "intuition" qui feront d'eux, plus tard, les pères de telle ou telle découverte. Tandis que chaque grande puissance se battra, sur un autre plan, pour que cette découverte, si elle amène la gloire, n'appartienne qu'à elle.

La suite de cette histoire, je ne la connaîtrai peut-être jamais... Elle existe avec ou sans moi et cela est sans importance.

Il y a des années que j'enseigne la lecture des auras et les soins sur les corps subtils, avec mon mari le Dr Antoine Achram. "Enseigner" n'est sans doute pas le mot le plus approprié car, dans ce domaine, il est des sentiments qui ne peuvent s'apprendre, mais nous faisons indubitablement partie du processus de "transmission" de la guérison puisque nous sommes là.

Il fut une époque où découragée, j'avais la sensation que les progrès faits par nos stagiaires étaient aussi infimes que pour ceux qui veulent voir "les auras". Ce découragement, attaché à une partie de mon ego, fit place un jour à de l'étonnement. Parmi les nouveaux élèves, il s'en trouvait de plus en plus qui "voyaient" et se connectaient avec plus de facilité qu'autrefois avec les plans subtils. Au fil

des mois, je pus constater que ce n'était ni moi, ni Antoine, qui étions à l'origine de ce qui se passait. Quant aux stagiaires, ils n'étaient pas forcément plus doués que les précédents. Quel était donc le phénomène qui était à l'origine de cette avance ?

En fait, je ne tardais pas à le comprendre. En accord avec ce que Rupert Sheldrake appelle «les champs morphogénétiques», les derniers stagiaires avaient bénéficié des efforts des premiers et, puisant dans l'égrégore des soins Esséniens, ils avançaient ainsi plus rapidement. Ce qui avait été acquis avec de nombreux efforts et rejoignait l'égrégore de ce type de guérison, retentissait maintenant sur les nouveaux élèves qui apprenaient avec plus de facilité.

Chapitre 14

FORMES-PENSÉES ET AVORTEMENT

«Quoi que ce soit qui nous entoure... c'est notre niveau de conscience qui détermine l'impact et la valeur que nous attribuons aux êtres, aux choses, aux événements.»

(Celui qui vient)

«L'expérimentation» est une voie royale et souvent douloureuse que l'Humain a choisi pour casser son égoïsme et pour arriver à l'essence de son être qui est Compassion.

Pour illustrer ce propos, un soir de ce début de février, j'allumai machinalement la télévision que je regarde rarement et dont je ne connais pas les programmes. Un homme d'origine chinoise, allongé sur l'herbe, parlait en souriant de ses multiples fonctions dans une province. L'émission était déjà commencée et je ne savais pas de quoi il s'agissait. Je ne tardai pourtant pas à comprendre. Le rôle de cet

homme, entre autres, était de veiller au contrôle des naissances. Une naissance, qui aurait pu paraître un bonheur dans certains pays prenait ici des allures de catastrophe nationale. Ce personnage ne semblait ni bon, ni mauvais, il était simplement heureux d'avoir un travail de responsable qui lui donnait des allures de petit chef. Il était attentif à mener à bien ce qui lui était demandé et l'une de ses fonctions consistait à faire avorter, puis stériliser, toute femme ayant plus d'un ou deux enfants. Si le premier enfant était un garçon, le couple devait s'en tenir là et la femme se faire stériliser. Si le premier né était une fille, le couple pouvait faire une autre tentative.

Il expliquait comment il était prêt à tout, depuis avorter ces femmes jusqu'à les stériliser et même les consoler, les porter dans ses bras. C'était pour lui un travail comme un autre et pour lequel il semblait mettre tout son cœur ou du moins, toute sa conscience du moment. Un travail en tout cas qui lui donnait une place d'importance et lui permettait d'assouvir ce besoin de puissance qui sommeille, si souvent, en chacun de nous.

Puis, sur l'écran, défila l'histoire d'une femme qui était en fuite car après avoir donné naissance à deux filles, elle attendait un troisième enfant. Elle savait que l'équipe de surveillance des naissances allait la faire avorter, quel que soit le mois de la grossesse. C'était un véritable drame et le seul but du moment était, pour l'équipe responsable, que l'enfant ne naisse pas. Une battue avait commencé dans toute la région. Les personnes du groupe responsable du contrôle des naissances étaient en état d'agitation extrême car leurs places en dépendaient. Quant à la famille futive, elle allait vraisemblablement se voir confisquer ses terres et ses maigres biens.

Un sentiment de profonde tristesse commençait à

prendre place en moi devant l'inhumanité de notre humanité et je pensai à tous ces êtres qui expérimentaient la vie avec autant de douleur... âmes jeunes, si jeunes.

Et je songeais combien nous avions tous choisi des routes si différentes, pour briser nos coquilles et avec quelle habileté notre âme savait générer les rendez-vous imposés par la vie.

SYLVIE

Lorsque Sylvie vient nous voir, elle est accompagnée par son médecin.

Ce dernier, cherchant à faire tout son possible pour ses malades, s'intéresse, entre autres, à toutes les nouvelles découvertes en énergétique. La jeune femme est épuisée et visiblement faible. Elle a un cancer de l'utérus et malgré de multiples thérapies chimiques et chirurgicales, la maladie est toujours là.

Nous écoutons son histoire, ce qui nous permet d'entrer plus facilement en syntonie avec elle. Tandis qu'elle parle, je la regarde et, plus je regarde et plus je vois tourner autour d'elle une FP contenant un fœtus, attachée à toute la région de l'utérus. La couleur de cette FP est un tissu de culpabilité et de tristesse qui s'étend bien au-delà de la forme et recouvre d'un voile épais la jeune femme. Visiblement, Sylvie s'enferme et tourne en rond dans une douleur dont elle ne parvient plus à s'extraire et qui l'affaiblit de jour en jour. Ce voile est semblable au voile que portaient les femmes autrefois pour un deuil mais, il la recouvre en totalité, ne lui laissant aucune possibilité de respirer un autre air.

Je pose les mains sans intention, sans volonté personnelle. Dès le début du soin, la FP réagit avec force. La pa-

tienne est secouée de sanglots et finit par nous donner un élément nouveau qu'elle avait tu, jusqu'alors :

«J'ai vécu, il y a deux ans, un avortement et je sens aujourd'hui que je ne l'ai jamais accepté ; mais le plus douloureux pour moi, c'est que l'on a mis mon bébé dans un sac poubelle.» Elle sanglote et poursuit : «j'ai l'impression de l'avoir jeté à la poubelle et je n'arrive pas à me le pardonner. Pourtant je croyais bien avoir fait le deuil de cette histoire dont je ne voulais plus parler.»

La lumière de nos mains, cette fois conjuguées, à la tête et aux pieds, du corps physique de Sylvie, continue à agir en connexion avec cette FP. Peu à peu, un apaisement s'installe, des fils semblables à une soie brillante tissent un réseau de lumière autour d'elle et entre l'utérus et la FP. Par endroits, le voile sombre s'amincit et s'éclaire. Sylvie commence à trouver le chemin de son âme et se reconnecte tranquillement avec sa source. Nos mains continuent leur œuvre tandis que la FP est touchée par une onde de lumière arc-en-ciel. À cet instant, tout est possible, mais l'histoire ne dépend pas de nous. Je propose alors à la jeune femme de parler à l'entité qui n'a pas pu naître. Sylvie hésite, puis accepte le dialogue ou le monologue. Elle a réellement envie de ce contact. C'est alors que près d'elle, à la place de la FP contenant le fœtus, nous voyons une silhouette de lumière, celle d'une toute jeune femme qui se tient à ses côtés. Nous n'avons encore rien dit, lorsque Sylvie pousse une exclamation de surprise :

«Je sens un air frais près de moi et je vois de la lumière».

Elle a pourtant les yeux fermés. La silhouette lumineuse, qui se tient maintenant à sa gauche, sourit. Elle ne parle pas mais attend, quand tout à coup, dans un élan d'amour sans condition et sans mesure, Sylvie raconte. Sans fausse pudeur, ni honte, elle parle de cette douleur qui

l'habite, depuis qu'elle est petite, lorsqu'elle a su que sa mère a tenté de se faire avorter alors qu'elle l'attendait.

Elle parle de cet avortement qu'elle ne voulait pas, et qui l'a tellement touchée, de cette vie qu'elle portait et que le personnel considérait comme banale et insignifiante. Sylvie parle et se raconte d'une petite voix d'enfant blessée et rejetée. La culpabilité et la douleur qui alimentent la FP sont encore présentes, puis peu à peu, comme portée par la magie du verbe, une onde paisible se glisse doucement autour de nous. L'Amour est là, tangible, dense, actif, prêt à transmuter toutes les FP qui stagnent encore dans la pièce.

La voix de la jeune femme s'élève, douce et calme. Elle explique à l'entité qu'elle l'aime et qu'elle aurait voulu que tout se passe autrement et ce qui se passe alors est bien au-delà des mots prononcés. C'est une énergie de Vie qui circule et nettoie tout sur son passage.

Un silence tout à coup recouvre la pièce, comme un voile léger qui s'étend sur tout un paysage intime et secret. Sylvie s'est tue. Elle est là allongée, les yeux fermés lorsqu'une main de lumière vient avec simplicité et tendresse se poser sur sa tête, comme pour la caresser.

C'est celle de l'entité qui dans un geste d'amour semble dire «merci»... Elle aussi, apaisée et libérée de ce lien qui les attachait l'une à l'autre par la culpabilité, va pouvoir continuer un itinéraire, qu'elle seule connaît.

Sylvie pleure, mais non plus de culpabilité ou de désespoir, non, cette fois, ce sont des larmes d'apaisement, celles d'un bonheur intense qui comprend et qui ne juge plus rien ni personne. Elle n'en veut plus au monde médical, à sa mère, à elle et à la Vie. Elle est là, tout simplement là, avec elle-même et c'est beau. Toutes les ondes qui s'échappent d'elle à cet instant, portent les couleurs des

messages d'amour «sans-attente» et de réconciliation...

Sylvie n'est plus cette petite fille dont on ne veut pas et que l'on veut expulser de force, elle n'est plus cette femme qui rejette involontairement la Vie qu'elle porte. Elle est simplement, à cet instant, un Être qui au plus profond d'elle-même sait que la Vie n'est jamais injuste et que ce qu'elle lui propose fait partie intégrante de son itinéraire.¹³

C'est l'énergie générée par une action et non l'acte lui-même qui va engendrer la culpabilité. Il s'agit simplement d'une histoire de conscience et de maturité de l'âme. L'homme qui s'occupait du contrôle des naissances dans un village chinois, ne pensait pas faire quelque chose contre nature, mais lorsqu'un jour son âme aura une vision autre du respect de la Vie, la culpabilité prendra forme et deviendra une FP qui le talonnera jusqu'à ce qu'il puisse se pardonner et s'aimer.

La culpabilité naît d'une rupture entre ce que nous faisons et ce que la maturité de notre âme, de notre cœur, connaît. Lorsqu'il y a rupture, commence alors le long et beau périple qui nous amènera, en fin de route, à transmuter, à aller au-delà d'un pardon au goût trop humain et à tout simplement aimer.

Il arrive souvent qu'une FP de culpabilité se forme dans l'aura d'une femme qui avorte. Elle la traînera, comme un poids invisible jusqu'à ce qu'une opportunité se présente pour la dissoudre : une adoption, une aide, une autre

13- Sylvie a vécu un avortement thérapeutique qui l'a beaucoup affectée, notamment à cause de ce qu'elle a éprouvé en temps que fœtus. Cela ne signifie en aucun cas que les avortements spontanés, thérapeutiques ou volontaires, soient à l'origine de cancer. Par contre, il y a toujours une ou des FP qui restent autour de celle qui n'a pu garder l'enfant. (voir le Non Désiré de Daniel Meurois-Givaudan)

naissance. Nombreux sont les moyens qui s'offrent à celle qui cherche à réparer ce que certains appellent une «faute».

Une rencontre déterminante et bénéfique pour chacun permettra de clore un chapitre qui a souvent le goût de l'inachevé... Il y a tant de façons proposées par la Vie pour que s'accomplisse ce que nos âmes avaient choisi. À nous d'être suffisamment disponibles pour ne pas refuser ce qu'invariablement nous attirons à nous pour guérir.

Je citais, un peu plus haut, l'action que les orientaux appellent le «karma immédiat» qui fait en sorte qu'une FP émise et qui génère une action soit aussitôt renvoyée vers son émetteur. Cela est de plus en plus vrai aujourd'hui et nous constatons tous qu'une action nous est parfois retournée avec force et rapidité. Ainsi, nous résolvons sans attendre ce que nous avons créé sur un plan physique ou subtil. C'est l'histoire connue de «l'arroseur arrosé» qui cette fois nous touche tous. La planète nous entraîne avec elle dans une phase d'épuration que nous n'avions guère connue jusqu'alors et nous permet à tous de transmuter ces bagages dont nous n'avons plus besoin, pour l'aventure qui nous attend.

Chapitre 15

FORMES-PENSÉES ET GÉNÉTIQUE

«Lève les yeux vers le bleu du ciel et respire...

*Crois-tu que l'un de nous appartienne
à qui que ce soit ? Chacun s'appartient»*

(Chemins de ce temps-là)

Parmi les FP qui agissent en nous et au-delà de nous, ils en existent qui ne nous appartiennent pas. Leur action est cependant tout à fait remarquable et peut empoisonner toute notre existence tant que nous continuons à les ignorer.

Nous avons tous entendu ou connu des personnes qui se mouraient d'une maladie comme leur père ou leur mère au même âge. Peut-être vous-même, souffrez-vous de la même pathologie que votre père ou grand-père, si vous êtes un homme, ou mère ou grand-mère, si vous êtes une femme.

Si vous pouvez dire : «comme mon père, j'ai un ennui

cardiaque» ou «comme ma mère, j'ai des problèmes de circulation sanguine ou un cancer au sein», dites-vous qu'il est fort probable que vous transportiez autour de vous, dans votre aura, des FP qui appartiennent à toute une lignée d'hommes ou de femmes avant vous.

Je ne vais pas faire ici un cours sur la généalogie car ce n'est pas ma spécialité¹⁴. D'autres le font bien mieux que moi, mais je vais vous faire part de ce que j'ai pu remarquer dans l'aura des personnes porteuses d'une pathologie familiale.

Lorsqu'une personne a un problème physique spécifique tel une faiblesse des intestins ou encore un problème de cœur (je parle de l'organe) et que, ses parents ou grands-parents souvent de même sexe, ont été affectés par le même «mal», il est courant de dire qu'il s'agit là d'une faiblesse congénitale.

J'ai appris il y a quelque temps, qu'aux USA, certains chirurgiens préconisaient l'ablation mammaire préventive aux femmes dont les mères avaient eu un cancer du sein. Ces médecins pensent-ils sincèrement éviter de cette façon que la maladie ne touche les descendants? L'ignorance du fonctionnement des corps subtils mène bien souvent à des aberrations de ce type et tant que le corps ne sera considéré que comme une mécanique à réparer, il manquera un ingrédient essentiel à la Guérison totale.

Lorsqu'un Être humain s'incarne dans une famille porteuse d'une faiblesse, est-ce du «hasard» si l'un des enfants hérite du problème et non les autres?

Lorsque je regarde l'aura d'une personne qui est atteinte d'une «maladie familiale», je vois bien souvent des FP

14- *«Aïe mes aïeux» d'Anne Ancelin Schützenberger - Editions Desclée de Brouwer*

qui sont reliées à l'organe affecté. Pourtant, la couleur de ces FP, leur nombre et leur emplacement me permettent de dire qu'elles n'appartiennent pas seulement à la personne qui est atteinte par la maladie. Souvent, dans ces FP, sont contenues des informations reliées à l'un des parents, des grands-parents et parfois des arrières-grands-parents.

De quoi s'agit-il plus précisément ?

SYLVAIN

Sylvain est un ami de longue date. Il souffre de brûlures d'estomac depuis longtemps, mais nous dit-il, c'est familial. Pourtant, depuis quelques temps, il est soucieux. Son père est mort d'un cancer de l'estomac à l'âge de cinquante-quatre ans : rechute puis rémission, chimio puis bilans, jusqu'à l'issue fatale et douloureuse tout est gravé dans la mémoire de Sylvain. En fait, il n'en parle pas, mais dans un coin de son aura reste lovée une FP qui nous informe que rien n'est vraiment digéré. Il a simplement occulté sa peine, sans toutefois la transformer.

Le problème se profile tout doucement à l'horizon de l'aura de Sylvain, une date s'impose, il va bientôt avoir, lui aussi, cinquante-quatre ans. La FP se réveille, elle se réactive sous l'effet de la pensée non formulée, mais bien présente de Sylvain, qui ne peut s'empêcher d'identifier son mal avec la maladie de son père.

Notre ami a pourtant fait tous les examens et aucun signe de cancer n'a été décelé... Chez son père non plus, on n'avait rien vu. La maladie s'était déclarée brutalement et avait duré seulement quelques mois. L'angoisse de Sylvain s'amplifie rien qu'en y pensant.

Les jours passent et lui d'habitude si jovial rentre dans

une phase dépressive importante. Que se passe-t-il ?

Une FP, nous l'avons vu, se met en place, selon la perception que nous avons, face à une situation. Cette FP sera ensuite entretenue par la fréquence, la force et la constance avec lesquelles nous allons la nourrir. Il y a des FP qui nous suivent depuis longtemps et celles que nous captons et entretenons de nos familles. Dans le cas de Sylvain, il s'agit de cette dernière FP.

Lorsque nous prenons le chemin de l'incarnation, nous arrivons dans une famille qui a des capacités, des faiblesses, une façon de voir les choses et de les comprendre et cela est un facteur non négligeable dans les cartes avec lesquelles nous allons devoir jouer cette présente vie.

Sylvain, au moment de sa naissance, peut avoir une fragilité au niveau de l'estomac puisque, et il l'apprendra plus tard, son grand-père est également mort d'un problème d'estomac à l'âge de cinquante-trois ans. Sylvain avait alors dix ans lorsque son père est mort et il lui en a toujours voulu de l'avoir abandonné ainsi. Cette fragilité au niveau de l'estomac est depuis ce jour présente comme une marque de famille (et non pas de fabrique).

À partir de ce moment-là, selon la façon dont Sylvain va accepter ou non les événements de la vie, selon le regard qu'il posera sur ses «difficultés», sa fragilité de départ pourra ou non se transformer en pathologie.

Le Père de Sylvain s'est trouvé orphelin de père à l'âge de dix ans, c'est à cet âge que Sylvain a perdu lui aussi son père. Élevé dans une famille éprouvée par des deuils «mal digérés», l'attitude de non acceptation, devant les soi-disantes injustices de la vie, était fréquente du côté paternel. Le petit garçon, imprégné par cette façon de voir la vie, a lui aussi répété une attitude identique à celle de son père et vraisemblablement de son grand-père.

«La vie est injuste et je n'accepte pas ce qu'elle propose» pourrait résumer ce que ressentait, à chaque mort ou à chaque épreuve de ce type, le petit garçon.

Et c'est là que se détermine le moment où une simple faiblesse devient maladie.

Lorsque Sylvain considère les événements comme son père et son grand-père les considéraient, il réactive une FP qui va l'affaiblir de plus en plus.

Nous avons demandé à Sylvain s'il pouvait savoir ce qui s'était passé au niveau de son grand-père. Il s'est renseigné et a pu enfin comprendre sa propre histoire.

Le grand-père travaillait à l'étranger. Son poste était valorisant et bien payé et lorsqu'il rentrait avec toute la famille en France, il vivait largement et ne regardait pas à la dépense. Un jour pourtant, un événement survint et changea toute cette vie facile et sans souci. Le grand-père fut accusé injustement d'avoir détourné des fonds.

Proche de la retraite, il fut renvoyé de son poste et sa retraite fut diminuée de moitié. Encore jeune, le grand-père s'endetta pour acheter une petite pharmacie vieillotte et fit des projets pour lui donner une nouvelle vie... Un an passa, lorsqu'un jour, le comptable de cette petite affaire demanda un rendez-vous urgent. Le grand-père, qui avait emprunté une somme conséquente, découvrit en regardant les comptes qu'il avait été escroqué. La pharmacie valait bien moins que ce qu'il avait payé et les bénéfices n'étaient pas ceux qui avaient été notifiés sur les documents qu'il avait eus sous les yeux.

Dégoûté devant ce qu'il considérait comme un nouvel échec et ruiné, il mourut quelques mois après d'un cancer à l'estomac.

Le père de Sylvain a, malgré tout cela et grâce à l'aide d'une de ses tantes, pu faire de bonnes études. Médecin,

installé dans un cabinet de groupe, il travaille tout à fait correctement. Un jour pourtant, il reçoit une lettre officielle d'un avocat. Cette lettre porte une accusation grave : «Celle de non assistance à personne en danger.»

Le médecin ne comprend pas. Il a toujours fait son travail le mieux possible. C'est complètement «injuste» se dit-il sans comprendre. Il apprendra à ses dépens qu'une jeune cliente s'est suicidée en sortant de son cabinet médical. Les parents de cette jeune femme ont porté plainte. Ils sont influents et les procès se succèdent. Le père de Sylvain n'en dort plus, il s'aigrit et devient agressif, tandis que son cabinet se vide peu à peu. C'est à ce moment-là, qu'il apprend qu'il est atteint d'un cancer de l'estomac.

Sylvain est pharmacien et ses affaires ne vont pas comme il le souhaiterait. Lui aussi s'est fait berné par son vendeur, il y a quatre ans environ et il doit maintenant déposer le bilan. Ce qu'il considère comme «un échec et une injustice» s'ajoute à la mort de son père, qu'il n'a toujours pas digérée. En effet, après cette mort, sa mère a dû beaucoup travailler pour subvenir aux besoins des enfants et maintenant, elle est dans une clinique car dépressive. Elle perd souvent la tête.

Sylvain réactive toutes les FP d'injustice et de révolte autour de lui. Reliées à l'estomac et au troisième chakra, elles sont, là prêtes à se nourrir, à alimenter et à donner une couleur à tout événement que Sylvain va rencontrer sur sa route.

Va-t-il continuer à se nourrir des égrégories de rancœur, de colère et de peur, et rester enchaîné à ces FP ou décider de respirer la vie autrement ?

Va-t-il vivre, par procuration, la vie de son père ou de son grand-père ou vivre son propre chemin ?

Va-t-il accepter de résoudre son histoire en transmutant

ce qui est un héritage familial mais ne lui appartient pas ? Sylvain dit Oui, Oui avec la tête et Oui avec le cœur. Il veut passer à autre chose et se sent, cette fois, capable de suivre un itinéraire qui ne concerne que lui. Il accepte et c'est dans cette acceptation que le miracle de la transmutation a pu s'accomplir.

En quelques mois, Sylvain est un autre homme. Il n'en veut plus à la Vie et a décidé de changer du tout au tout. Il est parti avec sa famille vivre sur une île et renaît à la douceur de vivre sous les tropiques. Il n'a plus rien à prouver, ni aucun honneur à racheter.

Il n'a plus mal à l'estomac depuis des années et le cap des cinquante-quatre ans est aujourd'hui largement dépassé.

La question que nous pouvons nous poser est celle-ci :

«Pourquoi nous incarnons-nous dans une famille pour y capter des FP qui ne nous appartiennent pas ?»

Je me dois d'être plus précise et lorsque je dis «ne nous appartiennent pas» cela n'est pas complètement exact. En effet, il est impossible de capter une FP qui n'aurait absolument rien à faire avec nous. Lorsque nous reprenons à notre compte et comme un héritage une FP qui traîne de génération en génération, c'est parce que nous avons à notre niveau quelque chose qui rentre en syntonie avec cette énergie émise par la FP. «Ne pas digérer les événements qui paraissent injustes», fait aussi partie de l'histoire de Sylvain et s'il prend sur lui cet héritage, c'est parce qu'il traîne depuis bien longtemps cette blessure.

Savoir depuis quand et de quoi il s'agit exactement n'a guère d'importance. Il est simplement essentiel de savoir que nous ne captons rien au hasard et qu'une FP familiale qui nous touche correspond toujours à une blessure en nous.

Si nous guérissons (et je n'en doute pas, car notre époque nous permet peu d'échappatoires), nous guérirons non seulement tous nos descendants susceptibles d'avoir quelque chose à voir avec cette histoire, mais nous libérons aussi nos ascendants. C'est là, les «miracles» que la Vie nous propose par les liens qui nous unissent tous.

Une graine ne se plante pas en plein ciel et si nous voulons guérir nous devons cesser de faire des tentatives d'évasion de la Terre et de ce qu'elle nous propose. Lorsque j'entends dire «je ne me sens pas bien sûr cette Terre, je viens sûrement d'ailleurs et j'aimerais y retourner», je peux comprendre. Cela me paraît cependant complètement inadapté à ce que nous prétendons être. Celui qui refuse son incarnation n'aura jamais de bonnes racines et sans racines, il nous est impossible de monter très haut, sous peine d'être comme un arbre sous les coups répétés du vent : Déraciné !

Chapitre 16

FORMES-PENSÉES ET SECRETS DE FAMILLE

*«Les morts sont invisibles,
ils ne sont pas des absents.»*

Saint Augustin

J'ai cité dans le cas de Sylvain, comment une FP peut nous amener à développer une forme de «maladie familiale». Dans le domaine du comportement, l'action des FP agit d'une manière tout à fait analogue.

Je connais et nous rencontrons tous, des personnes qui ont eu des épisodes de vie très semblables à ceux de leurs géniteurs. Je me souviens d'un séminaire que nous donnions avec Antoine et où plusieurs participantes s'étonnaient de découvrir qu'elles avaient eu, comme leurs mères, trois enfants, qu'elles avaient divorcé à trente cinq ans comme elles ou qu'elles faisaient un travail qui ressemblait à

celui que leurs mères aurait voulu faire.

Les faits que je viens de citer n'ont pas une incidence grave et n'entraînent aucune pathologie particulière en dehors du fait de nous apercevoir que nous ne sommes pas vraiment nous. Cependant, j'en viens à ce qui peut créer une maladie de comportement : certaines FP nous font agir d'une façon contraire à ce que désire notre être profond et nous rendent ainsi... malades... de culpabilité.

Dans le livre «lecture d'auras et soins esséniens», je cite le cas d'un ami. Celui-ci est mort d'une tumeur aux intestins que rien n'a pu enrayer. La FP attachée à la partie malade, était le visage d'une jeune femme.

Pourquoi cet ami a-t-il abandonné, d'une certaine façon, son enfant, tout en pensant que ce serait mieux pour tous : parce qu'il avait cru vivre un abandon paternel lorsqu'il était bébé et parce que ce fait non réel avait gravé sa marque dans son inconscient. Cependant, son cœur, comme son âme, souffrait de ces deux abandons. Inconsciemment, il se sentait coupable du second et le secret de famille concernant la mort de son père le bloquait dans la possibilité de résoudre consciemment cette histoire.

Un secret de famille peut tuer ! Semblable à un couvercle posé sur une cocotte minute, il finira tôt ou tard par exploser.

Sur un plan subtil, une FP, détentrice d'un secret, fonctionne d'une manière tout à fait larvée. Elle n'en est donc que plus dangereuse et redoutable dans son efficacité, au dépend de celui qui la porte car elle œuvre à l'insu de tous.

Une jeune femme nous racontait l'histoire suivante :

Durant sa petite enfance, elle avait de grandes difficultés à s'endormir. En fait, cette petite fille qu'elle était alors, voyait constamment au-dessus de son lit une forme qui flottait et qui ressemblait à un bébé. Elle avait très peur

et restait éveillée une partie de la nuit, dans la crainte d'être touchée par cette forme. Cela dura jusqu'au jour où elle entendit sa mère parler avec l'une de ses tantes. Sa maman parlait d'un petit garçon qu'elle avait attendu avant sa fille, un tout premier bébé qui était mort, peu de temps après sa naissance et pour lequel elle avait des difficultés à faire le deuil. À partir de ce moment-là, la petite fille, au lieu d'être bouleversée, se sentit complètement libérée. Elle eut envie de rire et de courir. Et le même soir, elle put enfin s'endormir paisiblement. Jamais, elle ne revit de forme au-dessus de son lit.

Ce qui s'était passé pour cette petite fille était simple : elle avait inconsciemment perçu le drame et la FP qui flottait encore dans l'aura de sa mère, mais ne pouvait mettre de mots et de faits sur ce qu'on refusait de lui dire. Pourtant un enfant, jusqu'à l'âge de sept ans, est relié à un cordon ombilical subtil maternel qui lui fait percevoir, avec plus de force qu'il ne le fera jamais par la suite, tout ce qui concerne sa génitrice¹⁵. Ainsi donc, l'enfant voyait ce qui occupait l'espace autour de sa mère et faisait sienne l'histoire mystérieuse qui était à son origine.

Quoi que l'on fasse, un drame non dit est perçu par un enfant avec un mystère qui lui donne encore plus d'impact. Il n'y a pas besoin de mots pour percevoir une FP et les petits enfants sont souvent plus aptes à le faire car leur mental n'est pas encore une barrière. Les mots peuvent, en très peu de temps, dédramatiser une situation et faire que tout reprenne une place moins pesante.

Nous connaissons tous, dans nos vies respectives, des moments difficiles ou qui nous paraissent tels. Un inceste, un viol, un suicide, une faillite, un crime, un abandon, tout

15- Voir «lecture d'auras et soins esséniens»

peut être vécu dans cette vie et prendre une couleur différente selon le regard que nous poserons dessus. Évitions d'alourdir notre marche et celle de nos enfants ou petits-enfants, en gardant au fond de nous des événements qui nous paraissaient terribles lorsqu'ils ont été vécus. Prenons de l'altitude et dédramatisons ce qui l'a été pour simplement s'en tenir à des faits.

SAM

Le cas de Sam est tout à fait particulier. Lorsque l'on voit ce petit garçon, il est déclaré comme «autiste». Pour Antoine, bien que médecin, comme pour moi, les mots ne signifient pas grand-chose et nous regardons ce petit être de six ans qui parfois sourit et d'autres fois s'agrippe à ses parents d'une manière compulsive et agressive. Aucune lecture des auras n'est possible, mais il y a bien d'autres formes d'écoute et de communion.

Je regarde Sam et mon regard est peu à peu attiré vers le haut de son corps. C'est en effet là que tout se passe ou se place. Le petit Sam n'a pas de racines, il y a en lui un profond refus de s'incarner dans la matière. Toute la lumière qui l'habite tourne et danse vers le haut de son corps physique et à travers ses yeux je perçois d'autres regards furtifs qui passent, aussi rapides que l'éclair, et n'ont pas de résonance humaine.

Je relâche mon attention pour être simplement disponible, sinon je sais que rien ne pourra se passer entre le petit Sam et moi. Si mon désir de l'aider ou mon mental se mettent en route, ils interféreront comme un écran entre nous et aucune communication n'aura vraiment lieu ou si peu...

Quelques minutes se passent, de longues, longues mi-

nutes qui me semblent s'étirer dans un temps qui n'en finit pas. Puis tout à coup, je perçois un, puis deux, puis une myriade de petits êtres, semblables à des êtres de la nature, qui acceptent de se montrer à moi. Je reconnais alors leur regard malicieux et joueur, celui perçu un peu plus tôt dans le regard du petit Sam. Ils sont tels des éclats de rire et je les connais bien ces petits êtres qui n'ont pas la notion de morale terrestre. Ils jouent et expérimentent la matière comme ils le peuvent, sans volonté de nuire. Ils jouent et rien ne compte pour eux, en dehors de ce qui les amuse. Ce sont eux qui par moments habitent le véhicule physique de Sam et le font agir d'une façon déroutante. J'essaie de communier avec eux par image, lorsqu'au fond de moi, la voix de l'un d'eux se fait entendre, retranscription fidèle de ce qu'ils souhaitent me dire :

«Nous sommes là pour aider Sam. Il a laissé de la place dans un corps de matière qu'il refuse d'habiter complètement. Nous avons fait un pacte, lui et nous. Nous pouvons expérimenter la matière à travers lui jusqu'à ce qu'il décide d'investir son corps physique. Entre-temps, nous donnons vie à ce corps et nous le soutenons. Sam ne veut pas et ne peut pas descendre parce que dans sa famille une histoire ancienne bloque son incarnation, l'en empêche.»

Je me pose la question de savoir si une FP peut en effet bloquer la vie et mes souvenirs défilent avec rapidité. Le souvenir d'une amie me revient : elle m'a un jour raconté comment dans sa propre famille, il ne pouvait y avoir d'enfant jusqu'à ce que la mère lève le voile sur un événement qu'elle avait vécu et non encore accepté... Après la révélation, tout est rentré dans l'ordre logique de la Vie. Mais est-ce aussi simple à chaque fois ?

Toute à mes pensées, je ne m'étais pas aperçue que la voix s'était arrêtée, aussi brutalement qu'elle avait surgi.

Les parents, qui par chance sont des êtres ouverts et qui ont entendu parler des êtres de la Nature, m'écoutent et s'absorbent à leur tour dans les images de leur propre vie, cherchant à retrouver une trace qui puisse les aider. Mais, cette fois-là, rien ne vient. Ils s'en vont avec comme objectif de savoir si quelque chose de larvé, un non-dit, ronge encore l'une ou l'autre de leurs familles.

Après de longues recherches, la mère de Sam finit un jour par entendre, de sa grand tante, l'histoire suivante : «Ma sœur, ta grand-mère a vécu quelque chose de terrible. Tu me questionnes depuis quelques mois sur notre famille et j'ai bien réfléchi, je vais te raconter ce qui s'est passé et que je suis seule, avec elle, à connaître. Elle est morte avec ce secret et je crois que tu as raison, il n'est plus temps de rester sur de vieilles histoires.

Annie et moi-même avons eu une enfance difficile dont nous n'avons jamais voulu vous parler, peut-être par honte de nous-même, par peur d'être jugées, mais aussi pour ne pas vous alourdir. Nous avons voulu oublier, mais je sais maintenant que l'on ne peut jamais effacer un événement... On fait simplement semblant de ne plus s'en souvenir et on essaye de vivre.»

La grand-tante reprend son souffle. Elle est là, calée au fond de son fauteuil et tortille une couverture de laine qu'elle place d'habitude volontiers sur ses genoux lorsqu'elle s'assoupit dans la journée. Son regard se perd dans le lointain, à la recherche des mots pour raconter les faits. Le souvenir évoqué la rend nerveuse et elle souffre visiblement d'en parler. Sur un profond soupir, elle continue : «Chaque jour de notre enfance était, pour nous deux, un jour terrible, la même histoire recommençait. Le père de notre mère, qui vivait avec nous, était toujours derrière nous. Il nous regardait nous laver, nous déshabiller et allait nous voir le soir,

dans nos lits, pour nous toucher en nous demandant de ne rien dire, sinon nous serions très gravement punies. Nous savions bien que ce qu'il faisait n'était pas bien, quelque chose en nous le savait, mais nous avions très peur et nous pensions être en faute.

Lorsque nous avons grandi, le grand-père était toujours là, encore plus vicieux qu'avant. Les incestes se sont succédés jusqu'au jour où ta grand-mère, ma soeur, est tombée enceinte, elle venait d'avoir quinze ans. Je sais que tu dois penser que nous étions bien bêtes de ne rien avoir dit, mais à cette époque c'était très difficile. Maman pensait que son père était un saint-homme qui gardait ses filles avec amour, pendant qu'avec papa, elle allait travailler dans les champs.

Nous avons toutes deux réussi à cacher cette grossesse et après une tentative d'avortement ratée, Annie a pris la fuite et s'est cachée jusqu'à l'accouchement. Nos parents très inquiets la faisaient rechercher partout. J'allais la voir en cachette et je leur disais simplement qu'Annie avait fugué avec un homme, mais qu'elle allait bien. Ils étaient très fâchés contre elle et ne voulurent plus la voir.

Lorsqu'enfin, la naissance a eu lieu, une famille chrétienne voulut bien prendre le bébé, à condition de ne plus jamais le revoir. Nous étions très jeunes et nous étions heureuses de ce dénouement, mais je vis bien que pour Annie ce n'était pas facile. Elle était, le jour de la naissance, comme une petite fille qui tient un bébé dans les bras et apprend à jouer à la maman. Mais cette fois, ce n'était pas un jeu et lorsque le couple est venu chercher le petit garçon, j'ai vu dans le regard de ma sœur tout le désespoir du monde. J'essayai de l'aider, mais nous n'avions guère qu'un an de différence et tant de traumatismes derrière nous.

Plus tard, elle a rencontré ton grand-père avec qui elle a

eu cinq enfants et nos parents lui ont bien sûr pardonné sa fugue, tout en ne connaissant rien à son histoire. Le grand-père est enfin mort, étouffé par un morceau de pain mal avalé et je peux dire que nous étions toutes deux soulagées.

Je sais que bien des fois, dans le regard de ma sœur, passait la même infinie tristesse qui avait été la sienne lorsqu'elle a donné son enfant et je sais aussi qu'elle a longtemps essayé de le retrouver. Je ne sais pas si elle a pu le revoir ou simplement l'apercevoir avant de mourir? Je crois que si c'était le cas, elle me l'aurait dit... mais Dieu seul le sait.

Peut-être que vous en saurez plus, un jour, si vous arrivez à retrouver cet homme et, cette triste histoire sera ainsi achevée.»

Je ne sais pas ce qu'ont pu faire les parents de cette information, mais j'ai eu des nouvelles de Sam par sa thérapeute. Il a de plus en plus de moments où il est là sur Terre et il peut être maintenant scolarisé.

L'histoire de Sam n'est pas, et je tiens à le dire, une histoire commune à tous les enfants autistes, cela est évident, car chaque être emprunte un itinéraire unique qui détermine le pourquoi de son refus de venir sur Terre. Cependant, il est important de savoir qu'une FP de secret peut bloquer la descente d'une vie dans la matière jusqu'à ce que le problème reprenne une place et une dimension acceptables. L'énergie subtile et électro-magnétique qui soutient un problème de ce type, crée un nuage noir au-dessus de la tête des personnes concernées par les faits et bloque l'avance de leur vie sur un ou plusieurs plans, qu'ils soient physiques, psychiques ou subtils.

Trop souvent, ce que nous croyons venir «d'un domaine subtil», nous paraît inconsistent. Cependant, et ce grâce

à une physique qui dépasse de loin la simple matière, il est maintenant démontré par certains chercheurs, tel Pribram, que le cœur, par la simple énergie qu'il émet, est capable, par l'intermédiaire du cerveau, de créer un impact fabuleux jusque dans la matière dense. C'est lui qui va transmettre l'énergie qu'il contient, par l'intermédiaire des FP. Ainsi, tour à tour, nous élevons ou aplanissons des montagnes sur notre route, sans notion de juste ou d'injuste, de bon ou de mauvais, jusqu'à ce que nous retrouvions la Source dont nous nous sommes coupés.

PRATIQUE POUR LA TRANSPARENCE :

Imaginez-vous durant une journée comme une personne transparente. Vous êtes un Être qui ne garde aucun secret, aujourd'hui tout est clair en vous et autour de vous.

Chaque personne que vous croisez peut lire en vous comme dans un miroir, vous ne cachez rien, vous n'occultez rien. Le sourire que vous offrez ne cache rien d'autre qu'un sourire, vos paroles sont vraies et vos mots ne sont porteurs d'aucun jugement.

«Les secrets» ne vous concernent pas plus que les «on dit» ou les «bruits de couloirs». Vous n'y participez d'aucune façon, ni pour ni contre.

Offrez-vous simplement dans votre vie, de temps en temps, puis de plus en plus régulièrement, cette journée de lavage et de purification et sentez combien, le soir au coucher, le bien-être vous habite et combien votre énergie s'en trouve régénérée.

Nous avons jusqu'à présent abordé les FP individuelles puis familiales. Dans un même ordre d'idée, il existe une

«génétique de société», avec ses réactions, sa sensibilité, sa «sagesse» et ses croyances dont nous héritons bien avant notre incarnation physique. Durant les neuf mois qui précèdent notre naissance et souvent avant que cette descente vers la Terre ne commence, nous nous programmons et nous recevons l'impact de parents qui appartiennent à un groupe plus vaste, inclus dans une civilisation, une époque. Nous appartenons ainsi «génétiquement» à une société, avec ses concepts et ses rites, qui nous conditionneront, quel que soit notre accord ou désaccord avec celle-ci.

Nous croyons ainsi avoir «des racines», mais ce sont précisément elles, qui telles des ombres sécurisantes, vont à leur tour nous servir de prison et de moules porteurs de germes de guerre et de conflits.

Seuls, l'Amour et la Force de notre âme, nous permettront de sortir de ce cadre étroit de civilisation, pour nous expanser bien au-delà. Un jour, libérés de la nature du regard que nous posons sur la Vie, nous transmuterons le poids de la génétique de l'humanité terrestre avec lequel nous vivons.

Chapitre 17

FORMES-PENSÉES PARASITES

*«La robe dont vous devez vous dévêtir est
celle de votre souffrance... c'est celle du non amour !»*

(Chemin de ce temps-là.)

Depuis plus de vingt années au service des énergies subtiles, je me suis aperçue lors de la lecture des auras, que je voyais de temps à autre des FP que je pourrais qualifier de «parasites». Je leur donne ce nom parce qu'elles contiennent une histoire ou un fait qui n'a pas d'attache avec un événement de la vie présente de la personne qui en est porteuse, ni même avec un épisode précis de sa vie passée.

Ces FP parasites, moins lourdes et moins contraignantes que les FP familiales, peuvent cependant induire un comportement, une attitude ou une façon de penser qui n'ont que peu de rapport avec celles de leur porteur.

C'est ainsi qu'un jour, une jeune femme vint me consulter car elle avait une crainte paralysante de se faire violer. Dans sa vie actuelle, ni son éducation, ni aucun fait particulier ne pouvaient l'amener à cette peur qu'elle contactait à chaque fois qu'elle se promenait seule, dans un endroit isolé mais non «dangereux».

Fait étrange, mais compréhensible en rapport de ce que l'on connaît, il s'avérait qu'à chacune de ses sorties, en solitaire, elle se faisait aborder par un inconnu et immédiatement l'énergie de peur se réactivait en elle.

Une FP traînait dans l'aura causale, en connexion avec ses vies antérieures, mais en même temps, fait inattendu, aucun lien entre la FP et une partie de son corps ne pouvait être perçu. Cette FP flottait là, dans un univers qui appartenait à la jeune femme mais qui, en même temps, n'avait pas de lien concret avec elle.

À ce niveau, je tiens à mettre en garde ceux qui se «lancent» dans les thérapies énergétiques car, c'est ce moment que va choisir le mental pour élaborer de fausses constructions qui vont alors embrouiller davantage une situation qui est déjà complexe.

Nous sommes souvent dépités, en tant que thérapeutes, de ne pas trouver de réponse face à une personne qui nous demande de l'aide. Cependant, il est essentiel pour moi que nous ne fassions aucune interprétation de ce que l'on peut voir et que l'on ne connaît pas. Nous partons alors dans des déviations douloureuses pour chacun et qui ne sont conduites que par la satisfaction momentanée de notre ego. Savoir et réussir à tout expliquer, nous donne une sensation de «Pouvoir» par laquelle nous passons tous. Lorsque nous sommes sans réponse, nous avons peur... peur de ne pas réussir, de ne pas être à la hauteur, peur de

notre incapacité. La voie de l'authenticité est pourtant la seule qui enlève la sclérose que peut connaître notre âme et nous permettre d'être un réel «Canal de Lumière».

