

Jésus a prouvé que tu peux te guérir toi même

Les 3 points secrets de ses miracles

Il existe trois points précis sur ton corps. Trois points que Jésus activait à chaque guérison. Et quand ces trois points sont ouverts, le corps guérit seul, sans médecin, sans médicaments, sans intermédiaire. Ce n'est pas une théorie, ce n'est pas une métaphore spirituelle. C'est un enseignement concret que Jésus a transmis à ses disciples et que les Évangiles ont enregistré sans que presque personne ne les jamais remarqué.

Parce que personne ne t'a appris à lire les guérisons de Jésus de cette façon. On t'a appris que c'était des miracles extraordinaires réservés à un temps révolu. On t'a dit que ces puissances étaient l'apanage de quelques élus. On t'a laissé croire que ton corps était fondamentalement fragile, dépendant, incapable de se réparer sans aide extérieur.

Mais Jésus ne guérissait pas au hasard. Ses mains allaient toujours aux mêmes endroits, trois zones précises dans un ordre précis. Et à chaque fois, le résultat était le même. L'aveugle voyait, le paralytique marchait. La femme qui saignait depuis 12 ans était enfin libre. Ce que Jésus faisait, il t'a dit de le faire aussi.

Il l'a dit clairement dans l'Évangile de Jean au chapitre 14. Celui qui croit en moi fera aussi les œuvres que je fais et il en fera de plus grandes encore. Ce n'est pas une hyperbole, c'est une instruction. Reste jusqu'à la fin de cette vidéo parce qu'à la fin, tu vas faire quelque chose de concret avec ton corps. Quelque chose que beaucoup de croyants n'ont jamais fait.

Et ce que tu ressentiras dans les heures qui suivront te dira mieux que n'importe quel discours si cet enseignement est réel. Les trois points dont parle cet enseignement ne sont pas abstraits, ils sont dans ton corps en ce moment même. La gorge, le centre de la poitrine et le bas du ventre juste en dessous du nombril.

Ce sont ces trois zones que Jésus touchait, activait, libérait dans ses guérisons. Et ce sont ces trois zones qui lorsqu'elles sont bloquées laissent la maladie s'installer, se consolider, durer. Commence à observer en toi ces trois endroits pendant que tu écoutes. Sens s'il y a de la tension dans la gorge.

Sens le poids que tu portes peut-être dans la poitrine. Sens si tu arrives vraiment à descendre dans le bas du ventre ou si tu flottes au-dessus de ton propre corps. Ces sensations sont des informations et cet enseignement va t'apprendre quoi en faire. Le premier point, c'est la gorge. Le creux juste au-dessus du sternum en là où les deux clavicules se rejoignent presque.

Ce point mou que tu peux toucher maintenant si tu poses deux doigts. Là, dans l'Évangile de Marc au chapitre 7, un homme sourd et muet est amené à Jésus. Et voici ce que dit le texte. Jésus le prit à l'écart loin de la foule, lui mit les doigts dans les oreilles et après avoir craché lui toucha la langue.

Il leva les yeux au ciel, soupira et dit : "Efatta, c'est-à-dire ouvre-toi." Et aussitôt les oreilles de cet homme s'ouvrirent et sa langue se délia. Pourquoi l'écarté de la foule ? Pourquoi ce contact précis avec la zone de la gorge et des oreilles ? Pourquoi se soupir avant la parole ? Parce que Jésus savait que la guérison commence là, dans cette zone, dans ce premier point.

La gorge est le passage entre ton monde intérieur et le monde extérieur. C'est le lieu de la parole en de l'expression de la vérité qui cherche à sortir. Et dans ce passage, des années de choses retenues peuvent s'accumuler comme une boue épaisse qui finit par bloquer le flux vital. Pense à tout ce que tu as retenu dans ta vie, les vérités que tu n'as pas dites parce que ce n'était pas le bon moment.

Parce que tu avais peur de la réaction des autres. Parce que tu ne savais pas si tu avais le droit de les dire. Les colères que tu as avalé pour maintenir la paix, les douleurs que tu as tues pour ne pas paraître faible, les questions que tu n'as même jamais osé poser à Dieu parce qu'une voix intérieure te disait que ce n'était pas permis. Tout ça ne disparaît pas.

