

ARIANE DELAFONTAINE

# Plaidoyer pour la Terre

et ses occupants

Toute reproduction, même partielle, est interdite  
sans autorisation écrite de l'auteur

© 2016

## PLAIDOYER POUR LA TERRE

S'il n'y avait pas que les automobiles, les industries chimiques et autres qui polluent la Terre et la détruisent. Si toutes nos émissions de pensées négatives, haine, déprime, médisances et méchancetés étaient aussi en cause. Et s'il fallait aussi réduire notre production de «gaz d'échappement» soit la colère, on pourrait éliminer l'agent propulseur de notre aérosol mental plein de pensées négatives. On pourrait aussi ôter nos couches d'emballages superflues, afin d'entendre ce que dit l'autre. On devrait aussi enlever notre «sac en plastique» ou le rendre bio-dégradable, afin d'être un peu plus perméable aux besoins de l'autre et de l'humanité.

## EXPLICATION DE LA COUVERTURE

*«Les Grands Initiés disent que l'aura mentale de la Terre est tellement sombre puisqu'elle renferme toutes les émissions de nos pensées négatives accumulées depuis le début de l'histoire. Cette radiation est extrêmement basse. Dans ce champ de forces s'entendent encore les clameurs désespérées, les imprécations des mourants de toutes les guerres cruelles entreprises par l'humanité. Les vibrations de nature hautement spirituelle ne sont pas suffisantes pour contrebalancer les ondes négatives. La mémoire de notre «Mère-Nature» enregistre tout ce qui se passe, et rien ne peut s'effacer. La vue de cette maléfique enveloppe est terrifiante.*

*Les dernières découvertes scientifiques ont démontré l'importance de la pensée humaine sur la sensibilité des plantes. Si une fleur peut se faner en présence de la colère, l'ensemble de la planète ne peut-il pas tomber irrémédiablement malade sous l'effet de la haine globalement répandue?»*

«Andrew Thomas»

L'aura de la Terre est actuellement formée de couleurs foncées et sales (noir, gris, brun, rouge foncé) qui traduisent les négativités. Elle devrait devenir de plus en plus claire, pure et lumineuse à mesure que le bien, les vibrations mentales positives, la paix et l'harmonie s'installeront sur la Terre et ainsi purifieront son aura.

Préface de  
Masquey de Luss

Si chaque être humain  
émettait des pensées  
d'amour - vis à vis  
des autres hommes  
des animaux, des  
végétaux -

La terre serait  
en meilleure santé.  
L'amour serait dans  
chaque science -

Dans chaque paquette  
de main -

Les frontières ne  
sépareraient pas -

les rases auraient 1

parfum plein de tendresse  
Le soleil irradiant  
des vibrations spirituelles

Pour atteindre cette  
état de SANTE  
terrestre - Savez-vous  
combien de temps  
tous les jours -  
vous dormez tous?

1 SECONDE

*«Si je peux être optimiste aujourd'hui, moi qui me croyais perdu et me tenais pour le plus indigne et le plus inadéquat de tous les hommes, soyez assuré qu'il y a de l'espoir pour vous aussi.»*

D<sup>r</sup> Gérald Jampolski

## AVERTISSEMENT AUX LECTEURS

Ce texte est une sorte de lettre ouverte à moi-même. C'est un défi que je me lance afin d'essayer d'élever mon niveau de conscience et de transformer mon mental bouillonnant de critiques. Je souhaite que dans cette lecture, tu y découvres quelques bons conseils et que ton âme réagisse. Elle n'attendait que ça d'ailleurs! Tout comme la mienne!..

Tout ce qui est consigné dans ces pages est le fruit de nombreuses heures de lecture, de séminaires, d'analyse transpersonnelle.

J'ai eu la chance d'être guidée vers des êtres qui m'ont aidée à découvrir ma lumière intérieure. Evidemment ces prises de conscience n'engagent que moi et ma courte expérience. Mais j'essaie et je travaille à cette amélioration, afin d'apporter ma modeste contribution à l'avenir de notre planète Terre.

Cherche à découvrir ton propre chemin et ta lumière intérieure. Ce sera ta contribution à l'avenir de l'Humanité.

Je te souhaite de trouver la Paix et l'Harmonie en toi.

Si j'ai finalement décidé de diffuser ce texte, c'est parce que je me suis rendu compte que tout le monde n'avait pas la possibilité de s'offrir des dizaines de livres dont la lecture souvent ardue ou hermétique malgré la valeur du message contenu, décourage très vite le lecteur. De même que tout le monde n'a pas la possibilité de consacrer des week-ends entiers et des semaines de vacances pour participer à des séminaires de connaissance de soi et autres disciplines!