Il est facile de dire et je l'entends souvent chez les thérapeutes énergétiques : «Ce n'est pas nous qui soignons, c'est la Lumière à travers nous.»

Mais entre ces paroles et leur concrétisation, existe un vaste océan. C'est ainsi que, lors de la lecture de cette jeune femme, j'eus la surprise d'entendre un de nos stagiaires, qui avait une bonne vision des corps subtils, lui annoncer :

«Tu as dû avoir des problèmes d'inceste avec ton père puisque la FP est à droite et en rapport avec une énergie masculine. Comme elle est placée en limite de l'aura causale, c'est donc la réactivation d'une histoire de ta toute première enfance qui est aussi en rapport avec une vie précédente. C'est un événement douloureux qui s'est effacé de ta mémoire et tu ne t'en souviens plus...»

Voilà exactement ce qu'il ne faut pas dire !

La jeune femme, à ces mots, sursaute et je la comprends. Elle nous apprend alors que son père est mort, qu'elle ne peut plus lui poser de questions à ce sujet, mais qu'elle avait une grande confiance en lui.

Dans l'aura de la patiente volontaire, les couleurs se transforment et se mêlent. Je perçois, même si rien ne le laisse apparaître dans son attitude, qu'elle éprouve une grande confusion à l'égard de ce qui vient d'être dit. Elle a confiance dans le stagiaire qu'elle connaît et qui a parlé et se demande si ce qu'il vient de voir est vrai. La douleur l'habite et les interrogations se succèdent en elle. «Qu'a-t-il vu ? Que penser de tout cela ? Et si c'était vrai ? Alors mon père ne serait pas aussi bon que je le pensais...»

Un monde est sur le point de s'écrouler autour d'elle, et l'image de son père se ternit peu à peu. Ce qui se passe, à

cet instant, est contraire à notre objectif de thérapeutes : celui d'amener un être à révéler ce qu'il a en lui et non à lui imposer nos propres croyances, teintées la plupart du temps par nos difficultés personnelles.

Peu importe, à la limite, qu'il y ait, ou non, eu des faits incestueux dans la réalité physique, car ce qui crée un impact douloureux n'est pas le fait lui-même, mais la croyance et l'idée que l'on s'en fait. J'imagine qu'en lisant cela vous allez penser que «je vais trop loin» et pourtant !

Combien de fois ai-je constaté que ce n'est pas l'événement lui-même qui crée une blessure en nous, mais bien les couleurs qu'on lui donne. Un enfant, mis chez sa grand-mère pour quelques semaines simplement parce que sa maman est fatiguée, malade ou va accoucher, peut créer une marque d'abandon qui n'a jamais été voulue par les parents. Pour le thérapeute, c'est cette blessure qu'il devra mettre en relief et que le patient va guérir car nous l'avons déjà dit, il n'existe pas d'autre guérison que «l'auto-guérison».

Je décide cette fois de reprendre le fil de cette étrange lecture lorsque je perçois dans la FP de la jeune femme, le visage d'une femme plus âgée que je lui décris. La jeune femme pense aussitôt à sa grand-mère. Peu à peu l'évidence s'impose à moi et je découvre dans la FP des scènes qui ne font plus de doute. L'histoire que vit notre patiente est en lien avec un traumatisme vécu par sa grand-mère et qui continue d'agir à travers elle. La patiente raconte. Élevée en partie par sa grand-mère, elle a eu beaucoup d'affection pour elle et lui était très liée, et c'est ainsi qu'elle nous décrit le lien qui les unissait toutes deux : «Je pouvais deviner à l'avance, tout ce qu'elle pensait : ses émotions, ses joies, ses peines et c'était je crois la même chose pour elle.»

Que s'est-il donc passé ?

Par un mécanisme inconscient, la petite fille a voulu soulager sa grand-mère d'un poids qu'elle lui voyait porter sans pouvoir l'en délivrer. Ce n'était pas son histoire, mais elle pensait pouvoir ainsi alléger l'ombre qu'elle voyait parfois surgir et assombrir le regard de celle qu'elle aimait tant. Prête à tout, elle acceptait ainsi de faire sien ce «problème» qui ne la concernait pas, de la même façon que l'on porte la valise d'une personne qui ne peut le faire elle-même et que l'on souhaite aider. Dans un élan d'Amour, la petite fille a pris sur elle une partie du poids de l'histoire de sa grand-mère, ainsi que peuvent le faire certains grands sages.

La grand-mère est morte depuis plusieurs années, emportant avec elle son traumatisme, allégé pourtant par l'amour d'une petite fille, qui ne demandait qu'à aider. La jeune fille qu'elle est devenue aujourd'hui, n'a plus besoin de porter ce poids qui n'est pas le sien et cette fois, en toute conscience, elle va rapidement dépasser cette FP parasitaire qui ne demande qu'un peu de transparence et qui lui a appris l'Amour et le Don de Soi. La FP ne nous en a pas raconté davantage... Quel était le lien qui unissait ces deux femmes? Et pourquoi un tel cadeau? Seul leur cœur pourra le dire.

Est-il toujours important de connaître les faits qui retentissent sur telle ou telle attitude? Je ne le crois pas.

La résolution d'un problème passe toujours par l'Amour, le non-jugement de Soi et des autres et nous y reviendrons. Le «Savoir», quant à lui, permet intellectuellement de comprendre ce qui se passe en nous, mais, la Connaissance va bien au-delà. C'est une sorte d'intuition Divine qui Sait, et qui agit en conséquence, hors de notre conscience incarnée et hors de notre temps. Qu'une partie de nous soit en rapport avec cette conscience et cela suffit

à opérer la magie de l'alchimie transmutatoire, qui nous permettra de tourner la page.

Chapitre 18

FORMES-PENSÉES ET PEUPLE ANIMAL

«Respire, tu es vivant !»

Thich Nath Hanh

Il est un règne proche de celui des Hommes qui est lui aussi créateur de FP, mais l'une de ses grandes capacités est le Don de son Amour. Le peuple des animaux sait, comme la petite fille avec sa grand-mère, nous faire don de sa vitalité en captant les FP destructrices que nous générons avec la plus grande inconscience.

Écoutons le petit Tommy, ce jeune labrador qui expérimente la vie: «Aujourd'hui, je sais que ma sœur chatte s'en est allée pour qu'une souffrance ne s'abatte pas sur un des enfants de la famille... Lorsqu'un choc ou une douleur doivent survenir quelque part, nous le savons toujours quelques temps à l'avance. Nous voyons une lumière

sombre se former en un lieu. Nous ignorons souvent d'où elle vient mais les plus anciens d'entre nous enseignent qu'elle sort de l'être qui doit subir le choc et qu'elle va empoisonner un endroit précis. Elle est semblable à une colère de l'être envers lui-même... L'Esprit de Vie peut parfois nous demander de prendre sur nous la «Lumière sombre» destinée à un humain que nous aimons. Nous acceptons alors que le choc soit reporté sur nous et que la force vitale abandonne notre forme. Ce n'est pas un devoir, mais un amour qui nous pousse à faire cela.»¹⁶

Il continue ainsi :

«Parfois, l'Esprit de Vie qui nous anime nous dit de prendre un peu de votre tristesse et de cet étrange poids qui vous charge. Cela, nous n'avons pas toujours besoin de le décider. C'est une sorte de porte qui s'ouvre en nous, un réflexe de partage... et nous absorbons un peu de ce qui est lourd pour votre âme. Alors, vous vous étonnez d'une fièvre qui nous abat, de terribles démangeaisons qui nous tourmentent et du pelage que nous perdons. Dans ces moments-là, il y a comme une boue grise, un peu collante qui se développe à la surface de notre échine. Nous n'y pouvons rien, il y a quelque chose dans notre cœur qui trouve une logique à cela.

Les âmes-oiseaux qui vivent près de vous, dans vos maisons acceptent aussi cette souffrance, mais le plus souvent, elles ne peuvent demeurer dans leur corps... Seuls, nos frères les chats savent se guérir de ceux de vos maux qu'ils absorbent. Il y a dans leur salive une lumière dissolvante pour la matière poisseuse qui se colle sur leur pelage... Ils savent faire fondre les déchets issus de l'angoisse de votre monde.»¹⁶

16- *Le peuple Animal de D. Meurois et A. Givaudan*

C'est ainsi que s'exprime Tommy et la façon dont il décrit les résidus éthériques qui se collent aux humains ou aux animaux et polluent l'Ether.

Cette substance qui nous entoure et que l'on nomme Ether, sert de pont entre les mondes subtils et notre monde physique. C'est un transmetteur indispensable à notre équilibre. Il comporte lui-même plusieurs niveaux d'action. L'Ether vital est celui dont nous parlons ici. À un niveau individuel et dans notre enseignement, il fait partie de la première couche de l'aura, celle qui est le baromètre de notre vitalité physique.

Si nous connaissions ou pouvions voir, ne serait-ce qu'un millième des mondes que nous créons par les énergies que nous émettons à travers nos pensées, paroles et actes, nous serions abasourdis et terrorisés par cette multitude de miasmes collants qui nous entourent et qui sont nos créatures.

Lorsqu'un éthylique plonge dans des mondes terribles et effrayants, il ne fait que capter cet Ether dans lequel nous nous déplaçons toute la journée. Lorsqu'un drogué fait ce qu'on appelle habituellement «un mauvais voyage» à l'aide de son véhicule subtil incontrôlé, il perçoit des mondes qui sont nos créations répétées et forment des egrégores redoutables.

Le peuple animal est inter-relié avec toutes les énergies psychiques que nous émettons et dans ce petit monde, une race animale entretient un rapport étroit avec les FP que nous émettons, celle des Rats. Écoutons ce qui nous a été dit à leur sujet :

«Vos frères, les rats, sont le reflet de votre agitation mentale. Ils captent tous les désordres, toutes les pulsions qui vous assaillent quotidiennement. Ils captent aussi, fort heureusement, ce qu'il y a de meilleur en vous. Ainsi donc,

ils bâtissent leur civilisation sur les ondes subtiles générées par la vôtre. Ce faisant, ils équilibrent votre monde à leur façon. Voyez-vous... leur tâche est donc d'assimiler les ondes psychiques humaines et en quelque sorte de les digérer pour en désamorcer la toxicité...

“La conscience des rats est équilibrante par rapport au monde pulsionnel humain et à l'univers mental inférieur. Là où vos frères les rats se regroupent spontanément... règne généralement un grand désordre intérieur chez vos semblables, un désarroi... et s'il leur arrive de générer des maladies, sachez que celles-ci sont vos propres maladies. Les épidémies déclenchées parfois par vos frères rats ne sont rien d'autres que la matérialisation de vos déchets psychiques, de vos insuffisances, tout cela collecté au niveau planétaire.”

Aujourd'hui, le peuple des rats n'en peut plus. Il est incapable d'assurer son rôle de nettoyeur des ondes psychiques polluantes dont le nombre sans cesse croissant a dépassé la cote d'alerte.

Allons-nous attendre passivement et en toute bonne conscience que notre monde implose par «insuffisance respiratoire» ?

Chapitre 19

FORMES-PENSÉES CONTRADICTOIRES

*«Grandir, c'est rétrécir à l'intérieur de nos masques,
c'est rapetisser jusqu'au passé originel,
retrouver l'atome premier.»*

(Voyage à Shambhalla)

JEAN

Tout à son projet, Jean a décidé de tout mettre en place pour y arriver. Cet homme volontaire veut croire que rien ne peut lui résister. Récemment divorcé, il a décidé de changer de région, de s'installer dans un coin de campagne idéal et d'acquérir une maison qu'il a visitée lors de son dernier voyage.

Pour ce faire, il doit prendre un peu de temps pour vendre sa maison actuelle, gérer ses biens et prévoir tous les détails de sa nouvelle installation. Il est prêt à changer

son travail de technicien spécialisé. Il veut créer un lieu convivial, gdu style «chambres d'hôtes» et prévoit simplement une connexion internet comme seule publicité.

Tout semble se mettre en place, l'ancienne maison est en vente, le notaire doit faire les papiers pour la nouvelle acquisition et Jean prépare activement les plans pour son futur gîte.

«Dans quelques mois, je suis là-bas» pense-t-il, sincèrement...

Les FP concernant le projet de Jean se placent autour de lui et se renforcent à chaque pensée ou action de sa part. L'énergie lancée voyage à présent seule et se nourrit de ce qu'elle génère. Pourtant, les semaines et les mois passent et quelque chose que Jean ne réussit pas à identifier semble ralentir tout ce qui est relatif au projet.

Jean se questionne... Le projet n'est-il pas correctement pensé ou bien, doit-il encore rester là où il est, durant quelques temps? D'un geste de la main, il tente de balayer ces pensées qui s'agitent autour de lui et créent une faille dans sa belle énergie de croyance positive. Cette fois, pourtant, quelque chose ne se passe pas telle que Jean, homme actif et pressé, l'a visualisée. Le Notaire n'a toujours rien fait, son logement a des difficultés à se vendre. Qu'est-ce que cela signifie? Jean médite sur ce qui crée un obstacle invisible, mais en vain. Il ne comprend plus, tandis qu'autour de lui tout un monde s'agite et s'entremêle.

Ce que Jean ne voit pas, ce sont toutes ces autres FP qu'il a, volontairement ou non, mises de côté et notamment celle plus grande, plus structurée, plus tenace que les autres, celle de la culpabilité. Jean a une vieille mère qui habite à quelques kilomètres de sa maison actuelle et même s'il ne veut pas y penser en se disant qu'il va trouver une solution, la FP qui contient cette culpabilité est en

lutte. Elle est là, avec toute sa force, son énergie et elle entrave toutes les petites FP naissantes reliées au projet futur. Elle leur «barre la route», les amoindrit et leur fait perdre leur vitalité. Les FP de réussite et de bonheur, émises par Jean, sont constamment bridées par cette grande et préocupante FP qui l'a toujours freiné dans son élan vers le bonheur.

Jean ne se donne aucun droit à la réussite car il s'en veut terriblement et sous des allures de «gagnant», il se punit continuellement de «crimes» qu'il n'a pas commis. Que s'est-il donc passé ?

Petit homme, Jean a très vite su que sa vie serait une vie de responsabilité. Il a cinq ans lorsque son père tombe gravement malade et reste alité deux ans durant.

«Si tu fais une bêtise et si tu cries trop fort, tu vas faire mourir ton père...», lui répète souvent une vieille dame qui vient aider sa maman à la maison. Jean fait ce qu'il peut pour être le plus sage possible, mais le spectre de la mort de son père, relié à sa «sagesse», plane toujours au-dessus de lui et le hante bien souvent, dans les cauchemars de ses nuits de petit garçon.

Papa est de plus en plus mal et maman a peu de temps à consacrer à son fils. Est-ce parce qu'il n'est pas assez «gentil» que maman pleure souvent et qu'elle ne lui parle pas ? Dans sa tête d'enfant, il finira par le croire. Des FP de culpabilité et de dévalorisation vont peu à peu devenir de plus en plus consistantes, efficaces et tenaces.

Un jour, Jean rentre de l'école, sale et en piteux état. Il s'est battu avec d'autres garçons et tous ont roulé dans la boue. La journée a mal commencé et lorsque Jean rentre à la maison, sa seule préoccupation est de cacher la boue qui traîne sur ses vêtements. C'est alors qu'il s'aperçoit que tout est silencieux autour de lui, d'un calme étrange, in-

quiétant. Il cherche maman ou la vieille dame un peu acariâtre, mais dévouée, qui vient l'aider et prépare d'habitude son goûter. Personne ne semble là dans la grande maison. Il décide alors de regarder dans la chambre où papa reste allongé, cette chambre, si souvent interdite, qu'il la connaît à peine. Il pousse la porte et là, devant ses yeux d'enfants, il voit des gens en prière autour du lit de papa. Une cousine qu'il n'a presque jamais vue s'aperçoit de sa présence et doucement lui chuchote, «ton papa est parti vers un autre endroit avec les anges».

Le petit Jean hésite à se blottir dans les jupes de maman, mais non, il part car il se dit qu'il a fait une bêtise et que c'est peut-être aussi cela qui a fait partir papa. Dans un coin de la cuisine, il pense à tout ce qu'il a vu. Papa est parti, mais il est là pourtant, et puis si je fais trop de bêtises, papa va mourir. Ce mot-là, il n'en connaît pas exactement la signification. Il n'a jamais osé demander mais d'après ce qu'il peut en comprendre, c'est quelque chose qui paraît très grave et qui dépend de la gentillesse de chacun.

«Quelle sale journée» se dit-il à voix basse.

Maman, à partir de ce jour, n'est plus pareille. Elle est souvent triste et parfois très énervée. Elle travaille beaucoup à l'extérieur. Le petit garçon est inquiet. Et si c'était de sa faute si papa était parti si vite voir les anges au lieu de rester encore un peu ?

Cette question, jamais il n'osera la poser. Si on lui disait «oui, c'est à cause de toi,» il sait qu'il ne le supporterait pas.

Alors, tout doucement, Jean préfère oublier qu'il se sent tellement coupable. Il veut effacer cet épisode douloureux de sa mémoire, mais il ne sait pas encore que rien, jamais, ne s'efface. Les FP vont continuer à grandir, à se nourrir et à porter l'idée que Jean «ne mérite pas de réus-

sir». Non, il est trop «vilain» pour mériter quelque récompense que ce soit. Ainsi, d'année en année, le jeune homme puis l'homme qu'il devient, se donne beaucoup de mal pour arriver en haut de l'échelle sociale. Quelque part au fond de lui, pour atténuer la douleur qui le ronge, il décide de réussir tout ce qu'il entreprend et forme ainsi autour de lui d'autres FP, images de succès et de gloire, simples baumes provisoires de sa blessure. Il devient un homme décidé, actif et entreprenant. Sur tous les plans il réussit, mais toujours jusqu'à une certaine limite, jamais comme il le souhaiterait et jamais totalement.

Pendant ce temps, un observateur attentif des plans subtils pourrait admirer un étrange ballet, celui des FP contradictoires. Les unes, claires et toniques, porteuses de réussite et d'autres, lourdes, pesantes et plus sombres, formées de toutes les dévalorisations et culpabilités accumulées.

«Je peux et je veux réussir» disent les unes, tandis que d'autres clament «je ne mérite pas de réussir, d'être aimé et heureux, je suis trop méchant pour cela.»

Jean aujourd'hui comprend et il perçoit et ressent combien il s'est boycotté lui-même, à chaque moment de son existence.

À chaque fois, le même scénario reprend, quel que soit le décor, quels que soient les acteurs, il rejoue le même style de pièce, celle du bourreau qui se punit continuellement et qui attend l'ultime moment pour détruire ce qui pourrait le rendre heureux. Tous les plans de son existence sont atteints par cette même gangrène qui le ronge. En Amour, dès qu'il est aimé vraiment, il devient exécrable jusqu'à ce que sa partenaire, lasse, n'en puisse plus de l'aimer en vain. Jean n'a jamais eu l'idée de se suicider mais il se détruit à sa manière.

Il existe tellement de façons subtiles de se détruire par manque d'amour, sans que personne puisse le deviner. Jean, aux yeux de ceux qui ne voient que les apparences, est un homme tonique, sûr de lui et jovial, toujours en train d'encourager les autres et surtout un homme qui a peu de temps pour faire quelque chose pour lui. Peu sont ceux qui perçoivent derrière ce masque, le profond dégoût qu'il éprouve pour sa personne et la tristesse qui l'habite.

Les FP qui l'oppressent, sont l'obstacle essentiel à la réalisation de son objectif du moment. Cette fois cependant, Jean a envie d'être heureux, de faire quelque chose qui ne soit pas dicté par sa vieille culpabilité.

Pour la première fois, il accepte de baisser les masques et de revoir avec d'autres yeux les épisodes les plus douloureux de sa vie dont la mort de son père et le rôle qu'il a cru jouer à cet instant.

Des soins lui sont donnés, et le regard triste du petit garçon passe souvent devant les yeux de son âme tandis que mes mains laissent simplement la Lumière le reconnecter avec ce qu'il a de plus beau en lui.

Parfois, Jean sent monter en lui une telle colère, une telle violence qu'il prend peur. Courageusement, il continue et accepte de laisser son âme et ses mémoires se laver des scories accumulées depuis tant d'années.

Il laisse venir à lui les informations qui se présentent. Ses nuits sont souvent inconfortables et les scènes s'y succèdent mais cette fois, Jean est le spectateur de certains moments de sa vie. Il regarde, sans animosité, sans jugement ce que la vie a mis sur sa route parce qu'un jour il l'a voulu ainsi.

Peu à peu, en son âme naît un étrange sentiment, si lointain qu'il n'en connaissait même plus ni le goût, ni l'odeur, ni même le visage : une immense tendresse, une

compassion enveloppent une nuit le petit garçon qui hante ses rêves. C'est alors que pour la première fois, ce petit garçon, terré dans un coin de la cuisine de ses parents, lève les yeux vers Jean, le grand Jean celui qui... sait et ne pleure plus depuis si longtemps. Ce petit Jean lui dit alors :

«Suis-je vraiment si méchant que jamais tu ne me regardes? Est-ce aussi pour cela que tu m'as abandonné?» L'interrogation est là, sans reproche ni colère, simple constatation d'un petit homme qui attend depuis si longtemps qu'on vienne le chercher.

Jean, le grand, prend alors le petit homme par la main, puis le serre très fort contre lui et c'est alors qu'il se réveille en larmes. Des larmes chaudes de tendresse, des larmes de retrouvailles, celles qui se déversent comme le trop plein d'une âme qui s'est toujours contrôlée. Jean passe une journée, puis deux, puis trois à laisser sortir ce qui s'est accumulé en lui, de tristesse et de désespoir. Parfois ses cris sont ceux d'un petit garçon de sept ans, parfois ceux d'un homme.

Et tout à coup, tout se calme en lui, il lui semble qu'un océan de paix l'envahit tout entier. Seuls par instants, passent quelques nuages.

Après quelques soins de son et de lumière, Jean sera nettoyé de ces FP qui ne demandaient qu'à être revues et corrigées pour prendre une couleur différente.

Je fais ici un raccourci volontaire du processus entamé par Jean pour se libérer de sa culpabilité d'enfant car rien n'est automatique ou systématique. Chaque histoire est Unique et sa durée dépend de l'acteur principal.

J'ai parfois rencontré des malades qui ne voulaient pas se libérer de FP qui les détruisaient car ils avaient pris l'habitude de vivre avec elles et par elles. Je suppose que vous

trouverez difficile de me croire et moi-même j'en ai longtemps douté, mais la pratique et l'évidence de cet état d'être se sont imposées d'une manière implacable.

Le fait de laisser partir ces FP sur un plan plus lumineux consistait, pour ces personnes, à lâcher le connu pour un vide inévitable, si l'on veut se libérer d'une maladie du corps ou de l'âme. Le connu nous paraît parfois tellement sécurisant que nous préférons le garder, aussi pesant soit-il.

Pour illustrer ce propos, je me trouvais un jour en compagnie d'une jeune fille aveugle de naissance. Elle se plaignait chaque fois que je la rencontrais de ce handicap qui, disait-elle, l'empêchait de mener une vie normale. Une année, j'eus la surprise de la voir m'annoncer qu'une opération, lui permettant de retrouver la vue, lui était proposée. Vous imaginez sans doute la joie éprouvée par cette jeune personne à l'annonce de cette possibilité. Et bien, et tout à mon étonnement, elle me confia discrètement de peur d'être entendue par ses parents non loin de là :

«Je ne sais pas si, en fait, j'ai vraiment envie de retrouver la vue. Je suis habituée à un fonctionnement qui est le mien et qui est marqué par ma cécité... J'ai peur du «nouveau» qui vient vers moi».

L'histoire a connu une fin du style des films américains. La jeune fille s'est faite quand même opérer et après une rééducation, elle s'avoue très heureuse aujourd'hui !

Quant à nous, ne sommes-nous pas souvent comme cette jeune femme, préférant garder un mal connu, plutôt que de le laisser partir pour un bien-être qui sera susceptible de bouleverser le cours habituel de notre vie ?

Ne sommes-nous pas prêts à beaucoup de compromis dans nos attitudes pour garder un fonctionnement que nous connaissons bien, même s'il ne nous satisfait plus ?

Dans le cas de Jean, il n'a fallu que quelques mois pour

que la transmutation ait lieu. Après ce temps, libéré, il a pu enfin atteindre son objectif et s'installer où il le souhaitait. Sa vieille mère a suivi et tout se déroule comme il l'avait visualisé.

Arrivé à ce point de la lecture, il est essentiel de bien comprendre l'action d'une FP (ici de culpabilité). La vieille mère de Jean peut avoir des gestes ou prononcer des paroles qui seront en soi anodins, mais que Jean percevra immédiatement et selon sa logique, comme culpabilisants. Lorsque Jean se libère des FP de culpabilité, sa mère est toujours la même, mais elle ne ressentira plus le besoin de jouer sur la culpabilité qu'elle capte inconsciemment chez son fils. Son attitude sera donc différente et la scène entre les deux personnes, qui pourtant sont en apparence restées identiques, se jouera sur un autre mode.

Lorsque nous nous sentons coupable, l'autre à qui nous nous adressons peut inconsciemment jouer, à ce moment-là, le rôle de victime que nous lui proposons et qui va renforcer notre propre rôle de bourreau. Il s'agit là d'un terrible engrenage qui fait que la scène que nous jouons va immédiatement donner la répartition à ceux qui nous entourent. Ainsi, sur un plan subtil, l'on voit des «ondes électro-magnétiques» qui se mêlent, s'attirent et se repoussent aux différents moments d'une rencontre. Les FP s'activent et envoient des informations qui vont bien au-delà des mots prononcés. Ce sont ces informations d'ordre électro-magnétique qui vont donner le ton à tout ce qui va se passer par la suite.

Ne pas s'identifier aux FP que nous créons est un des éléments essentiels de la guérison et nous le verrons en détail dans le chapitre qui lui est consacré.

Nous pouvons ainsi mieux comprendre le pourquoi de souhaits ou de projets qui avortent dans l'œuf et ne connais-

sent jamais de concrétisation dans la matière dense.

Il est essentiel que la FP émise ne soit pas entravée par des FP contradictoires et que l'on puisse la visualiser avec beaucoup de précision.

Il est important, par la suite, de ne pas envisager le «comment» cela pourrait arriver. Le «comment» appartient au «mental-intellect» qui va penser en termes de «possible et impossible» et limiter considérablement l'action de la FP émise.

Lorsque nous émettons une FP, la Confiance est l'élément indispensable à son évolution positive.

Un projet ne peut se réaliser que s'il est dans notre chemin de vie et si les personnes qui y sont impliquées sont en accord avec cet objectif.

De même, un projet ou un désir qui n'est pas en accord avec notre être profond, va lui aussi rencontrer des obstacles dûs aux différences électro-magnétiques émises par nos corps subtils qui se contredisent. C'est ainsi que naissent les maladies ou les difficultés que nous rencontrons.

Chapitre 20

FORMES-PENSÉES DE VENGEANCE

*«L'eau ne reste pas sur les montagnes,
ni la vengeance sur un grand cœur.»*

Sagesse chinoise

Puisque ce premier tome est consacrée, en priorité, aux FP qui nous encombrent et nous détruisent, nous allons aborder ici le sujet des FP qui sont volontairement destructrices : celles que nous émettons et celles que nous recevons, envoyées par ceux qui «ne nous veulent pas que du bien».

Il est facile de parler de «retour de karma», ou de «choc en retour» et l'on entend dans les dictons populaires : «qui sème le vent récolte la tempête»

Mais que cela signifie-t-il, d'une façon plus «technique»? En fait, que se passe-t-il pour que la Sagesse ou le Bon Sens se fassent les échos d'une telle réalité?

Pour qu'une FP puisse se former et pour qu'elle ait une portée conséquente, il faut qu'une émotion forte et puissante l'imprègne dans une partie de notre cerveau. Pour qu'elle soit porteuse de message, elle nécessite de la précision et des répétitions.

Ainsi, notre colère passagère contre une situation aura évidemment des répercussions qui cependant seront sans commune mesure avec ce que nous pourrons générer lors d'une émission répétitive de violentes colères.

Lorsque nous en voulons constamment et régulièrement à une personne qui est, pensons-nous, la cause de notre malheur, nous allons dégager des ondes électromagnétiques qui seront à l'origine d'une FP de haine.

Cette FP dirigée plus spécifiquement vers cette personne, va selon son habitude, rejoindre un égrégore de haine.

Le parcours commencé va se poursuivre ainsi : La FP de haine arrive chez son destinataire et là, si le récepteur est habité par une émotion qui ouvre une faille dans sa coque aurique et fait écho à ce qui est envoyé, elle va traverser ses auras et se loger jusque dans son physique, d'une manière différente selon le message contenu dans la FP.

Nous entendons beaucoup parler autour de nous de guerre bactériologique, mais la guerre générée par les FP malsaines est bien plus efficace et plus insidieuse que n'importe quelle autre forme d'arme destructrice. Le Gouvernement Mondial qui connaît parfaitement les rouages de ce mécanisme, la met depuis de nombreuses années au service d'une manipulation que nous verrons plus en détail par la suite.

Revenons au destinataire de cette FP et à l'action de celle-ci sur l'un des plans de son être : le receveur du message pourra, soit attraper un rhume, se faire une entorse, se

sentir un peu déprimé, ou subir une atteinte plus importante qui sera plus ou moins rapide... Pendant ce temps, nous ignorons, souvent avec la meilleure bonne volonté, que nous nous sommes transformés en une sorte de sorcier maléfique qui ressemble d'assez près à «un jeteur de sorts».

Il est pourtant des Lois Cosmiques qui sont les suivantes: ne sont atteints par une FP à vibrations lourdes et basses que les êtres qui naviguent sur une onde d'énergie en résonance avec ce qui leur est envoyé.

Dans l'exemple de Simon, ses FP de colère, qui ne s'adressaient à personne en particulier, ont cependant cherché la faille pour pouvoir s'introduire chez tous ceux qui étaient dans son entourage. L'homme, qui dans la salle d'attente, n'avait, à ce moment-là, rien en commun avec la colère, fut épargné par les têtes chercheuses de l'hydre rouge sombre (voir page 174).

Cela sous-entend que si nous n'avons aucun rapport avec l'énergie qui nous est envoyée, il est impossible de nous atteindre. L'«autre», quoi qu'il puisse émettre, n'est jamais celui qui est à l'origine de notre problème. Il est simplement celui qui, souvent inconsciemment, nous pointe du doigt une déchirure dans notre vêtement aurique et appuie sur la blessure qui est encore en nous et que nous refusons de regarder.

Un autre voyage va maintenant commencer et tout cela à la vitesse de la lumière: c'est celui du voyage de retour de la FP.

Qu'elle ait pu pénétrer ou non dans les auras de son destinataire, la FP possède une qualité indéniable qui est celle de la fidélité. Ainsi, une fois son «travail» accompli, elle retourne vers son créateur avec une énergie accrue et renouvelée par les FP qu'elle a attirées et rencontrées sur

sa route. Elle se place alors docilement dans et autour des auras de son émetteur, en balayant tout autour d'elle, sans conscience des dégâts qu'elle produit. Puis, elle s'immisce, à nouveau, dans la brèche qui lui a permis de sortir.

C'est ainsi que lorsque nous sommes les expéditeurs de telles FP, nous les récolterons en retour, doublées par celles qui, aimantées sur le parcours, vont apporter leurs propres forces. Naïfs, nous nous étonnerons devant les complications et les problèmes que nous trouvons sur notre chemin de vie sans vouloir en reconnaître la curieuse paternité.

Ceci, bien que faisant partie de la magie «opérationnelle», est tout de même différent de la magie noire qui utilise des entités du bas astral, très imaginatives dans le domaine des tracasseries et des maux divers. Pourtant, là non plus, rien n'est réellement à craindre. Que des entités, qui n'ont pas de corps de matière, aiment à faire des expériences dans cette dite matière, qu'elles soient soumises à des êtres qui ont une autorité sur elles, qu'elles n'aient aucun sens de ce que nous appelons habituellement «moralité», tout cela est vrai. Mais je dois dire qu'il m'est beaucoup plus souvent arrivé de voir des auto-envoûtements que des envoûtements réels. Bien souvent des êtres croient être envoûtés et cherchent toute personne susceptible de les délivrer d'un maléfice, auquel elles attribuent toutes leurs difficultés.

N'est-il pas plus facile, de donner à «l'autre» la responsabilité de nos «malheurs», évitant ainsi tout retour en nous qui pourrait être douloureux, mais combien salutaire ?

La plupart de ces «envoûtés» ont créé eux-mêmes une aura sombre autour d'eux et s'empoisonnent par leurs propres FP qui se renforcent à chacun de leurs pas. Là encore, si nous fonctionnons de la sorte, ne nous étonnons pas de tomber dans les mains de ceux qui aiment le Pouvoir et non la Puissance.

«La Puissance, c'est le pouvoir dénué d'ego...» résonnent encore en moi les paroles de mon enseignant cambodgien (*Celui qui vient Tome 1*).

Combien sont les thérapeutes qui affolent leurs patients avec des mots rattachés à un égrégore malsain et effrayant de magie et d'envoûtement. Leurs «victimes» sont tellement heureuses lorsqu'elles se croient libérées, qu'elles sont prêtes à n'importe quoi, jusqu'au moment où, n'ayant rien changé à leur façon de regarder et d'accueillir la vie, les problèmes et les difficultés réapparaissent sur leur route.

Cet auto empoisonnement peut bien sûr attirer, comme toute FP, des «entité-maladie» sans qu'il s'agisse de véritable possession.

Je ne nie pas le phénomène de possession, mais, il est plus rare qu'actuellement on veut nous le faire croire. Lorsque cela nous arrive, c'est toujours et sans exception qu'une partie de nous a dit Oui. Il y a de multiples manières de dire oui. Ce peut être pour régler une histoire que l'on dit «passée» ou parce qu'en nous une faille est en harmonie avec l'énergie qui nous pollue. En fait cela importe peu.

La plupart des cas de possession, d'après ce que j'ai pu voir et apprendre, sont dûs à des êtres qui, ne sachant où aller, que ce soient des entités décédées et perdues pour un temps ou des êtres qui ne se sont pas encore incarnés, trouve une place dans une partie de nous que nous refusons d'habiter. Cela peut arriver chez les personnes qui, rejetant leur incarnation et ce que la Vie leur apporte, sont en état de fuite permanente, chez des personnes qui fuient à travers des drogues quelles qu'elles soient, en fait chez tous ceux qui renient la Vie.

Quoi qu'il en soit, l'exorcisme est quelque chose de

très particulier qui demande une énergie éthérique qui soit à peu près le double de la normale, et peu sont habilités à le pratiquer. Lorsque je parle d'exorcisme, c'est surtout dans le cas de personnes qui sont parasitées par des entités qui ont été attirées par des pratiques magiques.

RENCONTRE

Lorsque nous rencontrons Luis de C., cet homme porte avec élégance ses soixante-cinq ans. Il a beaucoup voyagé en tant qu'enseignant et garde d'impérissables souvenirs. Il est exactement le genre de personne qui attire à lui les phénomènes que l'on appelle paranormaux. Un jour, alors que nous prenions le thé chez lui, servi dans un superbe Samovar, souvenir de ses voyages, il nous raconta l'histoire suivante qu'il a relatée dans un livre «la rive invisible». Une nuit, alors qu'il logeait dans un bâtiment école dans la banlieue de Paris où il se trouvait seul, un être peu ordinaire lui rendit visite :

voici ce qu'il raconte :

«Je fus, en effet, tiré d'un sommeil profond par un bruit étrange provenant du mur qui se trouvait derrière ma tête. C'était à la fois un souffle puissant et un grognement de bête poussé par un monstre se frayant un passage à travers le mur. Il me fallut quelques secondes pour réaliser que je ne rêvais pas et que j'étais bel et bien éveillé. Je me levais donc précipitamment pour allumer ma lampe et faire face à l'intrus quel qu'il fût. Je n'en eus pas le temps, car une force invisible m'empoigna et me maintint l'épaule gauche et la tête rivées au lit. Je n'en menais pas large. J'étais littéralement paralysé et pris de panique. Mes mains et mes jambes tremblaient comme des feuilles mortes. Je compris que j'avais à faire à une force maléfique contre laquelle je ne pourrais lutter. J'invoquais donc le Christ pensant que lui seul pouvait me délivrer de ce démon.

L'étau ne se desserrait pas. Je compris alors que la seule arme qui prévaudrait en l'occurrence était l'Amour. Ainsi, m'adressant à mon agresseur invisible, je lui dis :

- Tu es bon ! Je te remercie de m'avoir donné la possi-

bilité de témoigner ma confiance et ma foi en Dieu. Grâce à toi, j'ai invoqué Dieu sans douter de sa compassion ni de sa *puissance*. Merci ! C'est à toi que je dois d'avoir pu au cours de ma vie, vivre ma foi. Tu es bon et je prierai pour toi.

Aussitôt l'étreinte se desserra, je retrouvai l'usage de mes membres et je vis une grande forme noire vaporeuse qui contournait mon lit. J'entendis une voix prononcer avec difficulté les mots suivants : "Je m'en vais"

Cette voix était horrible. Imaginez la voix d'un vieillard essayant d'articuler avec la bouche pleine. J'entendis à ce moment-là des bruits de pas derrière la porte. L'ange noir était parti entraînant à sa suite ses pareils. J'allumai ma lampe, je me levai et constatai que la porte était entr'ouverte. Or, je n'ai jamais oublié de fermer ma porte, on s'en doute, habitant seul dans cette maison isolée.»

De la même façon, les Esséniens ne luttaient pas contre une entité maladie, mais répandaient simplement de la Lumière pour que l'Ombre redevienne ce qu'elle a toujours été en Essence : Divine.

Ne pourrions-nous employer le même principe pour tout ce que nous considérons comme Ombre et qui n'est là que pour nous montrer le chemin vers la Lumière ?

Mais y a -t-il Ombre et Lumière ? Ne sont-elles pas, simplement la même énergie, sous différents aspects ?

Chapitre 21

FORMES-PENSÉES DE LUMIÈRE

*«... Commencer à s'accepter petit, c'est déjà accomplir
un grand, grand pas...»
(Le voyage à Shambhalla)*

Jusqu'à présent, j'ai essentiellement évoqué les FP qui nous épuisent, alourdissent notre avance et nous rendent malades que ce soit sur un plan physique ou psychique. Mais penserez-vous à juste titre, pourquoi passer sous silence ces FP de lumière qui nous entourent ? Et bien parce que justement, elles ne stagnent pas dans notre aura !

Une FP qui est issue de nous et que nous avons générée par une énergie lourde, c'est-à-dire de colère, de tristesse, de doute, en fait de tout ce qui émane de notre ego, possède une densité, un poids, une forme. Plus elle est lourde, pesante et plus elle est proche de la matière physique, plus elle est vi-

sible, plus elle est palpable. Sa densité la rend telle qu'elle stagne autour de nous, après avoir déchiré notre tissu aurique.

Ainsi, une FP de peur ou de colère va, au tout début de sa formation, rester autour de nous, comme une valise que de mois en mois nous allons remplir, tout en gardant les vieux vêtements qui sont déjà dedans. Un jour, la valise ne peut plus rien contenir car elle est trop pleine et de toute façon, physiquement, nous n'avons pas assez de force pour continuer à la transporter... C'est le moment du «ras le bol», «de la goutte qui fait déborder le vase» et de la maladie que l'on découvre sur notre corps physique, due à notre peu d'attention à ce que nous transportons avec nous.

La Vie actuelle est telle que nous sommes pris dans un tourbillon centrifuge dont il est difficile de nous extraire. Pourtant, nous ne pouvons plus ignorer que nous sommes malades, que la Terre est malade et que, de notre passivité intérieur, naît le plus grand marasme qui soit actuellement.

Par ces FP que nous ne cessons de créer et d'entretenir, nous collaborons étroitement à ce que j'appelle «Le Gouvernement Mondial». Il est facile de se sentir désespéré ou impuissant devant les agissements de ce Gouvernement qui utilise en nous ce qu'il y a de plus bas. L'Amour vrai cependant, se passe de nos lamentations qui ne feront jamais œuvre utile.

Combien de fois ai-je entendu : «je me sens tellement impuissant devant les faits qui sévissent sur la planète que je préfère ne pas savoir. À mon âge, je veux vivre tranquille. De toute façon, ça a toujours existé, je me suis souvent culpabilisé et cela n'a rien changé. Alors, laissez-moi tranquille avec tout ça...»

La personne qui m'a tenu ces propos est en fait proche de ce que le plus grand nombre pense. Tant que le «mal»

ne nous touche pas directement, on compatit, du moment que rien ne change dans le confort douillet de nos vies occidentales.

On peut signer une pétition, envoyer des mails, participer à une manifestation ou donner quelques sous mais la guerre a-t-elle cessé au fond de nous ? Nos pensées sont-elles plus claires et plus lumineuses ? Ou entretenons-nous comme à l'habitude nos vieilles rancœurs et nos anciens mécanismes de protection ou de fuite ? Avons-nous changé le regard que nous portons sur la vie et qui la rend telle que nous la voyons ? Avons-nous décidé de cesser toute collaboration avec l'ombre qui est en nous ? Continuons-nous à diviser le bon et le mauvais chemin, ceux qui sont dans la droite ligne et ceux qui sont à côté ? Allons-nous juger et nous juger, punir et nous punir encore longtemps ?

Sans cette volonté de transmutation intérieure, toute action se révélera une simple vanité !

À cet instant de votre lecture, j'aimerais vous offrir les paroles de l'un des enseignants de Shambhalla :

«... L'ensemble de la race humaine croit se trouver devant un labyrinthe, ne sachant pas que celui-ci est l'image illusoire de la projection des pensées. Il faut maintenant cesser de s'excentrer car il n'y a qu'un pas du soi au Soi, un pas que nous empêche de franchir notre seul ego. L'âme a le visage de cet ego. L'âme a vécu ce qu'elle devait vivre, il vous faut enfin la laver et la dissoudre dans l'Esprit dont elle procède... Vos connaissances ne vous serviront à rien, ou si peu... Qui a jamais vu une encyclopédie se feuilleter elle-même ?... Prendre un stylo, enfoncer un clou, préparer un repas, sont les gestes quotidiens des hommes. Si pour vous ils sont insignifiants, ils sont aussi l'aveu de votre égarement. Qu'ils deviennent vos prières de vie et vous de-meurerez au centre de vous-même... La matière est votre

tremplin... Aimez sans commune mesure, aimez comme l'Amour lui-même.»

Une FP lumineuse, de joie, d'Amour pur, sans séparativité, est d'une extrême subtilité. Je me suis souvent trouvée lors de mes voyages, que ce soit sur les plans physiques ou plus subtils, face à de grands êtres desquels émane une aura porteuse d'une indicible énergie de Vie. Cette aura qui part du chakra du cœur mais aussi de tous les atomes de vie de l'Être qui aime, inonde souvent de sa lumière toute une région. Elle entoure chacun d'une énergie si fine et tellement aimante que nous sommes aimantés par la présence de ces êtres qui nous apportent une nourriture inégalée. À travers l'exemple qui suit, nous allons assister au parcours d'une pensée pure (c'est-à-dire non entachée par le jugement) qui jaillit de notre être avec force et répétitivité chez celui que pourrait être chacun de nous.