Ça reste là dans cette zone et progressivement ça étouffe. L'apôtre Jacques l'écrit avec une précision qui devrait arrêter. Il dit confessez vos péchés les uns aux autres et priez les uns pour les autres afin que vous soyez guéris. Jacques relie directement la guérison à la parole libérée, à ce qui est dit, à ce qui est nommé, à la vérité sortie de l'ombre.

Ce n'est pas une invitation pieuse abstraite, c'est une description du mécanisme réel de la guérison. Quand le premier point se bloque, le corps commence à envoyer des signaux. Les tensions dans le cou qui ne partent jamais vraiment. Ce nœud dans la gorge qui revient avant chaque conversation difficile.

Cette voix qui se brise dans les moments d'émotion forte. La mâchoire serrée le matin au réveil. Ces signaux ne sont pas des hasards, ce sont des messages. Ton corps te dit exactement où le blocage se trouve. Et voici ce qui est remarquable. Quand tu ouvres ce premier point, tu peux le sentir physiquement. Les épaules qui descendent d'un coup, la mâchoire qui se desserre, une respiration qui arrive enfin jusqu'au fond des poumons comme si une main invisible venait de relâcher sa prise.

Cette légèreté dans la gorge, après avoir dit à voix haute quelque chose que tu portais en silence depuis trop longtemps. C'est le premier point qui s'ouvre, c'est le premier souffle. Mais le blocage dans la gorge n'est que l'entrée parce qu'en dessous, il y a quelque chose de bien plus lourd.

Le deuxième point est au centre de la poitrine. Ce point précis entre le sternum et le cœur. Là où tu ressens une oppression quand tu es accablé. Là où quelque chose se serre et se ferme quand tu gardes quelque chose contre quelqu'un depuis trop longtemps. Là où la douleur s'installe quand on t'a trahi.

La scène la plus saisissante du Nouveau Testament sur ce sujet se trouve dans l'Évangile de Luc au chapitre 8. Une femme qui saigne depuis 12 ans. 12 ans d'exclusion, 12 ans de honte porté en silence dans un monde où sa condition la rendait impure aux yeux de tous. Elle a tout dépensé en médecin. Résultat rien. Pire que rien.

Alors, elle fait quelque chose d'extraordinaire. Elle se glisse dans la foule dense qui entoure Jésus. Elle n'essaie pas de le voir. Elle n'essaie pas de lui parler. Elle tend juste la main discrètement tremblante et touche l'ourlet de son vêtement. Et le saignement s'arrête immédiatement. Jésus s'arrête net et dit "Quelqu'un m'a touché car j'ai senti qu'une force était sortie de moi.

" Et quand la femme s'avance en tremblant, craignant d'être grondée, il lui dit avec une douceur qui doit avoir traversé toute la foule : "Ma fille, ta foi t'a guéri. Va en paix. Ta foi t'a guéri. Pas le toucher, pas le vêtement, la foi. Ce mouvement intérieur par lequel elle avait décidé contre toute logique que quelque chose était encore possible pour elle.

Malgré les 12 années d'échec, malgré la honte, malgré la voix intérieure qui lui soufflait, qu'elle ne méritait plus d'espérer. Et le deuxième [musique] point, le centre de la poitrine. C'est précisément là que cette foi réside ou qu'elle est enfouie. Parce que ce qui bloque le deuxième point, ce n'est généralement pas le manque de connaissance spirituelle.

Ce n'est pas le manque de prière ou de lecture biblique. C'est quelque chose de beaucoup plus intime et de beaucoup plus difficile à regarder en face. C'est l'amertume. Les rancœurs non réglés. C'est poids que tu continues de porter contre quelqu'un. Un parent qui ne t'a pas donné ce dont tu avais besoin.

Un ami qui t'a trahi au pire moment. Une institution qui t'a blessé au nom de Dieu. Ces personnes dont le visage surgit immédiatement dans ton esprit quand tu entends le mot pardon. L'Épître aux Hébreux le dit avec une image qui devrait arrêter nette. Veillez à ce que personne ne se prive de la grâce de Dieu, à ce qu'aucune racine d'amertume ne pousse et ne cause du trouble. Une racine.