Finalement, pourquoi ne pas résumer le tout et en faire profiter les autres? Tout ce qui est expliqué dans les pages qui suivent est le reflet de ma propre expérience et j'ai expérimenté et tenté de mettre en pratique les enseignements reçus.

*Il y a des jours où l'on n'est plus personne!*

Alors rapelles-toi qui tu es et d'où tu viens! Tu dis toi-même avoir la nostalgie et le souvenir d'une époque merveilleuse où tout était facile, beau et pur. Tu dis et ressens que de nos jours «tout» est dur, laid, faux, sale et pourri. La société et la vie ne sont plus ce qu'elles étaient.

Ne crois-tu pas que c'est tout simplement le souvenir de l'authenticité d'un autre monde où nous avons été créés, d'où nous sommes venus pour nous incarner dans la matière?..

Cet ailleurs ne peut donc être que: Harmonie puisque de là est aussi née la Terre avec sa nature splendide et généreuse. Tu le sais aussi bien que moi, tu parles sans doute mieux que moi de la grandeur d'un paysage, de la majesté de la montagne, de la beauté des fleurs et des arbres, de la limpidité de l'eau, de la chaleur réconfortante du feu, de la générosité de la Terre, mère de tant de splendeurs, de l'air invisible mais pourtant bien présent puisque vital.

Et les animaux! Toi qui les comprends si bien! Tu admires l'élégance de leur forme, la puissance de leur course, tu ressens leur amour inconditionnel, tu aimes leur tolérance, leur non-jugement...

Alors parmi toutes ces créations harmonieuses et équilibrées, il n'y aurait donc que l'homme et surtout toi qui sois un raté, qui soit moche et qui ne serve à rien?..

Ce n'est pas possible. Alors regarde-toi en face et analyse, mais surtout ne te critique pas (l'analyse est objective, la critique, elle, est destructrice).

Il paraît que l'homme est supérieur car il est seul à jouir de son libre arbitre. Donc d'une liberté totale de pensée et d'action. Et qu'en a-t-il fait? Il se dévalorise par ses actes et ses pensées et du coup démolit tout autour de lui. Puisqu'il ne respecte pas l'homme il ne se respecte pas lui-même, il ne respecte donc pas la nature et en quelque sorte renie la beauté et la pureté de la Création. Puis lorsqu'il a tout sali autour de lui, il se lamente, déprime et se révolte en disant que la vie n'a pas de sens et qu'il ne sert à rien... Si nous prenions exemple sur la nature.

As-t'on jamais vu une fleur, un arbre, un légume crier sa révolte et sa peur de la mort? Non, tout est acceptation et recommencement malgré des conditions difficiles, chacun continue à remplir son rôle à la perfection. Jusqu'à ce que l'homme un jour le coupe et le tue pour orner sa maison, la chauffer ou s'en nourrir. Sans penser un seul instant que la nature donne sa vie à l'homme pour son confort et son bien-être vital... Mea culpa! N'est-ce-pas?

Je crois que si on voulait bien accepter notre rôle personnel avec cette même humilité, nous aurions la certitude d'être un élément vital de la Terre et de l'Humanité, nous trouverions tous notre place et serions certains de notre utilité, de notre beauté et de notre grandeur. Alors nous oserions nous aimer comme nous aimons nos amis, nos enfants, notre animal favori, et admirer la créature de Dieu comme nous admirons la beauté du soleil couchant!

Ecoute les paroles de cette chanson de Françoise Hardy: «*Mon Amie la Rose*». Elle est vérité!

#### MON AMIE LA ROSE

*On est bien peu de chose  
Et mon Amie la Rose  
Me l'a dit ce matin*

*A l'aube je suis née  
Baptisée de rosée  
Me suis épanouie  
Heureuse et amoureuse  
Aux rayons du Soleil  
Me suis fermée la nuit  
Me suis réveillée vieille  
Pourtant j'étais très belle  
Oui, j'étais la plus belle  
Des fleurs de ton jardin!*

*On est bien peu de chose  
C'est mon Amie la Rose  
Qui me l'a dit ce matin!*

*Vois le Dieu qui m'a faite  
Me fait courber la tête  
Et je sens que je tombe  
Et je sens que je tombe  
Mon cœur est presque nu  
J'ai le pied dans la tombe  
Déjà je ne suis plus  
Tu m'admirais hier  
Et je serai poussière  
Pour toujours, demain!*

*On est bien peu de chose  
Et mon Amie la Rose  
Est morte ce matin!*

*La Lune cette nuit  
A veillé mon Amie  
Moi, en rêve, j'ai vu  
Eblouissante et nue  
Son âme qui dansait  
Bien au-delà des nues  
Et qui me souriait!*