STEVE

«La mesure de l'Amour c'est d'aimer sans mesure.»

Saint Augustin

Steve est un jeune anglais venu faire ses études en France, à Paris plus précisément. Depuis quelques mois, il est très amoureux d'une jeune fille qui, malheureusement pour lui, continue son université dans une région du Sud de la France. Il ne peut la rejoindre que certains week-ends car il n'est pas bien riche. Qu'à cela ne tienne, l'«auto-stop» est aussi une bonne solution.

Lorsque Steve n'est pas près de Maggie, il en rêve et souvent pendant ses cours, son regard flotte vers un univers bien terrestre mais trop loin à son gré. Cette passion

est tellement forte que Steve envoie des messages télépathiques remplis d'amour à Maggie qui de son côté sent naître en elle un Amour grand et fort. Le soir, il met une musique dans sa chambre d'étudiant, une musique commune à eux deux, qu'elle écoute aussi et qui les rapproche. Pendant ce temps, sur d'autres plans, des FP s'envolent, messagères d'Amour et de joie, porteuses de futures retrouvailles.

Lorsque Steve pense tellement fort à Maggie qu'il sent tout son corps envahi par elle, ce n'est pas simplement du désir. Il n'attend rien en retour et il sait que même si Maggie ne l'aimait pas, il continuerait à l'aimer. C'est en tout cas ce qu'il pense profondément et sincèrement à ce moment-là.

Durant toute cette époque, les FP qui s'échappent de lui sont d'une telle substance de lumière, qu'elles traversent tous les corps et toutes les auras protectrices de Steve sans qu'aucune n'en soit abîmée. Bien au contraire, ces FP sur leur passage renforcent et illuminent les auras du jeune homme à tel point, que même ceux qui ne le connaissent pas, le sentent heureux, intouchable et lisent autour de lui l'Amour qui l'habite. C'est ainsi que pendant toute cette période, les auras de Steve vont connaître une expansion et une force inégalées qui seront ses meilleures protections contre tout ce qui pourrait lui arriver.

Curieusement, le jeune étudiant se sent en pleine forme, même s'il travaille tard le soir, pour récupérer de ses week-ends avec Maggie. Il n'a plus de rhume, ni d'autres désagréments et se sent au mieux de ses capacités tandis que le monde change autour de lui.

Pour ce jeune Anglais de la campagne qui trouvait Paris et surtout son quartier un peu sale, très bruyant et trop loin de la fac, tout semble différent. Paris est maintenant, à

ses yeux, une ville de tous les possibles. Dans son quartier, les gens lui sourient et sont devenus tout à coup aimables, même le bruit ne semble plus avoir d'existence ou si peu. Les camions poubelles et le nettoyage qui rythmaient son réveil matinal sont toujours les mêmes mais depuis un certain temps, Steve les aime comme faisant partie intégrante de la vie de son quartier. En fait, il aime tout et tout le monde et répand le sourire et l'envie d'aimer autour de lui.

En effet, les FP lumineuses sont, elles aussi, contagieuses. Si dans le cas de Simon, les FP tendaient leurs têtes chercheuses à l'affût d'une faille où pénétrer, les FP de Steve balayaient tout le sombre autour d'elles et répandaient une énergie porteuse de Joie. Elles touchent ainsi d'une caresse enveloppante tous ceux qui y sont accessibles. Si nous pouvions voir sur un plan subtil le ballet qui se danse autour du jeune homme lorsqu'il se promène dans la rue, nous verrions des rubans lumineux qui, sans discrimination, caressent tous ceux qui passent près de lui.

Une dame âgée le croise sur le trottoir. Elle est en habits de deuil car elle vient de perdre son unique enfant d'un accident de voiture. Enveloppée de noir au physique comme au subtil, elle est absorbée dans ses pensées et sans voir le jeune étudiant, elle regarde le trottoir en faisant attention à ses pas qui semblent peu assurés. Elle pense que son fils n'a pas eu de chance et que, peut-être, elle ne lui a pas assez dit qu'elle l'aimait. Il ne la voyait plus beaucoup ces derniers temps... Elle aurait bien aimé le revoir au moins une fois. Maintenant, elle est bien seule.

Les tristes pensées tourbillonnent autour d'elle, amenuisant plus encore la coque protectrice de ses auras lorsque, tout à coup, une longue flamme couleur de l'Amour l'entoure de ses couleurs roses, azur et or. Le long ruban s'arrête un instant, comme devant un mur, mais sans

se laisser et en l'espace d'un éclair, il tourne, virevolte et se fraye un passage à travers les jeunes FP sombres qui évoluent autour de la vieille dame. Un moment après, celle-ci s'arrête et fait mine de fouiller dans son petit sac à main, noir lui aussi.

Et si elle s'arrêtait pour prendre un thé dans ce salon qu'elle aime bien ? Cette idée, qu'elle vient tout juste d'avoir, la détend un peu et lui plaît. Assise dans le salon de thé douillet, elle sort de son sac posé sur ses genoux, des photos, des photos d'un bonheur enfui mais qui cette fois ne la rend pas nostalgique.

En elle monte un chant de grâce, léger et subtil. C'est celui d'un remerciement pour tout ce qui s'est passé de beau et de bien dans sa vie. Pour tout l'Amour qu'elle a reçu et qu'elle a donné...

«C'est déjà si beau d'avoir pu vivre tout ça !» se console-t-elle intérieurement devant un brownie au chocolat et un thé au jasmin qui lui réchauffent le cœur.

Steve et la vieille dame ne se connaissent pas et ne se rencontreront sans doute jamais, pourtant entre eux il y a un lien, si lumineux et si solide, qu'il perdurera au-delà de l'espace et du temps : celui d'un instant d'Amour et de Bonheur.

Pendant ce temps, l'énergie radieuse de ces FP s'envole pour nourrir l'égrégore de l'Amour et lorsqu'à des milliers de kilomètres de là, Tchang voudra enfreindre les règlements familiaux et épouser celle que son cœur aime vraiment, c'est là qu'il puisera la force d'agir.

Tchang est d'une grande famille asiatique qui est riche et connue. La mésalliance est quelque chose d'impensable chez elle. On ne se marie qu'avec quelqu'un de même rang et de même race. La tradition le veut ainsi et toutes les révolutions n'y changeront rien. Tchang seconde son père

dans son entreprise mais c'est un jeune homme doux et surtout il est très amoureux. L'obstacle n'est pas pour lui d'être amoureux, mais que la jeune fille qu'il aime soit européenne et sans titre, ni richesse. Voilà le «problème» avec lequel il se débat depuis des mois.

Qu'à cela ne tienne, aujourd'hui Tchang se sent assez de force et de courage pour affronter ses parents. Il sait déjà que son père, sous le coup de la colère, va menacer de le déshériter et que sa mère ne voudra plus le voir. Mais aujourd'hui, rien ne peut l'arrêter. Il est sûr de son amour et de celui de cette jeune fille qui l'aime. Qu'importe, il travaillera à l'usine, s'il le faut, mais il ira jusqu'au bout, non pas de son désir mais de son amour.

La seule chose qu'il sait, c'est que tout est possible, et ainsi, il puise inconsciemment l'énergie dont il a besoin dans l'égrégore qui lui donnera la force de concrétiser son objectif: celui de l'Amour.

Contrairement aux FP d'ombre, les FP de lumière ne stagnent pas dans une aura. Elles sont si volatiles, si légères et si actives qu'elles remplissent son créateur d'une immense aura de bonheur. Leur peu de consistance «physique» ou de densité, les rendent non pas fragiles, ni vulnérables, mais au contraire exemptes de toute manipulation. C'est là toute leur puissance. Elles ne peuvent jamais être phagocytées par la non-lumière.

En fait, c'est un peu comme si nous voulions nous brancher sur les différentes fréquences d'une radio. Nous pouvons capter l'une ou l'autre des émissions et lorsque des émissions se chevauchent, nous n'obtenons qu'un brouhaha inaudible.

Les FP, quant à elles, fonctionnent analogiquement. Leurs densités sont différentes et elles ne voyagent pas toutes sur la même fréquence. Elles ne sont donc atteintes

que par des énergies qui se déplacent sur une «fréquence vibratoire» analogue à la leur. Une FP de Lumière ne peut être manipulée. Par contre, lorsqu'elle rencontre une FP à fréquence lente, comme celles émises par la vieille dame en deuil, elle permet la Transmutation.

Je sais que pour un scientifique les mots que j'emploie peuvent paraître inadéquats. Il est pourtant essentiel de ne pas s'en tenir au vêtement extérieur de mon explication mais d'en pénétrer l'Essence.

Tout au début de nos expériences hors du corps, avec Daniel Meurois, nous donnions l'une de nos premières conférences dans une petite salle proche de l'université de Lille. Il y avait donc des étudiants et des professeurs dans l'auditoire. Le voyage astral était un domaine dont personne ne parlait publiquement en 1971. Nous étions donc au milieu de nos explications lorsqu'un homme se leva pour prendre la parole. Son intervention fut la suivante :

«Vous dites que vous faites ces expériences à deux, j'en déduis que vous êtes des escrocs. Je fais des recherches dans ces domaines et personne jusqu'à présent n'a pu le faire à deux. Je suis professeur et je ne peux vous croire».

Une autre personne se leva et sortit, clamant d'une voix très audible que nous étions des êtres «dangereux».

Quant à nous, nous étions assis et heureusement ! Ce n'était même pas notre expérience de sortie hors du corps que cet homme mettait en doute, ce qui aurait pu paraître plus logique. Non, toute sa contre argumentation tenait dans le fait que nous étions deux... J'étais atterrée et déjà très impressionnée d'avoir un petit public. J'aurais donné beaucoup, à ce moment-là, pour ne pas être là. Pas un instant, l'intervenant n'avait eu l'idée de se remettre en cause, ni de se demander, si après tout ce que nous disions valait d'être regardé de plus près.

Malhabile, je ne savais que répondre et mes réparties, d'habitude à propos, semblaient m'avoir totalement abandonnée. Intérieurement, j'étais comme un poisson hors de l'eau. Extérieurement, ça ne se percevait pas. Moi qui n'avais déjà aucune envie de partager mes expériences en public, sachant combien je pouvais à l'époque m'attirer de remarques désobligeantes, je me voyais traitée d'«escroc» et de «menteuse». Ce jour-là, mon orgueil a été touché jusqu'à ce que je me persuade que je n'avais rien à prouver. Je décidai après cela, de faire comme une journaliste, de témoigner simplement de ce que je vivais, sans penser que le monde entier doive me croire. J'acquis ainsi une plus grande sérénité.

Les FP de Lumière, aussi légères et subtiles soient-elles, ont cependant une forme et une action très concrètes.

Lorsque nous regardons l'aura d'une personne qui prie ou qui médite, pour un objectif précis, nous voyons une très belle Lumière autour de la personne en question et des formes géométriques qui s'envolent pour atteindre leur destination.

Pour être plus précise : si nous pensons à une personne qui a besoin de notre aide, un enfant qui va passer un examen ou à une amie malade, une FP va s'envoler de nous, porteuse de notre énergie d'Amour. Arrivée à destination, elle balayera selon sa force et sa précision, les FP qui sont générées par la peur ou la tristesse des receveurs. Si les FP que nous envoyons sont pures, c'est-à-dire dénuées de marchandage, si elles sont envoyées non pour jouer les sauveurs mais dans un acte d'Amour, si elles sont précises et répétées, elles ont toutes les chances de dissoudre les FP d'ombre qui traînent autour de leurs destinataires.

Ainsi, l'enfant retrouvera en lui sa confiance initiale et l'amie malade se sentira plus calme pour traverser ce

qu'elle vit à cet instant.

Une FP, de Lumière et d'Amour, ne peut faire le chemin à la place de celui ou celle à qui elle est destinée. Personne ne fera jamais le chemin à notre place et c'est juste ainsi. Le rôle des FP est de nous faire retrouver notre Essence et de nous permettre de réveiller en nous la mémoire du grand Soleil qui ne nous a jamais quittés.

Nous n'avons rien à attendre de ce qui est extérieur à nous puisque tout est déjà en nous. L'Amour ne peut être et ne sera jamais offert en partage car il est là, partout autour de nous... Nous l'avons simplement oublié. À nous de lever les voiles qui recouvrent notre regard, ce regard que nous croyons porter si loin et qui n'a pas encore fait son premier pas.

Je lisais récemment une note sur les derviches tourneurs qui disait en substance que certains ordres soufis ont maîtrisé la danse-spirale.

«Par la répétition de ce mouvement sacré, ils parviennent aux plus hauts niveaux de conscience. Ces derviches peuvent voyager au centre de la spirale et en rapporter la puissance magique de leur choix. Dans cet état, le derviche pénètre le Grand Silence et entre en communication avec le Créateur. Par tours et détours, le derviche attire et repousse certaines énergies...»¹⁷

Cela m'a précisément ramenée à une danse où des derviches tournaient inlassablement. Je ne sais s'il s'agissait de ceux cités par le texte, mais je me souviens d'avoir vu, durant toute cette danse, des énergies et des masses sombres qui stagnaient dans l'Ether du lieu et qui au fur et à mesure du tournoiement semblaient balayées puis dissoutes jusqu'à ce qu'il ne reste plus que de la Lumière autour des danseurs.

17- *Cartes médecine de Jamie Sams et David Carson*

Je ne sais pas si ces masses sombres sont revenues par la suite ou si l'alchimie en action à cet instant les a définitivement transformées. Cependant, une lumière qui s'amplifiait, tournoyait dans la sphère de chaque danseur jusqu'à ce que tout à coup une seule énergie jaillisse, telle une gerbe de lumière, au centre de leur groupe, les unifiant en un seul Être.

Chapitre 22

FORMES-PENSÉES ET PLANÈTE TERRE : GUERRES, CATASTROPHES NATURELLES...

*«Celui que la noirceur effraie renforce
la noirceur et l'implante au fond de son âme»*

(Voyage à shambhalla).

Les mutations de la planète Terre sont telles que nous ne pouvons plus ignorer la contribution que nous apportons quotidiennement aux énergies qui sont actuellement sur et autour de la sphère terrestre. L'un des facteurs essentiels de notre avance, ou de notre recul, réside dans les FP que nous émettons avec force et continuité. Ce que nous nommons «les forces de l'ombre» sont entretenues par les FP à basse fréquence qui jaillissent de nous. Ce sont elles le moteur de toutes les manipulations.

Il y a de cela quelque temps, alors que le corps de mon

âme venait juste de quitter son enveloppe de chair, j'entendis la voix de mon guide :

«Laisse-toi guider, ne cherche rien d'autre que l'instant que tu vis et regarde attentivement...»

Mon corps s'expande et se rétracte, mobile et malléable à volonté mais par la volonté de qui ? Cette question qui m'effleure disparaît aussitôt pour faire place à un étonnant spectacle.

Là, à des centaines de kilomètres de moi, tourne une sphère d'un bleu tellement reconnaissable que je ne peux m'empêcher cette exclamation : «La Terre !»

«C'est en effet la planète bleue... Regarde plus attentivement et dis-moi ce que tu y vois !»

Des formes d'un jaune laiteux et fade, se déplacent çà et là sans paraître avoir de parcours précis. Elles génèrent un voile opaque et sans lumière qui se pose plus particulièrement sur certains points de notre planète. Malgré cela, des zones plus bleues et plus lumineuses émergent par endroits et éclairent épisodiquement ce que l'on pourrait considérer comme l'aura de la Terre.

«C'est exactement cela, résonne la voix au fond de moi. La planète Terre, comme tout être vivant, possède des chakras, des nadis, des auras ainsi que des corps subtils. Elle peut, comme chaque être humain, devenir malade mais sa maladie est étroitement liée à l'humanité qu'elle porte.»

La voix, de la même façon qu'elle a fait irruption en moi, s'est tue et me laisse seule face à ma contemplation car, c'est bien cet état que j'éprouve, en cet instant, que je considère comme sacré !

Le spectacle qui s'offre à moi est fascinant et j'oublie en quelques secondes toutes les notions géographiques apprises à l'école, toutes les sphères et les globes terrestres

poussiéreux. Je suis là quelque part hors du temps, dans un espace infini, en communion avec un corps de géant, le corps de la Terre.

C'est alors que monte en moi un flot d'amour intense. Une vague qui m'inonde et balaie tout ce qui pourrait faire obstacle à l'Unité.

Je suis la Terre, je perds mon identité provisoire et loin de me rétrécir et de m'anéantir, j'acquiers en cet instant l'Éternité et le Tout. Par le corps de la Terre, j'aime d'un amour impersonnel et vaste, si vaste que tous les océans réunis ne suffiraient pas à le contenir. Je palpité à son rythme, je vis en Elle et par Elle. Comme eElle je suis Don, don de cette énergie qui me traverse sans jamais appartenir à quiconque.

Autour de moi, d'Elle, des masses informes se déplacent, jaunes et grises, souvent porteuses de colère, de violence et de peur, créations de nos incompétences et de nos balbutiements d'enfants trop gâtés.

Une voix a capté cette dernière pensée teintée d'amertume, c'est celle de mon guide du moment, qui s'immisce en moi, apaisante et chaude :

«Sois et ne juge pas... Tu es en relation avec l'aura mentale de la planète Terre polluée par le monde des egrégories obscurs de l'humanité. Ces egrégories qui n'ont d'existence que par l'alimentation des FP qui leur sont envoyées, étouffent l'humanité qui les génère. Aujourd'hui, la Terre est malade de la pensée des Hommes.»

Je me remémore alors ce que je connais sur les difficultés générées par les FP.

Les FP créent toujours un encombrement sur les Nadis du corps mental. Elles sont là pesantes et actives, ralentissant notre marche et notre évolution comme le feraient des bagages encombrants. Cependant, ces FP n'ont pas sim-

plement une action individuelle: elles encombrant et ralentissent l'avance, que ce soit de la Terre ou de son Humanité. Les égrégore ainsi formés retardent considérablement le développement de nos corps et de nos consciences.

Lorsque nous considérons la Terre comme un être vivant, nous comprenons aisément la pollution psychique qui est la sienne, dès le moment où les égrégore générés par nos FP se cristallisent dans les grands axes de circulation de son corps mental. Si nos FP ont des répercussions sur notre organisme physique, il est simple d'imaginer combien les égrégore pollués vont avoir d'incidence sur le corps de la Terre.

Les Nadis de la Terre prennent vie par la rencontre des forces tectoniques et des ondes cosmiques. Ce réseau agit tel un véritable système nerveux de la planète. Lorsque plusieurs nadis se croisent, ils forment alors ce que l'on nomme habituellement un chakra. Il est actuellement possible de dénombrer sur le corps subtil de la planète Terre, comme sur le corps subtil des humains, les sept premiers chakras. À la différence des humains, cependant, les chakras de la Terre sont influencés et fluctuent selon les FP des terriens. De la qualité de ce qu'ils émettent, dépendra la bonne circulation du prâna cosmique, dans les nadis de la Terre et dans ses centres vitaux.

Il est un fait remarquable à plusieurs niveaux: les chakras de la planète Terre ne sont pas statiques. Ils se déplacent selon sa propre évolution et les nécessités qui en découlent. Seul un centre est et demeure immuable, celui de Shambhalla, comparable au chakra coronal mais aussi au cœur suprême de notre humanité. L'Esprit ne peut se déployer dans son Essence s'il ne passe pas par le cœur et ce passage indispensable réunit le vertical et l'horizontal

symbolisés par la croix, signe de l'Ultime Réalisation et dont l'interprétation la plus courante laisse si souvent un goût de crucifixion et de sacrifice.

Ainsi et d'une manière tout à fait pragmatique, il devient évident que lors de tremblements de Terre, d'éruptions volcaniques, de raz de marée, le corps de la Terre se secoue et peine comme le ferait notre corps physique lors d'une fièvre ou d'une éruption cutanée.

Le simplifie à dessein cette explication car il n'est nul besoin de grands discours. Le temps n'est plus à l'hermétisme, soyons simples : «Ce qui se conçoit bien s'énonce clairement» est une parole sage qui s'applique tout à fait à notre époque.

La Terre réagit de la même manière sur le plan le plus psychique de son être. C'est ainsi qu'à certains points du globe, se réveilleront des guerres et des conflits sur des lieux où les grands axes ou nadis sont considérablement pollués par l'énergie des humains que nous sommes. La circulation des énergies est ainsi entravée et les scories s'accumulent, attirant davantage d'égrégories porteurs de violence et de peur.

Lorsque nous-mêmes, sommes pollués par des FP qui stagnent sur un de nos nadis, nous créons rapidement un problème physique ou psychique. C'est ainsi que nous aurons la pénible sensation de stagner dans un univers où nous cherchons en vain la Lumière.

Nous sommes tous interconnectés et c'est là le Grand miracle que nous propose la Vie. Ainsi, par nos pensées, nous polluons, bien plus encore qu'elle ne l'est physiquement, le corps subtil de notre planète. Pendant ce temps, sur Terre, d'autres énergies contribuent au nettoyage de cette pollution mentale et psychique.

Ainsi, le peuple des rats que nous avons déjà rencontré

dans les chapitres précédents, sert d'éboueur et de filtre aux FP parasites qui nous encombrent. Aujourd'hui cependant l'Entité qui préside à son évolution s'exprime en ces termes :

«... Il se passe quelque chose en votre monde qui devient incontrôlable. Ce quelque chose n'est autre qu'une profusion de pensées perverses et cruelles... Vos frères rats ne parviennent plus à assurer leur rôle d'éboueur de la basse psyché humaine. Pouvez-vous imaginer ce que cela signifie à court terme ? Tout simplement une implosion de votre monde....»¹⁸

Cessons de nous croire le centre de l'Univers et les rois de notre monde. Acceptons simplement l'Humilité vraie. Non pas celle qui fait se courber l'échine, mais celle qui nous permet d'être nous-mêmes. Permettons-nous de sortir enfin de notre isolement.

Je sais que les propos qui sont miens ici vont paraître peu crédibles aux regards de certains. Cependant, la Terre est la seule planète de notre système solaire à ne pas avoir de contact naturel et conscient avec les autres planètes.

Laissons les dogmes, les systèmes sociaux et culturels qui jusqu'alors nous ont séparé du reste des humanités et rejoignons enfin la Vie.

Notre Terre n'est qu'un point parmi d'autres mondes habités et nous ne pouvons plus agir comme si nous étions seuls dans l'univers connu et inconnu.

Je regardais dernièrement un film dont le mérite était de montrer les méfaits de l'isolement :

Sur la planète Terre, après un grand cataclysme, survivaient des îlots d'humains qui n'avaient aucune communication entre eux. Chaque groupe ou village reconstitué se croyait seul et chaque habitant vivait en état de survie et de

18- *Le peuple Animal* de D. Meurois et A. Givaudan

peur. Un groupe de nomades qui s'était donné un chef (un ancien vendeur de photocopieuses en manque de pouvoir) semait la terreur jusqu'au jour où, par les «hasards» de la vie, un homme, venu d'un autre village, revêt «les habits» d'un postier. Postier malgré lui, il se propose de porter des messages d'un village à l'autre.

Les messages firent circuler l'espoir et la communication entre les différentes communautés et apportèrent une force et une joie depuis longtemps perdues. Un ordre des «postiers» vit le jour grâce à des adolescents enthousiastes et les lettres devinrent le ferment d'une révolution. Les villages s'unirent contre les nomades-pilleurs et purent enfin sortir de leur mort lente et programmée.

Chacun se sentait inclus dans un grand plan de survie et pouvait faire exploser ses prisons de peur et de limitation.

Si je vous parle de ce film, c'est afin que nous cessions de penser en concepts de nation, de continent ou même de planète, au risque d'imploser. Nous sommes de toutes les humanités !

Des foyers infectieux de guerres larvées ou déclarées ou en passe de l'être recouvrent actuellement notre planète et l'isolement est à l'ordre du jour. On boycotte tel pays, on isole politiquement ou économiquement tel autre, on rend impuissant un état et on nomme des dictateurs faisant régner la terreur ici ou là. Mais qui sont ces ON, si impersonnels qu'il est difficile de leur donner un visage humain ? Est-ce le Diable en personne ? Est-ce un Gouvernement Occulte ? Est-ce Dieu qui a délaissé les Hommes ? Ou peut-être le Hasard qui veut ça ? Qui nous manipule ainsi ?

Chapitre 23

FORMES-PENSÉES ET MANIPULATIONS

*«Il y a dans la psyché humaine
les germes de la manipulation»*

Nous sommes totalement responsables de ce qui se passe sur la planète Terre ! Je sais combien ces propos peuvent être générateurs de culpabilité et pourtant, je ne peux confondre responsabilité et culpabilité.

La culpabilité est une enfant de l'orgueil, cet orgueil qui nous fait croire que nous pouvons intervenir et changer la vie d'autrui sans son consentement. D'après mes expériences, en tant que thérapeute ou lors de mes sorties astrales, je n'ai jamais rencontré un être qui puisse modifier le parcours d'une personne par son attitude ou ses faits sans qu'une partie d'elle n'ait dit «Oui».

La culpabilité qui nous habite si souvent, n'a que peu d'utilité, si ce n'est celle de nous détruire, sans aider ceux

envers lesquels nous nous sentons coupables.

La responsabilité se situe sur un autre registre et c'est à elle que je m'adresse lorsque j'évoque la manipulation dont nous croyons si souvent être les impuissantes victimes.

Toutes les fois où nous émettons des FP lourdes et presque tangibles, elles se transforment aussitôt en instruments de manipulation. La science actuelle et non officielle qui œuvre auprès du gouvernement mondial, sait depuis longtemps comment manipuler les FP que nous lui offrons constamment avec la plus grande naïveté.

Notre monde se transforme aujourd'hui en poudrière, alimentée par les appétits de pouvoir que nous nourrissons tous d'une façon plus ou moins visible. Voulons-nous vraiment sortir de ce jeu du Moi ? Accepterons-nous de ne plus mettre en avant notre moi-je et la peur du manque qui en découle ? La grande question est là.

Tant que nous continuerons à prendre des prétextes mus par «la peur de perdre», il nous sera impossible de sortir de la toile d'araignée créée par les FP qui nous entourent et par les égrégories qui nous nourrissent et que nous entretenons.

Le plus grand manipulateur n'est pas à l'extérieur de nous, il est là et c'est nous-même. Nous et nos envies de pouvoir, nos peurs de perdre et notre désir de puissance. Partout, nous cherchons à conquérir une place qui jamais ne nous a été enlevée.

Nous luttons avec nous-même, sans savoir que le sang que nous répandons autour de nous est plus encore notre propre sang que celui de n'importe qui d'autre. Nous nous blessons sans arrêt, nous nous meurtrissons et nous nous tapons, en pleurant, la tête contre nos propres murs en maudissant le Créateur.

Nous générons sans cesse : Le mensonge !

«On se ment toujours à soi-même avant de mentir à autrui».

La grande Loi Cosmique est identique pour tous amoral car au-delà de la morale, elle n'a cure de savoir si elle touche des riches ou des pauvres, des bons ou des méchants, des jeunes ou des vieux, elle EST.

Ainsi, nous gémissons derrière les barreaux d'une prison que nous avons construite pierre après pierre mais qui n'est que du vent et que nous pouvons à chaque instant dissoudre.

Les Êtres du «Gouvernement Mondial» n'existent que parce que nous le voulons. Ils utilisent simplement ce que nous leur offrons et surtout, ce qu'il y a de plus bas en nous.

Ainsi, toutes les fois où, par l'intermédiaire des publicités, nous désirons un objet plus cher, plus luxueux, plus... plus... plus..., nous laissons des énergies activer en nous le deuxième plexus (ou chakra), celui qui dit, insatiable : «je veux plus», pour paraître plus et avoir un semblant de puissance.

J'entends déjà des voix s'élever et me dire :

«Nous avons déjà entendu ces discours autrefois dans notre vieille église. Ce n'est pas de cela dont nous avons besoin aujourd'hui ! Finissons-en avec les interdits de se faire plaisir, les restrictions en tous genres et les ascétismes religieux qui ont mené le monde là où il est aujourd'hui. Nous voulons d'autres propositions...»

La vie, la joie, l'amour n'ont rien en commun avec le pouvoir. Aimer le beau, s'aimer et s'offrir du temps ou ce que l'on aime est une marque de respect pour ce que nous sommes et je ne m'insurge pas contre cela. C'est dans l'énergie émise par le fait de posséder plus et mieux que

d'autres, que se trouvent les FP destructrices et manipulables.

S'entourer de beau par amour du beau, émet une autre énergie que celle qui consiste à s'entourer de beau par amour du moi-je et c'est ce qui en fait toute la différence. Il ne s'agit pas ici de morale, mais simplement de «physique subtile».

Il paraît anodin de vouloir «toujours plus». Cependant, chaque énergie de pouvoir que nous créons va alimenter une autre énergie beaucoup plus puissante et pernicieuse : l'égrégore du Pouvoir, qui à son tour va déverser sa force sur les dictateurs en puissance ou déjà en place.

À chaque instant, par les FP que nous créons et les gestes qui en découlent, nous tendons la main à ceux que nous nommons nos «manipulateurs» et nous renforçons leur action.

Je me souviens de l'époque où tout le monde ou presque, était atterré par les agissements de Sadam Hussein. J'entends encore les réflexions acerbes à son encontre et les prières qui avaient pour but d'étouffer son action.

Vous seriez étonnés si je vous disais ce que je voyais alors :

Les FP de colère et de haine envoyées au tyran s'envolaient pour rejoindre l'égrégore dans lequel il pouvait ainsi puiser à volonté l'énergie de haine dont il avait lui-même besoin pour concrétiser son action.

Les bonnes volontés ignorantes nourrissaient ainsi, sans le vouloir, le dictateur contre lequel elles tentaient de lutter.

La haine appelle la haine et ce n'est pas en luttant contre quoi que ce soit ou qui que ce soit que l'on peut enrayer un processus en cours.

Nous l'avons vu dans les multiples exemples que j'ai donnés précédemment, la lumière seule est capable d'éclairer l'ombre au point de la dissoudre.

Par le principe même de l'égrégore, il est inutile d'espérer un résultat concret et surtout durable tant que nous n'émettons pas suffisamment de Lumière pour transmuter la noirceur. Que d'énergie gaspillée, ou contraire à ce que nous souhaitons, de dépensée si souvent en lutte «contre»... Mais on ne lutte pas contre les Hommes. On illumine l'obscurité dont ils ne sont si souvent que l'instrument.

Dans le Tao-Te-King il est écrit: «Que le faible triomphe du fort et que le doux triomphe du dur, tout le monde le sait mais personne ne le met en pratique.»

Le Gouvernement mondial est un **État** au-dessus des États¹⁹. Le but inavoué de ceux qui sont à sa tête est de prendre le pouvoir sur la planète et d'avoir à disposition un cheptel d'esclaves, mus par une idéologie unique et facile à manipuler. La Terre pourrait ainsi servir de colonie pour des êtres de l'espace dont la technologie est bien supérieure à celle que nous avons actuellement, mais dont l'énergie est bien proche de celle des terriens. Les habitants de la Terre connaissent bien ce que recouvre le mot «coloniser». Nous avons eu, nous aussi, nos périodes d'esclavage et de colonisation, où les peuples pris en otage ne valaient guère plus qu'un troupeau corvéable à merci. Et nous continuons aujourd'hui à rendre l'économie de certains pays exsangue, à détruire des minorités gênantes et à créer des guerres factices. Pourquoi donc nous étonner que d'autres agissent comme nous l'avons fait et le faisons encore ?

19- *Les Dossiers sur le gouvernement mondial de A. Givaudan*

Ceux qui sont censés diriger ce gouvernement sur Terre sont cependant assez naïfs pour penser qu'ils seront les maîtres incontestés de la planète Terre, sans se douter que d'autres, dont ils ignorent jusqu'à l'identité, ont prévu pour eux des itinéraires qu'ils n'imaginent même pas.

Ces êtres qui participent à ce «gouvernement mondial», génèrent en nous l'impulsion qui va donner naissance aux FP qui contribuent à leur mise en place, et leurs moyens pour ce faire sont multiples.

Ce sont eux qui programment des musiques au rythme binaire qui inondent nos radios, destructurant nos corps subtils, les rendant plus fragiles et plus sensibles à l'agressivité montante. Ils détiennent les cartels de la drogue qui affaiblissent la jeunesse et la rendent manipulable à volonté. Ils ont le monopole de l'information par le biais des finances qui la soutiennent. Ils propagent ainsi sur les ondes tout ce qui réveille en nous une sensation d'impuissance et qui nourrit notre goût pour le sensationnel, la médiocrité et la désespérance.

Ils sont partout, mais pourtant ils ont une fragilité comparable à la Force qu'ils déploient : ils n'ont qu'un seul et unique pouvoir, celui que nous leur offrons en cadeau, quotidiennement. Ils s'appuient sur nos faiblesses, nos peurs et nos inconsistances, sur nos indifférences et nos endormissements pour gérer le monde. Quelle serait notre surprise si nous savions qui se cache derrière ces masques qui nous effraient ! Des ballons de baudruche prêts à se dégonfler si nous le voulions vraiment.

Ils ont l'argent et la puissance, ce sont eux qui décident d'un conflit ou d'une épidémie, d'un apport technologique... Ils peuvent manipuler les climats. Mais qui leur donne ce pouvoir si ce n'est nous.

Ils sont : «la matérialisation du... subconscient de l'hu-

manité terrestre, la concrétisation de la terrible soif de pouvoir, de l'avidité du genre humain»²⁰, nous affirme notre enseignant de Lumière dans «Celui qui Vient».

Ce Gouvernement Mondial, dont bien évidemment nous ne voulons pas, nous refusons d'en voir l'évidence. Nous en sommes les parents nourriciers, nous, les petits gouverneurs tyranniques de notre état, nous qui tempêtons et exigeons, crions et nous sentons trompés ou meurtris lorsque nous n'obtenons pas ce que nous voulons.

Sur les plans subtils de la planète Terre, j'ai eu le pesant «privilège» d'assister à des luttes, à des combats titanesques où les forces d'Ombre et de Lumière se densifient et se rencontrent. Autour de la planète Terre, des êtres de l'espace venus conquérir et soumettre, brisent leur volonté de pouvoir sur un bouclier de Lumière qui s'étend encore sur une grande partie de son pourtour. Jusqu'à quand et combien de temps encore durera cette protection? Je ne sais... J'entends parfois des «prophètes» augurer d'un futur sombre ou lumineux. Quant à moi, je préfère m'en tenir à ce qui m'a toujours été enseigné. Le futur est une page blanche sur laquelle la planète et ses habitants vont inscrire leur histoire. Un futur porteur d'un Présent Eternel et qui ne demande qu'à être redécouvert.

Qu'avons-nous à craindre d'autres que ce que nos âmes accepteront de mettre en place? Les scénarios construits par nos âmes malades ont suffisamment duré! Et si cette fois nous respirions un autre air, si nous acceptions de lâcher prise sur ce que nous croyons nous appartenir? Si nous cessions de nous hypnotiser et de croire que le monde est à nous? Les grands conflits naissent par peur de perdre notre personnalité, nos biens, notre pouvoir... Et si nous décidions de passer à autre chose?

20- *Les Dossiers sur le gouvernement mondial de A. Givaudan*

Toutes les fois où sur un lieu de la planète, une âme prie, aide, agit pour et non contre et aime, un petit point bleu traverse et nettoie l'aura grise qui entoure la Terre. Pour cela point besoin d'apprendre, ni de faire des efforts mais simplement de laisser éclore ce qui a toujours existé en nous : l'Être Lumineux en Essence que nous sommes.

FORMES-PENSÉES ET MICRO-ORGANISMES

Dans le livre «Alliance», je décris une expérimentation étonnante qui consiste à greffer sur un micro-organisme des FP lourdes et destructrices.

J'ai retrouvé cet épisode dans un pan de la mémoire du temps, mais si cela est revenu en surface, c'est parce qu'aujourd'hui depuis plus de douze mille de nos années terrestres, ces micro-organismes sont toujours présents et actifs : il s'agit des tiques et de certains virus.

Lorsque je vois une FP de couleur sombre, sur un corps physique, elle est reliée à ses chakras et à ses organes par des fils subtils mais qui, sur un certain plan, sont aussi tangibles que les rayons X ou que les particules atomiques.

Il est facile de comprendre comment, à l'aide d'une technologie plus avancée que celle à laquelle certains nous font croire, il est possible de couper et relier ces FP à des micro-organismes prévus à cet effet.

Il faut être bien naïf pour penser que la science d'aujourd'hui en est incapable. Dans certains laboratoires de l'Alaska, des chercheurs qui n'appartiennent à aucun des gouvernements connus, œuvrent et expérimentent dans le plus grand secret des technologies dignes de l'époque Atlante.

Les longueurs d'ondes, les ondes de forme, les impul-

sions et les manipulations à distance de la pensée n'ont pas de secrets pour eux. Ces chercheurs sont aujourd'hui capables de greffer des êtres de l'Ether sur des machines qui, ainsi qu'à l'époque Atlante, deviennent des robots semi-humains. Le règne de la technologie et de la puissance est déjà installé sur la planète et tire les ficelles des âmes insécures et influençables. Ces manipulateurs ont cependant oublié une chose : rien ne peut résister à l'Amour. Un cœur qui aime est plus puissant que la plus sophistiquée des technologies !

Tandis que sur nos nuages, nous rêvons du dernier appareillage électronique, des Êtres s'affairent et œuvrent pour ce qui leur paraît Essentiel : L'Amour du Pouvoir.

Ils connaissent l'activation des egrégores et se réjouissent lorsque, s'appuyant sur notre peur de l'inconnu, ils nous font croire que seule la matière existe. Il est tellement facile de manipuler des êtres ignorants. Que le peuple des Hommes passe son temps et son énergie à se contredire, à se battre, à se juger et à se nier, et à rester dans l'obscurantisme, voilà qui fait l'affaire d'un gouvernement qui connaît l'existence des mondes subtils et le pouvoir du deux, de la séparation.

Lorsqu'une partie de la population mondiale cherche à nier tout ce qui permet d'ouvrir d'autres horizons et une liberté de conscience plus vaste, nous pouvons y reconnaître l'empreinte du Gouvernement Mondial. «Diviser pour régner» c'est leur devise et très naïvement, nous acceptons le jeu dont ils imposent seuls les règles.

PRATIQUE POUR GÉNÉRER UN POINT BLEU :

Aujourd'hui, je choisis de commencer ma journée par une méditation. Je prends trois grandes et profondes respirations et je reste quelques minutes dans le calme, sans attente, sans désir, sans même chercher une sensation quelle qu'elle soit.

Je choisis simplement de m'offrir et d'offrir cette journée en remerciement à la Vie.

Chacun de mes gestes, chacune de mes pensées sera tournée, non pas vers une critique ou une attente, mais vers un remerciement aux autres, à Soi, à la Vie. Peu importe ce qui arrive, je choisis d'accepter, ni avec passivité ni avec contrainte et par obligation, mais par choix. Je me sens maître de ce qui m'arrive et que j'attire à moi. Je ne me rebelle ni contre moi, ni contre qui ou quoi que ce soit. Je suis.

Je fais en sorte qu'au moins trois de mes actes ou pensées de cette journée contribuent à un peu plus de lumière, en prenant conscience de l'action concrète de ce que j'émetts dans ce sens.

Chapitre 24

LE POINT DE VUE MÉDICAL du Dr Antoine Achram

En tant que médecin, j'ai longtemps cherché comment guérir mes patients de leurs maladies chroniques ou cancéreuses avec beaucoup de déceptions quant à l'efficacité de l'arsenal chimique en notre possession.

Las de revoir toujours les mêmes personnes dans mon cabinet, porteuses des mêmes évidentes pathologies, je décidai d'investiguer d'autres domaines.

Mon but était alors de trouver comment guérir mes patients plutôt que d'entretenir leur dépendance à l'aide de produits chimiques et de les maintenir dans le rôle d'assistés.

Mon ambition était grande et je n'imaginai pas encore ce que j'allais découvrir. Je croyais que mon rôle était d'apporter mon savoir et mes compétences à mes malades, sans imaginer qu'ils pourraient avoir un quelconque rôle actif dans leur guérison. La maladie était jusqu'alors, pour

moi, d'origine extérieure et l'adjectif psycho-somatique s'appliquait accessoirement à quelques affections bien physiques, comme par exemple : l'ulcère d'estomac ou l'eczéma.

C'est à ce moment de mes interrogations que je découvris la lecture des auras et des ouvrages parlant de guérissons spontanées ainsi que de l'importance de la pensée sur notre bien-être ou notre mal-être.

Au fil du temps, j'essayai de retrouver avec mes patients la problématique personnelle, familiale ou sociale qui pouvait être attachée au trouble physique pour lesquels ils ou elles me consultaient.

Je ne tardais pas à m'apercevoir, que les lombalgiques avaient un dénominateur commun : l'insécurité matérielle ou affective. Les consultants lombalgiques constituent une bonne partie de la clientèle d'un médecin généraliste. Cela me permit de constater que tous ces malades vivaient avec une vision de la vie et de l'avenir qui n'avait rien de réjouissante.

D'autres affections, elles aussi, étaient précédées d'événements qui paraissaient être à leur origine. Je m'apercevais avec étonnement que les mêmes causes produisaient les mêmes effets. Je ne pouvais donc m'arrêter là. Mes recherches me conduisirent alors vers d'autres ouvrages faits par des confrères tels le Dr Simonton, que nous avons rencontré par la suite et le Dr Hamer. Les non-médecins, quant à eux, m'ouvraient un domaine sans limite.

Un jour, après plusieurs semaines de patience et d'exercices en lecture d'aura, j'ai cru voir une forme floue et arrondie autour d'une personne. Ce fut pour moi un choc et un étonnement qui se mirent à transformer ma vie de médecin. À partir de ce moment, je me mis à voir plus régulièrement ces formes et à voir le fil subtil qui les rattachait

à un organe. J'approchai de plus près le fait que la pensée est à l'origine des désordres physiques qui nous entravent.

Je ne suis ni un voyant, ni un médium spécialisé dans les énergies subtiles, mais force m'a été donné de me rendre à l'évidence, le peu que je voyais confirmait mon intuition et mes lectures.

La maladie ne pouvait venir que de cette chose que nous transportons partout avec nous : **La Forme Pensée.**

Les années passant, j'ai pu approfondir ce domaine bien particulier et comprendre ou du moins essayer de voir en bon observateur, ce qui pouvait se passer, avec toujours comme objectif, de contribuer au mieux-être des humains, quelles que soient leur histoire et leur pathologie.

PHYSIOLOGIE D'UNE FORME-PENSÉE

En examinant de près les publications sur les rapports entre pensées-émotions et maladies, les articles psychologiques sont riches en descriptions et évoquent rarement un mécanisme physiologique pouvant expliquer cette relation.

Par contre, le monde médical a été lent à reconnaître le rôle joué par le stress et les émotions, à cause d'une croyance presque dogmatique de la maladie qui, considérée comme uniquement existante sur un plan matériel, est causée par un élément étranger ou extérieur, et ne peut être guérie que par une intervention physique.

Pour cette raison, la médecine n'arrive ni à expliquer ni à comprendre les guérisons spontanées constatées chez des malades porteurs de maladies réputées incurables. Dans notre milieu, il est fréquent d'entendre alors parler «d'erreur de diagnostic» ou encore de «miracle» avec tout ce que cela sous-entend.