L'image est parfaite. Une racine qui pousse dans l'obscurité, invisible depuis la surface, qui s'étend silencieusement dans le sol de ton cœur et qui finit par affecter tout ce qui pousse au-dessus. Tes relations, ta joie, ta santé, ton rapport à Dieu, ta capacité à recevoir ce qu'il veut te donner.

Et une racine se voit pas depuis la surface. C'est là tout son danger. Tu peux aller à l'église chaque dimanche, prier chaque matin, lire ta Bible chaque soir et avoir une racine d'amertume qui pousse dans le noir depuis des années. Personne ne le sait, pas même toi complètement. Mais ton corps lui le sait depuis longtemps. Les tensions chroniques dans la poitrine, cette oppression qui revient sans cause apparente, la fatigue profonde qui s'installe sans [musique] explication médicale.

Cette difficulté à respirer vraiment profondément dans les moments de stress. Ce sont les signaux que le deuxième point envoie quand il est sous une pression qu'il ne peut plus absorber. Jésus le dit directement dans l'Évangile de Marc au chapitre 11. Lorsque vous priez, si vous avez quelque chose contre quelqu'un, pardonnez afin que votre Père qui est dans les cieux vous pardonne aussi vos offenses.

Ce n'est pas une condition morale arbitraire imposée par un Dieu sévère. C'est une description précise de comment la grâce circule. Tant que tu portes ce que tu n'as pas pardonné, une partie de toi reste fermée à la guérison. Pas parce que Dieu refuse de te guérir, mais parce que tu as sans le vouloir sceller la porte d'entrée avec ce poids que tu refuses de lâcher.

Et quand tu le fais vraiment, pas en surface, pas comme une formule récitée, mais au fond de toi, dans cet endroit douloureux que tu évites depuis trop longtemps. Tu le ressens physiquement, cette chaleur qui monte dans la poitrine, ce poids qui se soulève, cette expansion dans les côtes comme si quelqu'un ouvrait une fenêtre dans une pièce longtemps fermée.

C'est le deuxième point qui respire à nouveau. Mais sans le troisième, les deux premiers ne peuvent pas tenir. Le troisième point est la fondation et c'est celui [musique] que les traditions religieuses n'enseignent presque jamais, même s'il est clairement là dans les textes. Trois doigts en dessous du nombril, la zone [musique] du basventre, le centre de gravité physique réel de ton corps.

L'endroit que la médecine contemporaine appelle aujourd'hui le deuxième cerveau. ce réseau de 500 millions de neurones qui régulent tes émotions, ton système immunitaire, ta digestion, ta capacité à te sentir en sécurité dans ta propre peau. Jésus le nomme directement dans l'Évangile de Jean au

chapitre 7. Il est debout au milieu d'une foule immense et il crie si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi et qu'il boive.

Celui qui croit en moi, des fleuves d'eau vives couleront de son sein. Le mot grec dans ce verset traduit par saint, c'est coelia. Ce mot désigne littéralement le ventre, les entrailles, le bas du corps. Ce n'est pas une image abstraite, c'est anatomique. Des fleuves d'eau vives qui jaillissent depuis les profondeurs du ventre.

Ce troisième point gouverne quelque chose que la plupart des croyants n'ont jamais été amenés à nommer. L'ancrage, la capacité à être présent, la sécurité intérieure qui ne dépend pas des circonstances extérieures. Ce sentiment fondamental d'être à sa place dans sa propre vie, dans son propre corps, dans le moment présent.

C'est différent de la foi intellectuelle. On peut croire doctrinalement en la souveraineté de Dieu et ne pas se sentir en sécurité dans son corps pour autant. On peut connaître les versets sur le repos en Christ et vivre dans une anxiété de fond permanente qui colore chaque heure de chaque journée. Quand ce troisième point est bloqué et il l'est pour une majorité de personnes aujourd'hui, tu vis comme si tu flottais légèrement au-dessus de ta propre existence.