*Crois celui qui peut croire  
Moi, j'ai besoin d'espoir  
Sinon je ne suis rien  
Ou bien si peu de chose  
C'est mon Amie la Rose  
Qui me l'a dit ce matin!*

### *La responsabilité de chacun!*

Par la loi des similitudes et des attirances, chaque pensée émise par l'homme part dans l'astral et rejoint ses sœurs de même polarité, donc positive ou négative. Ce qui veut dire que depuis l'aube de l'humanité, toutes les pensées et actions négatives, critiques, colères, haine, souffrances, etc... ont été accumulées et enregistrées dans un gigantesque « nuage noir » ou égrégore entourant la Terre.

Toutes ces formes-pensées restent en suspens et se réalisent, au moment propice, dans des êtres nourrissant des desseins guerriers ou de destruction collective. Toutes les pensées positives ou négatives sillonnent la planète comme les ondes hertziennes. Nous sommes donc des récepteurs (radio, télévision, radar) et nous captons sans cesse et sans nous en rendre compte, toutes ces énergies bonnes ou mauvaises. Lorsque le réceptacle est impur, il laisse donc la porte ouverte à toutes sortes d'émotions négatives: peur, dépression, colère, impression de ne plus rien maîtriser!..

De même que toutes les énergies positives, humaines ou cosmiques, nous apportent dans un réceptacle purifié, ou réfractaire au négatif, paix, harmonie, confiance...

Nous sommes donc tous, du plus jeune au plus vieux, entièrement responsables de l'évolution et de l'équilibre de la planète! Et comme nous jouissons de notre libre arbitre, nous avons tout pouvoir pour ramener la paix et l'harmonie en décidant une fois pour toutes d'élever notre niveau de conscience en devenant honnête, tolérant, compatissant, croyant dans le Plan Divin, en surveillant nos pensées, paroles et actions. Comme nous avons tout pouvoir pour accroître encore et encore les forces négatives et guerrières en continuant à faire tout et n'importe quoi, en étant égoïste, et surtout en doutant du Créateur!

Les « Grands Initiés » disent que si l'homme fait un tiers du chemin, les deux-tiers restant sont pris en charge par Dieu et l'Univers. Alors qu'attendons-nous pour commencer?

C'est pourtant facile, il suffit d'un peu de bonne volonté! Et l'on s'en porte tout de suite mieux, car les pensées négatives nous font mal et nous rendent tristes, alors que la plus petite pensée positive nous rend la joie et la paix intérieure.

### *Leçon d'anatomie*

Pour être allé à l'école, tu sais que le corps humain se compose de cellules regroupées en os, organes, membres, etc...

La Terre est, elle aussi, un être vivant, dont la nature et les hommes constituent les différentes cellules et organes.

Le système solaire est aussi un être vivant dont les organes sont constitués par les planètes, étoiles et autres composants.

L'Univers est aussi un être vivant composé des différents systèmes solaires et autres galaxies.

Nous sommes donc tous des atomes ou des cellules créés par Dieu, Etre Suprême, Créateur de l'Univers = Univers... Dieu!..

Nous sommes donc tous une infime parcelle du Créateur, nous sommes tous, sans exception, d'essence divine, donc tous égaux devant Dieu, malgré les apparences! La seule différence consiste dans le rôle dévolu à chacun: humanité, nature, terre, etc...

Je t'entends déjà me répondre:

«Si Dieu existait, il ne permettrait pas toutes ces abominations ni ma souffrance personnelle.»

Si Dieu a tiré toute la création de Lui-même, pourquoi voudrait-Il ensuite se détruire et donc se suicider, Lui: principe de vie par excellence! Cela n'a aucun sens, Il n'est pas sado-masochiste. Il est harmonie, pureté et perfection. Tout ce qu'Il a créé est parfaitement utile et programmé pour le bon fonctionnement et la survie de la globalité de la création.

L'homme, puisque d'essence divine, est créateur: enfants, les arts, inventions diverses, etc...

Mais il ne crée que des choses à son image et à son niveau de conscience actuel. Puisqu'il est complètement ancré dans la matière, et non dans le spirituel ou dans l'éther, il crée par exemple l'automobile: dont le moteur est composé de chambres de compression = les poumons, le réservoir = l'estomac, la tuyauterie = les intestins, les bielles et pistons = le cœur, les roues = les membres, les phares = les yeux, etc. Donc à son image! Plus il évolue en conscience, plus il s'ouvre à des découvertes et créations performantes.

Malheureusement, beaucoup de découvertes et d'inventions sont tombées dans les mains d'êtres inconscients qui les ont orientées de façon négative ou destructrice...