L'élément qui manque à cette médecine qui ne tient compte que du physique, pour qu'elle fasse un grand pas vers la guérison holistique, c'est-à-dire sur tous les plans de l'Être, est d'admettre que la FP soit à l'origine de nos maladies.

Tous les grands fumeurs ne font pas de cancer du poumon, tous les irradiés de Tchernobyl n'ont pas fait un cancer de la thyroïde. Ceux qui ont déclaré la maladie avaient-ils une FP initiale en rapport avec le poumon chez le fumeur, ou la thyroïde chez l'irradié?

Pour comprendre la maladie, nous devons prendre en considération ce qui empêche la plupart des gens de la contracter, je veux parler des défenses naturelles.

Il n'y a pas si longtemps nous, les «médecins du corps», considérons les pensées et les émotions comme des éléments complètement distincts des réactions chimiques hormonales et immunologiques dans le corps physique.

Nous pensions, d'autre part, que le système immunitaire était indépendant des autres systèmes de l'organisme.

Actuellement, beaucoup de travaux de recherche donnent un tableau tout à fait différent de cette croyance.

Des recherches sur la «chimie du cerveau» ont permis de découvrir une grande quantité d'hormones et de protéines cérébrales fabriquées en réponse à nos émotions et pensées avec des répercussions spécifiques sur plus d'une centaine de zones corporelles.

COMMENT AGIT LA FORME-PENSÉE DANS LA MALADIE ?

Chaque événement, depuis la conception jusqu'à la

mort, est détecté par nos cinq sens et l'information recueillie est dirigée vers le cerveau limbique (CL), plaque tournante au niveau du cerveau.

Si cette information est inconnue, nouvelle, elle sera dirigée vers le néo-cortex pour être analysée par les deux hémisphères, droit et gauche. Là elle sera comparée à d'autres événements connus pour déterminer s'il s'agit d'un élément favorable ou défavorable, agréable ou désagréable.

Le résultat de l'analyse : «favorable», «défavorable» est transmis à notre mémoire émotionnelle dans le cerveau limbique, qui va déclencher une action de survie par la fuite ou la riposte, si la donnée est «défavorable».

Le cerveau limbique va déclencher l'action coordonnée par l'hypothalamus.

L'hypothalamus est la voie principale par laquelle le système limbique influence le corps. Il est formé de deux parties :

- celle qui réagit le plus aux stimulations émotionnelles, participe au contrôle du système immunitaire.
- celle qui contrôle la régulation de l'activité de l'hypophyse, qui à son tour règle tout le système endocrinien.

À chaque expérience émotionnelle vécue depuis notre conception, nous mémorisons une conclusion au niveau du CL, qui nous fait réagir d'une façon inadéquate parce qu'inadaptée au moment présent.

Je donne souvent l'exemple du bébé séparé de sa maman en maternité la première nuit, pour laisser la maman se reposer, ou pour tout problème de santé qui nécessite une surveillance particulière. Cette séparation est traumatisante pour bébé et influencera sa vie d'enfant et d'adulte. La conclusion de cette séparation pourrait être : «séparation = souffrance».

Quand, à trois mois, les parents le conduiront à la crèche car maman reprend son travail, la mémoire émotionnelle douloureuse emmagasinée dans son CL se réveillera et déclenchera au niveau de l'hypothalamus. La suppression immunitaire, qui va majorer la baisse de l'immunité physiologique à cet âge. Bébé commencera à faire des rhino-pharyngites, des otites et bronchites à chaque fois qu'il retournera à la crèche.

Il pleurera à chaque fois que quelqu'un voudra le prendre, en le retirant des bras de son père ou de sa mère. L'école sera une expérience pénible. À l'âge adulte, il pourra souffrir de dépendance affective.

Ainsi, chacune de nos réactions inadaptées correspond à des émotions incomprises et mémorisées comme telles puis stockées dans notre mémoire émotionnelle. Ce sont elles qui alimenteront à chaque activation les FP non guéries que nous traînons autour de nous.

MAIS QU'EST CE QUI EMPÊCHE LA MALADIE D'APPARAÎTRE ?

Il a été démontré que nous produisons tous à un moment ou un autre dans notre vie des cellules cancéreuses, mais nous ne faisons pas, fort heureusement, tous un cancer, parce que notre immunité est là pour détruire toutes les cellules anormales ou étrangères. Parfois, cette immunité est diminuée et affaiblie et la maladie prend le dessus.

Qu'est-ce qui agit sur notre immunité en la diminuant ou en la fortifiant ? Ce sont nos FP et les émotions qu'elles déclenchent.

Pour qu'elles soient à l'origine de maladies graves, comme un cancer, ces FP doivent être :

- Bien structurées ; c'est-à-dire, solides, avec la croyance inébranlable de leur réalité. Quelques modèles de ces croyances fortes sont : «je ne mérite pas qu'on s'occupe de moi» ou «je suis incapable de réussir à chaque fois que je commence un projet».
- Répétées ; par exemple à chaque séparation, la conclusion du CL lui rappelle «séparation = souffrance»
- S'accompagnant de sentiments de désespoir, et de découragement ;

Nous avons vu plus haut que le cerveau limbique déclenche une solution de survie par la fuite ou autre réaction. Cependant, si nous vivons une situation stressante, pesante et répétitive, tout en continuant à agir de la même manière pour sauver les apparences, (par exemple : faire un travail que l'on n'aime pas) nous nous sentons incapables de résoudre le problème et baissions les bras. Cette façon d'agir en contradiction avec ce que nous ressentons et ce que nous pensons aura pour conséquence une baisse immunitaire et créera un terrain favorable à l'apparition d'anomalies cellulaires porteuses du cancer. (voir schéma et explications en fin de chapitre).

C'est pourquoi les débiles et malades mentaux ne font jamais de cancer car ils n'ont pas de FP structurées et ont résolu leur souffrance en s'échappant dans un autre mode de pensée.

Heureusement, c'est un système réversible qui peut conduire à la guérison complète :

- En étant convaincu qu'à chaque instant, le processus de la maladie peut involuer, et que nous avons tous ce pouvoir,
- En aidant le patient à croire fermement à la puissance de ses pensées positives, qui vont remplacer ses FP nocives.

- En lui permettant d'augmenter ses défenses naturelles, par un changement de la perception de lui-même et de ses problèmes pour transmuter la maladie en santé.

- Ces sentiments, sources d'espoir augurant de projets pour l'avenir, sont enregistrés dans le système limbique, puis envoyés vers l'hypothalamus. Ainsi, l'ordre est donné à l'immunité pour qu'elle se mobilise contre les cellules anormales, les glandes vont agir pour rétablir l'équilibre hormonal, ce qui va arrêter la production des cellules anormales.

Ces dernières, déjà présentes, seront détruites naturellement soit par les défenses du corps soit par un traitement :

- Apprendre à consacrer du temps pour soi, faire les choses que nous aimons et arrêter de faire les choses que nous n'aimons pas ;

- Accepter les autres comme ils sont, sans juger ni critiquer ;

- Exprimer ses sentiments, ses souffrances et ses émotions ;

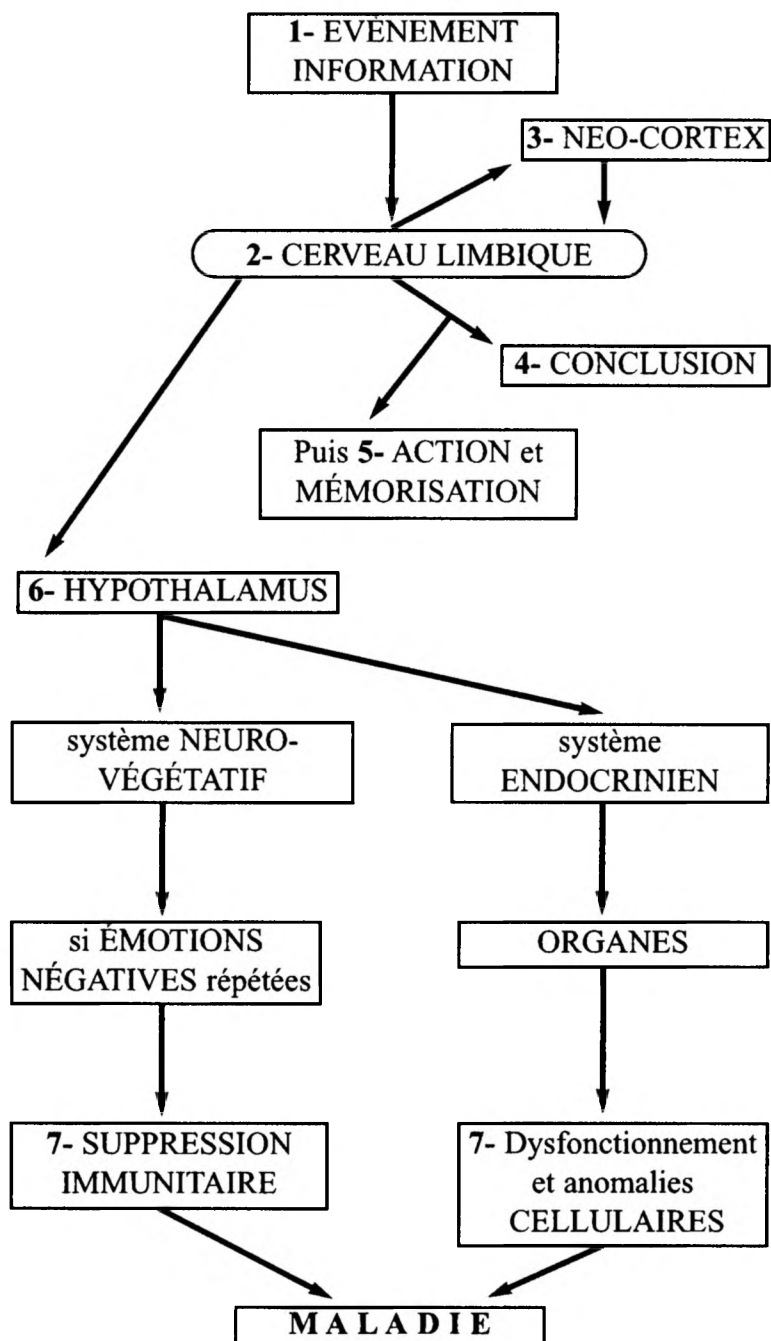
- Pardonner ;

- Faire des exercices physiques, sans forcer et progressivement ;

- Reprendre en main sa vie et cesser de penser que nous sommes victimes des autres ou de quelqu'un, voilà un vaste programme qui peut occuper toute une vie.

Si j'ai souhaité écrire ce chapitre, bien qu'il soit un peu technique, c'est parce que je crois en la perfection de l'humain. Le cerveau est un transmetteur capable de réaliser sur un plan purement physique les pensées que nous lui donnons. Si ces pensées et ces FP vont à l'encontre de la Vie, elles se réaliseront sous forme de maladie dans notre corps et nous amèneront à la mort. Si ces pensées

sont nourries de Vie, elles peuvent nous amener à la jeunesse et à la vie sans limite.



LE CHEMIN DE L'ÉVÉNEMENT À LA MALADIE

Chaque EVENEMENT (1) que nous vivons est une INFORMATION captée par notre CERVEAU LIMBIQUE (2) (CL) appelé aussi «cerveau réactionnel». Il assure la transition entre le NEO-CORTEX (3) et l'HYPOTHALAMUS (6).

L'INFORMATION est :

- soit dirigée vers le NÉO-CORTEX pour être y être analysée
- soit mise en résonance avec une FP déjà mémorisée.

Il en résulte une CONCLUSION (4) qui amène le CL à décider d'une ACTION (5), et préparer le corps à celle-ci. Si la conclusion est MÉMORISÉE (5) comme «agréable» elle sera donc «à renouveler». Par contre si la conclusion est «désagréable», elle sera à éviter et l'action déclenchée la première fois sera répétée face à une situation similaire. Par exemple : un bébé allaité au sein, puis mis en garde à la crèche avec des biberons de lait de vache en remplacement du lait maternel, va mémoriser «biberon de lait = séparation avec maman», il rejettera le lait et ira même jusqu'à faire une intolérance ou allergie au lait de vache. Cette conclusion mémorisée, et qui déclenchera toujours des émotions aussi pénibles que lors du premier événement, même si elles sont inappropriées, est une composante majeure de la FP.

L'HYPOTHALAMUS (6) est l'exécuteur de l'action décidée ou mémorisée par l'intermédiaire du système endocrinien et neuro-végétatif

En cas d'émotions négatives répétées, la suppression immunitaire qui en résulte aura pour conséquence des affections mineures ou des maladies plus graves. (7)

CONCLUSION

Dans nos vies, nous faisons souvent des séparations entre nous et les autres, la Terre et nous et sans le savoir ni le vouloir, nous collaborons étroitement à tout ce qui découle du principe de la séparation.

Aujourd'hui et dès cet instant, nous pouvons dire oui à la Vie afin de nous défaire de nos chaînes et d'alléger notre parcours tout en donnant un air plus pur à la planète qui nous offre son corps et son âme en cadeau quotidien.

Nous savons maintenant combien nos FP contribuent à ce qui nous arrive... Alors cette fois «ni victime ni vainqueur», comme nous lavons notre corps physique, nous allons nous laver de ces FP qui stagnent dans notre aura.

Dans ce premier tome, j'ai déjà proposé quelques exercices faciles et pratiques que chacun peut mettre en œuvre sans difficulté. D'autres vous seront proposés ultérieurement mais le but n'est pas l'exercice lui-même et il nous serait possible de ne rien faire en apparence, tout en nous lavant de nos FP.

Ce qui importe, c'est le déclic que va permettre telle ou telle pratique. J'ai souvent vu et entendu des personnes me dire avoir pratiqué des années sur le pardon et la compassion. La colère et la rancune les habitaient cependant encore, sans les lâcher. Conscientes, elles se demandaient comment agir... et c'est là où «l'agir» trouve sa limite.

Tout peut arriver instantanément ou prendre des années, voire des vies, non pas selon la bonne volonté de celui qui pratique mais selon le lâcher prise qui soudain l'habite et ne laisse plus de place «à ce qui pourrait arriver si...» ou «à ce qui est arrivé parce que...».

Vivre l'instant présent n'est pas une figure de style ni

une pensée philosophique, mais une réalité tangible et concrète qui effraie notre mental toujours en action, lui, le grand maître de toutes nos résistances.

De cette faculté à vivre dans l'instant présent dépend une grande partie de notre Guérison. Cela n'est pas un Don mais tout simplement un cadeau que nous nous faisons à nous-même.

Nous aimons-nous suffisamment pour cela ? C'est la seule question qu'aujourd'hui, en cet instant, et avant de refermer ce livre, nous pouvons, tous sans exception, nous poser.

Nous voudrions vous proposer avant de conclure cet ouvrage une méditation de remerciement à la Vie et à la Terre qui toutes deux nous ont permis d'expérimenter la matière dense.

Prier et méditer, ce n'est pas seulement demander, mais aussi remercier. Que ce remerciement soit adressé à notre être supérieur, à notre conscience, à la Terre, à la Vie, n'a aucune importance car toutes ces énergies sont les diverses facettes de ce que nous sommes vraiment : des étincelles de Vie et de Joie qui s'incarnent pour se répandre et se réunir à nouveau en une gerbe de Lumière.

Rien n'est séparé de Rien. Personne n'est un «perdant» ou un «gagnant» de la Vie. Cela n'a aucun sens car la Vie est UNE.

Nous sommes le TOUT, où «bon» ou «mauvais», «juste» ou «injuste», n'ont aucune existence, exceptée celle que nous leur donnons.

À nous de donner les couleurs que nous aimons à la Vie que nous voulons voir éclore autour de nous.

**«DANS VOTRE VIE IL N'Y A PAS
D'AUTRES NUAGES QUE CEUX QUE VOUS
ACCEPTEZ DE CONDENSER
AU-DESSUS DE VOTRE TÊTE»**

Wesak

MÉDITATION POUR LA TERRE

Cette méditation nous a été transmise par les Êtres de Shambhalla car, pratiquée régulièrement, elle apporte un baume guérisseur extrêmement efficace à notre planète.

«Frères, nous remettons la planète aux mains de l'humanité.

Comprenez ce que cela signifie. La Race des Hommes appelle ceux qui s'ignorent, à cheminer avec elle...

Par ma voix, la Terre de Shambhalla vous remémore maintenant une vieille façon d'agir, utilisée autrefois chez les peuples du soleil. Ce n'est pas une technique mais un moyen d'ouvrir la nouvelle ère du Don. Nous la nommons, la Transmission du pissenlit. Elle voyagera à nouveau de poitrine en poitrine.

Voici : lorsque l'homme et la femme auront l'âme ouverte à la Métamorphose de leur genre, ils s'assieront à même le sol et les pieds déchaussés. Ils écouteront leur silence et sentiront la lumière de Shangri-la, tourner autour d'eux. Alors ils projetteront sur l'écran de leur conscience la sphère duvetueuse d'un pissenlit à essaimer. Ils en verseront les mille graines dans toute leur perfection puis chargeront chacune d'elles de toutes les qualités dont la Terre a soif.

Ainsi rayonneront la graine de l'harmonie, celle de la

tolérance, de l'amour inconditionnel, de la Paix et de tous les trésors qu'un cœur peut contenir et générer. Lorsque la sphère duveteuse sera ainsi chargée de ses messages, l'homme et la femme, d'un même souffle intérieur, en éparpillera les joyaux étoilés. Ils les verront se disséminer à travers les cieux des cent contrées de la Terre et y déverser leur suc. N'ignorez plus ce qu'un tel travail de la pensée peut accomplir. Le vouloir de l'Amour se déplace plus vite que je ne saurais le dire. Il revêt un corps tangible dans les mondes subtils pour se déverser, telle une pluie sur la matière des hommes.»

SOMMAIRE

| | |
|---|-----|
| Préface | 7 |
| Introduction..... | 9 |
| Chapitre 1: <i>Murmure</i> | 13 |
| Chapitre 2: <i>Naissance d'une Forme-Pensée</i> | 17 |
| Chapitre 3: <i>Forme-Pensée et maladies physiques</i> ... | 29 |
| Chapitre 4: <i>Formes-Pensées et cicatrices toxiques</i> .. | 39 |
| Chapitre 5: <i>Formes-Pensées et nadis</i> | 45 |
| Chapitre 6: <i>Formes-Pensées et égrégores</i> | 55 |
| Chapitre 7: <i>Formes-Pensées et responsabilité</i> | 69 |
| Chapitre 8: <i>Formes-Pensées et égrégores de maladie</i> | 75 |
| Chapitre 9: <i>Formes-Pensées et vies antérieures</i> | 81 |
| Chapitre 10: <i>Sommes-nous nos Formes-Pensées?</i> | 91 |
| Chapitre 11: <i>Les Formes-Pensées et mémoires</i> <i>cellulaires</i> | 97 |
| Chapitre 12: <i>Action d'une Forme-Pensée</i> <i>sur notre vitalité et notre force</i> | 103 |
| Chapitre 13: <i>Formes-Pensées et champs</i> <i>morphogénétique</i> | 111 |
| Chapitre 14: <i>Formes-Pensées et avortement</i> | 117 |
| Chapitre 15: <i>Formes-Pensées et génétique</i> | 125 |
| Chapitre 16: <i>Formes-Pensées et secrets de famille</i> ... | 133 |
| Chapitre 17: <i>Formes-Pensées et parasites</i> | 143 |
| Chapitre 18: <i>Formes-Pensées et peuple animal</i> | 149 |
| Chapitre 19: <i>Formes-Pensées contradictoires</i> | 153 |
| Chapitre 20: <i>Formes-Pensées de vengeance</i> | 163 |
| Chapitre 21: <i>Formes-Pensées de lumière</i> | 171 |
| Chapitre 22: <i>Formes-Pensées et planète Terre</i> | 183 |
| Chapitre 23: <i>Formes-Pensées et manipulations</i> | 191 |
| Chapitre 24: <i>Le point de vue médical du Dr A. Achram</i> | 201 |
| Conclusion | 213 |

STAGES AURASOIS

• Approche des soins Esséniens

Les soins et lectures d'auras, d'origine plus lointaine encore que l'époque essénienne, nous offrent des «pratiques» d'une actualité étonnante pour transformer, dénouer, apaiser, rééquilibrer tout ce qui peut nous sembler barrer la route. La maladie n'y est pas considérée comme une ennemie à combattre mais plutôt comme un signal de notre âme pour nous parler de son mal-être.

Formation : 3 niveaux

Le stage "Voyage à la rencontre de Soi" est une condition préalable à l'inscription

• Voyage à la rencontre de Soi

Comprendre, ressentir, vivre les moments de la VIE avec plus de légèreté est Essentiel. Comprendre que notre vie est unique et que «l'autre» est le miroir que nous nous offrons à nous-mêmes, est le cœur de notre ESSENCE.

Dans cet atelier intensif, chacun peut découvrir un nouvel aspect de lui-même mais surtout porter un regard neuf sur ce qui l'entoure et sur ses propres obstacles.

Stage : de 5 jours avec des pratiques individuelles et collectives.

• Naître à la vie et vers un nouveau départ

À travers son expérience des mondes et des dimensions non physiques, Anne GIVAUDAN a acquis une approche très particulière de la naissance et de la Mort. De son côté, le Dr Achram s'est occupé des nouveaux-nés en maternité et de médecine interne.

Leurs expériences mutuelles permettent de poser un regard sur ces moments uniques que sont la naissance et la mort.

Stage : de 3 jours avec enseignements, pratiques et partages.

Ce stage est demandé à tout étudiant-thérapeute de soins Esséniens

• **Les Formes-Pensées : les comprendre et les transformer**

Un grand nombre de formes-pensées gravitent et stagnent autour de nous, paralysant nos choix, activant nos colères et nos impulsivités, renforçant nos peurs. Loin d'être des ennemies, elle sont un signal d'alarme porteur de la guérison de nos blessures si nous savons les comprendre.

Il n'y a ni recette ni méthode miracle. Nous vous offrons bien plus que cela : des éléments qui peuvent créer le déclic de votre auto-guérison, car le seul guérisseur de vos blessures, c'est vous !

Stage : de 2 jours et demi, nous irons à la découverte de nos formes-pensées, afin de trouver en nous le moyen de les transformer.

Pour tout renseignement pratique
et le contenu détaillé des stages,
envoyer une enveloppe timbrée à

AURA SOIS FORMATIONS

Les Cheyroux - 24580 PLAZAC

Tél : 05 53 51 19 50

Fax : 05 53 51 19 39

Web : <http://www.sois.fr>

e.mail : aura@sois.fr

**Nous ne cautionnons aucun thérapeute de soins
esséniens que nous n'avons pas suivi en formation.**

BIBLIOGRAPHIE

DE ANNE GIVAUDAN

LECTURE D'AURAS ET SOINS ESSÉNIENS

Thérapies d'hier et d'aujourd'hui

Cet ouvrage vous permettra de comprendre que la maladie ne naît pas *par hasard*, qu'il est possible d'en comprendre le processus et par là même, de stopper son avance, de l'enrayer et de la transformer en nous transformant. La vie nous apportera toujours les expériences et les moyens de grandir. La maladie fait partie de ces moyens.

Que vous sachiez lire les auras ou non, que vous soyez ou non thérapeute, ce livre vous aidera ou vous permettra d'aider et de comprendre ce corps qui parle à travers les maux qui l'habitent.

Nul n'est maître de la vie et de la mort mais, même si l'on ne peut reconstruire une maison à la place du propriétaire, il est toujours possible d'y apporter les briques et autres matériaux.

Des exercices et des soins précis vous aideront à retrouver votre autonomie et à savoir que le *hasard* n'est que l'invention de quelques-uns qui aiment asseoir leur puissance sur la dépendance de chacun.

ALLIANCE

Il existe des êtres qui vivent intensément hors de notre espace et de notre temps connu. Leur monde n'est pas ennuyeux et pourrait bien être un exemple pour nous.

Il n'est pas question ici de leçons à recevoir ni d'enseignement. Il s'agit simplement à travers une lecture agréable, étonnante et inhabituelle, de s'apercevoir qu'il y a d'autres façons de concevoir la Vie et l'Amour et que celles-ci nous ouvrent des perspectives auxquelles nous n'avions pas toujours pensé.

Qu'auriez-vous à perdre à supposer que vous n'êtes pas seuls dans la galaxie et que d'autres ont trouvé un chemin qui pourrait aussi être le nôtre... si seulement nous le voulions et le pensions ainsi !

WALK-IN **La femme qui changea de corps**

Anne Givaudan décrit le phénomène bien particulier qu'est celui de la transmigration. Qu'est ce qu'un «Walk-in»? ou un transmi-gré? Un Walk-in est un être qui marche à l'intérieur, mais à l'intérieur de quoi? A l'intérieur d'un autre corps, d'un corps qui ne lui appartient pas après un pacte d'alliance passé entre deux âmes.

Il existe sur terre des êtres qui ne sont pas d'ici et qui ont emprunté un corps afin de contribuer à un plan lumineux qui dépasse largement le cadre de notre seule planète. L'auteur dévoile les étapes les plus essentielles et les plus étonnantes du phénomène de la transmigration.

Celui qui vient (Tome 2) **LES DOSSIERS** **sur le Gouvernement Mondial**

Le «Gouvernement Mondial» pourquoi écrire encore sur ce sujet? Est-ce par désir de combattre une énergie que nous redoutons? Est-ce parce que le sujet est à la mode et fait frissonner les habitants de la planète Terre comme un mauvais film d'épouvante? Est-ce par désir de vengeance? Rien de tout cela ne m'habite à l'heure où je couche ces mots sur le papier. Je ne sais de quoi sera fait demain car je ne sais jusqu'où ira ma détermination mais je n'ai pas peur de perdre, d'autres gagneront après moi, encore et encore... Je refuse l'ignorance! L'ignorance est une maladie de l'âme, insidieuse et perverse, elle coule en nous les prémices de nos lavages de cerveau, de nos faiblesses, de nos lâchetés involontaires. Je ne fais ici le procès de personne, je ne rentre en guer-

re contre personne, mais l'enjeu qui se joue sur la terre est aujourd'hui capital, et par quelques exemples précis dans les domaines suivants : la mafia, la santé, la recherche, l'Opus Dei, les extra-terrestres et les camps de concentration, je souhaite que les lecteurs de ce livre-dossier puissent prendre conscience de la manipulation dont nous sommes tous l'objet.

Le véritable travail est toujours intérieur. Lorsque nous serons de plus en plus conscients que nos goûts, nos choix, nos pensées, nos actions, sont dirigés par d'autres que nous, par ceux que nous acceptons comme dirigeants de nos vies, de nos états, de nos pays, alors peut-être que dans un ultime sursaut vers la Vie, nous chercherons à retrouver notre *souveraineté*.

NOUVEAUTÉ FORMES-PENSÉES tome II

Les étapes essentielles vers leur guérison par la
TRANSMUTATION

Le grand nombre de Formes-Pensées qui gravitent, dansent ou stagnent autour de nous, paralysent nos choix, activent nos colères et nos impulsivités, en renforçant nos peurs.

Ces Formes-pensées sont à l'origine de nos maladies ou des comportements «déviant», nocifs pour nous comme pour notre prochain. Que faire ?

Anne Givaudan vous offre dans ce Tome 2, les éléments créateurs d'une ouverture et d'un lâcher prise propices à toute guérison.

MÉDITATIONS GUIDÉES (COMPACT DISC)

• VOYAGES VERS SOI

Méditations guidées avec la voix de Anne Givaudan et la musique de Laurent Danis. Une célébration joyeuse d'un retour à Soi, des retrouvailles où les masques de nos personnalités transitoires peuvent disparaître pour laisser place à ce que nous sommes vraiment : des êtres uniques au parcours unique.

Pour les livres ou les CD CONFÉRENCES s'adresser à
«Diffusion Baume de vie» : 05 45 71 19 09 ou
«Chant des Toiles» : 05 53 50 74 40

DE ANNE GIVAUDAN ET DANIEL MEUROIS

- LE VOYAGE DE SHAMBHALLA
- *Un pèlerinage vers Soi*
- PAR L'ESPRIT DU SOLEIL
- WESAK
- *L'heure de la réconciliation*
- LE PEUPLE ANIMAL
- CELUI QUI VIENT (*Tomel*)
- LECTURE D'AURAS ET SOINS ESSÉNIENS
- *Thérapies d'hier et d'aujourd'hui*
- UN PAS VERS SOI
- *Une méditation par jour pour éclairer le quodidien*
- SOIS
- *Pratiques pour être et agir*

D'autres titres pouvant aider

- AIE MES AIEUX D'A. Ancelin-Schützenberger
- (Ed. Desclée De Brouwer)
- LE POUVOIR DU MOMENT PRÉSENT de Tolle Eckart
- (Ed. Ariane , Québec)
- CHEMIN FAISANT de Gildas boisrobert
- (Ed. Ofset 5)

Editions S.O.I.S - Semer - Oser - Informer - Sourire
24580 PLAZAC
Tél/Fax 05 53 51 19 50
e-mail: editions@sois.fr - Site web: www.sois.fr

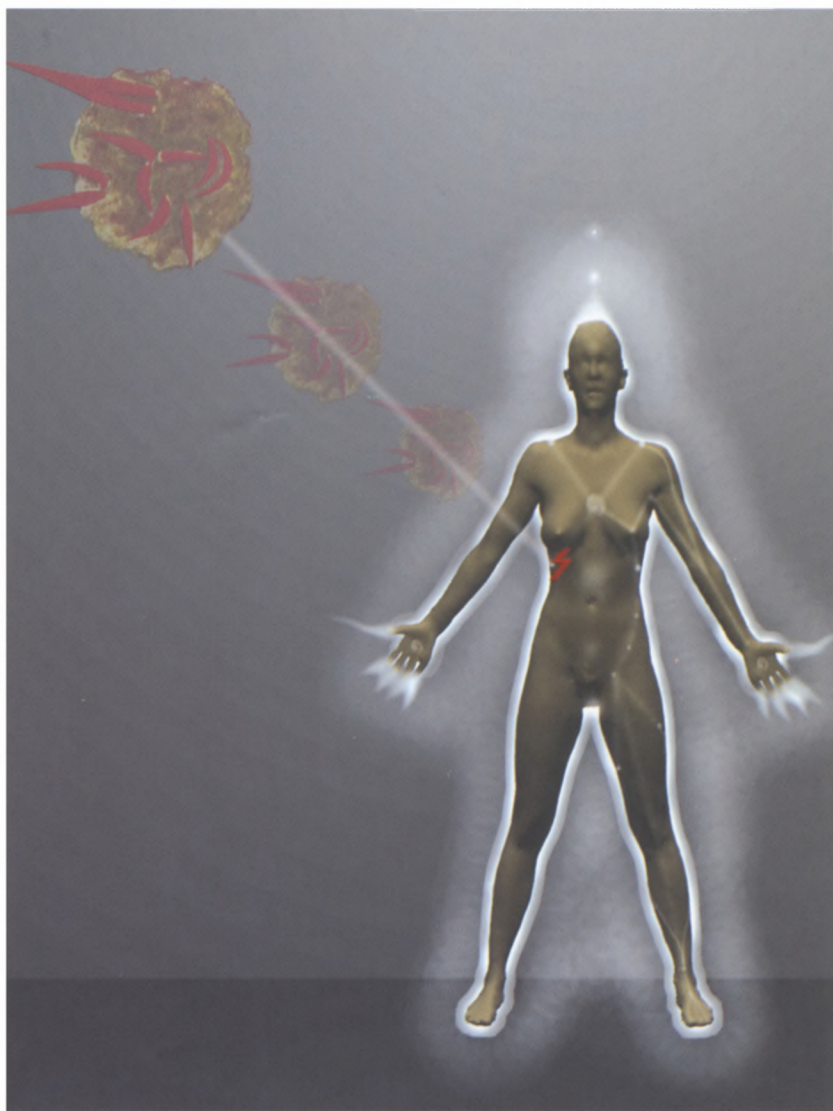
**Imprimé par: Marc Veilleux Imprimeur
Boucherville, Qc J4B 7G4
CANADA**



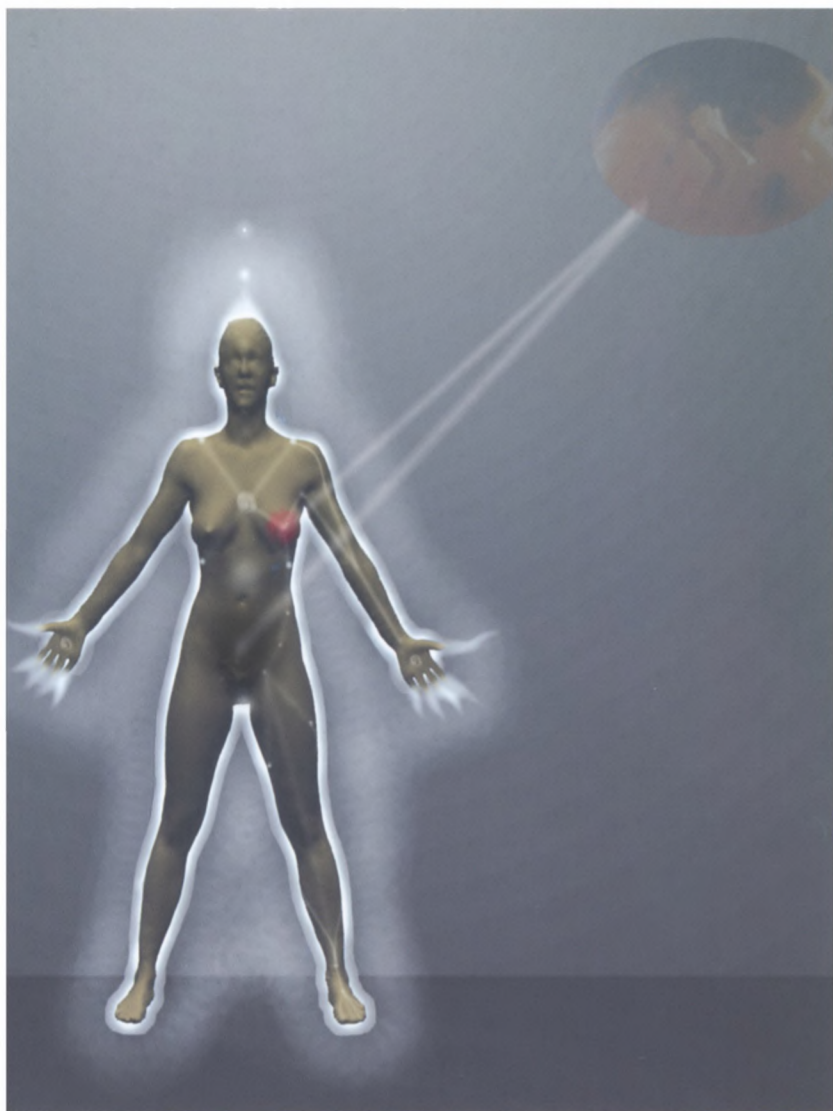
*Silhouette avec les principaux circuits et corps énergétiques
non pollués par une forme pensée.*



*Formes-pensées contenant des personnages ayant un rapport
avec le problème de santé actuel.*



*Série de Formes-pensées associées à la colère et produisant
une pathologie au foie.*



Formes-pensées contenant une image de fœtus après un avortement affectant sein et organes génitaux.



Aura dynamisée par des Formes-pensées d'Amour.



Anne Givaudan est l'auteure et la co-auteure de seize ouvrages traduits en plusieurs langues. Ses livres sont des enseignements sur les mondes de l'après-vie et sur les questions les plus essentielles de notre vie actuelle. Elle

souhaite que ses découvertes et ses contacts, par le moyen du voyage hors du corps, ouvrent des univers insoupçonnés mais bien présents qui fassent redécouvrir à l'Etre humain sa véritable nature : pluridimensionnelle et sans limite.



Courir derrière le bonheur, en ayant la désagréable sensation de ne jamais le rattraper, fait partie du mal-être que nombreux parmi nous éprouvent aujourd'hui. L'action des Formes-Pensées, que nous transportons continuellement avec nous, accentue et contribue fortement à cet état d'être et à tout ce qui arrive dans notre vie.

Méconnues de la plupart d'entre nous, elles ont un pouvoir sur notre santé et une action sur nos bonheurs ainsi que sur nos malheurs. Elles peuvent nous étouffer ou nous dynamiser, mais en prendre conscience et les comprendre est le chemin indispensable à notre libération. Les percevoir et les connaître permet de contribuer en conscience à l'élaboration de celles qui nous aident et à la transmutation de celles qui ralentissent considérablement notre marche.

Comprendre et reconnaître nos Formes-Pensées pour commencer la «transmutation», voilà ce que vous propose le premier tome de cet ouvrage.



Anne Givaudan

FORMES-PENSÉES

Tome II

Le Chemin de la Transmutation

*Exercices
et Pratiques
d'Auto
Guérison*



Editions
S.O.I.S.

© 2004 Éditions S.O.I.S.
24580 PLAZAC

Maquette de couverture: SARL CréAction.com

Maquette intérieure: SARL CréAction.com

Photo de couverture: Denis Gady

ISBN 2-9519882-7-3

*Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction,
sous quelque forme que ce soit, réservés pour tous pays.*

Anne Givaudan

Formes-Pensées

Tome II

ÉDITIONS S.O.I.S.

DE ANNE GIVAUDAN ET DANIEL MEUROIS

- RÉCITS D'UN VOYAGEUR DE L'ASTRAL**
- TERRE D'Émeraude* - *Témoignage d'outre-corps*
- DE MÉMOIRE D'ESSÉNIEN** - *L'autre visage de Jésus*
- CHEMINS DE CE TEMPS-LÀ** - *De mémoire d'Essénien*
- LE VOYAGE A SHAMBHALLA** - *Un pèlerinage vers Soi*
- PAR L'ESPRIT DU SOLEIL*
- WESAK** - *L'heure de la réconciliation*
- CHRONIQUE D'UN DÉPART* - *Afin de guider ceux qui nous quittent*
- LE PEUPLE ANIMAL**
- CELUI QUI VIENT (*Tome 1*)*
- SOIS* - *Pratiques pour être et agir*
- LES NEUF MARCHES* - *Histoire de naître et de renaître*
- UN PAS VERS SOIS* - *Une méditation par jour pour éclairer le quotidien*

DE ANNE GIVAUDAN

- LES DOSSIERS SUR LE GOUVERNEMENT MONDIAL*
Celui qui vient (Tome 2)
- LECTURE D'AURAS ET SOINS ESSÉNIENS*
Thérapies d'hier et d'aujourd'hui
- ALLIANCE*
- WALK-IN* - *La femme qui changea de corps*
- FORMES-PENSÉES* - *Découvrir et comprendre leurs influences sur notre santé et sur notre vie*

* Editions SOIS. Tous droits réservés pour tous pays.

** Editions le Perséa

Le catalogue des Editions SOIS est adressé franco sur simple demande

Éditions S.O.I.S. - Semer - Oser - Informer - Sourire
24580 PLAZAC - France
Tél.: 05 53 51 19 50 - Fax 05 53 51 19 39
e.mail : editions@sois.fr - Web : www.sois.fr

Table des matières

| | |
|---|------------|
| <i>PRÉFACE</i> | <i>11</i> |
| <i>INTRODUCTION</i> | <i>12</i> |
| <i>IÈRE PARTIE</i> | |
| <i>LES 6 ÉTAPES VERS LE BONHEUR</i> | |
| <i>I - L'acceptation</i> | <i>21</i> |
| <i>II - L'attention à notre blessure</i> | <i>31</i> |
| <i>III - Mourir à soi-même</i> | <i>39</i> |
| <i>IV - Nous ne sommes pas nos F.P</i> | <i>43</i> |
| <i>V - La confiance</i> | <i>52</i> |
| <i>VI - Couper les vivres</i> | <i>61</i> |
| <i>IIÈME PARTIE</i> | |
| <i>LES 7 GRANDS PRINCIPES DE LA TRANSMUTATION</i> | |
| <i>I - Prière et méditation</i> | <i>72</i> |
| <i>II - Le rire et la joie</i> | <i>79</i> |
| <i>III - Le choix</i> | <i>85</i> |
| <i>IV - Penser différemment</i> | <i>93</i> |
| <i>V - Le rôle de l'eau</i> | <i>99</i> |
| <i>VI - Le pardon</i> | <i>103</i> |
| <i>VII - Le silence</i> | <i>111</i> |
| <i>IIIÈME PARTIE</i> | |
| <i>TRANSMUTATION ET REPROGRAMMATION</i> | |
| <i>Méditation de transmutation</i> | <i>119</i> |
| <i>Au sujet des visualisations</i> | <i>129</i> |
| <i>Témoignages</i> | <i>131</i> |
| <i>Conclusion</i> | <i>145</i> |

*“À Antoine Achram, mon partenaire de
tous les domaines de ma vie, qui
par son humour et son Amour,
a su éclairer d’un regard neuf les
diverses étapes de ce livre!
À tous ceux qui sont prêts à transformer
en eux l’ombre en Lumière...
À tous les amoureux de la Vie...”*

Préface

Ce deuxième volume est essentiellement consacré aux pratiques et méditations qui vont vous permettre de devenir les alchimistes, les transmutateurs de vos Formes-Pensées.

Pour cela, il est indispensable de comprendre que le premier dialogue à rétablir est celui qui nous conduit vers cette partie de nous, non reconnue, non voulue et délaissée jusqu'à ce jour.

L'enfant que nous portons en nous que nous le voulions ou non ne peut être ignoré et ce n'est pas en prenant les autres personnes sur nos épaules que nous le guérirons.

Transformer une Forme-Pensée demande à aimer profondément tous les aspects qui font que nous sommes tels aujourd'hui. Ombre et Lumière cheminent ensemble semblables et opposés, au plus profond de nous et en périphérie de notre être, jusqu'à ce que nous dépassions cette dualité pour entrer en communion avec l'Unité. A cet ins-

tant, ces énergies opposées s'uniront tel un immense Soleil créé par l'Alchimie de l'Amour.

Lisez simplement ce qui suit, pratiquez si vous le voulez mais ne jugez rien, ni vous, ni ce qui est proposé. Il est possible que vous ayez envie de dire après quelque temps d'exercice:

«Je suis nulle, je n'arrive à rien» ou

«Encore un livre qui ne peut pas m'aider, il ne vaut rien» ou encore,

«J'ai essayé pourtant rien ne change!»

Tout simplement parce que ces pratiques ne peuvent s'essayer. Elles sont à vivre au quotidien, sans effort particulier, sans lutter contre quoi que ce soit ni qui que ce soit, sans mesurer son temps, sans se donner un but ou des limites, sans même vouloir atteindre un objectif car «Le but n'est pas extérieur à nous, nous sommes le but».

Ces exercices sont des pratiques d'auto-guérison et l'énergie qui les habite est transmutatrice. L'usage que vous en ferez vous appartient entièrement car ils sont destinés à chacun de vous individuellement et s'adapteront à ce que vous êtes dans l'instant présent.

Pensez cependant que 21 jours sont nécessaires pour changer la programmation de votre cerveau et pour nettoyer l'ancien «programme» de ses vieux schémas.

Introduction

Nous sommes la guérison

«Vous êtes créateurs par vos pensées; ce sont ces pensées qui en ce royaume puis en d'autres se doivent de transmuier puis de créer la matière comme escalier de l'Esprit.» (Un pas vers Soi)

Nous avons vu dans le livre «Formes-Pensées» tome 1 combien nous sommes d'habiles créateurs de Formes-Pensées dont bien souvent par la suite nous ne savons que faire et que, le temps passant, nous oublions.