Tu fais les choses mais tu ne les ressens pas. vraiment. Tu parles aux gens mais tu n'es pas vraiment là derrière les mots. Tu pries mais tu n'arrives pas à descendre dans quelque chose de [musique] stable et de profond. Tu restes à la surface de ta propre vie. Jésus illustre ce danger dans la parabole du semeur.

Les graines qui tombent sur la roche germent vite, brillamment, avec enthousiasme. Mais sous la surface, les racines ne trouvent nulle part où s'enfoncer. Et quand les difficultés arrivent, elle se dessèche, un pas parce que la plante était mauvaise, parce qu'il n'y avait pas de profondeur de terre.

L'antidote à l'anxiété chronique dans les écritures n'est pas de penser différemment, c'est de s'encren différemment. Paul l'a écrit depuis sa cellule de prison à Philippe. Ne vous inquiétez [musique] de rien, mais en toute chose, faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications avec des actions de grâce.

Et la paix de Dieu qui surpasse toute intelligence gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ. La paix qui surpasse toute intelligence, elle ne vient pas de comprendre. Elle ne vient pas d'analyser correctement ta situation. Elle vient de t'ancrer dans quelque chose qui est infiniment plus stable que tes circonstance.

Et quand ce troisième point s'ouvre, tu peux le sentir physiquement. cette chaleur dans le bas ventre, cette pesanteur stable et rassurante dans le bassin, dans les hanches, dans les jambes, ce sentiment de fondation comme si tes pieds touchaient vraiment le sol pour la première fois depuis longtemps. Comme si tu avais enfin le droit d'être là, d'exister, de prendre de la place dans ta propre vie.

Voilà ce que le motif des guérisons de Jésus révèle. Ces trois points ne fonctionnent pas séparément. Il forment un circuit vivant qui traverse le corps humain de la gorge jusqu'au ventre. La gorge reçoit et libère. La poitrine transforme et ouvre. Le bas ventre ancre et stabilise. Ensemble, il constitue ce que Paul appelle l'homme tout entier dans sa première lettre au Thessalonicien.

L'esprit, l'âme et le corps. C'est pour ça que certaines personnes prient depuis des années sans voir

de changement physique réel. Pas parce que Dieu ne répond pas, parce qu'elle travaille sur un seul point en laissant les deux autres fermés. Le circuit est interrompu et un circuit interrompu ne laisse rien passer.

Tes prières, ta foi, la grâce de Dieu, c'est l'eau. Les trois points sont le cours de la rivière. Et quand le cours est ouvert du début à la fin, la guérison ne demande pas d'effort. Elle coule naturellement, elle trouve son chemin. Maintenant vient ce qui dépasse les mots. Ce qui suit n'est pas à écouter distraitement, c'est à vivre dans ton corps en ce moment même.

§

Arrête tout ce que tu faisais. Assied-toi vraiment. Pose les deux pieds bien à plat sur le sol. pas croisé, pas replié sous toi, bien à plat avec une légère pression dans la plante des pieds contre le sol sans ce contact, ce sol sous tes pieds. Cette réalité physique et concrète, ferme les yeux. Prends une première respiration profonde et lente par le nez.

Laisse l'air descendre non pas dans la poitrine, mais dans le ventre. Sens le ventre qui se gonfle vers l'avant comme un ballon. Garde l'air 2 secondes puis libère lentement par la bouche complètement jusqu'au dernier souffle. Laisse les épaules tomber en même temps que l'air sort. Maintenant, [musique] place ta main droite sur ta gorge juste comme ça, sans forcer.

Sens la chaleur de ta paume sur ta peau. Sens le mouvement subtil de ta gorge à chaque respiration. Et dans cet espace silencieux, dis à Dieu ce que tu n'as jamais vraiment dit. Pas une prière formelle au mot choisi avec soin. Quelque chose de brut et de vrai. Une peur que tu portes depuis des mois. Une colère contre lui que tu as retenu parce que tu ne savais pas si c'était permis d'être en colère contre Dieu. Une honte que tu n'as jamais nommé à voix haute, même seule. Une question que tu n'as jamais osé poser parce que tu avais peur de la réponse. Dis-la maintenant dans ce silence. Remarque ce qui se passe dans ta gorge pendant que tu le fais.