Je t'entends encore me dire: «Oui, c'est bien joli tout cela, mais Dieu je ne L'ai jamais vu, ou si je prie Il ne m'a jamais répondu.»

Et l'air que tu respirez, est-ce-que tu le vois? Non, et pourtant sans lui tu ne pourrais pas vivre!

Et les ondes hertziennes, les vois-tu? Non, mais tu passes beaucoup de temps devant ton poste de télévision et ce que tu y vois ou entends est pourtant bien réel... Et le téléphone et bien d'autres choses encore, tu ne les vois non plus! Et la Terre qui est ronde, et l'Australie, le Pôle Sud, le Pôle Nord, le Pacifique, l'Himalaya, les vois-tu d'où tu te trouves? Non, pourtant ils existent. Plus fort encore: quand tu étais un embryon, puis un fœtus dans le ventre de ta mère, tu ne la voyais pas non plus puisque tu étais dedans! C'est pourtant une réalité puisque tu es là! Et là, je cite un passage du livre *Message d'un bébé avant sa naissance*. Il s'agit d'une mère qui a pu communiquer télépathiquement avec son enfant durant la grossesse. Il lui a transmis des enseignements étonnants de sagesse et de vérité, dont celui-ci:

*«Maman, tu es pour moi la même chose que Dieu pour toi. Je ne te vois pas, donc je ne sais pas quelle est ton apparence extérieure parce que je suis au-dedans de toi. Ainsi je vis comme toi tu vis en Dieu, par Dieu et à partir de Dieu.»*

*» Toi aussi, tu vis en Dieu, ce qui t'entoure est l'intérieur de Lui, toi aussi tu appelles pour entendre Sa voix. Je perçois ta voix dans mon être intérieur, je ne peux t'accueillir que là. C'est au plus profond de ma poitrine que je me trouve moi-même. Et de la même façon, tu peux accueillir la voix de Dieu au plus profond de toi uniquement là où tu es en contact avec toi-même! »*

Moralité: il n'y a pas de besoin de voir pour croire!.. Il suffit de se centrer sur soi et écouter sa voix intérieure ou son intuition. Point n'est besoin de courir par monts et par vaux, de dévaliser les bibliothèques ou d'écouter tel ou tel gourou ou prédicateur. Tout est là dans notre cœur et dans notre conscience supérieure. Nous sommes donc notre propre église ou temple. Quelle richesse insoupçonnée!..

## LA SOLUTION

Que les hommes élèvent leur niveau de conscience.

## ET COMMENT FAIRE?

Il est vrai qu'au premier abord cela paraît insurmontable. Tu vas me dire: «Mais moi, qu'est-ce que j'y peux?» Je ne suis pas chef d'état, ni général, encore moins prêtre ou sage...

Non, mais c'est dans le plus petit acte de tous les jours que nous pouvons changer et nous purifier mentalement et corporellement. Si l'on se place en tant qu'observateur de soi-même et des situations vécues, il nous est facile et possible de reconnaître nos peurs, nos erreurs, nos lâchetés, nos mensonges, et j'en passe. Du haut de ton mirador ou conscience supérieure, tu vas observer et découvrir tes actions et pensées positives. Ne sommes-nous pas très heureux du sourire que nous avons fait à un inconnu dans la rue, ce qui nous a illuminé pour quelques instants. Et qui sait? Cette attention a probablement mis un peu de baume au cœur de ce personnage, qui peut-être se sent très seul, pas beau à regarder, malheureux...

Il y a aussi l'émotion et la joie que l'on a ressenties devant un ciel sans nuage, ou un beau paysage nimbé d'une clarté inhabituelle. Ou passant devant la devanture d'un fleuriste, nous avons aperçu le chatolement des fleurs multicolores. Alors une pensée ou une parole nous a échappé: «Mon Dieu que c'est beau!» Et puis dans un parking ou sur la route, quelqu'un nous a dépassé à grands coups de phares et de klaxon, et l'on s'est surpris à penser: il doit être très pressé pour agir de la sorte, au lieu de le traiter de «sale con». Ces petites choses, anodines en apparence, font que l'émission de nos pensées devient paisible donc positive. Eh oui, point n'est besoin d'actes de bravoure, ni d'être à la une des journaux.

Il y a un moyen tout simple qui ne prend que deux minutes par jour, c'est une toute petite prière ou une phrase à se dire intérieurement, par exemple: «Que la Paix libre s'installe sur la Terre, dans le cœur des hommes et dans le mien. Lumière, Amour, Harmonie, Vie.»