Elles seules ne nous oublient pas et comme des enfants en mal de parents, elles crient leur souffrance de ne pas être vues et entendues par nous, parents malheureux toujours en quête d'un «bonheur» extérieur.

Des pensées, nous en avons tous, à chaque seconde de notre vie. Les unes se dissoudront comme elles sont venues, après avoir fait souffler sur nos têtes un vent de destruction passager ou un souffle léger empreint de sérénité. Nous ne nous attarderons pas sur les fugitives mais sur celles qui, répétitives et émises avec force, vont deve-

nir des Formes-Pensées actives qui s'attacheront à nos pas, jusqu'au jour béni où, enfin, nous les prendrons en compte pour décider de les regarder en face.

Nous pensons très souvent que nous sommes libres de tout conditionnement, surtout lorsque nous sommes jeunes et rebelles, pour au fil du temps qui passe, nous apercevoir que chacune de nos attitudes, chacun de nos maux qu'ils soient physiques ou non sont directement activés par ces FP qui sont nôtres.

Nous avons tous des FP et c'est aussi par elles que nous sommes tels aujourd'hui.

Une FP n'est pas une maladie et si après le premier tome «FORMES PENSEES» un grand nombre de lecteurs ont écrit parce qu'ils voulaient connaître les FP qui les encomrent et les empêchent d'accéder au «bonheur», je leur dois des explications.

De la même façon que nous sommes tous entourés par l'air que nous respirons, les FP se promènent autour de nous ou s'accrochent à nous selon l'énergie que nous avons émises pour les créer.

L'objectif n'est donc pas d'éliminer les FP mais avant tout de les comprendre. Cette compréhension permet à chacun de nous de reprendre possession de son itinéraire, de faire des choix conscients avant d'accéder à la «guérison».

Une FP à laquelle d'autres vont s'ajouter durant notre parcours de vie et qui, à leur tour, nourriront un égrégore, ne sont pas nocives en elles-mêmes. Elles sont simplement là pour nous montrer ce qui n'est pas «juste» pour nous et en nous.

Qui a trahi qui? Quelle partie de nous, que ce soit de notre âme, de notre corps ou de notre Esprit, se sent lésée,

non écoutée, peu prise en compte ou complètement rejetée?

Les FP sont là pour nous dire:

«Assieds-toi un moment et cesse de courir ou de chercher autour de toi ce qui te blesse.

La Blessure est là si proche que tu ne la vois plus. Cette douleur lovée au fond de toi et réveillée par tous ceux qui t'approchent, regarde-là! Avec quelle partie de toi es-tu en guerre? Laquelle te demande de respirer? Où est cet enfant que tu as emmuré et qui ne demande qu'à être aimé, qu'à grandir?»

Il ne s'agit pas de jugement de valeur, de bien ou de mal, de vrai ou de faux. En fait, tout cela n'a que peu d'importance pour la guérison des FP et varie selon les critères fluctuants d'une civilisation en mutation.

Nous sommes nombreux à ressentir que notre vie n'est pas comme nous le souhaiterions et qu'un obstacle sur lequel nous ne pouvons mettre un nom ou un visage alourdit notre avance. La tentation est alors grande de chercher une cause puis une aide extérieure, avant même de regarder en nous... Il y a un grand nombre de FP qui gravitent, dansent ou stagnent autour de nous, paralysant nos choix, activant nos colères et nos impulsivités, renforçant nos peurs. Pourtant le fait de lutter contre elles ne résoudra en rien notre mal-être et par un effet contraire leur donnera plus de puissance encore. Nous en reparlerons plus loin... Les FP nocives pour nous et notre environnement se présentent de deux manières:

Soit elles finissent par générer une maladie physique importante,

Soit elles nous entraînent à des comportements que certains appellent «déviants» ou «nocifs» pour nous, comme pour notre prochain.

·Maintenant que nous connaissons le principe des FP, leur nature, leur fonctionnement et leurs actions diverses (voir le tome I), le lecteur est en droit de se poser la question: «Et maintenant que faire?»

A cette question je peux simplement répondre qu'il n'y a pas de recettes, de méthode miracle et bien évidemment, rapide comme le voudrait notre époque.

Lorsque l'on veut GUERIR, une seconde peut suffire mais pour en arriver là et prendre cette décision de tout notre être, combien de temps mettrons-nous à dire:

«Je veux guérir et j'accepte ce qui va permettre cette guérison».

Nous pouvons nous soigner, prendre soin de nous, aller à de multiples ateliers et nourrir notre mental pendant longtemps et puis un jour on est guéri sans que l'on sache toujours à quel moment exact la «guérison» totale a pris place.

Il n'y a pas de règle au cheminement de chacun et si tous les thérapeutes peuvent apporter leur aide, la «Guérison» est une affaire privée, de nous envers Nous, du moi envers SOI, où personne d'autre ne peut intervenir.

Il n'y a ni bon ni mauvais thérapeute, de même qu'il n'y a ni bonne ni mauvaise technique de guérison. Simplement parce que la GUERISON ne dépend d'aucun élément extérieur. Elle est en nous parce que nous sommes le guérisseur de nos blessures.

A ceux qui cherchent des recettes dans ce domaine, je dirais de passer leur route, ce que je vais proposer ne peut les intéresser. Je n'ai aucune recette, simplement des éléments qui peuvent créer le déclic d'une ouverture ou d'un lâcher-prise qui sera porteur de guérison.

Il s'agit là d'une histoire où l'âme et le corps se ren-

contrent dans un ballet amoureux qui n'a jamais cessé et où l'on est toujours seul avec Soi. Je ne peux que vous aider à réveiller ce qui sommeille en vous, à rendre visible ce que vous ne voyez pas.

A l'époque Essénienne, je me souviens que lorsque le maître JESUS donnait ses enseignements les plus privés auxquels j'avais le privilège d'assister, il ne nous parlait jamais de «travail sur Soi» ni «d'effort à faire» mais «d'état d'être». Il était évident pour lui que, ce qui se passait en nous, ne pouvait prendre les allures d'un «travail» extérieur. Il nous répétait souvent que la vie était notre meilleur instructeur et que nos véritables enseignements commençaient lorsque nous nous confrontions au quotidien.

«La Joie est le premier critère d'une véritable guérison» nous enseignait-il, à nous les thérapeutes.

«Nul n'est besoin de vous réunir en élite privilégiée. Toute parcelle de vous est apte à guérir mais sachez que la guérison ne viendra jamais de vous. Elle appartient au seul être concerné par la disharmonie qu'il nourrit.»

Nous allons donc procéder par étapes et nous installer confortablement, nous et nos FP, pour un voyage au cœur de nous-mêmes, afin d'y trouver un espace vide où tout est encore possible et dont nous sommes roi ou reine.

Je vous propose de laisser ce moment être comme il est, en disant OUI à la vie durant le temps que prendra cette lecture.

Ce OUI est déjà le début d'un «lâcher-prise» que nous verrons par la suite comme un élément indispensable pour que notre EGO, toujours en manque et qui se nourrit de nos FP les plus denses, puisse enfin reprendre sa place.

Ière Partie

*Les six étapes
vers le bonheur*

I - L'ACCEPTATION:

**REGARDER NOTRE VIE TELLE QU'ELLE SE
PRESENTE A NOUS ET SURTOUT TELLE QUE
NOUS L'AVONS CHOISIE.**

«Avec qui avons-nous pris rendez-vous si ce n'est avec cet atome du fond de notre cœur qui, de toute Eternité a tout compris et qu'incroyablement nous continuons de museler jour après jour?» (Un pas vers Soi).

Tant que notre mental veut réformer le monde, notre monde, nous nous contentons de porter un masque de plus, le masque du sauveur ou de l'Etre parfait «sous tout rapport», auquel rien ne peut être reproché. Nous pouvons aussi être le rebelle qui cherche l'attention et veut qu'on le regarde... et derrière ces multiples identités, nous espérons un peu de reconnaissance, une justification à notre présence sur terre et surtout un peu d'amour... tout en cheminant de désillusions en désillusions. Quoi que nous fassions pour cacher notre blessure, rien n'y fait et le monde continue de tourner comme si nous n'étions pas là!

Personne ne nous reconnaît comme nous aimerions l'être, nous ne sommes pas aimés ou du moins le croyons-nous et nous sommes loin d'être parfaits.

Puisque la VIE, notre Vie, n'est pas comme nous l'aurions voulue, qu'à cela ne tienne, nous allons nous en inventer une...ainsi, jour après jour, nous contribuons à notre désarroi grandissant et à notre autodestruction programmée.

Dès lors, nous nous confondons avec notre personnalité du moment et avec le rôle que nous avons choisi pour cette vie... et l'acteur s'identifiant à son rôle, glisse doucement vers la folie de l'Oubli de SOI.

Un matin, les informations annonçaient qu'un grand cuisinier venait de se suicider car il avait perdu deux points (qui ne sont pas les étoiles) sur son classement prestigieux habituel.

Etait-il lui aussi à la recherche de cette reconnaissance et de cette perfection qu'il aurait aimé trouver dans le regard des autres mais qu'il était incapable de s'offrir à lui-même?

Pour reconnaître les FP qui nous encombrent et ralentissent notre route, un acte d'humilité vraie, demeure indispensable. Il est celui qui va nous permettre enfin d'accepter ce que nous sommes et ce qu'est notre vie, sans orgueil et sans peur. Lorsque nous posons l'acte Sacré d'enlever les masques derrière lesquels nous pensions nous protéger, nous accomplissons un acte de courage et un acte d'amour. C'est cet Amour qui renverse les montagnes et va tout rendre possible.

Il est le premier témoin de ce Face à Face avec nous-mêmes que nous craignons tant. Ainsi, l'enfant que nous étions, indépendamment de notre âge et qui se déplaçait à

quatre pattes, décide un jour de se tenir debout.

Nous ne sommes pas des êtres parfaits (même si cette perfection est en nous) et tant que nous refuserons de voir les zones d'ombre que nous portons ou qui font partie de notre vie, nous ne pourrons les éclairer d'une lumière nouvelle.

Comme la plupart, nous nous réfugions derrière un mécanisme simple: celui de l'oubli de ce pourquoi nous avons dit oui à la Vie.

Enfants, lorsqu'il nous était impossible d'agir devant les souffrances que nous éprouvions ou faisons éprouver, submergés ou incapables du moindre recul dû à notre âge et à notre état de dépendance, il ne nous restait que la fuite dans l'oubli ou dans l'imaginaire.

Nos parents ne nous désirent pas, ils ne s'aiment pas ou plus, ils sont trop vieux ou trop jeunes, nous arrivons en fille alors qu'ils souhaitent un garçon, nous sommes le septième d'une longue tribu, nous remplaçons l'enfant mort avant nous. Bref! nous ne sommes pas attendus, voire rejetés ou encore abandonnés. Derrière cette terrible souffrance qui est la nôtre, derrière cette colère fondamentale qui nous envahit et qui se dirige autant envers eux, les «mal aimants», qu'envers nous les «coupables», les «non adéquats», les «mal aimés», nous préférons changer le scénario tout en sachant qu'il repose sur le vent de la rébellion et de la non-acceptation.

Dès ce moment, nous décidons de croire que nous n'avons pas choisi cette vie, que nous voulons retourner d'où nous venons, que nous ne voulons plus vivre et que nous en voulons au monde entier. De victime en coupable nous naviguons en eaux troubles où l'avance est difficile...

parce que, en nous trompant d'histoire, en refusant le scénario pour lequel nous sommes là, en entrant en guerre, nous trahissons celui ou celle qui en nous sait que nous avons dit OUI.

Dès cet instant, nous voilà aux prises avec une histoire de vie qui peut n'avoir aucune réalité objective mais qui n'en existe pas moins, pour nous. Cette «réalité» que nous venons de fabriquer en tant que «mal aimé» vient de créer en nous l'impact qui va nous suivre toute notre vie et faire de nous des êtres réactifs à tout.

Aidés par les somnifères, les drogues ou les alcools mis à notre disposition par cette société que nous formons et qui a peur de la souffrance, notre vie devient peu à peu une course d'obstacle où la seule survie est à l'ordre du jour. Nous sommes presque toujours mal à l'aise ou malade et nos actions ne sont guère plus que des réactions dont l'objectif est de nous aider à trouver le «bonheur» ou un peu moins de «malheur» ou peut-être «un peu plus d'amour» mais en vain.

La quête du bonheur, que dans notre mal être nous situons à la périphérie de notre vie, demeure toujours inaccessible.

Dieu, que nous accusons souvent, n'y est pour rien. Il n'est pas celui qui nous laisse tomber.

La Vie n'est pas injuste, et les Autres ne sont pas les fautifs de notre malheur. Eux aussi ont dit OUI pour faire partie de la même pièce de théâtre...

Un jour, après un tel constat, épuisés d'avoir joué et rejoué la même scène, n'ayant plus rien à quoi nous raccrocher, nous nous apercevons que, quoi que nous fassions, nous souffrons et nous décidons de revoir le

scénario. Nous commençons, dès cet instant, nos premiers pas vers la Libération.

Ce moment n'a ni lieu ni règle et peut survenir à n'importe quel instant de notre vie, souvent là où nous l'attendons le moins et où notre mental surpris n'oppose plus de résistance.

«Nous n'avions pas lu toute la pièce et ce passage-là, si douloureux lorsque nous l'avons joué dans cette vie, paraissait beaucoup moins dramatique lors de la première lecture.» Disons-nous pour toute excuse!

«Vu de plus haut, avant que nous n'entrions dans le ventre de notre mère, tout semblait plus facile et réalisable.»

Les excuses se profilent, mais cette fois nous ne les acceptons plus, car nous n'y croyons plus...

Josée ou la fin d'une illusion

«Vous voulez que les hommes aient des ailes alors qu'ils n'ont pas encore de pieds. S'ils ne reconnaissent pas la Terre comme mère nourricière, attendez-vous à ce que leur existence entière, ils soient désespérément en quête du père.» (Un pas vers soi)

Lorsque Josée accepte de voir ses parents comme ils sont et non comme elle les aurait voulus, elle a un choc. Cette petite femme à la retraite avait idéalisé père et mère et vivait avec cette illusion d'amour parental et de perfec-

tion. Et puis, un jour en apparence comme les autres, tout a basculé. Une cousine un peu plus âgée qu'elle, lui raconte combien ses parents à elle ont été durs, combien ils l'ont empêchée de «vivre sa vie» et ce pourquoi elle est encore vieille fille aujourd'hui. Josée essaie de la consoler, mais en même temps l'histoire de sa cousine sonne d'une étrange façon, dérangeante et presque culpabilisante.

Le soir lorsqu'elle rentre chez elle, Josée revoit des scènes de son enfance qu'elle avait soigneusement mises de côté et, déroutée puis, prise de panique, elle commence à sentir une vieille colère qui monte en elle et la submerge. Les jours suivants, les scènes continuent à venir vers elle et bien malgré elle. Elle se sent mal et tellement triste. Elle revoit des scènes avec sa mère et voit combien celle-ci ne s'est jamais occupée que d'elle-même. Une mère égoïste et apparemment sans amour, c'est à présent l'image qui lui vient. Ni son père ni elle n'avait d'importance à ses yeux. Elle se servait de tous ceux qui l'entouraient pour assouvir son besoin de contrôle et d'autorité.

Josée est brisée, ça ne peut être vrai et pourtant... Le fiancé qu'elle aimait tant, c'est sa mère qui lui a interdit de le revoir et son père qui ne disait jamais rien...

Perdue, la petite femme pleure, pleure, des jours et des nuits, larmes amères de colère et de tristesse, de dépit et de dégoût d'elle-même pour sa «lâcheté». Et ce jusqu'à ce matin gris où, vide et sans rien à qui ou à quoi s'accrocher, elle trouve en elle une énergie qu'elle ne soupçonnait pas. Une force la propulse vers un itinéraire qu'elle ne connaît pas, celui d'elle-même enfin dépouillée de ses illusions et de ses rêves d'enfant.

Josée n'a plus rien à perdre. C'est à cet instant précis que tout peut alors commencer. Elle accepte de se regarder

et de percevoir enfin combien elle s'est si longtemps menti à elle-même.

Josée ne s'est jamais mariée et n'a vécu que pour ses parents notamment pour sa vieille mère qui est morte depuis deux ans et auprès de laquelle elle s'est toujours dévouée. Dévouée, elle l'est, certes. Toutes les causes humanitaires vont trouver en elle une bénévole infatigable et organisée, elle s'occupe de tout et de tous à l'exception d'une personne, celle qui ne la quitte jamais depuis tant d'années, celle qui la supporte et l'accompagne partout dans tous les bons et mauvais moments de sa vie: Elle-même.

Cette personne-là, Josée ne la voit même pas, elle la méprise et lui impose beaucoup de restrictions, elle la traite comme sa mère le faisait autrefois: Une moins que rien qui doit être sage, faire tout ce qu'elle peut pour se faire oublier et prouver qu'elle vaut la peine d'exister.

Cette fois, la gentille petite fille qui cohabite avec Josée sort peu à peu de sa léthargie. Elle en a assez et c'est cette colère qui, libérée, va lui donner le courage d'avancer.

Les FP qu'elle traîne derrière elle dans un grand sac de matière subtile lui pèsent trop. Elle décide de les poser, mais se demande comment s'y prendre?

La démarche est simple, trop simple sans doute pour qu'elle puisse y croire mais «simple» ne veut pas dire «facile». Pour découvrir la simplicité, il est avant toute chose, nécessaire que l'on se débarrasse de tout ce qui est superflu. Regardons chez nous et autour de nous combien il est difficile de lâcher le superflu que nous croyons si souvent indispensable.

Dans un domaine très concret, combien sommes-nous à éprouver un déchirement à nous libérer des vieilleries

que nous traînons avec nous depuis des années. Dans un même registre, ne conservons-nous pas soigneusement au fond de nous, de vieilles rancunes, d'intenses colères, envers ceux qui, un jour, nous ont blessés... il y a parfois si longtemps.

Partout nous clamons avec force que nous voulons la liberté ou que nous sommes libres de penser ce que nous voulons, sans nous apercevoir que, la plupart de nos actes, de nos paroles, de nos pensées ne sont que des conditionnements. La peur «de perdre» se cache derrière eux.

Combien de fois pensons-nous qu'il nous manque quelque chose sans nous apercevoir que c'est de trop plein dont nous souffrons.

Josée a accepté de regarder en elle, et ce qu'elle y a vu l'a terrassée. En se penchant sur cette vieille dame active qu'elle est aujourd'hui, elle a vu une petite fille qui se croyait sans intérêt et qui avait décidé de devenir parfaite. Cette perfection passait pour elle par le don de sa vie aux autres, non par amour pour eux mais par non-amour d'elle-même et pour mendier un peu de reconnaissance. Josée a vu et compris. Sa blessure est béante, anesthésiée depuis trop longtemps mais non guérie, elle continue de tuméfier les tissus de son Ame. Elle qui croyait être une femme dévouée, presque parfaite dans le don de sa personne aux causes perdues, elle regarde courageusement en face qui elle est, sans se raconter d'histoire, sans embellir quoi que ce soit.

Ce constat, elle sent combien il est essentiel pour elle. Durant des jours et des nuits, elle démonte l'une après l'autre les belles histoires qu'elle s'était construites pour survivre. Sans relâche, avec obstination, elle pose devant elle tout ce pour quoi elle agit et les pensées qui la moti-

vent. Bien sûr, il lui est difficile de tout retrouver mais quelle importance. Elle accepte ce qui vient à elle, ce qui remonte à sa mémoire et y met autant d'ardeur qu'elle en a mis jusqu'à présent à se rendre la vie difficile. L'écheveau se déroule et à l'aide des éléments qu'elle découvre à nouveau, elle fait le point. Ce n'est pas un acte de son mental, non, c'est une nécessité demandée par son âme pour enfin, pouvoir respirer.

Et là, elle éprouve la plus grande et la plus belle surprise de toute sa vie. Dès qu'elle commence à percevoir les événements et les êtres qui ont émaillé sa vie simplement comme une évidence, comme des faits sans connotation de bon ou de mauvais, elle se découvre, et tandis qu'elle accepte ce qu'elle est, la lutte cesse soudain.

La colère qui l'habitait contre elle-même, ses parents et la vie, tombe et se dégonfle tel un ballon percé par une aiguille magique. Une immense vague de compréhension, proche de la compassion, la submerge, éteignant sur son passage le jugement qui la parasitait depuis toujours et qu'elle ne percevait plus. Une énergie jusqu'alors inconnue d'elle, tel un souffle léger, la pénètre; c'est un battement subtil qui vient de son cœur et qui lui donne l'intime conviction que, quelque part en elle, une porte s'ouvre. La clarté et la tranquillité qui en émanent la réchauffent. Josée est à présent vide, mais d'un vide rempli de joie. Épuisée, telle une convalescente, elle est en paix. Elle n'a plus envie de s'imposer des horaires contre-nature, de se punir d'exister. Elle avance et sur cette nouvelle route qui s'offre à elle, ne reste que l'envie grandissante qui l'habite, celle d'aimer et de s'aimer.

À ce stade, Josée va poursuivre son parcours intérieur avec un élément nouveau, celui de découvrir ce qu'elle est

vraiment. Toute résistance a disparu.

Elle va continuer à aider mais, entre la Josée d'hier, qui aidait pour se punir et réparer son existence, et celle d'aujourd'hui qui s'aime et aime sans rien attendre en retour, sans besoin de reconnaissance pour survivre, il y a un vaste océan: celui de l'Amour.

Josée respire, et si pour un observateur extérieur, elle continue les mêmes gestes et la même fonction, sur un plan un tout petit peu plus subtil, nous pourrions voir autour d'elle les gros sacs qu'elle traînait en permanence, s'alléger considérablement.

Lorsque Josée, qui exigeait beaucoup d'elle et parfois des autres, accepte les moments et les êtres, tels qu'ils sont, cet état de non-résistance intérieure la met dans une plénitude que seul le «lâcher-prise» peut offrir.

Elle essaie quelques instants, parfois plus, de s'offrir ce cadeau... Maintenant elle connaît la recette et même si parfois, une petite voix cassante lui murmure que les choses ne sont pas comme elles le devraient, qu'elle n'en fait pas assez... Josée n'écoute plus. Elle laisse dire et se contente d'Etre.

Comment Josée va-t-elle accomplir la transmutation de ses FP? C'est un cheminement que nous allons découvrir ensemble.

II - L'ATTENTION À NOTRE BLESSURE:

OU COMBIEN IL EST APPAREMMENT PLUS FACILE DE NE PAS VOIR

Après l'ACCEPTION de notre vie et de ce que nous sommes, l'attention à notre blessure est la seconde marche à notre avance.

Lorsque nous vivons des événements traumatisants et que nous ne sommes pas en mesure de les accepter, nous les reléguons dans une partie de notre être où nous les emprisonnons et peu à peu nous les oublions croyant parfois les avoir résolus. Combien de fois Antoine et moi avons rencontré des stagiaires qui croyaient en avoir terminé avec une vieille blessure qui remontait à la surface, au fil des exercices et des pratiques méditatives proposés.

Rien ne peut s'effacer et je le répète, car il est trop facile de prétendre le contraire tout en gardant en nous des plaies indélébiles qui provoquent nos guerres intérieures et par répercussions, extérieures. Arrêtons de nous raconter des histoires anesthésiantes qui loin de nous apaiser font office de somnifères et servent le jeu de ceux qui s'appuient sur nos léthargies pour fomenter nos guerres.

Pour guérir, il faut accepter de porter attention à ce qui nous a perturbés et que bien souvent nous avons traduit sous un angle tout à fait personnel. Revoir un évènement et la traduction que nous en avons faite, à l'époque où il est arrivé, est un pas indispensable à toute guérison.

Tant que nous refusons l'existence d'une FP, elle restera avec nous pour nous signaler sa présence et ce que nous devons comprendre de son action.

Il est un acte «spirituel» qui est celui-ci: plus nous écoutons une personne et plus nous entendons ce qu'elle a à nous dire. Il ne s'agit pas ici d'une écoute superficielle qui ne concerne que nos oreilles physiques mais d'une écoute qui touche toutes nos cellules et qui nous met en contact direct avec «l'autre». C'est ce que l'on nomme «communion».

L'une des lois de la physique quantique est celle-ci:

C'est l'observateur qui va créer l'évènement.

Tant qu'elle n'est pas observée, une particule subatomique n'a qu'une existence virtuelle et tous les événements sont virtuels jusqu'au moment où ils sont observés.

Lorsque nous passons à côté d'une plante ou d'une personne, sans les voir, elles n'ont aucune existence concrète pour nous. Dès le moment où nous leur offrons notre attention et notre amour, elles prennent vie dans notre monde et une connexion consciente s'établit aussitôt entre elles et nous.

J'insiste sur le mot de «connexion consciente» car il est évident que par l'intermédiaire des FP et des égrégores qu'elles génèrent, nous sommes interconnectés en permanence les uns avec les autres. Ce mécanisme de physique subtile est toutefois inconscient pour la plupart d'entre nous.

Combien est-il courant de passer à côté de la Vie sans jamais la regarder vraiment, de peur des souffrances que nous pourrions y reconnaître!

Je voyais dernièrement un vieux film: «SALAM BOMBAY» qui suivait le périple douloureux d'un petit enfant pauvre dans la jungle des grandes villes indiennes. L'amour et la tendresse transparaissaient par endroits, avec pour toile de fond la pauvreté et la noirceur. La fin du film quant à elle n'avait rien d'un «happy end» à l'américaine et ne faisait aucune concession à notre «bonne conscience» qui pouvait se sentir secouée et mal à l'aise. Devant ce film, il est facile d'avoir des réactions qui nous permettent de ne pas toucher en nous à ce qui est blessé... Telles que: «Ce n'est qu'un film!»

«Que pouvons-nous y faire?»

«Si au moins, ils faisaient moins d'enfants!»

Et de détourner notre regard tout en reconnaissant notre chance, à nous les nantis de la planète terre. Nous pouvons aussi nous culpabiliser et secrètement espérer que la planète explose d'une façon ou d'une autre pour que les choses changent.

«Ça ne peut plus durer!» entendrons-nous alors.

Tous ces types de réactions ne sont que des fuites, derrière lesquelles nous nous cachons sans nous impliquer réellement. Il est bien plus facile d'espérer que quelque chose va se passer sur terre qui fera tout basculer plutôt que de comprendre comment nous contribuons quotidiennement à un état de fait que nous réprouvons généralement.

Que la moitié de la planète vive aux dépens de l'autre moitié nous le savons et les statistiques le prouvent. A l'abri derrière nos carnets de chèques et le masque de nos civilisations modernes, nous n'hésitons cependant pas à

prendre la place de quelqu'un qui nous gêne ou à prendre les «autres» pour des voleurs tandis que nous «chapar-dons» ou «truandons» dès que cela s'avère possible.

L'enfant qui meurt à Calcutta, le palestinien qui est tué pour une raison de territoire ou de fausse idéologie, le drogué qui meurt d'overdose ou celui (ou celle) que l'on prostitue pour quelques sous, sont tous des parties de nous en souffrance et si nous détournons autant nos regards devant la souffrance des autres, c'est parce que nous refusons de regarder la nôtre en face. Combien sommes-nous à ne pas aller voir une personne qui souffre parce que nous nous sentons impuissants?

GUERIR c'est ne plus se raconter d'histoires, c'est pouvoir nous regarder en face et regarder l'autre en face, non pour le défier mais pour accepter puis aimer ce qui en lui et en nous réveille une histoire lointaine de cette vie ou d'une autre et que nous voudrions tant faire disparaître à jamais. La blessure est là, ainsi que les FP qu'elle génère, et nous ne pourrions faire en sorte qu'elles disparaissent sans avoir consenti à les regarder pour enfin les laisser partir. Une souffrance, une douleur physique ou psychique ne sont pas là pour nous réduire à néant. Elles demandent simplement à être regardées puis acceptées pour enfin se transmuier en Lumière.

Il est tellement plus facile de fuir ce qui nous semble trop lourd de conséquences que nous en oublions que cette fuite contribue à nous perdre un peu plus, nous et toute notre humanité.

Il est urgent aujourd'hui d'accorder de l'Attention à nos blessures, non pour tourner autour d'elles avec complaisance mais pour les cicatriser et pouvoir enfin projeter nos regards vers d'autres réalités. Nous sommes des êtres

réactifs et cela nous interdit souvent d'agir comme des humains au sens noble du terme, car nos blessures trop à vif ne nous permettent que de réagir.

Lorsque nous évitons, ignorons ou rejetons ce qui nous blesse, loin de le guérir, nous lui donnons du pouvoir...le pouvoir qui préside à notre auto-destruction et par répercussion à celle de tous ceux qui souffrent et puisent au même égrégoire que celui que nous contactons. Tous les actes, toutes les pensées, toutes les paroles que nous poserons par la suite, seront teintées par notre douleur qui n'a jamais été vécue jusqu'au bout et qui, par ce simple fait, n'a pu nous quitter.

L'Etre humain possède un mental inférieur destructeur qui ne peut survivre que dans la dualité.

«Voilà identifié le mal dont vous souffrez, l'adoration du deux» nous enseigne notre grand instructeur solaire dans «Par l'Esprit du Soleil.»

C'est lui qui nous fait croire que l'«autre» n'est pas nous et que la meilleure protection, c'est l'oubli. Nos sociétés, notre éducation, nos parents nous ont appris comment étouffer nos émotions en appelant cela sous l'élégant vocable de «maîtriser». Hélas nous avons beaucoup trop appris à contrôler, à «maîtriser» ces émotions qui nous habitent et qui stagnent là, en nous, autour de nous, jusque dans certaines parties bien physiques de notre corps, à tel point que nous ne savons plus que faire de cet encombrant paquet.

Une douleur qui est étouffée, ne s'en va pas. Elle reste là jusqu'à ce que nous la considérions.

J'ai vu tant de fois des auras et des corps encombrés par

ces blessures inavouées que cela devient aujourd'hui une évidence:

Étouffer une difficulté ne la résout pas.

La FP qui découle de douleurs souvent renouvelées va ainsi frapper en notre âme et jusque dans notre corps physique pour qu'enfin nous puissions lui dire:

«Oui, je te vois, je vais enfin m'occuper de toi et essayer de comprendre ce que tu veux me dire!»

Josée est le cas type d'une personne qui a préféré se raconter des histoires sur son enfance et sur ses parents afin de rendre sa vie plus supportable. Nous ne sommes pas toujours en mesure de régler un problème au moment où il se présente mais nous ne pourrions faire l'économie de cette dissolution des masques derrière lesquels nous nous sommes protégés un jour.

A un moment de notre vie, quel que soit ce moment, le fait s'imposera à nous et la vie nous présentera les moyens pour accéder à cette blessure de notre être. Nous trouvons rarement que ce moment soit bien choisi.

«Trop tôt, trop tard... pas maintenant» nous soufflera notre égo blessé mais en nous, nous savons que le moment est juste. Toute cette souffrance, ce mal-être que nous traînons, toutes ces réactions qui nous font nous précipiter dans les mêmes «panneaux», un jour nous n'en pouvons plus, nous n'en voulons plus. Notre âme étouffée réclame un autre air et c'est celui-là que nous allons nous offrir.

Mettre à jour une FP lui permet de cesser de survivre en incongnito et lui donne enfin une place. Elle cesse d'être niée et c'est cette mise en lumière qui va considérablement l'affaiblir et lui donner la possibilité de partir.

Josée a accepté la souffrance qui était la sienne derrière son

activité incessante et son don aux autres et à l'humanité. Elle a décidé de faire une pause et de se poser la question essentielle pour elle:

«Qu'est ce qui me fait courir ainsi? Est-ce pour me faire aimer, accepter, justifier mon existence? Et derrière tout cela qu'est-ce que je recherche? Est-ce le regard de Maman, un mot d'amour et de tendresse que j'ai cru ne jamais recevoir?

Ma maman n'a jamais été comme les autres mamans, tendre et aimante, mon papa n'a jamais agi pour que j'existe... je les aime et pour ne pas trop leur en vouloir, je me les imagine comme j'aurais voulu qu'ils soient, mais en dessous couve la cendre de ma tristesse, de ma douleur, de mon immense désarroi.

Aujourd'hui, la braise qui était encore rouge de mes blessures a mis le feu à tous ces replâtrages. Tout brûle dans un immense brasier purificateur et libérateur. Je sais, non pas avec ma tête mais avec mon cœur et je ressens en moi la dissolution de cette colère qui me rongait. Je me pardonne et je pardonne... Il va enfin y avoir de la place, un espace vide et propre de tout, qui me fait peur et pourtant que j'accepte comme un terrain de tous les possibles.»

Josée chemine aujourd'hui avec une grande sérénité qui fait de sa vie un moment unique. Elle n'exige plus l'impossible ni d'elle ni des autres. Elle a simplement décidé de dire OUI à la Vie telle qu'elle se présente. Un OUI qui ne demande rien en retour car cette fois elle se sent à sa place où qu'elle soit, sans culpabilité.

III - MOURIR A SOI-MEME

«Il peut assister à l'infinité de ses morts et de ses renaissances sans avoir rien vu, celui qui n'accepte pas de mourir à lui-même.» (Un pas vers Soi)

«La RESISTANCE» constitue pour la majorité d'entre nous un état d'être que nous conservons et entretenons avec beaucoup de soin.

Dire NON à la Vie, au simple fait d'être sur Terre, nous donne la sensation d'exister et c'est ce que notre EGO alimente le plus en nous. Par l'intermédiaire du mental inférieur, il puise sa subsistance dans nos conflits, nos tergiversations, nos hésitations, notre peur de perdre et en définitive, notre peur de mourir. Alors, nous luttons, nous nous agrippons à ce qui part, nous ruminons nos «problèmes» sans nous rendre compte que dans ces moments-là nous sommes la lutte, la colère et l'attachement.

Le LACHER-PRISE est le plus grand ennemi du mental inférieur. Que peuvent l'Ego et le Mental si nous ne leur accordons plus foi, si nous acceptons la vie sans lutter à contre courant de ce qu'elle nous propose. Le corps de souffrance qui nous entoure se nourrit de nos pensées

négatives, et nous ne pouvons lui en vouloir de créer autour de nous et en nous les conflits destructeurs qui assurent sa subsistance. C'est ainsi que dans nos vies nous explosons ou désespérons sur les faits les plus insignifiants sans nous apercevoir que nous sommes manipulés. Dire «NON» c'est se couper de notre monde intérieur, de nous-même, de notre dimension la plus profonde. Le Deux est voulu par notre EGO pour sa propre survie et nous cloue habilement à la matière dense et à la peur de perdre.

Mourir à SOI, c'est mourir à tout ce que l'on croit être nous: nos diplômes, nos possessions, nos affections, nos haines et surtout et avant tout, notre volonté d'avoir raison. Mourir à soi, c'est aussi nous rendre compte que le masque et le rôle que nous avons choisi pour cette vie ne sont que provisoires. Le But du Jeu Divin est que peu à peu nous retrouvions notre place d'acteur et qu'ainsi désidentifié du rôle qui est le nôtre, nous puissions aimer et jouer au mieux cette pièce à laquelle nous avons complètement souscrit.

Un jour, assez lointain, lors de mes premières expériences hors du corps, je me souviens d'un «voyage» qui a fait basculer bien des «croyances et des principes» qui m'habitaient alors:

Hors de mon corps, je voyageais guidée par le son de la voix de l'Etre Bleu qui me sert toujours de guide aujourd'hui. C'est alors que je me retrouvais dans un lieu où la lumière d'une étrange beauté ne venait d'aucune source précise. Rien d'autre que cette Lumière. J'attendais dans cet espace non physique que «quelque chose» se passe... Toute à cette attente, je vis arriver vers moi une silhouette telle une lumière-cristal qui s'arrêta à quelques mètres de distance.

Je ne distinguais aucun trait précis , seuls une immense bonté et un Amour très fluide m'enveloppaient de leur présence.

J'entendis alors ces mots qui comme une musique me pénétraient et se gravaient en moi:

«Tu peux continuer ta route séparée de toi, sache simplement qu'à la fin de ton itinéraire il te sera demandé et tu te demanderas:

Contre qui et contre quoi me suis-je battu? me suis-je identifié à l'acteur et au masque? ai-je bâti ma vie sur une illusion? qu'ai-je eu peur de perdre? et contre quoi ai-je résisté avec autant d'énergie sinon contre moi-même?»

L'entité lumineuse s'est effacée avant même que mon mental n'ait pu entrer en action et le guide qui m'accompagnait dans ce voyage ajouta simplement:

«La peur de mourir engendre inmanquablement la peur de vivre car la Vie n'est pas le contraire de la mort. Seul celui qui sait mourir à lui-même trouvera la Vie.»

Nous mourons tant et tant de fois de petites morts contre lesquelles nous résistons avec toute la force dont nous disposons. A travers mes expériences dans les mondes subtils et dans l'apprentissage des thérapies, j'ai pourtant appris ceci: Toutes les expériences que nous vivons sont des INITIATIONS que notre âme attire à nous pour grandir. Que notre personnalité incarnée soit ou non en accord ne change rien à l'expérience qui nous sera proposée. Elle se fera de toute façon avec plus ou moins de douceur et de facilité selon notre degré de «résistance» ou de «lâcher-prise». Plus nous luttons contre ce que la vie nous propose, plus nous nourrissons nos FP , plus nous nous affaiblissons et plus la maladie du corps ou de l'âme

s'incrute en nous. Lorsque notre âme demande une initiation supérieure, rien ne peut l'arrêter. Pour ce faire, mourir à ce que nous croyons être est un passage dont nous ne pouvons faire l'économie pour enfin, tel un phoenix, renaître de nos cendres.

Accepter de poser un pied dans l'inconnu, ce n'est pas subir, c'est accepter la Vie.

La loi physique est la même à tous les niveaux de la Vie: la Nature a horreur du vide. Mais pour que le vide attire à lui un renouveau il faut avant tout accepter ce moment inconfortable de «désert», de «vide» intérieur où il est impossible de s'accrocher à qui que ce soit ou à quoi que ce soit.

L'Abandon Divin est un acte d'Amour suprême qui n'a rien de commun avec le «laisser faire» et là, siège toute la différence.

«Mourir, à tous les niveaux, c'est simplement abandonner ce qui en fait ne nous appartient pas» nous dira un jour le moine Cambodgien:*

«Ainsi, meurt-on, non pas à soi-même...mais à ce qui n'est justement pas soi-même, à nos croûtes successives.» ajoutera-t-il non sans humour!

Comment mourir à ce qui n'est pas nous, tant que nous nous identifions à ce qui est extérieur à nous?

L'une des étapes de cette mort tient dans l'observation et dans l'acceptation de ce que nous croyons être nous.

* *Celui qui vient* - Editions SOIS

IV - NOUS NE SOMMES PAS NOS FORMES-PENSEES:

LES OBSERVER AFIN DE LES TRANSMUTER

«Soyez des observateurs de votre âme; ainsi vous ne vous rendrez plus sur le champ de bataille qu'elle représente souvent. Il n'y a aucune passivité dans cette attitude; je vous la propose comme la base de la dédramatisation de votre vie.» (Par l'esprit du Soleil)

Lorsqu'une FP est enfin mise au jour, peu importe la façon dont cela va se manifester: une rencontre qui fera resurgir des événements douloureux, une lecture, un film, une thérapie, un nouveau drame dans notre vie peuvent tous être des facteurs de guérison. La Vie et tout ce qu'elle nous propose est exactement ce dont nous avons besoin pour guérir et aller enfin vers NOUS.

Soyons sûrs au moins de cela: *La VIE ne fait jamais d'erreur de «casting».*

Nous allons cependant rencontrer un obstacle sur notre route intérieure qui est celui-ci: plus nous luttons contre une FP et plus nous la renforçons.

Comme tout ce contre quoi nous «luttons», une FP que nous venons de découvrir parce que nous avons accepté de la regarder et de la voir, nous donne aussitôt envie de la détruire.

C'est alors que se met en place un mécanisme subtil auquel j'ai pu assister tant de fois:

Renée fait de la Résistance

Renée est là devant nous assise avec son petit sac à main sur les genoux. Elle n'a pas encore enlevé son manteau gris et reste ainsi enveloppée de cette chape qui la rend invisible. Disparaître, surtout ne pas se faire remarquer et prendre le moins de place possible, voilà en fait ce contre quoi Renée lutte depuis quelque temps.

Elle en a assez de passer à côté de sa vie comme elle le dit si bien, maintenant, elle veut prendre sa place dans cette vie qu'elle refusait ou plutôt dont elle avait tellement peur. Tout cela elle le sait, elle a fait le tour d'elle-même tant de fois et depuis si longtemps qu'elle ne sait plus comment s'y prendre.

Nous l'écoutons et découvrons avec elle qu'elle déteste ces FP qui, dit-elle, la font ainsi stagner. Elle lutte et se bat jusqu'à épuisement contre ces attitudes qu'elle ne veut plus voir, sans percevoir que la première faille est là!

Nous sommes souvent ainsi dans la Vie , dans nos vies, sans nous rendre compte que de cette façon, nous appor-

tons une attention soutenue à ce dont nous voulons, très précisément, nous distancier. L'attitude de lutte ou de rejet amène une réaction qui nourrit notre mental inférieur et de notre égo, tous deux grands consommateurs de tout ce qui, de près ou de loin, suscite la séparation, la dualité et la lutte.

Les êtres qui stagnent dans les couches les plus basses de l'ETHER, comme nous l'avons vu plus en détail dans le tome I, vont à leur tour renforcer ce processus et faire de cette lutte un engrenage dont nous aurons de plus en plus de difficultés à nous extraire.

Le serpent se mord la queue et rien ne change tandis que nous avons la sensation d'avoir mis en place tout ce qu'il fallait pour en sortir.

Plus nous cherchons à nous éloigner d'une FP et plus elle nous fait croire qu'elle et nous ne sommes qu'un.

Lorsque nous vivons une émotion, il nous est difficile de voir cette émotion comme ne nous appartenant pas. La FP va, par l'intermédiaire de notre égo en souffrance, mettre en place un scénario d'identification. Il faut que nous nous identifions à elle, que nous soyons la Forme - Pensée, pour que celle-ci ait des chances de survivre. La moindre distance mise entre nous et cette FP peut considérablement affaiblir l'action de cette dernière ainsi que de tous ceux qui se nourrissent de son énergie.

Ne pas s'identifier à nos FP, prendre de la distance est tout à fait opposé à «lutter contre». Pour prendre de la distance et poser un regard d'humour sur un événement ou sur une personne il faut avant tout l'accepter et l'aimer pour ce qu'il est. En cela réside toute la difficulté.

La non-identification va permettre une hauteur de vue

qui peut générer l'humour, enfant de la joie et de l'Amour, tous deux puissants dissolvants de nos déchets et de nos scories tant sur les plans physiques que subtils.

Notre égo et notre mental connaissent cette action décapante de l'humour et ne peuvent supporter de perdre un pouvoir que jusqu'alors nous leur avons volontiers concédé.

Les FP sont nos enfants et nos créations mais elles ne sont pas nous. Cesser de croire que nous sommes nos FP est un pas de plus sur l'échelle de la transmutation.

L'abandon de Louise

Louise se sent «attaquée» par son conjoint lorsqu'il lui fait des reproches.