La légère chaleur qui commence à irradier sous ta paume. Cette respiration qui arrive un peu plus loin que d'habitude. Peut-être l'envie de pleurer qui monte. Peut-être un soupir qui sort plus profond que les autres. Ce sont les signaux que le premier point répond. Maintenant, descends lentement ta main vers le centre de ta poitrine.

Respire une nouvelle fois. Profondément, lentement. et laisse venir les visages, ceux que tu n'as pas encore vraiment pardonné dans la profondeur de ton cœur. Ne force rien, laisse-les simplement arriver et dis silencieusement ou à voix très basse : "Je choisis de poser ce poids. Je ne peux pas le faire seul, mais je le choisis.

Aide-moi à lâcher ce que je porte contre cette personne, pas pour eux, pour toi. Observe la sensation dans la poitrine pendant ces mots. Cette légère pression qui se libère, cette expansion dans les côtes, cette respiration qui va un peu plus loin que d'habitude, comme si une porte intérieure venait de s'entrouvrir.

C'est le deuxième point qui respire à nouveau. Et maintenant, descends une dernière fois. Pose ta main sur le bas ventre, trois doigts en dessous du nombril. Respire vers cet endroit profondément comme si l'air voulait descendre jusque sous ta paume. Et dis à [musique] voix haute : "Se même si c'est à peine un murmure. Je suis enfant de Dieu.

Je suis en sécurité. Je suis à ma place ici maintenant dans ce corps, dans cette vie. Ce n'est pas de l'autosuggestion. C'est de la confession. Tu dis ce que Dieu dit déjà sur toi. Tu ramènes dans le

corps une vérité que l'esprit connaît mais que les cellules n'ont pas encore intégré. Observe la chaleur dans le bas ventre.

Cette pesanteur stable et rassurante qui s'installe dans le bassin. Ce sentiment étrange et doux, presque étranger parce que tu l'as oublié depuis longtemps d'arriver quelque part, de poser un fardeau invisible que tu portais sans même savoir que tu le portais. Trois respirations profondes pour fermer et sans le circuit.

Gorge, poitrine, ventre, une ligne vivante qui traverse ton corps de haut en bas, qui relie ta parole à ton amour, à ton ancrage, qui tu viens de faire en quelques [musique] minutes ce que Jésus activait dans ses guérisons. Tu as ouvert les trois portes. Et si tu reviens à cette pratique chaque soir pendant 7 jours, pas comme une discipline écrasante, juste comme un rendez-vous avec toi-même et avec Dieu, quelque chose va changer.

Des nuits plus profondes et plus réparatrices, des tensions chroniques qui commencent à se dénouer dans le cou, les épaules, le bas du dos. Une clarté nouvelle dans des décisions que tu remettais depuis des semaines, une présence dans tes conversations que tu n'avais plus depuis longtemps. Ce n'est pas une promesse de guérison instantanée de toute chose.

C'est quelque chose de plus fondamental. C'est un corps et une âme qui retrouve leur fonctionnement naturel parce que ce qui bloquait la circulation a été retiré. Jésus l'a dit dans l'Évangile de Jean au chapitre 10. Il est venu pour que tu aies la vie et que tu l'aies en abondance. Pas une vie à moitié vécue.

Une vie pleine, ancrée, ouverte, qui coule depuis les profondeurs comme des fleuves d'eau vives. Dans les commentaires, écrit juste ces quatre mots. Mon corps se souvient pas parce que c'est une formule, parce que mettre cette vérité par écrit crée un ancrage réel. Et parce que quelqu'un d'autre qui lira ce commentaire dans quelques jours, quelqu'un qui doute encore, ces mots pourraient être exactement le signal qu'il attendait.

Ce soir, avant de fermer les yeux, assied-toi au bord de ton lit. Trois points, trois respirations chacun, moins de 5 minutes. Ton corps sait déjà comment guérir. Il attendait juste que tu lui rouvres la porte. Les trois points sont en toi. Ils ont toujours été là. Ce soir, tu les ouvres.

Chaîne Youtube Etheria

<https://youtu.be/aICQMYCJ4ac?si=Y-qHC8BgcqgqbuOa>