Cela te paraît dérisoire, n'est-ce-pas, qu'une si petite invocation puisse avoir de l'effet? Et bien sache que les «Grands Initiés» disent que si l'humanité toute entière priait ou méditait ensemble une seule seconde, la Terre changerait instantanément de vibration, et la Paix règnerait sur la planète entière.

Oui, mais comment réunir 4 milliards d'êtres ensemble?

Il suffirait qu'un tiers s'y mette!.. En augmentant la durée et l'intensité de la méditation, cela devient nettement plus réalisable... et l'Univers entier nous soutiendrait dans cet acte d'Amour total dont la Terre à un si grand besoin, car elle est la seule planète qui ait encore à l'heure actuelle des vibrations aussi basses.

Tu as déjà oublié que la Terre est un être vivant elle aussi! Peut-être qu'un jour, pour se soulager de toutes les souffrances que nous lui infligeons; pollution, bombe nucléaire, abattage systématique des forêts, empoisonnement de l'air et de l'eau, massacre des animaux, génocides de peuples entiers..., elle fera une gigantesque indigestion et elle nous vomira de toutes ses entrailles, à grandes coulées de lave. Elle se purifiera à grandes gerbes d'eau et de feu. C'est la seule thérapie possible dans son cas!..

Alors fais de la Terre ton amie et ta confidente. Quand tu l'écouteras te dire sa souffrance, tu ne pourras pas supporter son supplice tellement c'est abominable.

Tu vois, à moi aussi, il a fallu que quelqu'un me mette le nez dans mon «caca». Je n'avais pas réalisé à quel point j'étais concernée. Je croyais qu'en menant ma petite vie honnêtement, en travaillant le mieux possible, et surtout en ne m'occupant pas des autres, je ne devais rien à personne et désirais qu'on me «foute la paix» comme je «fichais la paix» aux autres. Et bien, je me suis «plantée»!

### *Encore une prise de conscience*

Quand tu te mets à table, as-tu déjà pensé un instant à ce bœuf, à ce cheval, à cet agneau ou à ce poisson qui est dans ton assiette? Et bien, imagine-le brouter paisiblement dans sa prairie, gambader avec ses copains. Et le poisson, imagine-le nager et se fondre dans les mille reflets de la rivière. Tu la vois, cette raie majestueuse ondoyer au-dessus des fonds marins, regarde les coraux aux couleurs merveilleuses, dans lesquels se baladent les crevettes et autres coquillages.

Et toi tu manges, que dis-je tu bouffes en regardant la télé!.. Tous ceux-là, me diras-tu, ont eu une vie normale et l'on doit bien mourir un jour!

Bon! Alors je vais te parler des animaux de boucherie comme on les nomme. Nés dans une boîte, vivant si l'on peut dire dans une boîte et vendus dans une boîte. Je ne te parlerai pas de toutes les autres atrocités: batteries de volailles, cochons en «cage», oies gavées, etc., tu n'aurais plus faim et ce serait dommage pour les légumes, le fromage et le dessert!

As-tu déjà vu la somme de travail qu'il faut pour cultiver un seul légume ou un seul fruit? Non! Tu habites un HLM alors tu es pardonnable. Alors, moi qui ai la chance d'habiter à la campagne et d'y avoir passé mon enfance, je vais te raconter! Nous sommes bien d'accord, la mécanisation agricole aide, mais tout de même! Je me souviens être passée un matin à côté d'un champ de choux. Il devait faire

quelque cinq milles mètres carrés, cela représente environ 35 000 choux. Il y avait deux saisonniers qui tenaient dans une main un petit seau contenant de l'antilimaces (elles aussi raffolent de la salade de chou blanc) et qui, de l'autre main mettaient quelques granulés dans chaque chou. Ils se sont partagé les 35 000 pincées et ceci pendant plusieurs jours d'affilée et dans la position accroupie. Passionnant comme travail, non? Le moins qu'on puisse dire, c'est qu'on n'en voit pas la fin! Et les planteurs de salades, sous un soleil de plomb, en plein mois d'août, assis sur le siège métallique inconfortable de la machine à repiquer les plantons de «pommées». A chaque coup de sonnette, toutes les 5 secondes environ, ils prennent un planton et le laissent tomber dans un petit entonnoir, la machine fait le reste. C'est à rêver la nuit de salades carillonnantes!

Et puis, en automne, des hommes et des femmes, les pieds englués de terre boueuse, engoncés dans des cirés jaunes, ressemblant à des pêcheurs de morues récoltent les légumes. La condensation fait de la buée autour de leur visage, les doigts sont gourds et gercés par le froid, les reins «sifflent» à force de se baisser et de se relever tant de fois. Souvent, il fait encore nuit, car la récolte doit être livrée avant sept heures au marché ou dans les grandes surfaces. Délai et fraîcheur oblige!..