Elle ne supporte pas la moindre accusation, sans se rendre compte que celle-ci réveille des zones d'ombre qu'elle refuse de voir en elle. Elle se sent à chaque remarque désobligeante, en danger devant ces FP que son compagnon touche inconsciemment. En fait, chaque événement de cet ordre, réactive une vieille blessure de sa toute petite enfance:

Ses parents l'ont laissé pour plusieurs mois et sans explications, chez sa grand-mère lorsqu'elle avait deux ans. Elle a connu à ce moment-là, le plus grand des désespoirs: la déchirure et la séparation d'avec ceux qu'elle aime le plus.

La petite Louise aurait pu simplement considérer les

faits tels qu'ils se présentaient: «mes parents partent et me mettent chez ma grand-mère que j'aime» mais ce serait sans tenir compte de l'histoire familiale de Louise.

En effet, l'entourage de la petite fille alimente constamment sa blessure. Dans la maison où elle essaie de survivre à sa peine, chacun des habitants du lieu essaie de retisser sa propre coque protectrice, déchirée par l'abandon.

La grand-mère de Louise est seule car elle a «le privilège» d'être l'une des rares divorcées de son époque. Son oncle en instance de divorce habite avec elle quelques mois avant de repartir à l'étranger où il est en poste. Sa cousine, la fille de cet oncle, un tout petit peu plus âgée que Louise vient habiter la même maison. Elle restera là jusqu'à ce que le divorce de ses parents soit réglé. Pour compléter ce tableau, une gentille «nounou» choisie pour seconder grand-mère vient de l'assistance publique... Tous les scénarios sont en place pour que Louise ne puisse échapper à la blessure qu'elle est venue guérir dans cette vie.

Une pensée la poursuit durant des jours et des nuits, une interrogation qui telle la lame d'un couteau la blesse:

«Est-ce que je ne suis pas assez gentille pour que papa et maman restent avec moi ou m'emmènent avec eux? qu'ai-je fait?»

La FP se met en place et se nourrit de ce qui émane de l'interprétation de cet événement:

- La culpabilité qui fait de Louise une méchante personne
- La sensation d'abandon qui génère l'impression d'être une victime et
- La dévalorisation.

Les pensées se suivent et se multiplient au fil des mois sans que quiconque puisse y mettre fin:

«Je ne mérite pas que l'on reste avec moi. Peut-être ai-

je fait quelque chose de mal? Peut-être parce que je suis une fille et qu'ils voulaient un garçon?»

Toutes ces questions, ce n'est pas la petite Louise qui se les pose consciemment mais une partie d'elle qu'elle étouffe afin de pouvoir survivre. Louise grandit, ses parents reviennent la chercher et tout semble aller au mieux mais personne ne voit ce petit être tapi dans l'ombre de Louise et qui, oublié, se recroqueville dans un coin, en proie à la peur, au doute et à la culpabilité. La petite fille meurtrie n'a pas grandi et attend une main secourable qui la perçoive enfin.

Aujourd'hui, lorsque son conjoint lui dit une parole qui lui fait penser qu'elle n'est pas à la hauteur, la blessure ancienne se réactive et la FP va déclencher une tristesse profonde et disproportionnée lui faisant croire qu'elle est «inadéquante» la transformant ainsi en victime.

Il s'agit simplement d'une vieille histoire et d'une mauvaise interprétation d'un moment de la vie de la jeune femme où les faits et leurs réalités objectives sont, nous le voyons, très différents de sa traduction.

Louise lors du processus de sa guérison fera ce constat: *«Mes parents ont agi à l'époque de mon enfance de cette façon en pensant que c'était la meilleure solution, pour moi comme pour eux.*

Aujourd'hui, je suis blessée soit! C'est un fait mais la raison de ce qui va réveiller mon émotion n'a que peu de rapport avec le moment présent, mon conjoint et ce qu'il me dit.

Un mot, une heure de la journée, une période ou un lieu, sont peut-être seuls en cause et comme «la madeleine de Proust», ils évoquent pour moi toute une histoire tragique qui n'appartient qu'à mon regard sur un moment de

ma vie. Et plus je rumine sur «ce qui m'a été fait», plus je m'identifie à cette colère qui n'est pas moi, et moins il m'est possible de vivre dans le seul espace où tout peut se dissoudre: LE PRESENT

Je perds ainsi la puissance qui est mienne dans cette identification à ce «passé» illusoire qui n'existe plus.

Je lâche enfin l'attachement à ma souffrance car je l'identifie et je l'accepte.»

L'immense majorité d'entre nous sommes faits sur ce modèle et c'est ainsi que nous créons des guerres sur mesure afin d'épancher à l'extérieur cette douleur atroce que nous portons en nous et qui saigne si souvent jusqu'à guérison complète.

Ne tombons pas dans le piège qui consiste à émettre colère ou impulsivité à l'encontre de nos FP, faute de quoi nous leur donnerons plus de vie encore. Les FP de colère générées par notre douleur, vont se doubler rapidement de celle de la colère que nous allons bientôt éprouver envers nous-mêmes, face à l'échec que nous vivons à les dissoudre. Les unes comme les autres vont ainsi s'alimenter de cette nourriture que nous leur offrons avec toute l'énergie que nous voulions mettre à les détruire. Et c'est ainsi que s'éparpillent nos forces et que baisse notre immunité en alimentant les FP accrochées à notre corps mental inférieur.

Que faire pour nous distancier de ces Formes-Pensées?

Simplement nourrir la lumière qui va permettre leur transformation.

I - Il faut avant toute chose:

- Accepter de voir ce qui ne va pas en nous et cesser d'en mettre la cause sur des événements ou des personnes de l'extérieur. «L'autre a fait ou dit quelque chose que je juge néfaste.»

«Ce n'est jamais l'autre qui encombre, irrite et fait des crocs-en-jambe. Le ralentisseur, l'obstacle aux mille facettes, c'est nous-mêmes.» (Celui qui vient)

II - La deuxième étape consiste à nous rendre à l'évidence:

- C'est notre Forme-Pensée qui nous fait réagir.

Lorsque nous sommes habités par une FP qui se réveille, tout en nous devient sa création: notre démarche, la clarté de notre regard, la précision de nos gestes, le timbre de notre voix.

Toutes nos cellules reflètent ce que nous sommes et quoi que nous voulions donner comme apparence, elles transmettent notre mal-être jusque dans notre corps physique.

III - La troisième et sans doute la plus importante étape de cet itinéraire consiste à:

- Pénétrer au cœur de notre blessure.

Avant même de prendre de l'altitude il est indispensable non seulement de reconnaître notre souffrance

mais aussi d'accepter qu'elle remonte à la surface et que dans un même laps de temps, nous plongeons en son cœur sans aucune protection.

Nous souffrons dès lors de la peur de ce à quoi nous allons être confrontés... Les tensions physiques s'intensifient, le mal être augmente, la maladie est plus présente que jamais. Nous avons peur de lâcher ce que nous croyons être une partie de nous, peur du vide, peur du manque, peur de perdre ce qui justement n'est pas nous.

Et nous souffrons bien plus de la peur de ce que nous allons rencontrer que de n'importe quoi d'autre, tout en alimentant notre corps de souffrance et l'égo qui s'en substantent.

Ce sont ces deux énergies qui vivent de notre identification à nos FP destructrices. Leur survie en dépend et les vibrations que nous émettons dans ces moments- là les attirent et les nourrissent en abondance. A nouveau «le serpent se mord la queue» et seule la distance que nous prendrons permettra de désactiver le processus.

PRATIQUES:

Contacter sa blessure

Maintenant que vous êtes prêt à vous aimer un peu plus chaque jour, voici une pratique simple et extrêmement efficace:

- Juste minutes avant de vous lever, prenez quelques instants pour suivre le rythme de votre respiration.
- Lorsque le calme est présent, pensez à un aspect de vous que vous n'aimez pas, avec lucidité, sans vous raconter d'histoire.
- Regardez-le, ce défaut avec lequel vous évitez soigneusement tout contact et qui pourtant réapparaît régulièrement dans votre vie.
- Prenez le temps de l'identifier de la même manière que vous porteriez attention à un être qui vous est cher et que vous regardez avec bienveillance, avec un regard neuf, tout en sachant qu'il ne peut dominer votre vie.
- Donnez-lui de votre attention, de votre temps.
- Tournez-vous enfin vers cet enfant blessé porteur de cet aspect de vous toujours réactif au même type de situation. Voyez ce petit être que vous étiez et qui porteur d'une blessure a développé cette attitude que vous réprouvez. Donnez-lui la possibilité de savoir que vous l'écoutez, que vous êtes là, qu'il peut vous confier sa peine...
- Quelques minutes par jour suffiront pour que, peu à peu, au fil du temps, s'établisse un dialogue et guérisse cette partie de vous que vous avez si longtemps ignorée.
- Il est important que vous soyez très présent lors de cette pratique afin que la guérison s'opère. (40 jours sont préférables pour activer en vous le processus).

V - LA CONFIANCE

«Le Tout peut tout et ne s'inquiète de rien. En cela ne réside aucun orgueil mais une connaissance infiniment plus simple que vous ne l'imaginez.» (Le Voyage à Shambhalla)

C'est alors qu'un acte de CONFIANCE nous est demandé non par quelqu'un d'extérieur mais par cette partie de Nous qui sait que tout est «juste».

Ce plongeon dans le vide ne dépend plus que de nous et si nous disons «oui» à ce que la Vie nous propose, là où nous pensions trouver une déchirure et une plaie béante, nous découvrons l'Amour. L'acceptation d'aller vers ce «non Amour», l'observation de notre souffrance, la simple présence à ce qui se passe en nous, transmute peu à peu la FP concernée qui avec Amour, sans se lasser, nous montre cette partie blessée dans laquelle réside un vide qui ne demande qu'à être transformé.

À cet instant, la résistance que nous opposions à nos FP disparaît. Tout devient évident et nos corps, des plus physiques aux plus subtils, redécouvrent l'absence de tension et le retour à l'apaisement.

L'altitude se prendra dès lors, sans que nous ayons à la

vouloir. Elle s'imposera comme une évidence tranquille qui n'exige ni effort ni lutte.

Lutter, c'est exiger d'une situation ou d'une personne qu'elle soit telle que nous voudrions qu'elle soit.

Dès le moment où nous n'exigeons rien, ni d'un événement ni d'un être, un «miracle» qui fait partie des grandes lois de l'univers prend place: Nous venons de lâcher ce qui est conditionnel pour rentrer dans l'espace infini de l'inconditionnel.

Nous entrons dans cet espace de paix intérieure profonde où rien n'est à prouver, où il n'y a plus de but à atteindre, l'acte posé dès lors ne sera plus soutenu par une personnalité transitoire mais par notre partie la plus Divine.

Combien de fois avons-nous éprouvé ce moment où, impuissant et à bout de ressource, nous avons accepté ce que nous ne pouvions plus contrôler? À cet instant même, quel n'a pas été notre étonnement de voir comment, sans notre intervention, tout se résolvait alors avec facilité?

Cette étape nous met devant une décision:

Que voulons-nous? Sommes-nous prêts à traverser toutes nos peurs? Avons-nous confiance dans ce que la vie nous propose?

Dès l'instant où la décision est prise profondément, nous n'avons plus à nous inquiéter du «comment?». La Vie va se charger d'attirer à nous toutes les personnes et les événements dont nous allons avoir besoin. La modification que notre décision a commencé à produire sur nos auras entraîne aussitôt des Pensées qui vont attirer ce que nous demandons: le changement.

«Frappez et l'on vous ouvrira, demandez et l'on vous

donnera.»

Tout ce que nous demandons nous est toujours offert lorsque nos corps les plus spirituels sont en accord avec cette demande. Il peut s'agir de l'objet le plus banal jusqu'à la rencontre la plus essentielle. Il n'y a pour la vie aucune différence dans le processus que nous mettons alors en action.

Les moyens qui nous seront offerts peuvent nous surprendre mais ce n'est pas à nous de nous en préoccuper.

Quoi que nous fassions, dès que nous avons dit OUI, une proposition nous sera donnée au moins par trois fois. Là encore, nous ne pouvons «rater» ou «louper» notre route car nous sommes la Route.

Je vous propose ici le témoignage de Mado qui illustre ce qui vient d'être dit:

Durant un stage "Naissance et mort" avec Anne et Antoine, nous avons vécu plusieurs relaxations. L'une d'elles était orientée vers une méditation plus profonde.

Lors de cette relaxation-méditation, Anne nous proposa une expérience: nous pouvions "accepter, à partir de cet instant, d'affronter nos peurs, ainsi que les obstacles que la vie allait nous offrir, pour poursuivre notre évolution". Il suffisait, dans l'état de conscience où nous étions, de répondre par oui ou par non. Si nous ne sentions pas encore prêts, nous pouvions, sans crainte ni culpabilité, répondre par non. En ce qui me concerne, je répondis un "oui franc et massif". A l'issue de la relaxation-méditation, Anne précisa que ceux ou celles qui avaient répondu "oui" pour-

raient vivre dans leurs vies des changements.

Un mois plus tard, ma vie changea effectivement à cause d'un divorce. A ce moment-là, je n'ai pas fait, tout de suite, le rapprochement avec le stage d'Anne et d'Antoine.

Puis, avec le recul de quelques années, je me rends compte que j'ai été soutenue, entourée par une Force durant cette épreuve. J'ai pu traverser cet obstacle et la souffrance qui l'accompagne, très rapidement dans le temps- trois mois- en retrouvant mon propre chemin et le sens de ma vie. Ce dont je suis sûre, c'est que si j'avais été "seule" pour traverser cette période difficile, je n'en serais pas là où je suis maintenant. C'est comme si le "oui" prononcé m'avait ouvert des portes activant des prises de conscience toujours plus profondes et plus rapides.

Mes amis ne comprennent pas cette facilité que j'ai eue pour vivre ce moment douloureux. L'étonnement me gagne toujours lorsque je repense à cet épisode de ma vie, l'étonnement, le respect et la gratitude envers cette Force Divine qui m'a aidée.

«Tant d'hommes, dans l'accomplissement de leurs tâches, courent au devant de celles-ci au lieu d'aller sereinement à sa rencontre par le maître que sont toujours les voies détournées de la vie.» (Chemin de ce Temps-Là)

Comme un pendule, comme la Vie, nous oscillons entre bien-être, mal-être et état statique. Le chemin vers la guérison passe par cette oscillation qui nous semble désespérante et qui pourtant fait partie intégrante de la Vie: LE MOUVEMENT. À nous d'accepter ces étapes... jusqu'au

jour où le pendule aura trouvé son équilibre...

Nous ne pouvons pas nous tromper, tout au plus cheminerons-nous plus ou moins longtemps à l'intérieur de nous, pour y trouver le Soleil qui attend et brille en dehors de tout espace-temps.

Il est fort probable que nous ne réussissions pas, dès la première fois, à prendre le recul nécessaire face à ce qui nous préoccupe. Mais, peu à peu et l'entraînement aidant, nous allons vivre plusieurs étapes:

«Ne croyez pas que la Lumière pénètre en l'Homme en une seule et unique fois.» (De Mémoire d'Essénien)

- La première et la plus générale consiste à remarquer, une fois que le conflit est terminé, et que nous sommes calmés, combien notre émotion est disproportionnée par rapport aux faits.

- Quelque temps plus tard, au moment où nous sommes dans l'émotion et confondus avec elle, nous percevrons cette disproportion tout en ne sachant pas comment nous en dissocier.

Il est inutile alors, de nous en vouloir et de nous punir d'une façon ou d'une autre pour cela. Continuons à essayer d'être simplement spectateur de notre paysage intérieur et extérieur.

- La fois suivante, des jours ou des semaines plus tard, nous allons sentir venir cette émotion, un peu avant qu'elle ne se matérialise et peut-être l'humour va-t-il prendre le dessus. Nous commençons à ressentir le fait que nous sommes des acteurs sur une scène de théâtre.

Nous nous promettons la prochaine fois de ne plus nous

identifier à notre rôle et de faire la différence entre ce rôle momentané et ce que nous sommes.

- Plus tard, peu importe le temps que cela nous prendra, nous aurons vraiment de l'humour en voyant la tension qui s'approche... et la situation, vue de plus haut, nous semblera bien moins dramatique que ce que nous imaginions. C'est le moment où nous allons prendre de la distance par rapport à ce «moi-je» à qui nous avons si souvent laissé les directives.

- Un jour viendra où nous nous apercevons que notre émotion n'a plus ni consistance ni existence car l'humour et l'amour, par leur vision d'altitude, auront pris toute la place.

Ce jour là, nous saurons avec certitude qu'une partie de nous est guérie et désormais les situations qui alimentaient nos FP disparaîtront de notre vie ou deviendront sans consistance. La compassion, qu'elle soit envers nous-même ou envers les autres acteurs de la scène dans laquelle nous «jouons», donnera un éclairage bien différent à notre histoire et nous offrira la possibilité d'agir «pour», sans réagir «contre».

La CONFIANCE, c'est savoir que nous avons en nous, en nos cellules, le Tout et que ce Tout contient la Divinité. Quel que soit le nom que nous lui donnions, c'est à cette partie de nous que nous devons faire appel, pour sortir de ce nous nommons souvent «l'impasse». En elle siège notre potentiel qu'il soit Christique, Bouddhique ou autre.

Mettre en doute le Christ au fond de nous-même, c'est là notre premier obstacle.

PRATIQUES:

Identification

Lorsque vous avez des doutes, lorsque vous ne savez plus où vous en êtes, vous n'êtes plus ici dans le présent mais divisé en deux parties qui ont perdu leur axe.

Prenez une vingtaine de minutes de méditation durant lesquelles vous ne faites rien d'autre que de suivre le rythme de votre respiration. Cet air que vous absorbez en conscience et qui porte en lui l'énergie divine ou prâna tel un pont entre ciel et terre va à nouveau vous reconnecter au présent.

Lorsque vous sentez le calme vous habiter à nouveau, posez-vous simplement cette question:

«Dans la situation qui est la mienne aujourd'hui, que ferait Maître Jésus ou le Bouddha ou d'autres grands instructeurs?», (choisissez l'être en qui vous mettez votre confiance et qui vous sert de modèle).

Attendez en silence quelques instants qu'une réponse vous paraisse évidente.

- Elle viendra sous la forme de mots, d'image, d'intuition ou de sensation.
- Contentez-vous simplement de la capter sans rien chercher à contrôler.
- N'oubliez pas de remercier ces énergies qui sont venues vous visiter et vous aider à plus de clarté.

VI - COUPER LES VIVRES

Nos FP sont semblables à des obstacles qui sont les révélateurs des pas qui nous restent à franchir. En écrivant ces mots, je réalise au même instant que je ne parle ainsi que de la vie dans sa manifestation la plus réduite car dans sa réalité suprême rien n'est à franchir. Il n'y a, ni pas ni distance vers lesquels nous devons nous rendre, il n'y a aucun chemin à parcourir et dans ce parcours du faire et de l'accompli demeure l'illusion. En moi résonne les paroles des êtres de Shambhalla:

«Eternellement l'horizon s'enfuit si on ne le place pas en soi...»

Pourtant, une question s'impose:

Comment être heureux, se sentir bien et réussir sa vie si toutes les FP que nous avons nourries jusqu'alors nous font croire le contraire?

Posons la question autrement:

Comment ne pas réussir sa vie à l'aide des FP qui nous encombrant?

Lorsqu'une FP est générée nous avons vu (dans le Tome I,*) comment elle se nourrit et attire à elle des rencontres et des situations qui vont lui permettre de s'ali-

* *Formes-Pensées Tome I - Editions SOIS*

menter. Nous sommes tous capables de remarquer comment dans notre vie, le même type de problème revient avec la régularité d'un métronome. Ce «problème» peut se présenter sous divers aspects, sous de multiples formes mais en fait il appuie toujours au même endroit de notre blessure.

Joseph vient nous voir en ami un soir de grande tristesse. Il illustre remarquablement la ronde répétitive de nos blessures, que nous générons sans y prêter attention jusqu'au jour où, fatigués de tourner en rond, nous décidons de briser le cercle.

Joseph n'a pas de place

Joseph a été conçu dans un foyer modeste et en sixième position. Sa future mère, à l'annonce de sa maternité, a ressenti un état d'extrême lassitude et de découragement profond. Le père a eu de violentes colères devant cette bouche de plus à nourrir et Joseph en entendant ses cris s'est recroquevillé dans le ventre de sa mère cherchant à se faire le plus petit possible. Depuis, il n'a cessé de se faire le plus petit possible. Sa mère a fait trois tentatives pour se «débarrasser» de lui, en vain. La vie est la plus forte et Joseph va naître malgré tout... et c'est ce «malgré tout» qui fera la différence.

Entre autre traumatisme, Joseph ne se sent jamais à sa place et n'a jamais de place. Petit, il devait partager la chambre des autres garçons et se faisait tout petit pour ne

pas gêner. Plus grand, on ne le voit pas, tellement il passe inaperçu. «Transparent» est le mot qui pourrait le qualifier au mieux, il est invisible, quel que soit l'endroit où il se trouve. Maintenant il est adulte et il travaille mais cela ne change pas grand chose... on le déplace souvent d'un bureau à l'autre. Depuis des mois, il écrit sur une planche à tréteaux dans un coin de pièce en attente d'un vrai bureau. Chez lui, il n'a aucun espace privé. Ses enfants ont chacun une chambre et comme il doit se lever tôt, pour ne pas déranger sa femme, il lui arrive de dormir sur le canapé du salon.

Ce n'est pas que Joseph ne veuille pas d'espace ou d'endroit pour lui. Il en rêve, bien au contraire, mais on dirait que «la fatalité» s'acharne sur lui pour réduire son espace vital.

Jusqu'à présent Joseph ne s'était pas posé véritablement de question, mais aujourd'hui il commence à faire des liens entre tous les moments de sa vie où la place lui est comptée. Il est lassé de sa transparence qui, comme il en fait le constat, ne lui apporte rien de positif.

En fait, que s'est-il passé?

Joseph a reçu dès la conception la marque «si je prends trop de place, on m'expulse». Cette marque, il ne pourra l'effacer et c'est elle qui va générer la FP qui s'activera en lui, tout au long de son existence.

Que peut faire Joseph? Il ne peut faire disparaître le fait que ses parents ne veuillent pas d'un autre enfant mais il est tout à fait capable à l'heure actuelle de revoir l'émotion qui a été la sienne à ce moment-là et de la traduire d'une autre façon:

«Mes parents ne veulent pas d'un autre enfant. Ils ont peur de ne pas y arriver car ils ne sont pas riches mais je

vais naître. Ce n'est pas de moi dont ils ne veulent pas mais d'une bouche de plus à nourrir.»

Cette fois Joseph considère les événements tels quels, sans la loupe déformante de ses émotions. Il tient compte des faits et de sa réaction en tant qu'entité qui, prête à s'incarner, se sent en insécurité. Au fond de lui, il SAIT que cela ne fait pas partie de son présent et que cette entité n'est plus en danger. Elle est pourtant encore là, recroquevillée dans la Forme Pensée, sous forme de fœtus, en attente d'une main secourable qui puisse la faire sortir de la matrice dans laquelle elle stagne depuis tant d'années. C'est cette main que JOSEPH va lui tendre enfin.

Peu à peu, Joseph cesse de se culpabiliser pour sa naissance, il rend à ses parents les difficultés qui sont les leurs sans les porter comme si elles lui appartenaient. C'est le début du travail du grand oeuvre alchimique de la transmutation.

Lorsque nous découvrons le mécanisme qui fonctionne en nous, il devient plus facile de ne plus l'entretenir. Comme nous l'avons vu dans le chapitre précédent, par étapes nous allons cesser d'alimenter la et les FP qui nous enchaînent à des fonctionnements destructeurs.

Nous allons percevoir tel un observateur attentif, sans jugement de la situation, de nous ou des autres, ce que nous attirons à nous, puis nous accorder ce que nous aurions aimé que les autres nous offrent.

Joseph va maintenant chercher à offrir un coin à lui, un endroit où se ressourcer. Il est tout à fait convaincu que la solution à son problème de «transparence» passe par là mais, tapie dans un coin où il n'a pas encore voulu regarder, une partie de lui, recroquevillée a peur de mourir .

Joseph essaie maladroitement par la colère ou avec autorité d'obtenir un bureau à lui mais en vain. Perplexe, il ne sait plus que faire et l'effort demeure colossal par rapport au peu de résultat qu'il obtient.

Une nuit, cependant, Joseph à demi éveillé a la sensation d'une présence à ses côtés. Il est là dans son corps, mais ne peut ni bouger ni parler, dans l'incapacité d'agir, il attend avec un peu d'anxiété de retrouver l'usage de son corps physique. Ce que Joseph ne sait pas, c'est qu'il s'est décorporé partiellement, suffisamment pour capter une présence subtile mais trop pour être complètement dans son corps physique.

La présence s'intensifie et Joseph voit maintenant distinctement un fœtus aux yeux immenses qui le fixe avec tristesse.

«M'aimes-tu?» semble-t-elle lui dire, *«J'ai besoin de ton amour, de ton acceptation pour que nous puissions continuer la route ensemble.»*

Ce ne sont pas des mots qui sont prononcés mais une telle énergie s'en dégage que pour Joseph elle le touche comme une évidence. Il réalise à cet instant qu'il ne s'aime pas, ne s'accepte pas et ne se donne pas la possibilité d'apprécier la vie et d'en recevoir des cadeaux.

Dans un élan d'Amour, Joseph essaie de prendre le fœtus dans ses bras... Le petit être disparaît aussitôt tandis que Joseph cette fois de retour dans son corps physique, bouge les bras comme pour étreindre une présence.

Un nouveau masque tombe et, ce jour-là, une tension gigantesque va simplement lâcher en lui. Après quelques journées passées ensemble, Joseph se découvre tel qu'il ne s'est jamais connu et une nouvelle nuit, il revoit le petit être aux yeux immenses qui le regarde, il se sent captivé

par ce regard insistant et interrogateur... lorsque, tout à coup, le monde bascule. Joseph se sent submergé par une vague d'amour grandissante envers cet «embryon». Il devient Lui, et durant quelques secondes, ils ne sont plus qu'une même et unique étincelle de Vie. Joseph sent son cœur prêt à exploser, il a la sensation d'aimer vraiment pour la première fois et tandis que les yeux immenses le regardent à nouveau, il perçoit en eux l'ébauche d'un merveilleux sourire.

Réconcilié avec lui-même et avec le bébé qu'il était, il se verra attribuer un bureau selon ses souhaits, il ne dormira plus sur le divan du salon et sa vie prendra un autre tour.

Il n'a plus besoin d'exiger, ni de prouver quoi que ce soit.

L'évidence que sa vie est «JUSTE» s'impose d'elle-même et l'un des masques, derrière lequel il se protégeait, tombe. Pour cela, pas de recette, pas de formule magique... C'est au niveau de son attitude quotidienne, en face des moments les plus divers de sa vie que Joseph va pouvoir agir. Spectateur de ce qui le fait réagir, il s'aperçoit vite que certaines paroles, certaines attitudes qui le blessent n'ont que peu de rapport avec sa situation actuelle. Ce ne sont que les répétitions de sa vieille peur d'être rejeté. Joseph se voit agir dans ces moments-là, comme le bébé qu'il était il y a cinquante ans et qui avait tellement peur de mourir.

Joseph rit en voyant la façon dont il réagit devant des situations évidentes...

Les FP contenant la formule magique : *«Je n'ai pas le droit de respirer, je dois me faire le plus petit possible pour vivre»* ont enfin fini de jouer leur rôle et peuvent commen-

cer à se dissoudre.

Nous avons jusqu'à présent parcouru 6 étapes essentielles:

- ACCÉPTER NOTRE VIE TELLE QUE NOUS L'AVONS CHOISIE
- APPORTER DE L'ATTENTION À NOTRE BLESSURE
- MOURIR À CE QUE NOUS CROYONS ÊTRE NOUS
- NOUS DISTANCIER DE NOS FORMES PENSEES
- FAIRE CONFIANCE A LA VIE
- CESSER D'ALIMENTER NOS FORMES PENSEES

Cette fois nous sommes prêts à rencontrer les autres marches qui nous mènent indubitablement vers LA TRANSMUTATION mais y a-t-il à «marcher vers» ou sommes-nous dans l'illusion «d'aller vers?»....

PRATIQUES:

Le regard neuf

Ce matin, en vous levant, décidez simplement lorsque vous ouvrirez vos rideaux de regarder la vie, le paysage, les personnes que vous rencontrerez avec un regard neuf.

Vous êtes un être libre qui vient d'arriver sur la Terre et qui ne juge rien ni personne, qui ne regarde ni vers le passé ni vers le futur, qui n'est porteur d'aucune vérité immuable.

Le karma se charge de votre passé, vous préparez votre futur, vous choisissez en cet instant de ne pas vous encombrer de ces bagages et de ne pas faire intervenir les problèmes qui vous mettaient en conflit avec l'un ou avec l'autre hier.

Vous acceptez l'erreur ou plutôt la faille en vous comme en ceux que vous rencontrerez sans rien vouloir diriger selon vos critères anciens et l'habitude de votre mental inférieur à juger et condamner.

Le fait d'accepter la non perfection, de laisser partir toute idée de bon ou de mauvais, de juste ou d'injuste, va peu à peu vous rendre une autonomie et une fluidité au psychique comme au physique que peu connaissent jusqu'alors.

Durant ce temps, toute action posée dans cet état d'esprit sera d'autant plus efficace qu'elle ne sera pas encombrée par le poids de votre passé.

Faites cette pratique régulièrement jusqu'au jour où elle fera partie intégrante de vous.

IIème Partie

Les 7 grands principes de la Transmutation

Tout peut être guéri et cette vie nous offre précisément le cadeau suprême de pouvoir nous laver des vieilles scories qui nous ralentissent, nous et la planète Terre

Que l'on considère philosophiquement qu'il s'agisse «d'un bond en avant», que l'on parle scientifiquement de «physique quantique» ou religieusement «d'évolution spirituelle», que l'on prétende changer de «longueur d'ondes» ou de «plan vibratoire» n'a, en fait, aucune importance. C'est encore vouloir mettre des limites et une compréhension intellectuelle et mentale à ce qui n'en a pas.

Dans la médecine Ayurvédique l'on souligne que l'on devient ce que l'on voit et que l'information que nous recevons est filtrée et traduite par notre façon de regarder le monde

Je sais, car j'en ai fait souvent l'expérience à mes dépens, que l'Etre Humain cherche toujours à se rassurer par des mots compréhensibles pour son intelligence purement intellectuelle et parcellaire.

Il aime comprendre, sans se rendre compte, qu'il ne demande pas une compréhension globale mais simplement momentanée selon son époque, ses lectures et sa formation.

Je me souviens du temps où lorsque j'exposais mes premières expériences de voyage hors du corps, il se trouvait toujours des auditeurs qui n'étaient intéressés que par une chose: celle de savoir sur quel plan je me trouvais lors de ces sorties.

Etait-ce le plan 2 ou le 4? et je savais que pour eux cela faisait une grande différence. Ils pouvaient ainsi juger si mon expérience valait ou non la peine d'être écoutée.

Malheureusement pour eux, en astral et sur des plans bien plus subtils encore, il n'y a pas de panneaux indica-

teurs pour dire «vous êtes arrivés au 3ème niveau».

Il y a une âme et son corps de lumière qui vit et s'étire vers un infini et le mot, qui emprisonne et cloisonne bien plus qu'il ne libère, n'y a pas sa place.

J'avais ainsi pris l'habitude, pour désarçonner le mental, de nommer «astral» toute expérience sur des plans non physiques. Que ces expériences soient sur un niveau de conscience ou sur un autre, je faisais bien sûr la différence mais je me refusais à leur donner un étage, une note ou un nom précis, afin qu'elles puissent être accessibles et compréhensibles par tous, intellectuels ou non.

Il est facile de s'adresser à une élite ou à une catégorie quelle qu'elle soit, mais combien plus difficile de communiquer avec l'Etre Humain. J'ai appris à travers toutes mes expériences hors du corps et par les enseignements que j'y reçois combien la Vie peut se dire avec simplicité, quel que soit le sujet que nous voulons aborder. «Simple» ne signifie pourtant pas «simpliste»... ni «facile».

La Simplicité demande un tel ménage intérieur qu'il est difficile de la considérer comme facile. Lâcher-prise et confiance en font partie intégrante.

Comment guérir de nos blessures? Je ne donnerai pas de réponse à une telle question parce que je ne crois pas aux recettes magiques et toutes faites qui nous délivrent du mal sans notre contribution. Il y a cependant des Dissolvants puissants qui requièrent toute notre participation et c'est de ceux-là dont je souhaiterais vous parler ici.

I - PRIERE ET MÉDITATION

Lorsqu'il m'est arrivé d'ouvrir les yeux lors de méditations ou dans des lieux de prière, j'ai pu voir le phénomène suivant: des FP lumineuses s'échappent du ou de la méditant(e) et illuminent au passage ses auras. Tout le rayonnement de l'émetteur en est ainsi renforcé ainsi que son immunité. Les FP libérées vont continuer leur voyage et comme nous l'avons vu dans le tome I de cet ouvrage, elles vont rejoindre l'égrégore qui correspond aux énergies dont elles sont porteuses, illuminant tout sur leur passage.

Si ces méditations reposent sur un sujet précis, elles vont avoir une forme, une couleur, une taille en fonction du sujet qu'elles contiennent. Une pensée de paix qui s'envole peut avoir autour d'elle des formes lumineuses qui nous font penser à deux ailes. Si comme dans certaines pratiques tibétaines, les pensées d'amour sont envoyées dans les six directions: Nord, Sud, Est, Ouest, Zénith et Nadir, la Forme Pensée aura la forme d'une toile d'araignée ou d'une roue à six rayons. Si c'est une prière de paix plus générale, elle peut dévoiler un rose délicat aux contours flous et ectoplasmiques. Aucune cependant ne reste sans action.

Prière pour un mort

Un jour, lors d'un voyage hors de mon corps physique je me sentis attirée vers un lieu de la terre que je ne connaissais pas. Les villes et les pays défilaient sous moi et je savais ainsi que je restais en contact avec la partie physique de la planète terre. Mon «voyage» s'arrêta, brutalement, au-dessus d'une bâtisse sans caractère, de laquelle émanait une atmosphère qui me laissait perplexe. Il m'était difficile de qualifier ce qui se dégageait du lieu... Seule, une sensation que quelque chose de gluant s'emparait de moi me parvenait clairement. Peu à peu guidée par le corps de mon âme, je m'approchais de l'immeuble qui s'élevait vers moi et je me retrouvais très vite dans une salle aux peintures défraîchies et que je pus finalement identifier comme devant servir de morgue.

Des corps empaquetés et laissés là, sur des lits à roulettes à peine recouverts d'un drap, occupaient les murs creusés en forme de niches. Tout respirait tristesse et noirceur. Je canalisais mon énergie pour éviter que l'appréhension et le dégoût ne prennent le dessus et ne me fassent aussitôt rejoindre mon corps de chair. J'attendis ce qui pouvait se passer lorsque, tout à coup, je perçus une brume dense qui sortait d'un tiroir. Ce n'était d'abord qu'un vague nuage qui prit forme peu à peu. Un être recomposait son corps éthérique à quelques mètres de moi. La silhouette devint plus consistante et les contours plus nets me firent découvrir un homme robuste et basané. Son visage balafré était inexpressif tandis que de lui émanait des bandes de lumière rouge sombre, marques de la colère et de la peur.

Il devait être d'un pays du sud, ses cheveux noirs et mal peignés pendaient en tresses grasses sur ses épaules. Ses vêtements maculés de sang ne laissaient rien présager de bon quant à ce qui avait pû lui arriver...Il regarda dans ma direction, l'air hébété! Je ne savais que dire ni que faire lorsque je me rendis compte qu'il ne me voyait pas. Je devais être transparente à ses yeux. Une large blessure qui lui traversait le corps avait dû être faite au couteau et restait encore imprimée sur son vêtement astral tandis qu'une profonde haine émanait de tout son être. Elle créait un nuage sombre, strié de violents éclairs rouges autour de lui. Visiblement, il ne comprenait pas qu'il venait de mourir et tout à sa vengeance, il cherchait à sortir de la pièce.

En un instant nous fûmes tous deux transportés dans une petite chambre pauvrement meublée et très sale. Une vieille femme dans un coin à genoux priait. Sans doute était-ce cette femme qui par sa prière nous avait attirés jusque-là. L'homme voulut aller vers elle et dans un geste maladroit, la prendre dans ses bras. C'est alors qu'il se rendit compte que la matière n'avait pas de consistance pour lui. Comme pétrifié, il restait là près de celle qui, je le comprenais à l'instant, était sa mère et priait pour ce fils qui venait de mourir.

La vieille femme, toujours à genoux devant des images pieuses aux couleurs passées, psalmodiait des mots incompréhensibles que je perçus comme étant du portugais. Nous devons être quelque part en Amérique latine... Pourtant, ce n'étaient pas des mots qui sortaient d'elle mais des lumières qui aussitôt devenaient des formes aux couleurs chatoyantes, mêlées au gris de la tristesse.

Ces lumières racontaient l'histoire d'une femme pauvre qui aimait le seul fils qu'elle avait conçu avec un

homme de passage aimé l'espace d'une nuit. Elles racontaient sa peine mais aussi l'amour qu'elle avait toujours eu pour lui, quoi qu'il fasse.

La vieille femme maintenant parlait de paix et de vie dans un monde meilleur, un paradis en quelque sorte, auquel elle essayait de croire. Elle priait pour que Dieu, s'il existe, pardonne à ce fils révolté. Et les formes lumineuses commencèrent à toucher l'homme toujours pétrifié. Je regardais et je voyais combien par sa prière, cette femme permettait à son fils d'adoucir sa colère, combien la lumière enveloppait l'ombre et nettoyait en partie la noirceur ambiante.

L'homme ne bougeait toujours pas mais je m'aperçus que quelque chose de nouveau naissait en lui. Il découvrait, comme si c'était la première fois, combien il était aimé et une lumière nouvelle semblait réchauffer ses enveloppes subtiles et leur donner un peu de vie.

Je savais qu'il était temps pour moi de rentrer car un tiraillement caractéristique au creux de l'estomac me rappelait à mon corps de chair mais je comprenais que pour l'homme balafre, la vie ne faisait que commencer. Les pensées d'une très vieille femme qui ne connaissait rien aux plans subtils, avaient entamé une oeuvre de mutation!

«...Les Formes-Pensées sont vos enfants et vous en êtes responsables comme tels. Vous devez les générer non dans l'indifférence mais par l'onde répétitive de votre force d'amour intérieure dans la matrice de l'Ether et des mondes subtils. C'est là le rôle de la prière et de la méditation active. Non pas un appel égoïste mais un don sans réserve aux infinies répercussions.» (Voyage à Shambhalla)

Prier n'est pas simplement l'acte de demander, mais d'entrer en contact avec ce qu'il y a de plus beau en nous ou autour de nous.

Prendre du temps chaque jour pour quelques minutes de méditation ou de prière, c'est offrir à notre âme la nourriture qui lui correspond. C'est tenir compte des diverses parties dont nous sommes composés et bien souvent auxquelles nous laissons peu de place. La vie nous bouscule, soit, nous sommes stressés, nous n'avons jamais le temps... nous nous promettons bien sûr de prendre un espace pour méditer et comme nous n'y arrivons pas nous reprochons à l'«autre» notre incapacité à faire taire notre mental. Se retrouver Soi quelques instants sans que ce soit une fuite, est un cadeau que chacun peut et doit s'offrir pour sortir de la ronde des pensées.

Combien de fois ne sommes-nous pas en prière parce que nous sommes aux prises avec un événement qui bouscule notre Vie. Affolés ou impuissants, nous réduisons la prière à une demande extérieure envers un dieu ou un saint qui est censé s'occuper de nous ou des nôtres et répondre à notre attente.

Un jour, alors que nous étions au Mexique, nous sommes entrés dans une église non loin de Mexico. Cette église très décorée et peinte de couleurs vives à l'extérieur comme à l'intérieur avait pour particularité d'abriter des mexicains qui mélangeaient leurs pratiques originelles à celle enseignée par les missionnaires d'autrefois. L'ensemble ne manquait pas d'originalité et si au milieu de la paille qui jonchait le sol, de petits groupes psalmodiaient des rituels qui n'avaient rien de catholique, les statues des saints se dressaient le long des murs.

Là encore une surprise nous attendait: les statues

étaient protégées par des vitres blindées car la plupart étaient mutilées ou décapitées. Nous apprîmes que les «indigènes» avaient appris à prier et surtout à demander à être exaucés. Ils firent cela avec beaucoup de zèle mais contrairement à leurs espoirs, leurs vœux ne se voyaient pas toujours réalisés. De colère, ils s'en prenaient à ces «fameux saints» qui avaient failli à leur tâche. Ils avaient ainsi perdu le sens de la quête intérieure et attendaient que le bien arrive d'une entité extérieure conseillée par les blancs et qui était inadaptée à leurs croyances...

Méditer ou prier c'est être simplement là! mais nous n'avons guère appris à rester présents sans fuir dans le passé ou le futur...

II - LE RIRE ET LA JOIE

*«Que dorénavant la Joie soit votre mot de passe...
Aucune technique n'est requise pour faire cette découverte.» (Wesak)*

La souffrance a par l'intermédiaire de la croix, de la crucifixion, été élevée au rang de qualité supérieure mais par qui et pourquoi?

La tristesse et la douleur ont-elles jamais résolu nos problèmes et peuvent-elles nous amener vers le bonheur?

Ce n'est pas à moi de répondre à ces questions mais à chacun de nous. Il est bien sûr des moments de douleur profonde qui vont nous permettre de lâcher-prise et de balayer de vieilles raideurs. Les cailloux sur notre route s'avèrent être les meilleurs maîtres qui soient. Les glorifier et en faire un chemin de croix est cependant une hérésie.

Seule la Joie est capable de transmuter le plomb de nos Formes-Pensées en OR pur.

Lors de la lecture des auras, j'ai pu me rendre compte de très nombreuses fois que certaines pathologies telles que les problèmes circulatoires par exemple, étaient attachées à des Formes-Pensées desquelles la joie étaient absente.

Lorsque l'on ne s'aime pas, on finit très vite par ne pas aimer vraiment autour de soi et nous rentrons dans l'engrenage des reproches et des jugements qui font que la vie nous semble triste et sans but.

Le monde ne sera jamais comme nous voudrions qu'il soit, c'est un fait et en même temps une chance qui nous permet de vivre une vie jalonnée de surprises. Dès le moment de notre conception quelque chose ne va pas comme nous le souhaiterions. La vie et le monde eux-mêmes ne sont pas tels que nous les avons rêvés et de désillusion en désillusion nous préférons sommeiller et abandonner la partie en refusant d'être là.

Dans le livre ALLIANCE*, les Enseignants spirituels d'autres mondes s'adressent à moi en ces termes:

«- Alors, que faire, puisque chacun de nos actes contient une arrière-pensée?»... était ma question.

«... L'une d'elles est d'être entièrement à ce que l'on fait au moment où l'on accomplit un acte, où l'on prononce une parole, où l'on émet une pensée. Bien souvent sur votre monde, nous avons remarqué que vous n'êtes qu'à moitié présents. Une partie de vous pense tandis qu'une autre partie parle ou agit, alors qu'une autre encore est ailleurs. Vous ressemblez alors à un puzzle éparpillé et cela fragilise tout ce que vous êtes. Lorsque vous rêvez, soyez le rêve, lorsque vous agissez, soyez l'acte, lorsque vous soignez, soyez le soin. Cessez de n'offrir au monde qu'une partie de vous-même car c'est vous que vous mutilez...»

- Mais, lorsque nous sommes préoccupés par un souci quelconque, il est très difficile d'être présent à ce que l'on fait.

* Alliance Editions SOIS - A. Givaudan

«C'est aussi l'une de vos faiblesses. Vous pensez résoudre une difficulté en y pensant sans cesse. Ici, lorsque nous sommes préoccupés par un problème, comme vous les appelez, nous méditons sur cela puis nous laissons la Vie nous proposer des solutions... Nous avons confiance dans notre intuition et nous ne percevons pas les erreurs que nous faisons comme des échecs mais simplement comme des apprentissages de la Vie. Et puis... rien pour nous n'est dramatique car nous savons que tout ce à quoi nous sommes confrontés est voulu par nous. Cela relativise beaucoup ce que vous appelez «problèmes» et il nous en reste à vrai dire très peu!»

Notre déception et notre vision du monde sont à l'image de la déception que nous éprouvons envers nous-mêmes. Si nous reprochons constamment à la vie et aux «vivants» d'être ce qu'ils sont, c'est parce qu'en nous, un profond sentiment d'infériorité nous habite et nous ronge.

Nous voulons tous être investis d'une grande mission sur Terre mais nous renions constamment cette Terre en nous et autour de nous.

Nous n'avons aucune tendresse pour nos faiblesses et nos insuffisances, mais nous avons une grande complaisance à leur égard. Combien de fois par léthargie, laissons-nous faire ce qu'au fond de nous, nous réprouvons? Et si cette fois nous inversons le processus en nous permettant d'être ce que nous sommes, sans complaisance mais avec une infinie tendresse.

Générer le bonheur, devenir un facteur de joie, n'est-ce pas là le plus beau rôle que nous puissions espérer, quel que soit le scénario que nous avons patiemment élaboré? Allons-nous décider de ne plus confondre le décor dans lequel nous évoluons, avec la Vie elle-même, tout en

acceptant que les deux soient en nous?

Il nous arrive très souvent de ne pas trouver de solution à un «problème» parce que nous sommes envahis par les émotions qui l'entourent.

Le Rire et la Joie sont les dissolvants essentiels de toutes les scories que nous avons pu accumuler et combien de fois ai-je vu dans des assemblées moroses, des étincelles d'un rose joyeux dissoudre les nuages gris lorsqu'un peu d'humour accompagnait un discours.

Bientôt et je suis certaine de cela, il ne sera plus possible de cacher l'existence des plans subtils et tant de personnes pourront y avoir accès que nul ne pourra prétendre que rien n'existe hors du physique.

Aujourd'hui il est encore des personnes qui ont besoin de démonstrations pseudo-scientifiques pour croire. Je ne demande pas à être crue, je veux simplement donner une autre vision possible du monde qui nous entoure et de ses Lois.

«Votre but, c'est d'être le soleil de ceux que vous aimez. Cela résume toutes les quêtes. Entretenez cette flamme dans votre être et vous constaterez que le cercle de ceux que vous aimez s'élargit sans cesse parce que votre nature va dans le sens de l'expansion.» (Par L'esprit du Soleil)

«Notre destin est d'être heureux... et ainsi de rendre l'Univers heureux même si cela s'accomplit par des voies qui semblent souvent déconcertantes ou absurdes.» (Celui qui vient)

C'est alors que la Croix jusque-là symbole de souffrance se transmute et nous propose l'INITIATION MAJEURE.

PRATIQUES:

Le sourire

Chaque matin, lorsque vous vous levez et que vous vous dirigez vers votre salle de bain, regardez le visage qui se reflète dans votre miroir.

- Peut-être vous semble-t-il fatigué ou terne? Plaisant ou non?

En fait ce n'est pas cela qui est important. Regardez ce regard, au delà de la couleur ou de la forme des yeux qui le supportent. Regardez-le avec tendresse car il est ce qu'il y a de plus précieux pour vous...

- Il est le reflet exact de vos pensées, de vos émotions et au-delà de tout, il est le reflet de cette partie de vous qui, même si vous changez de visage, communie avec l'infini.

Souriez simplement à ce regard, quelques instants suffisent, comme une reconnaissance, une reconnection avec la Vie qui est en Vous.

Lorsque vous aurez appris à vous offrir ce sourire, vous le répandrez avec facilité autour de vous. Il est porteur de joie, enfant de l'Amour.

Souriez souvent même lorsque vous n'en avez pas forcément l'envie ou le désir, faites cela comme une méditation ou un exercice et vous ne tarderez pas à ressentir le calme qui accompagne cette pratique.

III - LE CHOIX

*«...Je m'aperçois à quel point tous les hommes et les femmes de la terre se sont construit un monde d'impossibilités, un monde où tout est cloisonné et qui va donc à contre-courant de la vie. Moi-même, j'ai été la première à m'empêcher de respirer à cause de vieilles conceptions éculées, à cause de vieilles conceptions basées en définitive sur l'égoïsme et la volonté de pouvoir sur les autres.»
(Chronique d'un départ)*

Les FP qui demeurent et s'activent autour de nous créent un environnement qui correspond à leur nature profonde et le ballet incessant entre ce qu'elles génèrent et ce qu'elles attirent à elles va nous entourer d'un voile que nous identifions parfois à la «fatalité».

Il est aujourd'hui capital d'ôter de nous cette sensation de ne pas avoir le choix. Quelle que soit la décision que nous prenons, quel que soit l'acte que nous accomplissons, il s'agit toujours d'un choix que nous faisons même s'il est dirigé par les Formes-Pensées qui nous habitent. Que nous le regrettions ou non par la suite n'enlève rien au fait que nous ayons «choisi» avec les éléments que nous avons à notre disposition.

N'ayons pas peur des mots et de leurs conséquences, nous avons passé l'âge et l'époque de faire porter à d'autres la responsabilité qui n'incombe qu'à nous.

Pourquoi est-il aussi important de savoir que nous choisissons toute situation?

Simplement parce que cela nous enlève de notre rôle d'éternelle victime, impuissante à agir et à penser.

Personne ne peut nous obliger à faire ce que nous refusons au fond de nous!

«Allons! me direz-vous, un prisonnier qui fait ce qu'on lui commande n'a pas le choix!»

Personne ne peut nous obliger à être ce que nous ne voulons pas. Il est d'ailleurs reconnu que même sous hypnose, nous ne pouvons être contraints à accomplir des actes que nous refusons profondément.

Tout être a le choix de dire oui ou non, tout en sachant accepter les conséquences de ce choix. Le résultat peut être dramatique mais il s'agit quand même d'un choix.

Si nous savons qu'en refusant un ordre, nous allons être exécuté, nous avons le choix de dire oui et de sauver notre vie ou de dire non et d'être exécuté. Quel que soit notre décision, nous choisissons entre deux avenir possibles.

La question n'est pas de savoir si le choix que nous faisons à cet instant est le bon choix. La décision correspond à ce que nous sommes à l'instant du choix et à ce que nous croyons être le mieux pour nous ou pour d'autres. Aucun jugement n'est à apporter.

La seule question que nous pouvons nous poser est: pour quelle raison avons-nous attiré cette situation à nous? Que nous apporte-t-elle en dehors du désagrément? Est-elle là parce que notre âme veut apprendre l'ultime compassion? ou pour connaître la première étape du pardon ou

encore pour panser une plaie depuis trop longtemps béante, au fond de nous? En fait qu'importe!

Là encore, à partir d'une même situation, nous pouvons choisir l'attitude que nous allons adopter: nous révolter ou comprendre et vivre ce qu'il y a à vivre. C'est un choix, notre choix, et personne ne nous en donnera la clé car elle n'appartient qu'à nous seul.

Le choix de Suzie

Lors de l'une de mes récentes sorties hors du corps, j'ai rencontré Suzie. Elle entrait dans la phase préparatoire de sa future incarnation. Cette pétillante femme rousse, vêtue d'une vaporeuse tunique de mousseline blanche m'avait attirée à elle et m'exprimait ce qui suit:

«Je vais naître sous peu dans une famille africaine d'un pays défavorisé et j'ai peur. J'ai peur du manque, de la pauvreté et de plus j'ai peur d'y assumer mon rôle de fille. Je ne sais plus que faire. Je suis pourtant convaincue que cette incarnation est la meilleure qui soit pour moi afin d'achever un parcours, cela je le sais mais j'ai peur de ne pas y arriver.» La jolie Suzie continue:

«Durant des vies, j'ai refusé de voir la pauvreté en face et j'ai accepté toutes les compromissions pour accumuler richesses et honneurs. Cette fois, lors de ma dernière vie j'ai fait un pacte avec moi-même. Celui de regarder mes peurs en face et de les traverser... J'ai choisi cette vie qui m'attend, avec l'aide de mes guides. C'est un choix conscient qui n'a rien d'une obligation mais j'ai peur de le vivre sur Terre comme une contrainte. En fait je m'aperçois depuis peu que mon incarnation nouvelle approchant,

mes peurs se rassemblent autour de moi. Pour l'instant elles sont encore extérieures à moi et je peux les identifier mais je crains de me fondre en elles. C'est aussi pour cela que j'ai souhaité ce contact.

Pour que vous puissiez dire à ceux qui vous liront que, quelle que soit la situation qui est la nôtre, il s'agit bien d'un choix. Je ne sais pas si j'arriverai au bout de mon histoire mais je le voudrais tant.»

Suzie m'a laissée et j'ai emmené avec moi son visage, sa silhouette tendre et fragile...

Burkina faso: Nous nous arrêtons en pleine campagne, avec le 4/4 indispensable à notre périple, pour faire une petite pause. Un groupe s'approche de nous, parmi eux une femme, un bébé accroché sur le dos. Je ne vois qu'elle... Antoine voit qu'elle ne va pas bien, il lui pose quelques questions. Depuis son accouchement elle a mal au ventre et les diarrhées incessantes ne lui laissent plus assez de lait pour nourrir son bébé. Le nourrisson accroché à son dos est très maigre et paraît dormir. Un tout petit être fragile arrivé depuis peu. La jeune femme, tout à coup détache le tissu qui enveloppe l'enfant et me la tend. Je la prends avec précaution... Elle est trop maigre, elle dort trop, on dirait qu'elle est morte. Le petit corps décharné ne bouge pas et je caresse ses longs doigts si fins ne sachant que faire d'autre. La jeune femme veut me donner le bébé, *«prends-la, prends-la avec toi»* sont les seuls mots qu'elle peut dire en français et qu'elle fait suivre d'un geste évident de la main. Nous sommes loin de tout, je dois faire face à mon impuissance. Pourtant dans mes bras un contact se fait fugitif, tellement léger que je n'y fais pas attention. Un souffle murmure *«Je suis là mais je ne sais pas encore si*

je vais avoir le courage de rester.»

Je n'identifie rien, je suis là, comme les autres, prostrée devant l'incapacité de changer quoi que ce soit.

La femme sera soignée, nous avons fait ce qu'il faut pour cela, peut-être pourra-t-elle à nouveau allaiter mais rien ne peut nous assurer que l'enfant vivra.

Ce n'est que plus tard, en revoyant une nuit le visage de Suzie, que j'ai pu faire la relation. Elle m'a simplement dit ceci: «J'ai déjà traversé bien des peurs pour venir jusque-là, mais je ne sais pas si j'aurai le courage de continuer... peut-être une autre fois...» Le visage de la petite fille maigre s'est un instant superposé au sien puis, tous deux peu à peu se sont effacés, me laissant seule et pensive face à nos choix d'incarnation.

Nous n'échappons pas à la Terre, ni à ce que nous avons un jour décidé de vivre. Ce n'est pas parce que nous changeons de vêtement que la vie cesse. Ce qui n'a pas été compris ou vécu reste en suspens et revient avec nous, lorsque nous enfilons le vêtement neuf qui va ainsi nous permettre d'aller un peu plus vers nous. Cette étape est un cadeau que nous nous offrons ainsi.

Elisabeth dans «Chronique d'un départ»* le dit en ces termes:

«Je commence seulement à admettre qu'un corps sur Terre est le plus beau cadeau qu'une âme puisse souhaiter. Mon unique regret... est de ne pas m'en être aperçu plus tôt.»

Lorsqu'une femme se plaint de vivre l'enfer avec son conjoint, elle a le choix de partir ou de rester. Elle peut rester parce qu'elle n'a pas de moyens ou parce qu'elle a de petits enfants ou parce que finalement elle aime cet homme

* aux Editions SOIS

mais c'est un choix entre une situation et une autre et quel que soit ce choix, il est toujours motivé par des préférences. Ce choix peut être momentané mais il existe néanmoins.

Si cette femme choisit de rester pour toutes les raisons évoquées plus haut, ce ne sera cependant pas une obligation.

Dès que nous sommes conscients de cela, nous cessons de jouer les victimes en comprenant que nous attirons à nous toute situation que nous vivons. Il y a des situations qui sont là et auxquelles nous ne pouvons rien changer, c'est un fait mais le regard que nous portons sur elles ne dépend que de nous.

Bien souvent et même pour de petits détails de notre vie quotidienne, nous nous sentons «obligés» de faire telle ou telle chose alors que nous le faisons simplement parce que nous avons une «bonne» raison d'agir ainsi.

Si nous nous apercevons qu'aucune raison n'est derrière ce que nous croyons être une obligation alors, il est mieux de cesser cette activité qui nous conduira fatalement vers la maladie.

Pour que ce regard soit le plus libre possible, il est nécessaire qu'auparavant nous ayons pris conscience des conditionnements qui opèrent régulièrement en nous et sont générés par nos Formes-Pensées.

PRATIQUES:

Faire le point

Asseyez-vous confortablement et ne pensez à rien d'autre qu'à votre respiration.

- Suivez tranquillement le va-et-vient du souffle qui entre et sort jusqu'à ce que vous sentiez en vous un sentiment de paix.
- Faites cela durant quelques minutes.
- Laissez maintenant monter en vous tout ce qui vous semble contrarier votre vie: l'un de vos proches, le travail, votre santé, votre situation financière.
- Ecrivez tout cela sans juger ni de qui que ce soit, ni de quoi que ce soit.

Cela fait, écrivez une deuxième liste, celle de tout ce que ces événements, ces personnes ont apporté de positif dans votre vie. Là encore ne portez aucun jugement, écrivez simplement des faits.

- Maintenant, regardez attentivement la première liste et demandez-vous pourquoi vous avez choisi ces situations. Faites le point avec chacune d'elles, l'une après l'autre...

Cela vous paraîtra sans doute étrange, parfois révoltant de vous dire qu'il s'agit d'un choix mais si vous êtes honnête envers vous-même vous vous apercevrez vite que c'est pourtant le cas.

- Lorsque cela sera évident, vous vous libérerez du rôle de victime impuissante de faits non voulus et cet espace libéré agira aussitôt sur tous les plans subtils de votre être comme un apaisement, un gigantesque soupir de soulagement.

Prenez alors la deuxième liste, celle contenant les éléments positifs apportés par les événements et les personnes de votre vie et laissez monter en vous ce sentiment de remerciement et de gratitude pour ce que votre Vie vous propose.

IV - PENSER DIFFÉREMMENT

«Votre enfer, c'est vous! Ce n'est ni un instrument ni un lieu mais l'état de votre coeur.» Wesak

Agir différemment demande de penser différemment et comme je l'ai souligné plus haut, il est important de s'entraîner.

Pour changer un comportement et enraciner une nouvelle habitude, il faut de l'endurance, de la persévérance et parfois du temps, celui nécessaire au changement du programme mis en place durant tant d'années. Il doit paraître étrange de parler de temps dans un domaine subtil et pourtant subtil ne veut-il pas simplement dire que nous n'en connaissons pas suffisamment les lois?

Le temps et l'espace sont des illusions de notre terre dont nous devons cependant tenir compte.

Nous manifestons nos pensées par l'intermédiaire sonore de notre voix. Les mots que nous prononçons ont une musique plus ou moins harmonieuse qui s'imprime dans cet élément que nous sommes à peine en train de redécouvrir: l'Ether

Tout homme est musicien et pour ceux qui ont un

regard plus subtil il est facile de percevoir les volutes et les formes qui se créent autour de nous, lors de nos conversations.

Sans jugement, sans volonté autre que celle d'un promeneur qui regarde, promenons-nous au milieu des mots que nous prononçons. Au fil de nos journées, prenons quelques minutes pour écouter la musique qui s'en dégage. Notre voix accroche-t-elle? Est-elle fluide ou rocailleuse? chaude ou froide?

Soyons simplement attentifs et peu à peu nous verrons combien une émotion transforme notre voix, puis, combien un mot peut devenir une aide ou un instrument de cassure et enfin combien il est sous-tendu par la pensée qui est derrière lui.

«L'acte de la pensée est un acte d'amour accompli avec un monde subtil, dans tout ce que cela comprend.»

Il est urgent et essentiel pour la Terre et pour nous les Humains de prendre en compte l'état de nos pensées et les maladies diverses qui les rongent.

Une Forme-Pensée malade, quelle que soit sa maladie, étend ses ramifications à la Terre et à tout ce qui y vit. Responsables nous le sommes, de nous avant toute chose puis du monde entier. Il est inutile pour cela de sentir sur nos épaules le poids du malheur des autres. Ce n'est aucunement de cela qu'il s'agit, soyons simplement conscients que la moindre de nos pensées et surtout, celles qui stagnent autour de nous en attendant d'être libérées, ont des répercussions infinies sur nous, autour de nous, et très loin de nous. (voir le tome 1)*

Apprendre à penser différemment est un Jeu que nous pouvons tous jouer et qui s'apprend. Certains ont parfois

* *Formes-Pensées - Editions SOIS*

plus de facilité que d'autres mais nous pouvons tous participer et prendre beaucoup de joie à ce Jeu étonnant.

Penser différemment cela signifie parler autrement et donc agir en conséquence.

La guérison des Formes-Pensées malades est à ce prix, car nul ne peut prétendre à la guérison totale s'il ne prend en compte les premiers étages de ses corps. L'ACCORD ENTRE LA PENSEE, LES MOTS ET LES ACTES est une étape essentielle à toute guérison et dont nous ne pouvons faire l'impasse au risque de croire que nous sommes guéris alors qu'une partie de nous crie encore sa souffrance.

Il est parfois difficile, je le reconnais, de voir ce qui en soi continue à nous mentir et l'introspection est rarement suffisante pour le découvrir car elle est bien souvent une spéculation intellectuelle qui tourne rapidement en rond.

Une aide extérieure comme celle d'un thérapeute peut alors nous être des plus salutaires.

Dernièrement nous recevions une personne qui visiblement ne voyait pas ce qui en elle bloquait alors que cela était perceptible par tous ceux qui l'entouraient.

Elise Pleure

Elle pleure devant tout ce qu'elle aimerait faire et que bien sûr elle ne fait pas. «Bien sûr» car nous rêvons souvent d'autres horizons où nous prendrions la vie comme elle vient et où nous pourrions nous rendre utiles, sans

nous apercevoir que nous mettons tout en place pour ne pas accéder à ce «rêve».

Elise a depuis quelques années une maladie qui l'handicape et lui donne la sensation d'être inutile. C'est là son drame...

Pourtant, au début de la lecture de ses corps subtils, une Forme-Pensée est visible: c'est une FP de peur, de non confiance dans la vie et de colère contre elle-même et contre la vie qu'elle s'est programmée.

Cette FP en a attirée et générée bien d'autres, dont celles qui lui disent: «Si tu ne contrôles pas tout ce qui arrive à toi et à ceux qui t'entourent, tu vas vers les pires catastrophes...»

Et Elise contrôle. Elle contrôle tant et si bien qu'elle ne s'en rend même plus compte tant cela fait partie de sa vie et lorsque nous tentons de le lui suggérer, c'est avec assurance qu'elle nous dit:

«Mais je ne veux rien contrôler, je trouve seulement que mon fils pourrait travailler et avoir une vie meilleure, vous ne pensez pas? Je pense que mon père est mort avec beaucoup de souffrance et que c'est totalement injuste... et moi qui suis maintenant malade, je lutte pour m'en sortir, vous ne trouvez pas cela normal?» Les paroles d'Elise ne chantent pas «juste».

«Quant à mon actuel compagnon, il m'aime mais...» Elise s'arrête tout à coup, prise au piège de ses propres questions et un instant fugitif, elle capte le manège incessant des pensées déstructurantes qu'elle génère et entretient.

De toutes ces interrogations, Elise n'attend pas de réponses et c'est de cela dont elle vient de se rendre compte...

«Bien sûr Elise, nous trouvons que cette vie n'est pas facile mais combien de temps encore seras-tu dans la révolte, dans la lutte et dans le contrôle? La Vie ne va pas dans le sens que tu voudrais mais as-tu un instant essayé d'aller un peu dans le sens de ce qu'elle te propose?» aimerions-nous lui dire.

Paroles inutiles qui ne feraient que la refermer et renforcer la conviction qu'elle éprouve, de ne rien imposer.

Le soin seul fera l'effet escompté car ce n'est pas au mental ou à l'intellect qu'il s'adresse, il reconnecte les cellules des corps d'Elise avec sa propre Lumière et c'est de cela dont elle a besoin. Ni discours, ni même un mot. Les mains passent et caressent le corps subtil de la jeune femme. Porteuses de l'énergie du cœur, elles retissent les fils de Lumière qui unissent Elise à elle-même.

Elle se lève, elle sourit. Son visage s'éclaire d'une luminosité neuve. Elise est sur le chemin d'une compréhension autre, celle que lui dicte son cœur.

PRATIQUES:

Les mots

Une fois par jour, tentez donc de comprendre pourquoi vous avez prononcé tel mot, telle phrase plutôt que tel ou telle autre. Considérez-les sous différents aspects, avec le costume, c'est-à-dire la valeur qu'ils revêtent socialement parlant, mais aussi avec l'énergie dont vous les avez nourris.

Considérez-les non seulement de votre propre point de vue mais aussi du point de vue possible de celui qui les a reçus. Faites cela paisiblement, sans vous égarer dans les méandres des reproches ou des satisfactions et dites-vous très clairement:

«Qu'est-ce qui a habité mon corps en cet instant , Est-ce mon être ou un parasite de mon être?»

La réponse demande de la simplicité, rien d'autre. Lorsque l'observation est claire, le remède s'il en est besoin apparaît clairement.

En aucune façon vous n'allez combattre les mots-vibrations éthériques qui jaillissent de vous et dont vous pourriez avoir honte.

Vous allez petit à petit développer leur contraire, générer en vous un nouveau vocabulaire, d'abord parallèle, peut-être même annexe mais qui progressivement prendra le pas sur l'ancien.

V - LE RÔLE DE L'EAU

L'eau est un dissolvant puissant de tout ce qui concerne le domaine des Formes-Pensées. Elle contient en elle le symbole de la Purification.

La médecine Essénienne, comme l'Égyptienne, comportait des rituels de purification. Les Romains avaient déjà les thermes et les juifs ont leur mikva (jour de purification).

L'Eau est un draineur des scories qui nous encombrent que ce soit sur un plan subtil ou physique. Elle nous libère d'un fardeau au propre comme au figuré et nous éprouvons souvent le besoin de nous purifier par un bain ou une douche lorsque nous nous sentons lourds de soucis et accablés sous les problèmes.

À l'époque essénienne, les thérapeutes connaissaient les propriétés de l'eau comme Grand nettoyeur psychique autant que physique. Les filtres de la vessie et des reins permettaient de finaliser cette purification. L'urine était ainsi un excellent baromètre, non seulement comme la mesure de notre santé extérieure et physique mais avant tout comme le reflet de nos tensions, de nos crispations et de nos jugements... en fait de tout ce qui encombre notre mental et par répercussion nos artères physiques.

Lorsque j'étais thérapeute Egyptienne puis plus tard dans une autre incarnation en tant que thérapeute Essénienne, j'apprenais que les FP pouvaient être incrustées jusque dans la matière dense que représentent les reins et la vessie. La vessie est un réceptacle où l'urine stagne, avant de pouvoir sortir, tel un lieu où passent les énergies usées qui seront libérées afin de laisser place au nouveau. Sur un plan subtil, tout ce dont nous n'avons plus besoin au niveau de nos croyances et de nos Formes-Pensées va traverser le canal très physique des reins pour pouvoir être évacué. Si la peur de l'inconnu nous habite, si nous refusons de lâcher ces FP, elles stagneront au niveau de la vessie jusqu'à ce que nous acceptions de les laisser partir.

Une FP peut ainsi s'incruster sur tous nos organes physiques d'élimination et peu à peu les affaiblir.

Les reins ont une fonction de nettoyeurs du sang qui lui-même véhicule nos émotions sur un plan éthérique. Les émotions perturbatrices non libérées vont ainsi rester tels des résidus dans notre sang et empoisonner peu à peu notre organisme physique et subtil. Pour tout ce qui touche au domaine de la dissolution, l'eau est un dissolvant de la plus haute qualité.

Notre corps physique est constitué à 90 % d'eau. L'essentiel n'est pas de savoir si nous en buvons suffisamment mais le plus important aujourd'hui est de prendre conscience de la façon dont nous la buvons et de reconnaître le rôle qui est le sien.

Nous sommes engorgés par les ondes psychiques que nous émettons et par celles que nous absorbons tout au long de nos journées. Lorsque l'on sait et lorsque l'on peut voir comment une eau est imprégnée par une musique, un son, une parole, un écrit, comment pouvons-nous supposer

que notre corps puisse échapper à cet engorgement?

Il ne s'agit pas ici de pollution physique bien qu'elle soit très présente mais, nous ne dépolluerons rien totalement, tant que nous laisserons de côté les pensées qui nous habitent.

L'Eau est une entité dotée d'une âme, d'un corps et d'un esprit. Pour qu'elle puisse agir sur le niveau le plus subtil de ce que nous sommes et par répercussion sur tous les autres niveaux de notre être nous devons lui accorder toute notre attention.

Le simple fait de ne plus avaler ni ingurgiter l'eau mais de nous rendre conscient de cette Présence qui circule en nous permet une communion entre nous et l'Esprit de l'eau. Cette conscience que nous allons apporter va permettre à l'eau de dissoudre ce qui se sclérosait déjà en nous et de laisser à nouveau circuler la joie.

PRATIQUES:

L'esprit de l'eau

La communion avec l'Esprit de l'eau ne demande ni préparatifs ni discours. Elle doit pouvoir s'accomplir dans le silence solitaire d'une cuisine, sur le quai d'une gare comme dans la salle grouillante de monde d'un restaurant. C'est si enfantin, si discret.

Dorénavant, tandis que vous porterez l'eau à votre bouche, pensez simplement:

«Je t'accueille»

Certes, la conscience lumineuse de l'eau ne répondra peut-être pas la première fois à une telle offre, non parce qu'elle vous dédaignera mais parce que vous ne croirez pas vous-même à votre capacité d'accueil. Peu importe! Si vous voulez qu'il fasse beau chez vous, commencez par ne plus ouvrir le parapluie sous votre toit...Faites-vous confiance.

Puisque la vie a décidé de vous animer, c'est que vous en êtes dignes!

Répétez donc «je t'accueille» à chaque gorgée, dans le silence de votre cœur et prenez conscience en semant les graines de ces mots qu'un grand Etre s'incorpore en vous...*

* SOIS - Editions SOIS

VI - LE PARDON

«Lavez donc la base de votre sang par une nourriture psychique différente. Une telle nourriture, je vous le dis porte un nom bien spécifique: c'est le Pardon.» (Wesak)

Lorsque j'ai appris à l'époque des Esséniens* (voir de Mémoire d'Essenien) à regarder les auras et à entrer en communion avec l'être malade, je voyais toujours deux types de Formes-Pensées en plus de celles qui étaient spécifiques à l'histoire de la personne. Ces FP contenaient toujours le même message et étaient toujours porteuses de maladie que ce soit sur un plan physique ou subtil.

Dans cette présente vie, le même évènement se produit. Face à des malades, je constate toujours la présence de ces mêmes FP. L'une d'elle est porteuse de cette phrase:

«Je suis coupable et je ne peux pas m'aimer.»

L'autre énonce précisément:

«Je ne peux pas oublier ce que l'on m'a fait.»

Ces FP représentent toujours le «non pardon» que ce soit envers soi, ou envers l'autre, et bien souvent envers les deux. C'est cette constatation qui m'amène à ce dernier barreau de l'échelle qui est:

* De Mémoire d'Essenien - Editions Le Perséa

Le Pardon

C'est lui qui va nous permettre de lâcher le passé et de transmuter l'ombre, tapie encore au fond de nous, en Lumière.

C'est par lui que nous cesserons d'être divisés entre le bien et le mal, le bon et le mauvais afin de retrouver notre UNITÉ.

C'est par lui que nous allons lâcher nos rancœurs, nos peines et nos blessures pour cesser de nourrir ces maladies qui épuisent notre vitalité et qui nous rongent extérieurement et intérieurement.

Pour cela, un regard autre sur ce qui nous entoure et sur ce qui nous est arrivé est nécessaire.

«Pensez le monde différemment et vous décréerez le décor qui vous étouffe. Pensez-vous autrement et vous détiesserez la camisole qui vous enserre et à laquelle vous vous identifiez.»⁷

Ces paroles qui ont été offertes par un grand être de Lumière sont basées sur les mêmes Lois que celles de notre physique quantique actuelle: *le principe d'incertitude*.

-Tout évènement est à la fois une particule (matière) et une onde (énergie). C'est notre intention qui détermine si on le voit sous forme corpusculaire ou ondulatoire.

Il existe des mondes sur lesquels la maladie n'existe pas et n'arrive jamais sur le plan physique qui leur correspond. La raison en est simple: Le «problème» lorsqu'il n'a pu être résolu dans l'immédiat par une prise de conscience et une action adéquate est alors revécu avec l'aide d'un thérapeute et d'une technologie de «pointe». La personne

rejoue la scène mal vécue, selon des règles très précises:

- Aucun jugement ne doit être prononcé ni envers elle ni envers quiconque.

- L'Être sortira de cette thérapie lorsqu'il sera satisfait du résultat. En fait il pourra rejouer la scène autant de fois que cela lui sera nécessaire.

- À la règle du non-jugement s'ajoute celle qui consiste à changer uniquement son propre regard sur ce qui se passe. Il se peut que ce changement de regard occasionne d'autres attitudes ou paroles de la part des partenaires de la scène mais, cela se fera indépendamment de l'intervenant.*

Je vous propose ici un enseignement concernant la guérison des FP, sur une autre planète dans le livre *Alliance**.

Séance de Guérison

L'Être au crâne allongé sourit:

«Nous sommes ici sous la pyramide de guérison des mémoires et nous allons assister, dans cette salle, à l'une des innombrables possibilités proposées pour nettoyer les souvenirs qui n'ont plus leur raison d'être.»

Ici comme sur Terre, nous gardons parfois des empreintes d'évènements non résolus dans cette vie ou dans d'autres... dès que nous en avons conscience, nous venons dans l'une de ces salles, accompagnés ou seuls afin de faire le point...

* *Alliance* - Editions SOIS

S'offrent alors à nous diverses possibilités:...

Notre notion du temps est telle que le passé qui est contenu dans notre présent peut-être modifié et que cette opération agit immédiatement sur la vie de l'être qui la crée. Pour cela, il faut savoir que passé, présent et futur ne sont que des énergies modifiables dans l'unique présent qui est le nôtre. Lorsque cette notion sera évidente sur la planète Terre, il sera beaucoup plus aisé de vivre sa propre vie sans ingérence d'éléments dont vous n'avez plus la nécessité et qui pour vous appartiennent à un passé oublié.»...

J'ai la sensation d'être dans une cabine insonorisée, tandis que la lumière qui doit venir des murs, du sol et du plafond devient d'un blanc laiteux. Je ne perçois bientôt plus les fauteils et les autres personnes autour de moi.

...Dans cet étrange univers, j'entends une musique qui semble venir de très loin. Je ne vois rien d'autre que du sable à l'infini. Tout à coup,... je distingue à travers les volutes de sable, un groupe d'animaux curieux: un mélange de chameau et de buffle arrivent au galop, montés par des cavaliers masqués et revêtus de larges capes. Leurs armes ne laissent subsister aucun doute, ils sont belliqueux et tiennent des prisonniers qu'ils traînent à leur suite. Je perçois par je ne sais quel sens, que l'un des prisonniers enchaînés est le personnage qui est au centre de nous actuellement...

Une discussion a lieu entre les guerriers dont le sujet concerne la garde ou l'exécution des prisonniers qui paraissent encombrer certains d'entre eux.

La colère et le mépris se lisent dans les yeux des captifs. Il n'y a pas de peur et lorsque l'un des conquérants essaie de s'approcher de l'un d'eux dans le but de parle-

menter, d'un seul geste de la main, le prisonnier qui doit aussi être le chef de ce groupe adverse, le repousse à des mètres en arrière... la discussion semble impossible de part et d'autre et la décision d'éliminer les prisonniers semble celle choisie. C'est alors que quelque chose d'inattendu se passe:

La même scène recommence mais cette fois le prisonnier belliqueux n'a plus le même regard. Il semble prêt à parlementer... pourtant, son geste est identique et le conquérant repoussé décide une nouvelle fois de les exécuter. Alors à nouveau le miracle se produit.

Une nouvelle fois, la scène est rejouée et le prisonnier a complètement changé d'attitude. Il reste fier mais toute colère, tout mépris ont disparu. Devant mes yeux ébahis, la scène change totalement: les conquérants, las sans doute de traîner leurs conquêtes, décident de leur donner une chance... ils les laissent dans ce désert avec quelques provisions et des réserves d'eau. Après quoi, ils continuent leur route sans jamais se retourner.

...Je me sens un peu perdue devant ces scènes de vie qui ressemblent à des séquences de cinéma que l'on rejoue jusqu'à ce qu'elles correspondent à ce que souhaite le metteur en scène.

«C'est tout à fait ce qui se passe, mais, crois-tu que cela n'est pas quotidiennement ainsi dans vos vies,... chaque choix de vie, chaque rencontre que vous faites, chaque décision, geste ou pensée, interfère dans votre vie et dans celle de millions d'autres dont vous n'avez pas même conscience.

Ici, les deux acteurs sont en présence l'un de l'autre et...acceptent de rejouer la scène avec plus d'Amour et de fluidité. C'est une scène très ancienne selon vos critères de

temps mais elle encombrait encore la mémoire des deux protagonistes.

Lorsque l'un des acteurs sent qu'il aurait pu agir autrement,... il ne connaît ni culpabilité ni remords car il peut modifier certains éléments de cette scène qui lui sont personnels et ainsi réparer ce qui n'est plus en accord avec ce qu'il est aujourd'hui.» Celui qui vient de m'adresser la parole est le belliqueux conquérant de cet épisode...

Dans ces autres mondes, le temps n'a aucune commune mesure avec celui que nous connaissons aujourd'hui. Là encore, la physique quantique semble s'appuyer sur une loi qui laisse entrevoir une autre approche de l'espace-temps: - Le saut quantique permet de se déplacer d'un point à un autre de l'Espace-temps sans épisodes intermédiaires.

Ainsi, une blessure reste ouverte en nous et ce jusque dans notre dimension physique quel que soit le temps où elle a été créée. Un vécu qu'il soit d'il y a trois siècles ou de trois jours a le même impact et peut se dissoudre instantanément si la transmutation entre en action.

Notre soit-disant passé est toujours présent et dès l'instant où nous le guérissons, il ne disparaît pas (puisque'il est et sera de tout temps) mais la plaie sera guérie.

Je suis convaincue qu'une guérison ne peut se faire véritablement et totalement que par le dissolvant de l'AMOUR et de ses enfants:

Le Pardon, le Rire, la Joie qui mènent toujours à la compassion et à la transmutation.

Je ne vais pas vous donner de recettes d'une part, parce que chaque pas est une aventure tout à fait personnelle et que d'autre part, il y a d'excellents ouvrages qui proposent des aides tout à fait efficaces.*

Mon but est de faire comprendre plus encore le rôle que nous avons et les créateurs que nous sommes et que nous pouvons devenir.

Tout est possible pour nous, pour ceux que nous aimons et pour ceux que nous apprendrons à aimer. Notre pouvoir est immense, à nous de simplement décider d'aller vers le BONHEUR!

PRATIQUES:

Culpabilité

Avant de pardonner à l'autre il est incontournable de commencer à voir ce que nous nous reprochons.

Après avoir pris une position de méditation, suivez le rythme de votre respiration durant quelques minutes. Les yeux fermés laissez venir à vous ce que vous vous reprochez que ce soit dans un domaine précis ou vague, des faits, des pensées ou des paroles peu importe... laissez-vous le temps et demandez à votre âme de vous y aider car elle sait et connaît parfaitement cette culpabilité qui vous habite et dont parfois vous avez oublié jusqu'au nom.

Lorsque vous aurez pu mettre un nom sur ce reproche, visualisez une Lumière-Cristal qui vient de très haut au-dessus de votre tête. Cette Lumière-Cristal vient de ce qu'il y a de plus haut et de plus beau en vous, de cette partie Divine qui ne juge pas et qui n'est pas concernée par la personnalité momentanée que nous avons prise dans cette vie.

Sentez cette Lumière descendre peu à peu en vous et autour de vous. Ressentez sa présence, remerciez-là d'être venue.

Demandez à cette Lumière de prendre ce qui vous encombre, offrez-Lui votre culpabilité afin qu'à sa place puisse venir la Paix agissante. Sentez peu à peu combien cette Lumière-Cristal lave chacune de vos cellules de tout ce qui n'est pas Vous.

Durant cette pratique, ne cherchez pas à diriger quoi que ce soit, sentez simplement ce qui se passe en vous et la Paix qui s'installe.

VII - LE SILENCE

«Rayonnez et vous serez écoutés. Rayonnez et vous n'aurez pas même besoin de parler.» (Un pas vers soi)

La pratique du Silence est une des pratiques les plus essentielles pour ceux qui veulent mettre en sourdine les bavardages du mental et de l'ego. Elle est enseignée dans de multiples religions où les grands maîtres donnent eux-mêmes l'exemple d'une vie consacrée au silence.

Dans nos sociétés actuelles le Silence fait peur. Il est demandé non seulement de s'exprimer mais de savoir le faire et ainsi nous pensons pouvoir être compris.

Nombreux sont les thérapeutes et les psychologues qui basent une partie importante de leur enseignement ou de leur pratique sur la communication. Savoir communiquer est un art et nous sommes nombreux à faire l'expérience douloureuse d'une mauvaise communication qui rend nos relations complexes, embrouillées et tendues.

Cependant, malgré les efforts que nous mettons dans les mots que nous employons, il semble que nous restions souvent d'éternels incompris... Nos enfants nous renvoient souvent l'image du contraire de ce que nous leur

avons exprimé avec tout notre cœur, sans nous rendre compte que nous leur demandons d'accomplir ce que nous sommes dans l'incapacité de réaliser nous-mêmes.

Parfois nous parlons de façon incessante pour couvrir de nos mots, les maux qui nous habitent. Et nous nous éloignons de ceux qui dans les villes de grande solitude soliloquent, sans nous apercevoir qu'ils sont le simple reflet de cette partie de nous que nous ne voulons surtout pas voir.

Le Silence peut étouffer lorsqu'il recèle le poids du non-dit, de la peine, du repli sur soi, il est cependant un des éléments curatifs de nos Formes-Pensées malades.

Pour guérir de nos FP, pour éviter l'éparpillement qui règne bien souvent en nous, il est nécessaire de les domestiquer .

La méditation est un dissolvant puissant de nos FP lorsqu'elle est profondément reliée au Silence.

«Qu'est-ce que le silence? Il est la voix du cosmos. Il est un chant continu qui peut emplir vos jours et vos nuits. Ecoutez le silence et vous vous relierez à votre être primordial.» me dira l'enseignant de Lumière.

Le Silence que je vous propose ici n'exige de vous aucun isolement, ni solitude. La pratique que je vais vous donner ne vous demande pas de vous retirer en ermite et vous pourrez avec un peu d'entraînement percevoir ce silence, quel que soit l'entourage ou le lieu.

Nous entrons dans une ère de créativité, de concrétisation et aussi de «domination» du mental. Le mot est un monde, une phrase, une galaxie et nous ne pouvons continuer à créer des mondes confus et désordonnés, images fidèles de nos incohérences.

«Savoir utiliser le verbe, c'est apprendre à ne parler que lorsque l'on a réellement quelque chose à dire.»

En fait, l'exactitude des mots employés est souvent moins nécessaire que l'énergie qui les accompagne, les soutient et les habite. Les mots vont alors droit au but.

Un mental purifié passe dès lors à un état de vibration plus subtile. Il rejoint le mental supérieur, celui qui nous aide dans nos choix, qui reste vigilant et nous fait voir la vie avec une logique divine. Pour purifier ce mental, le silence devient un exercice majeur.

Le mot est susceptible d'interprétation et le fait de bavarder sans cesse crée pour notre mental inférieur une nourriture qui l'alimente et qui nous persuade que nous croyons en ce que nous disons. La machine infernale se met en route et s'auto-nourrit jusqu'à ce que la confusion soit complète. Le mental se gorge de nos mots et assure sa survie.

Combien de guerres sont ainsi alimentées qu'elles soient familiales ou nationales par de simples mots que l'on a lancés sans percevoir leur impact.

Parler est un acte d'Amour, bavarder amène le mental à chercher et à s'accrocher à ce qui n'a pas de consistance tout en nous donnant l'illusion que c'est là l'essentiel.

«Le Verbe humain doit être utilisé comme un extrait de plante, avec d'infinies précautions. C'est la dose absorbée qui peut transformer le remède en poison violent.» (Voyage à Shambhalla)

PRATIQUES:

L'écoute du son

Restez allongés sur le sol, le dos bien à plat et suivez le rythme de votre respiration. Au bout de quelques minutes, sentez votre corps devenir de plus en plus lourd et s'enfoncer peu à peu dans le sol sur lequel vous êtes allongé.

Lorsque vous sentirez que votre corps fait un avec le sol, vous passerez à l'étape suivante:

- portez attention au bruit de la circulation subtile à l'intérieur de votre corps.

Vous pouvez entendre un bourdonnement ressemblant à celui des abeilles, un ronronnement de moteur, un bruissement d'ailes, un murmure du vent, un crissement de cigales ou d'autres sons encore.

Il s'agit là du bruit de votre centrale intérieure, une centrale aux capacités illimitées. Laissez maintenant votre écoute capter un petit son plus aigu, plus sonore, plus subtil, plus rapide. C'est le chant du prâna qui coule dans vos veines de Lumière.

Ecoutez-le simplement sans rien chercher, sans vouloir autre chose. Ce son est celui par lequel vous serez en contact avec ce qu'il y a de plus paisible en vous. Il sera votre Force dans tous les moments où vous sentirez l'urgente nécessité de vous retrouver.

IIIème Partie

,

*Transmutation et
Reprogrammation*

Le coeur est l'athanor dans lequel l'alchimie transmutatrice se fera. Il est le croisement de tous les éléments qui nous contiennent: La Terre et le Feu, l'Eau et l'Air.

Il est le réceptacle de toutes nos mémoires, de nos vies «antérieures», de notre Vie et de celle du cosmos tout entier.