Pour cette boîte de conserve d'abricots ou autre que tu as ouverte, à l'usine il y avait des dizaines de femmes à la chaîne pour les trier, enlever les feuilles, les fruits verveux ou trop mûrs... qualité oblige.

Et le vin que tu bois, la vendange se joue en quelques jours. Parfois, un orage de grêle éclate peu avant et toute la récolte est ravagée. Une année entière d'efforts est anéantie en quelques minutes, car il faut soigner et cultiver à la main chaque pied de vigne, et ceci tout au long de l'année pour qu'il produise ses fruits!..

Alors, il me semble qu'un petit «merci!» serait le bienvenu, histoire de respecter tous ceux qui ont contribué à ce repas!

### *Autocritique*

Ne m'en veux pas de ces paroles un peu moralisatrices, mais je le répète, je suis dans le même bain que tous ceux qui sont enlisés dans le confort et la facilité et qui malgré tout râlent sans cesse, du style: «J'en ai marre, ils sont tous heureux sauf moi, il n'y a personne qui me comprenne et qui m'aime. Ras le bol du métro, dodo, boulot. On ne peut jamais faire ce qu'on veut. Mon travail m'ennuie, la famille m'énerve, je suis toujours seule lorsque j'ai des ennuis. Les gens sont tous des crétins et je n'en ai rien à faire de leurs problèmes, car j'en ai assez pour mon compte..., etc.» Oh que voilà de belles pensées positives (humour noir).

Eh! Oh! Arrête un peu ton cinéma! Niveau spirituel et optimisme: ZÉRO!

A part ça, as-tu quelque chose qui va bien, quelque part? Ben... heu... ben... hum..?

Ah oui! Je suis en bonne santé, enfin presque. J'ai du travail, donc je peux manger, me vêtir et me loger ainsi que les miens... Ah, et puis il n'y a pas de guerre dans mon pays... et alentour. Au fait, alors, tout va bien!

Alors de quoi est-ce que je me plains, que me manque-t-il, et qu'est-ce que je cherche?

### *Découverte*

Ne te moque pas de moi... je crois que j'ai trouvé... mais je ne sais si j'ose le dire... Oh et puis allez, je me jette à l'eau: oui, c'est Dieu qui me manque! Mais enfin où est-Il, où se cache-t-Il? Montre-Le moi! Eh bien, je vais te raconter encore une autre histoire:

### *Légende*

*«Une vieille légende hindoue raconte qu'il y eut un temps où les hommes étaient des dieux. Mais ils abusèrent tellement de leur divinité que Brabma, le maître des dieux, décida de leur ôter le pouvoir divin et de le cacher à un endroit où il serait impossible de le retrouver. Le grand problème fut donc de lui trouver une cachette.*

*»Lorsque les dieux mineurs furent convoqués à un conseil pour résoudre ce problème, ils proposèrent ceci: «Enterrons la divinité de l'homme dans la terre» mais Brahma répondit: «Non, cela ne suffit pas, car l'homme creusera et la trouvera.» Alors les dieux répliquèrent: «Dans ce cas, jetons-la dans le plus profond de l'océan», mais Brahma répondit à nouveau: «Non, car tôt ou tard, l'homme explorera les profondeurs de tous les océans et il est certain qu'un jour, il la trouvera et la remontera à la surface.» Alors les dieux mineurs conclurent: «Nous ne savons pas où la cacher car il ne semble pas exister sur terre ou dans la mer d'endroit que l'homme ne puisse atteindre un jour. Alors Brahma dit: «Voici ce que nous allons faire de la divinité de l'homme: nous la cacherons au plus profond de lui-même, car c'est le seul endroit où il ne pensera jamais à la chercher.» Depuis ce temps-là, conclut la légende, l'homme a fait le tour de la Terre, il a exploré, escaladé, plongé et creusé à la recherche de quelque chose qui se trouve en lui!..»*

Lorsque l'homme est venu sur la Terre, il était tout imprégné des vibrations divines, la vie était donc facile et heureuse. Mais malheureusement, par son esprit de possession et de pouvoir, il est de plus en plus descendu dans la «matière», oubliant peu à peu le spirituel et son essence divine, pour finalement oublier de Qui il était issu. Il a donc renié Dieu en lui et est devenu DUALITÉ (deux). La dualité en nous est la cause de tous nos doutes, de toutes nos angoisses, de toutes nos peurs et de tous les défauts qui en découlent.

La tâche de l'être humain et le but de la venue sur Terre de chaque individu est donc de redécouvrir L'UNITÉ et de retrouver la connection à la source qui est Dieu, et qu'il doit accueillir et retrouver au plus profond de lui-même dans son cœur.

Toutes les épreuves, toutes les horreurs de ce monde, ainsi que toutes les maladies incurables et épidémies (lèpre, peste, cancer, sida...) sont là pour nous obliger à en prendre conscience.

«Tant que les hommes bafouèrent les lois divines, il y aura des guerres, des cataclysmes et des maladies incurables et des innocents périront.»

*Maguy Lebrun et Ety*

Tout ceci peut paraître extrêmement cruel, mais une fois de plus c'est l'homme qui le veut bien en reniant et combattant Dieu, et en détournant vers le mal et l'autosatisfaction les grandes possibilités qu'Il nous a offertes.

Il n'y a que dans la peine, les épreuves et la maladie que l'homme, perdu dans le dédale de ses problèmes appelle Dieu et finit par se souvenir de l'enseignement du Christ; de ce qu'Il a tenté de nous faire comprendre par son exemple. C'est-à-dire qu'un être fils ou fille de Dieu, permet de surmonter toutes les épreuves cruelles au nom de la vérité et de pardonner à TOUS ceux qui nous ont fait du mal par leur ignorance et leur inconscience. Ceci permettant d'habiter notre corps de lumière et d'entrer dans la vie éternelle ou résurrection.

Quand l'homme n'a plus aucune solution pour s'en sortir, au plus profond de sa détresse, alors il lâche prise. Lorsque, enfin, il cesse de combattre Dieu, il L'appelle et Lui demande de l'aide.

Mais il s'attend à recevoir un réconfort immédiat, ainsi qu'une solution efficace, matérielle ou morale. Et s'il ne la reçoit pas instantanément, il pense que tout cela n'est que fumisterie et renonce aussitôt à croire en «Dieu-c'est-quoi» (expression populaire, dont on a oublié le sens profond depuis longtemps).

Mais oui! DIEU SAIT QUOI! et non DIEU C'EST QUOI?

Il suffirait d'un peu de patience et d'un tout petit peu de confiance, et l'homme entendrait l'intuition qu'il ne veut pas écouter, puisqu'il ne se doute pas que cette petite voix intérieure c'est Dieu qui le guide ou lui fait sentir qu'il se trompe. Mais comme Dieu est amour et qu'Il nous a donné une âme, donc le libre-arbitre, Il ne nous juge pas. C'est pourquoi la décision à prendre nous revient entièrement! C'est pour cette raison que nous sommes si souvent déçus et avons l'impression d'être trompés et abandonnés!

Car l'homme reste finalement toute sa vie un enfant et attend l'assentiment de ses parents pour oser agir... Sans cette sécurité, l'homme se sent petit et vulnérable et doute... S'il voulait bien considérer que Dieu représente Père et Mère en un, il trouverait la protection qui lui manque!

## *A la recherche de l'unité*

Lorsque l'homme n'a pas encore la foi totale et s'il ne ressent pas l'Essence divine en lui, ou qu'il n'en est pas encore conscient (comme le commun des mortels), les anges gardiens ou les guides l'aident et le protègent sans qu'il le sache. Ce sont eux qui, lorsqu'il y a une question importante à résoudre, envoient la réponse sous forme d'intuitions, d'idées, ou tout simplement en lui faisant rencontrer quelqu'un qui lui parle du sujet qui le préoccupe, il peut aussi tomber «par hasard» sur un livre, une émission, un article où il trouve la réponse.

Tu vas peut-être me dire, mais moi, ça fait des semaines, des mois ou des années que je cherche la réponse. Il y a une chose à laquelle tu n'as pas pensé: tout est une question de temps! Le temps travaille pour nous. Mais le temps créé par l'homme et qu'il conçoit, se définit à peu près par la durée d'une vie humaine. Soit en années, mois, heures, minutes, secondes et maintenant dixième, centième et bientôt millième de seconde. Face au temps cosmique, ce n'est qu'une goutte d'eau dans l'océan. Car un an ou un siècle est un éclair face au temps sidéral (des étoiles). Le temps est une illusion. Evidemment, nous qui départageons les concurrents d'une compétition à un centième de seconde, nous avons de la peine à admettre que face au temps cosmique, ils sont tous des champions mondiaux du premier au dernier! Du coup, c'est vrai que nous sommes tous égaux!..