C'est par le coeur que vont se dissoudre toutes nos blessures et que se cicatrisent nos plaies.

Lorsque j'ai le bonheur d'assister à la résolution d'une FP, ce qui se passe est au-delà des explications et des mots. Il s'agit d'un moment unique et intense où la FP qui oeuvrait pour notre réveil termine son travail et réintègre la Lumière.

Elle est avec une précision étonnante absorbée dans un immense rayon de Vie qui part du chakra du coeur et dans lequel tout l'Amour que l'on est capable d'appréhender est présent. En un instant, la FP est enfin devenue lumière et s'absorbe dans le chakra du coeur.

La TRANSMUTATION permet aux vibrations les plus hautes de dissoudre, de faire exploser nos pesanteurs et nos chaînes en les emmenant vers d'autres fréquences sur lesquelles nous retrouvons notre Perfection Divine.

LA TRANSMUTATION FINALE est identique au processus alchimique qui transmute le plomb en or.

Les étapes sont au nombre de trois:

- La première correspond au NOIR. Il est à la mesure de l'Ego qui se désagrège et se consume.

C'est l'étape de notre mort à tout ce qui n'est pas nous. Cette période douloureuse plus ou moins longue selon notre faculté à lâcher ce que nous croyons être nous, nous donne une sensation de vide... Un espace inconfortable et désolé dans lequel nous perdons tout point de repère. Aussitôt qu'en nous, nous lâchons le connu pour laisser place à Ce Qui Vient, ce mal-être momentané nous quitte pour nous permettre d'accéder à:

- La deuxième marche, celle du BLANC. Elle est comme la cendre symbole de purification. Rien n'existe de nos balises sécurisantes et nous ressemblons au bateau ivre qui ne peut plus s'accrocher au port. Cette solitude intérieure et parfois extérieure nous donne cependant le choix, a) celui de retourner à ce que nous connaissons et qui nous rassure ou b) de continuer à avancer en faisant confiance en nos capacités et à la Vie.

C'est un moment de choix entre Vivre et Survivre où nous sommes seuls face à nous-mêmes.

Lorsque le choix se porte sur la Vie, nous accédons alors à:

- La troisième étape couleur ROUGE. Elle est semblable au Feu couleur de la pierre de Transmutation.

Tout ce qui n'est plus nous s'embrase tel un Feu immense et purificateur. La flamme de Vie emporte tout sur son passage et nous laisse traverser la mort pour, tel le Phénix qui renaît de ses cendres, prendre notre envol dans un jaillissement de couleurs.

Pour accéder à ce dernier passage, nous n'avons pas besoin de temps mais simplement d'être présent et là réside notre plus grande difficulté.

MÉDITATION DE TRANSMUTATION

Pour accéder à l'espace du cœur, il ne suffit pas de le vouloir car là encore, notre volonté aidée par notre mental et notre égo ne feront que nous détourner de notre objectif.

Je vais, pour faciliter le processus, vous proposer des préliminaires à cette méditation essentielle et transmutatrice.

Il est important cette fois de vous trouver dans un lieu où vous ne serez pas dérangé et où les bruits extérieurs seront grandement atténués.

Pour des conditions idéales, il est préférable de garder un moment identique pour cette méditation quotidienne. Le matin tôt ou le soir au coucher du soleil sont des périodes favorables mais si votre vie ne vous le permet pas, ne soyez pas contrarié et faite cette méditation au moment qui sera le plus facile pour vous.

En ce qui concerne le rythme, une pratique quotidienne est idéale mais, là encore, faites ce que vous pouvez sans vous sentir coupable ou contrarié, ce qui enlèverait tout bénéfice à ce que vous allez maintenant entreprendre.

Votre état de réceptivité, de calme et de disponibilité

est un atout plus fondamental que les «contraintes» vestimentaires, horaires ou autres.

La première étape ***Apaiser votre mental***

La science des Mudra pourra y contribuer. Ce simple geste de la main est un langage symbolique de la plus grande importance.

Vos cinq doigts correspondent aux courants circulant dans l'ensemble du corps et ces doigts mis en rapport entre eux forment un circuit d'énergie qui passe dans la colonne vertébrale et se dirige vers le chakra correspondant aux doigts ainsi reliés. Le courant passant dans la colonne vertébrale est ainsi régénéré, par le pouvoir du Mudra qui relie l'inconscient à la partie consciente du mental.

Le geste de l'illumination ***(Buddhi Mudra)***

Le geste de l'illumination est un mudra méditatif dans lequel les énergies spirituelles s'harmonisent avec la personnalité égotique. Ce Mudra a pour objectif d'apaiser le mental et de régénérer le système neuro-hormonal.

Placez l'extrémité du pouce et celle de l'index en contact, pour former un cercle. Les phalanges des deux mains côte à côte se touchent et sont placées au niveau du plexus solaire (au niveau de l'estomac).



Gardez ce geste tout en suivant le rythme de votre respiration durant quelques minutes. Sentez qu'en vous, un espace de tranquillité et de disponibilité se dessine avant de passer à l'étape suivante.

La deuxième étape ***Union du Ciel et de la Terre en nous***

Cette méditation essentielle était pratiquée autrefois par les peuples Solaires. Je me souviens de l'avoir retrouvée plus tard lors de ma vie Essénienne à l'époque de Maître Jésus. Aujourd'hui elle est de nouveau sur ma route ainsi que sur celle de nous tous qui cherchons à retrouver le contact avec le Divin en nous.

Ce contact avec notre Mère-Terre et notre Père-Ciel peut se faire de diverses manières. Je vous en propose deux car l'une d'elle peut vous correspondre davantage.

1/ Méditation Terre-Ciel

Asseyez-vous confortablement tout en laissant votre dos libre, non appuyé sur un dossier ou un mur.

Vous allez maintenant fermer les yeux et respirer calmement.

Centrez-vous sur le rythme de votre respiration en évitant toute crispation. Soyez détendu et souple à l'intérieur de vous. Sentez-vous comme un félin, un chat, un tigre qui s'étire et s'étend avec une grande détente intérieure...une force tranquille vous habite.

Laissez votre main gauche la paume tournée vers le sol tandis que votre main droite posée sur votre cuisse ou votre genou tournera sa paume vers le ciel.

Vous allez maintenant vous sentir, vous voir dans un lieu de la Terre, réel ou imaginaire, rempli de beauté. Un lieu que vous aimez particulièrement:

- une plage bordée de cocotiers devant une mer d'un bleu céruléen,

- un désert où l'horizon s'étire à l'infini et prend des teintes dorées sous un soleil couchant,

- une végétation dense et verte qui laisse passer des rayons de lumière pâle,

- la montagne et ses pics enneigés d'où la vue est impressionnante,

- une vaste prairie verte sur laquelle il fait bon s'étendre, tachetée de fleurs de couleur sous le soleil du printemps.

Aimez ce lieu et sentez l'Amour de la Terre, ce qu'elle apporte au monde, cet amour infini qu'elle donne sans attente.

Sentez une profonde vague d'amour qui vous habite tandis que dans la paume de votre main gauche arrive une énergie qui vous traverse et vous lave. Sentez cette énergie qui circule dans votre organisme physique et subtil.

Cette fois sans rompre le lien avec la terre, sentez, voyez un ciel de nuit rempli d'étoiles claires et brillantes, voyez la lune en forme de croissant ou pleine. Elle brille et vous la sentez proche de vous. Voyez les planètes et les étoiles, les constellations et la voie lactée...les étoiles filantes.

Sentez l'Amour du Père Céleste tandis que dans la paume de votre main droite vous recevez l'énergie du Ciel. Sentez cette énergie qui vous traverse, vous lave en circulant dans votre organisme physique et subtil.

Vous êtes un pont entre CIEL et TERRE et ces énergies qui vous traversent vous lavent de tout ce dont vous n'avez plus besoin. Ne demandez rien. Recevez et servez de pont...sentez simplement les énergies du Père et de la Mère qui vous traversent. Tout est Juste et Bon, vous voilà prêt pour cette troisième étape.

Voici cependant une autre méditation pour se relier au Père-Céleste et à la Mère-Terre. Vous pourrez ainsi choisir ce qui vous paraît le plus concret pour vous, celle avec laquelle vous vous sentez le mieux.

2/ L'Arbre-Terre-Ciel

Asseyez-vous dans un endroit calme et suivez le rythme de votre respiration. Lorsque vous sentirez le calme et la paix se poser en vous, imaginez un arbre, le plus beau que vous puissiez imaginer. Peut-être s'agira-t-il d'un arbre que vous connaissez ou non, peu importe... l'essentiel est que vous puissiez le détailler suffisamment pour ne faire qu'un avec lui.

Allez à l'intérieur de cet arbre, promenez-vous dans son tronc, dans ses branches, sentez sa douceur, la sève qui circule, son feuillage...

Maintenant sentez-vous faisant partie de cet arbre. Voyez vos racines qui plongent dans votre Terre-Mère et sentez l'énergie de la terre qui monte en vous et qui vous nourrit. Elle passe par vos pieds, monte le long de vos jambes et de vos cuisses jusqu'à votre cœur. Inspirez en ressentant l'énergie de la Terre qui vous remplit et lors de l'expiration rendez à la Terre l'énergie usée afin qu'elle puisse la régénérer.

Faites cela durant quelques minutes...

Cette fois allez vers les branches. Vous êtes les branches et ces branches s'étirent vers le ciel. Sentez combien l'énergie du ciel descend par les branches dans vos bras, votre tête, votre poitrine, jusqu'à votre cœur...

Inspirez en ressentant l'énergie du Père qui vous habite, à l'expiration dégagez en vous l'énergie polluée pour qu'elle soit transformée. Inspirez et expi-

rez ainsi durant quelques minutes...

Encore une fois sentez les énergies de la Terre et du Ciel qui se rencontrent dans l'espace Divin de votre Cœur.

Ces deux sources vous remplissent d'énergie et de bien-être et vous lavent de tout ce dont vous n'avez plus besoin pour continuer votre route.

Sentez cet équilibre et cet Amour qui vous habitent et vous relie à la Terre et au Ciel.

Vous reviendrez ensuite lentement dans cette pièce ici et maintenant. Vous bougerez doucement les pieds et les mains et vous ouvrirez les yeux à votre rythme.

Vous voici prêts à passer par
La troisième étape
*Celle qui va vous permettre d'entrer
en contact avec le divin en vous*

Nous sommes une antenne entre Terre et Ciel et cette connection ne peut être efficace que lorsque la batterie toute entière fonctionne. Celle qui ne divise pas, ne choisit pas mais unit le Haut et le Bas, cet endroit Divin appelé: CŒUR

Assis à même le sol après avoir médité sur le Ciel et la Terre en vous, vous allez entrer dans votre espace intérieur. Pour cela, vous fermerez les yeux et serez à l'écoute des bruits extérieurs: les bruits des voix ou des voitures, des portes ou du vent peu

importe car ce n'est pas de cela dont il s'agit.

- Tournez peu à peu votre oreille subtile vers des bruits plus intérieurs: vous capterez au bout de quelque temps le bourdonnement, le vombrissement, le chuintement ou le bruissement de votre centrale intérieure et du prâna qui circule dans vos veines subtiles.
- Voyagez maintenant dans votre corps physique, vous êtes plus petit que votre corps physique, vous flottez à l'intérieur de votre corps physique comme dans un vêtement trop grand.
- Commencez à explorer chaque partie de votre corps de l'intérieur.
- Dirigez-vous enfin vers le centre de votre poitrine puis vers l'endroit de votre cœur.
- Votre cœur est nimbé d'une immense clarté qui diffuse très loin autour, sentez cette énergie qui émane de votre cœur au fur et à mesure que vous en approchez.

Rentrez dans cette Lumière, pénétrez en son cœur...

Vous êtes maintenant dans un lieu immaculé, au cœur de votre cœur là où tout est UN.

Dans cet espace immaculé, il est possible que vous rencontriez un être lumineux ou que des images vous apparaissent.

Laissez faire et soyez attentif à ce qui vous est montré, ou à ce qui vous est dit ou encore à ce que vous verrez ou ressentirez car vous êtes dans le lieu Sacré où tout est possible.

Dans ce lieu où vous prendrez l'habitude de

vous rendre, vous recevrez ce qui est à votre mesure. Cet espace du Cœur est votre seule vraie richesse.

Peut-être ne trouverez-vous pas l'entrée de ce lieu Sacré dès votre première visite, mais ne soyez pas inquiet, il faut parfois un peu de persévérance et aussi le courage de poser le premier pas dans l'inconnu.

Cependant, dès lors que vous aurez trouvé la porte, ce que vous apercevrez derrière dissoudra vos dernières barrières et vos Formes-Pensées illusoires de tristesse et de séparation.

La Lumière que vous y découvrirez, la paix qui en découlera seront multipliées dès l'instant même où vous les partagerez.

Ce n'est plus vous en tant que personnalité provisoire et incarnée que vous aiderez mais ce qu'il y a de plus vaste en vous, c'est à dire LA VIE.

“AU SUJET DES VISUALISATIONS”

Pour que des situations prennent la place des anciens fonctionnements, un peu de temps est nécessaire sur notre plan physique. Le cerveau enregistre ce qui lui est répété un certain nombre de fois, il est donc important de lui donner un message clair.

Les heures les plus propices à ce genre de pratique sont celles proches de notre lever, juste après notre réveil, et celles qui se situent avant notre sommeil. Dans ces moments, notre mental est moins efficace et la barrière qu’il érige est plus friable.

Sommes-nous sur terre pour Survivre ou pour Vivre?
Avons-nous décidé de Faire ou d’Etre?

Des expériences ont été menées aux USA par des psychologues, l’une d’elles consistait à offrir à des personnes en maison de retraite un environnement, des musiques, des journaux datant de vingt ans en arrière. Les personnes étaient prêtes à jouer le jeu et à se comporter comme si elles avaient 20 ans de moins. Quelques mois plus tard, des analyses variées de sang, cellulaires et psycho-comportementales ont été faites et comparées à celles faites avant l’expérience: Une nette amélioration et des signes phy-

siques de rajeunissement cellulaires étaient visiblement inscrits. L'audition, la vision, la mémoire de ces personnes avaient également changé.

Il est un fait qui devient une évidence: la réalité se conforme à nos attentes.

Je vous offre en partage les paroles de notre enseignant du wesak:

«Lorsque je vous demande de vous aimer, je vous demande de vous accepter avec vos limitations parce que celles-ci sont de simples blessures momentanées... mais elles ne sont pas vous. Vos laideurs ne sont pas vous, n'y voyez que vos cicatrices. Allez-vous continuer à vous identifier à la déchirure faite à votre habit... La possibilité de se tromper et d'errer, voilà le plus beau cadeau qui pouvait vous être fait parce qu'il vous oblige à respirer par vous-même.»

Wesak

TÉMOIGNAGES

Les deux témoignages qui suivent montrent comment nous pouvons cheminer vers la guérison quelle que soit notre histoire... et les différentes étapes que chacun peut parcourir.

Dans chacun des cas, vous pourrez noter les étapes suivantes :

- 1 - Percevoir les Formes-pensées répétitives
- 2 - Accepter les émotions ou/ et les sentiments
- 3 - S'accepter avec ombre et lumière
- 4 - Etre responsable sans culpabilité
- 5 - La confiance dans la Vie, dans ce qu'elle propose
- 6 - la gratitude

Le retour au passé, que ce soit spontanément ou lors d'une régression ou d'une lecture d'aura, n'est pas un facteur de guérison à mes yeux. Je suis persuadée que plus nous fouillons dans nos mémoires et plus nous échappons à ce Présent qui nous offre la seule véritable possibilité de guérir de nos blessures.

Cependant, les vies passées permettent parfois de comprendre le Pourquoi... lorsque l'on accepte de ne pas s'en tenir là comme l'exprime l'un de ces témoignages.

Les deux personnes qui ont accepté de témoigner ont compris qu'elles avaient un rôle actif et sont sorties du rôle de victime ou de bourreau. En ce sens, la démarche est guérissante.

Premier témoignage:

Formes pensées, psychobiologie et cancer du sein

Lors de notre dernière formation, Anne et Antoine nous ont expliqué le rôle des Formes-Pensées dans la maladie. Ils nous ont dit que chaque maladie importante était en lien avec une série d'évènements dans le passé et que, pour trouver le pattern répétitif qui avait conduit à la maladie, il était parfois possible de diviser par deux l'âge auquel la maladie était apparue.

J'avoue que, de prime abord, j'étais plutôt septique mais j'ai décidé de faire l'exercice en partant d'un cancer au sein gauche que j'ai eu à l'âge de 56 ans. Et, à mon grand étonnement, j'ai fait des découvertes stupéfiantes.

Voici mon histoire.

56 ans: Cancer du sein gauche. A l'époque, je suis directrice dans un centre hospitalier. Le réseau des services de santé est en pleine réorganisation à travers tout le pays. Les fusions d'établissements, remaniements administratifs, réductions budgétaires importantes, coupures de postes créent beaucoup de stress dans le réseau.

L' établissement dont je fait partie n'échappe pas à tout ce remue-ménage et ma direction est fusionnée avec une autre. Cette direction est comme mon bébé. Je suis bousculée dans mes valeurs car je ne crois pas que cette réorganisation va donner un bon service à la clientèle. Mais ce qui me blesse le plus et me met en colère est le manque de transparence de la direction générale. Il y a beaucoup de non-dits et cela durant plusieurs mois. Je suis partagée entre ma loyauté envers mon comité de direction et ma loyauté envers mon personnel. Je vis ces événements dans l'isolement et l'impuissance avec un sentiment de trahison envers mes employés. Très beau terrain pour développer un cancer du sein.

Résolution: Le conflit se résout deux ans plus tard lorsque je décide de prendre une retraite anticipée et commencer une carrière qui correspond mieux à mes nouvelles aspirations. Je réalise aujourd'hui que cette maladie fut une bénédiction pour moi. Car cela m'a permis de reprendre contact avec mes vraies valeurs et d'établir de nouvelles priorités en accord avec le sens que je veux donner à ma vie. Je suis maintenant heureuse et en parfaite santé.

28 ans: Problèmes thyroïdiens, migraines importantes. Deux ans auparavant, mon mari et moi avons lancé une entreprise. J'y joue à peu près tous les rôles, secrétaire, comptable, emballeuse, vendeuse. Les débuts sont difficiles. Beaucoup de stress financier. Peu après la naissance de ma fille, mon mari annonce qu'il a loué un local dans un édifice com-

mercial car les locaux sont devenus trop petits à la maison. Il a aussi embauché une secrétaire car avec deux enfants il dit qu'il me sera difficile de continuer à travailler dans l'entreprise. ***Je me sens isolée et impuissante devant la situation, partagée intérieurement*** entre mes valeurs de mère de famille et la perte de ma place dans l'entreprise que j'ai aidé à construire. Je n'en parle pas avec mes proches à cause d'une croyance très forte héritée de ma mère qui consiste à ne pas parler de ses problèmes aux autres. Je me sens aussi coupable d'éprouver de la colère envers mon mari qui n'est jamais à la maison depuis que les locaux de l'entreprise sont déménagés. Je refoule cette colère.

Résolution: Après quelques mois, je reprends la tenue de la comptabilité, chose que je peux faire à la maison, je cesse de prendre la médication et ma thyroïde se régularise d'elle même.

!4 ans: Mon père n'est pas heureux dans son travail. Il vit un conflit de valeur important et fait une grave dépression avec idées suicidaires. C'est le mois de mai. Il fait beau dehors mais nous restons dans la maison, les volets clos, à discuter et pleurer en famille car les voisins ne doivent pas savoir. C'est la loi du silence. Je me sens déchirée et je n'ai personne à qui en parler. Afin de me réconforter, je vais à la messe de 5.00 heure tous les matins dans un monastère près de la maison. Maman me suggère alors d'offrir ma vie à Dieu, en promettant de devenir religieuse, en échange de la guérison de mon père. Je suis partagée

entre le désir que mon père guérisse et mon besoin viscéral de refuser ce compromis. ***Je vis ces événements dans le silence, l'isolement, la colère refoulée et la difficulté de savoir ce qui est juste.***

Résolution: Finalement le tout se résout grâce au bon sens d'une religieuse à qui j'ose me confier et qui me dit que Dieu ne me demande pas un tel sacrifice pour exhausser mes prières. Mon père se rétablit et change d'emploi.

8 ans: Mon père et ma mère tombent malades en même temps. Mes frères et ma sœur vont demeurer chez mes tantes alors que je suis mise en pension au couvent où je vais à l'école. C'est une exception car il n'y a pas de petites filles en pension dans ce couvent. Les religieuses prennent bien soin de moi mais je m'y ennuie beaucoup. Un soir après la classe je m'enfuis de l'école. Je sais que maman est revenue de l'hôpital et je crois que je vais pouvoir rester à la maison. Maman me dit qu'elle est encore trop malade et que je dois retourner au couvent. Je fais alors une crise de colère épouvantable. Maman me laisse crier et me jeter par terre. Papa s'enfuit dans le salon pour pleurer. Maman pleure aussi et tente de m'expliquer, encore une fois, les raisons pour lesquelles je ne peux rester à la maison. Je pleure, je supplie. Je sens que mon père est touché, qu'il est sur le point de céder mais maman est inflexible, je dois retourner au couvent. Je ne comprends pas car ils n'ont pas l'air si malades que cela. ***Je me sens rejetée surtout par ma mère.***

Résolution: Soudain j'ai peur qu'elle ne m'aime plus si je continue à agir de la sorte. Et instantanément, je décide d'être gentille, d'être une bonne petite fille, de ne plus jamais me mettre en colère. Et à partir de ce moment, je suis en effet devenu un modèle de gentillesse et j'ai refoulé toute tentative d'expression de ma colère pendant des années.

4 ans: Marraine est en visite à la maison, j'aime beaucoup aller en promenade chez cette tante. Elle promet de m'amener avec elle à son départ. Je suis toute contente. Mais quand elle part sans moi je fais une colère terrible. Papa m'enferme dans le grenier pour me calmer. Il fait noir, la porte est fermée, j'ai peur, je hurle deux fois plus fort pour un temps. Puis, je me calme, c'est comme si je me réveillais d'un songe. Je commence à regarder autour de moi. Il y a un peu de lumière qui filtre par l'entre-toit. Je commence à explorer le grenier et y découvre plusieurs objets intéressants et aussi plein de noisettes que les écureuils y ont cachées. Je commence à trouver cela plutôt amusant.

Résolution: Quand papa ouvre la porte, je ne veux plus sortir. Il a alors la bonne idée d'entrer dans le grenier et de chercher des noisettes avec moi dans l'obscurité.

Je constate qu'il y a plusieurs similitudes d'émotions entre les divers événements relatés. Sentiment que l'on me trompe. Manque de vérité, de transparence d'où colère. Isolement et impuissance. Je

remarque aussi qu'une fois la colère tombée, j'ai toujours eu la capacité de transformer les expériences négatives en résultats positifs.

Je crois avoir compris le message de la "Mal-a-die" et en avoir tiré des leçons profitables. *Le plus difficile fut sans doute d'accepter ma colère.* Je l'avais refoulée pendant tellement d'années, la laissant s'exprimer à travers mon corps dans la maladie sans même m'en rendre compte. Aujourd'hui, j'ai apprivoisé ma colère. Cela ne fait pas de moi une personne colérique pour autant car une colère ressentie, reconnue et exprimée dès l'instant où elle se produit se dissout rapidement d'elle-même.

Réflexions

Depuis des années je sais, au plus profond de moi, que chaque événement important, chaque expérience que j'ai vécus depuis ma naissance contiennent un enseignement qui donne une direction à ma vie. ***J'ai pu constater à maintes reprises que lorsque j'ai enfin compris la leçon véhiculée par ces événements, mon esprit fait un bond en avant dans la compréhension de qui je suis.*** Cependant avant de faire cet exercice, même si je savais que ces événements avaient eu un impact important dans ma vie, je n'avais encore jamais établi de liens entre eux et le cancer qui en est résulté. J'ai eu besoin de ce cancer pour me faire comprendre que ma mission dans cet établissement était finie. Je le savais déjà, mais refu-

sais de suivre le chemin que la vie m'indiquait par peur de perdre ma sécurité financière. Aujourd'hui, je me laisse guider par le courant de La Vie et je me coule dans les événements plutôt que d'y résister.

Après une régression spontanée, la même personne continue... Ma voix intérieure me parle de la colère qui est restée incrustée dans mes mémoires cellulaires. Colère dans cette vie, mais aussi colère dans cette autre vie en Lumérie. Colère que j'ai à aimer et à utiliser intelligemment dans cette vie, car la colère n'est en soi ni bonne ni mauvaise. Elle devient bonne ou mauvaise selon l'utilisation que l'on en fait.

Par la suite, la pensée de la colère de Jésus au temple m'a permis de me réconcilier avec ma propre colère.

Dans la nuit qui a suivi cette lecture, j'ai compris partiellement la raison de cette réincarnation. J'ai joué un rôle, sans le vouloir dans la destruction de Mu à cette époque lointaine. Cela est en lien avec des pierres noires. Des pierres vivantes, selon ma petite voix intérieure. Des pierres que je serais aller chercher sur une autre planète. J'ai vu ces pierres dans un grand bassin contenant de l'eau. Les pierres transféraient à l'eau un pouvoir dangereux, une sorte d'énergie nucléaire. A l'époque, on m'a trompé, caché la vérité concernant l'usage que l'on voulait faire de ces pierres. D'où une grande colère, un sentiment de trahison.

Conclusion: Le fait de réécrire cette régression me met dans un état émotionnel intense, comme si je

revivais ces évènements à nouveau. Je ne désire pas m'attacher à ces phénomènes, à ces mémoires anciennes qui me troublent. Je veux vivre ici maintenant dans la totalité de mon être et me manifester dans le meilleur de qui je suis. Cela n'est pas toujours facile, car je sais sans savoir, je connais sans connaître. Ma réponse à moi-même est Laisse-toi couler dans le courant, ne résistes pas et tout va bien aller. Je me sens à nouveau en paix.

Marie-Laure

Deuxième témoignage:

L'Indienne

Je sors du tepee. Il a donné ma place à une autre. Elle est là avec lui, à MA place. Je n'ai plus de place... Il m'a dit de sortir. Je sors... Tout est fini pour moi. C'est le vide total. Je suis bouleversée. À l'intérieur de moi, c'est une tempête d'émotions, d'une telle puissance que je suis emportée, possédée... je ne sais pas quoi en faire! Je ne sais pas la hurler, l'arracher, la libérer... Il faut qu'elle trouve un chemin! J'aperçois un soldat. Je lui parle en lui montrant le petit campement amérindien du doigt. Le campement va être massacré. Entièrement. . . Cette douleur, transformée en rage de l'impuissance, que je n'ai su libérer moi-même, vient de se déployer à l'extérieur.

La rage ne m'habite plus... mais la douleur, la douleur et l'horreur ont pris la place en moi. La culpabilité m'a terrassée. Elle va désormais m'habiter en permanence et avec elle, la terreur, folle, de revivre le massacre.

Sans que j'en aie conscience, cette culpabilité et cette terreur vont rester inscrites en moi. Toute émotion va être suspecte et refoulée. Tout risque de faire revivre le cauchemar est interdit! Je ne vais plus me donner le droit au bonheur. Dès que j'y ai accès, à un moment donné, cette mémoire vient me PUNIR et casse le bonheur. . . Me punir... Anne Givaudan et Antoine Achram, me font une lecture d'aura. Anne a vu une scène, des faits: un tepee- une femme (moi) en sort. À l'intérieur, elle voit une autre femme (ma soeur jumelle aujourd'hui) et un homme (à mon avis, ma mère aujourd'hui). Je vais parler au soldat: c'est le massacre. . .

Elle me donne des images, des faits. Je vis les émotions. Tout s'éclaire. Je comprends la profondeur de la douleur que je ressentais parfois, avec un sentiment d'exclusion et de culpabilité, le sentiment de ne pas avoir le droit, que sinon, la PUNITION me guettait, inéluctable. Je devais laisser la place « à l'autre »... Ce que j'ai toujours fait depuis mon enfance, en apprenant avec ma soeur jumelle. Je ne le faisais pas dans l'acceptation! Non, dans la frustration et la terreur, cachées sous une carapace d'indifférence, que je ne questionnais pas..

Je comprends maintenant pourquoi je ne me suis jamais mise en colère, jamais rebellée ouvertement. Pas de réactions! Pas d'agressivité! Jamais. J'étais sous contrôle intérieur total. Total, mais inconscient. Certains épisodes de ma vie m'ont montrée que je serais morte plutôt que de réagir. J'obéissais «à mort»

à ma mère. Je comprends mieux la passion et la terreur que j'avais de ma mère, mon besoin de la protéger de mes émotions...

Je comprends le justicier-bourreau que je me suis créé pour me «protéger» de la souffrance vécue avec cet épisode, dont j'ai conservé la mémoire, encodée dans mon aura. Je me «protège» de recevoir l'amour, car, «lorsqu'il va m'être retiré »), tout va recommencer. . . Je suis allée à la rencontre de cette mémoire d'indienne, cette femme quelque part encore en moi. J'ai accueilli sa souffrance, j'ai accueilli ses hurlements de douleur, j'ai accueilli ses pleurs de libération d'être enfin entendue... Je l'ai installée dans mes bras. Je l'ai bercée. Je suis restée en lien, à l'écoute de cette femme blessée à l'intérieur de moi. Je l'ai ainsi portée et bercée 3 à 4 jours, jusqu'à ce qu'elle s'apaise et s'endorme, comme un bébé s'endort dans les bras de sa mère après un gros chagrin... Puis j'ai attendu que d'elle-même, elle s'éveille à la réalité du présent, qu'elle sourie et mêle avec bonheur sa richesse aux énergies vivantes de la femme d'aujourd'hui.

Je sais que cette énergie de «l'indienne» est en moi encore, pas totalement guérie. Je le repère chaque fois que je remarque que je viens de me «punir», même si cela a l'air de venir de l'extérieur. Je m'accueille alors et je l'accueille en moi.

Je remercie pour tout ce que cela m'a appris et m'apprend de moi, et qui me permet donc de le comprendre en l'autre. Cette histoire, comme toutes les autres, m'apprend la compassion, la compréhension

et l'amour de moi et - par voie de conséquence- de l'autre.

Pourquoi j'ai demandé une lecture d'aura? Cela s'est imposé, offert à moi, tout naturellement. Il y a deux ans que j'y pense, depuis que j'organise pour Anne et Antoine les formations «Lectures d'Auras et Soins Esséniens». Je les entendais parler de ces Formes-Pensées qui s'encapsulent dans nos auras... Je voyais de plus en plus clairement se dérouler le même scénario dans ma vie. Dès qu'une partie de moi, encore inconsciente, décrétrait que j'allais atteindre «trop» de bonheur, «trop» d'amour, et ainsi risquer de perdre le contrôle, la «punition» se manifestait, pour que j'arrête d'y croire «trop »... Je me disais qu'à force de conscience, d'accueil de mes peurs, de vigilance, j'y arriverai.

Effectivement, la «punition» était de moins en moins violente, de plus en plus gérable... mais elle était toujours là! Jusqu'à présent, Anne n'était jamais vraiment disponible et je ne sentais pas le besoin de forcer. Cette fois, la demande a été claire en moi, et je me suis autorisée à la formuler tout aussi clairement.. . Sans doute quelque chose en moi acceptait qu'il était temps que la «punition» cesse...

Et Anne et Antoine se sont trouvés disponibles facilement! J'ai réalisé par la suite, que dans les mois précédents, des réminiscences de mémoires amérindiennes m'étaient remontées sous forme de ressentis et d'émotions fortes. J'acquerrais de l'inté-

rieur, la certitude d'avoir vécu sur cette terre du Québec, d'avoir appartenu à ce peuple. Je me souviens de mes pleurs au contact de la nature, comme une présence qui me parlait et m'accueillait... de cette chanson amérindienne que j'ai apprise enfant, sans savoir son origine, et qui m'a soudain bouleversée... Doit-on passer absolument par une lecture d'aura, et a-t-on besoin de chercher à retrouver nos mémoires passées? Je ne le crois pas.... mais si on a à la vivre, si elle est appropriée, l'occasion se présentera. Je sais que chaque instant de ma vie est le chemin et l'outil parfait de mon chemin vers moi-même. Je n'ai pas à partir à la recherche de l'outil, il est là, à portée de main.

Je crois que lorsque la mémoire, la Forme-Pensée restée encodée, dans mes cellules, est prête à se libérer, c'est elle qui m'appelle et le moyen se présente alors toujours, ici et maintenant. Ce que j'ai à faire, c'est accueillir cette mémoire que je pressens, me mettre à son écoute, et lui donner, de toute mon âme, la permission de se libérer.

Pour moi, cela est passé par cette lecture avec Anne et Antoine, mais si je n'en fais rien à mon tour, rien n'est réglé! Au contraire, si j'utilise cette connaissance, non pas pour prendre mes responsabilités, mais pour cautionner un état de victime, je consolide la capsule! Je lui donne encore plus de pouvoir! Alors qu'elle va m'enrichir si j'en saisis l'essence... Ce qui s'est passé ensuite et qui se passe encore: je continue à replacer certains vécus de ma vie passée et présen-

te à la lumière de cette mémoire.

J'ai comme revécu différentes scènes de ma vie où je me suis sentie trahie et impuissante... à commencer par mon arrivée au monde, où, sortie la première et fière de moi, j'ai été aussitôt mise de côté pour l'accueil de « l'autre»! Que de chemin parcouru depuis cette naissance! Je mesure la sagesse de mon âme, qui m'a fait parcourir, dans cette vie, le chemin parfait, sans lequel je n'apprendrais pas ce que je désire apprendre le plus au monde: choisir d'aimer, quoi qu'il arrive...

Merci.

Vittoria, le 31 décembre 2003.

CONCLUSION

Les soins de Lumière sont une des aides essentielles à la transmutation des Formes-Pensées.

Pour que les zones d'ombre deviennent Lumière et que nos cellules retrouvent leur intelligence, la Reconnection avec notre partie la plus Divine, est primordiale.

En guise de conclusion, j'ai envie de vous offrir ces paroles de nos enseignants de Lumière :

"Votre corps est votre création. Il est Lumière si vous le voulez tel, il est ombre si vous le maintenez tel...

Vous vivez tout entier, depuis le commencement des temps dans la plus petite cellule constituant votre organisme physique, dans l'onde la plus infime s'échappant de ce que vous appelez votre cerveau. La plus petite parcelle de vous -même, c'est vous en totalité, c'est votre étincelle divine encore aveugle. Ce n'est pas une réalité métaphysique simplement mais une vérité d'ordre biologique, chimique et électrique. ...Vous devez rendre à vos cellules leur intelligence, leur amnésie est à la juste mesure du récipient doseur avec lequel vous ne parvenez qu'à déverser encore un

peu de votre Amour. Laissez-vous déborder par cette intelligence amoureuse qui attend depuis si longtemps au fond de vous... seulement ainsi votre être entier, de la racine de vos cheveux à la plante de vos pieds, adoptera une autre ligne vibratoire et sera capable de soigner..."

BIBLIOGRAPHIE :

Voici quelques titres d'ouvrages susceptibles de vous aider à vivre dans le moment présent

- "Le pouvoir du moment présent" d'Eckart Tolle
ED. Ariane
- "Le plus court chemin..." Gilbert R. Altenbach
ED. Fractales
- "Soyez libres là où vous êtes" ainsi que nombre de ses autres ouvrages Thich Nhat Hanh ED. Dangles
- "Le Déclic" Marie-Lise Labonté ED. De L'Homme
- "Le jeu de la Vie" Florence Scovel Shinn
ED. Astra

Livres et CD du même auteur en rapport avec ce sujet aux ED. Sois

- "Les Formes-Pensées" Tome I
- "Lecture d'auras soins Esséniens"
- "Alliance"
- "Sois"
- "Un pas vers Soi"
- "Voyage vers SOI" CD de méditations
- un CD de méditation sortira cet hiver sur des méditations et des pratiques d'auto-guérison en relation avec le livre des Formes-Pensées

ANNE GIVAUDAN

• LECTURE D'AURAS ET SOINS ESSENIENS Thérapies d'hier et d'aujourd'hui

Cet ouvrage vous permettra de comprendre que la maladie ne naît pas *par hasard*, qu'il est possible d'en comprendre le processus et par là même, de stopper son avance, de l'enrayer et de le transformer en nous transformant. La vie nous apportera toujours les expériences et les moyens de grandir. La maladie fait partie de ces moyens. Que vous sachiez lire les auras ou non, que vous soyez ou non thérapeutes, ce livre vous aidera ou vous permettra d'aider et de comprendre ce corps qui parle à travers les maux qui l'habitent. Des exercices et des soins précis vous aideront à retrouver votre autonomie et à savoir que le hasard n'est que l'invention de quelques-uns qui aiment asseoir leur puissance sur la dépendance de chacun.

• LES DOSSIERS sur le Gouvernement Mondial Celui qui vient (Tome 2)

Le « Gouvernement Mondial » pourquoi écrire encore sur ce sujet ? Est-ce par désir de combattre une énergie que nous redoutons ? Est-ce parce que le sujet est à la mode et fait frissonner les habitants de la planète Terre comme un mauvais film d'épouvante ? Est-ce par désir de vengeance ? Rien de tout cela ne m'habite à l'heure où je couche ces mots sur le papier. Je ne sais de quoi sera fait demain car je ne sais jusqu'où ira ma détermination mais je n'ai pas peur de perdre, d'autres gagneront après moi, encore et encore... Je refuse l'ignorance ! L'ignorance est une maladie de l'âme, insidieuse et perverse, elle coule en nous les prémices de nos lavages de cerveau, de nos faiblesses, de nos lâchetés involontaires. Par quelques exemples précis dans les domaines suivants : la mafia, la santé, la recherche, l'Opus Dei, les extraterrestres et les camps de concentration, je souhaite que les lecteurs de ce livre-dossier puissent prendre conscience de la manipulation dont nous sommes tous l'objet. Le véritable travail est toujours intérieur. Lorsque nous serons de plus en plus conscients, nous chercherons à retrouver notre *souveraineté*.

• ALLIANCE

Il existe des êtres qui vivent intensément hors de notre espace et de notre temps connu. Leur monde n'est pas ennuyeux et pourrait bien être un exemple pour nous. Il n'est pas question ici de leçons à recevoir ni d'enseignement. Il s'agit simplement à travers une lecture agréable, étonnante et inhabituelle, de s'apercevoir qu'il y a d'autres façons de concevoir la Vie et l'Amour et que celles-ci nous ouvrent des perspectives auxquelles nous n'avions pas toujours pensé.

Qu'auriez-vous à perdre à supposer que vous n'êtes pas seuls dans la galaxie et que d'autres ont trouvé un chemin qui pourrait aussi être le nôtre... si seulement nous le voulions et le pensions ainsi !

• WALK-IN

La femme qui changea de corps

Anne Givaudan décrit le phénomène bien particulier qu'est celui de la transmigration. Qu'est-ce qu'un "Walk-in" ? ou un transmigré ? Un Walk-in est un être qui marche à l'intérieur, mais à l'intérieur de quoi ? A l'intérieur d'un autre corps, d'un corps qui ne lui appartient pas après un pacte d'alliance passé entre deux âmes.

Il existe sur Terre des êtres qui ne sont pas d'ici et qui ont emprunté un corps afin de contribuer à un plan lumineux qui dépasse largement le cadre de notre seule planète. L'auteur dévoile les étapes les plus essentielles et les plus étonnantes du phénomène de la transmigration.

• FORMES-PENSÉES TOME I ET II

Découvrir et comprendre leurs influences sur notre santé et sur notre vie.

Courir derrière le bonheur, en ayant la désagréable sensation de ne jamais le rattraper, fait partie du mal-être que nombreux parmi nous éprouvent aujourd'hui. L'action des Formes-Pensées, que nous transportons continuellement avec nous, accentue et contribue fortement à cet état d'être et à tout ce qui arrive dans notre vie.

Méconnues de la plupart d'entre nous, elles ont un pouvoir sur notre santé et une action sur nos bonheurs, ainsi que sur nos malheurs. Elles

peuvent nous étouffer ou nous dynamiser, mais en prendre conscience et le comprendre est le chemin indispensable à notre libération. Comprendre et reconnaître nos Formes-Pensées pour commencer la "transmutation", voilà ce que vous proposent ces ouvrages.

CD DE MÉDITATIONS GUIDÉES

- **Formes-Pensées** (voix de A. GIVAUDAN et musique de D. PATRIQUIN). Ce CD de sept méditations ouvre les portes de l'auto-guérison des Formes-Pensées qui nous encombrent.

- **Voyages vers Soi**

Méditations guidées (voix de A. GIVAUDAN et musique de L. DANIS). Une célébration joyeuse d'un retour à SOI, des retrouvailles où les masques de nos personnalités transitoires peuvent disparaître et laisser place à ce que nous sommes vraiment : des êtres uniques au parcours unique.

STAGES AURASOIS

Animés par Anne Givaudan et Antoine Achram

- Approche des soins Esséniens.
- Voyage à la rencontre de Soi.
- Naître à la vie et vers un nouveau départ.
- Les Formes-Pensées : les comprendre et les transformer.

Pour tout renseignement pratique et le contenu détaillé des stages, envoyer une enveloppe timbrée à

AURA SOIS FORMATIONS
24580 PLAZAC
Tél. : 05 53 51 19 50 - Fax : 05 53 51 19 39
aura@sois.fr - www.sois.fr

Achevé d'imprimer sur les presses de
l'Imprimerie France Quercy à Cahors
N° d'impression : 60754B
Dépôt légal : mars 2006

*Imprimé en France
sur papier recyclé*

Le grand nombre de Formes-Pensées qui gravitent, dansent ou stagnent autour de nous, paralysent nos choix, activent nos colères et nos impulsivités, en renforçant nos peurs.

Ces Formes-Pensées sont à l'origine de nos maladies ou des comportements "déviants", nocifs pour nous comme pour notre prochain. Que faire ?

Après avoir écrit et présenté les Formes-Pensées dans le Tome 1, Anne Givaudan, spécialiste depuis de longues années des thérapies Esseniennes par la Lumière et par le Son, vous offre dans ce Tome 2, les éléments créateurs d'une ouverture et d'un lâcher prise propices à toute guérison.

Anne Givaudan vous fait partager les enseignements qu'elle a reçus à travers ses contacts avec des êtres et des plans supérieurs où Abondance et santé sont des éléments naturels.

Convaincue que tout est en nous, elle nous propose à travers des témoignages et des exemples concrets de réapprendre à "respirer par nous-mêmes".

Avec son mari Antoine Achram, elle continue à réveiller ce qui sommeille en nous et que nous avons trop souvent oublié: "L'Amour Transmutateur".



Anne Givaudan est l'auteur et le co-auteur d'une quinzaine d'ouvrages traduits en plusieurs langues. Ses livres sont des enseignements sur les mondes de l'après-vie et les principales questions de nos vies actuelles.

Elle souhaite que ses découvertes et contacts contribuent à faire retrouver à chacun sa véritable Nature: pluridimensionnelle et sans limite.

À travers ses stages, elle s'attache actuellement à faire découvrir plus profondément des techniques, à la fois millénaires et très actuelles, de bien-être pour que chacun soit en mesure de reconstruire son être véritable et intègre.

ISBN 2-9519882-7-3 15 €