## DEUXIÈME PARTIE

Si tout cela t'a intéressé, t'a touché au fond de toi-même, alors je pense que tu as envie de mieux comprendre ce qui entrave ton évolution et te barre le chemin vers la Lumière. Voici quelques explications qui m'ont été profitables, car ce sont des problèmes auxquels chacun pratiquement se trouve confronté une fois ou l'autre. Ces concepts m'ont permis de comprendre beaucoup de mes blocages et difficultés et m'ont libérée, me faisant faire les prises de conscience nécessaires à la vision réelle de ma petite personne. Je reconnais que je ne suis pas toujours fière de ce que j'ai trouvé, mais au moins lorsque on met le doigt dessus, cela permet de comprendre et d'essayer de transformer notre vision des choses. Cela permet aussi d'oser avouer qu'il n'y a pas que les autres qui sont imparfaits. Car l'être humain a la fâcheuse tendance à se croire victime des autres alors qu'il n'est victime que de lui-même... Il faut cesser d'accuser les autres de tous nos maux et comprendre que chaque être humain est unique, qu'il a sa voie, son rôle à jouer. Il a ses défauts et surtout ses grandes qualités à découvrir afin de réaliser l'unité en lui et avec le Divin. Mais chacun patauge à sa façon...

Dans la deuxième partie, je ne vais te parler que du négatif, pas par pessimisme mais parce que nos qualités et ce qui va bien ne nous causent pas de difficultés, ou presque. Alors que ce qui va mal ou nos imperfections nous créent beaucoup d'obstacles souvent très difficiles à surmonter.

*Il est évident :*

que nous devons aussi prendre conscience de nos côtés positifs, les cultiver pour les renforcer et les perfectionner de plus en plus.

Il est important d'apprendre à nous aimer tels que nous sommes, sans nous autocritiquer et nous autodétruire sans cesse. Chaque être humain est unique et possède au moins une qualité complémentaire de celles des autres, car chaque homme représente une cellule de Dieu. Et l'on sait bien que chaque cellule, même parmi des milliers, est indispensable au bon fonctionnement de l'organisme. Chaque cellule ou chaque groupe de cellules de même fonction contribuent à l'ensemble. Chaque être qui s'applique à devenir lui-même sans se laisser mener par les concepts humains, contribue à l'élévation collective de la conscience humaine.

C'est pourquoi, chaque être humain, du plus jeune au plus vieux, du plus ignorant au plus savant, du plus modeste au plus riche, a sa place et son rôle sur terre. Il est donc indispensable à l'humanité. Même les plus mauvais ont leur « utilité » car ce sont eux qui nous font prendre conscience du bien et du mal, par la vision des atrocités que le mal et la violence font subir à l'humanité tout entière. Ce n'est qu'avec ce genre d'exemple que certains réalisent l'importance de cultiver le bien, la paix et comprennent qu'il n'y a que l'amour, la tolérance et le pardon qui puissent tout transformer.

Toutes les épreuves personnelles ou mondiales sont là pour nous obliger à devenir des êtres évolués et conscients de l'importance de cultiver et de ne laisser parler en nous que le positif. C'est la seule façon de réaliser l'union avec Dieu pour retrouver notre essence divine, pour enfin être Paix, Amour, Harmonie et pour que la terre entière le devienne aussi, afin de réussir son initiation spirituelle. L'homme devient amour lorsqu'il le découvre sous forme d'amour de la nature, de la beauté, de la pureté, de la vérité, de la sagesse, de son prochain, de la musique et sous bien d'autres formes encore... donc de toutes les créations de Dieu.

Alors, attache-toi à découvrir toutes les beautés qui se cachent en toi et découvre aussi toutes les beautés cachées dans les autres. Ne te fie pas aux apparences, regarde l'âme de la personne. Tu découvriras alors de merveilleuses qualités, des actes d'amour, de générosité. Tu apprendras aussi le pardon, la tolérance et la compassion. Tu verras

que tu es aussi tout cela puisque notre propre image est réfléchi par l'autre. Tu as toutes ces beautés enfouies tout au fond de toi, mais par pudeur ou par crainte, tu n'oses les exprimer et les vivre. Tu découvriras alors enfin ton âme et tu seras émerveillé de sa sagesse, de sa grandeur et de sa beauté. Apprends à lâcher prise, à faire confiance dans le plan divin dont tu fais partie ou en ton destin. Ne te rebiffe pas, ne te démoralise pas lorsque des obstacles te barrent le chemin, tout ce qui arrive est prévu par notre âme. Elle sait la raison profonde et l'utilité de ce qui arrive (évolution) et connaît très bien nos limites. Ce ne sont que des «examens» pour tester nos connaissances et la prise de conscience de nos expériences passées. Tant que nous n'avons pas compris la leçon, notre âme ou notre subconscient nous remet devant les mêmes difficultés. Nous sommes donc complètement responsables de nos épreuves et il n'y a pas à accuser qui que ce soit!.. Rappelle-toi: «Il n'y a rien de ce qui nous est envoyé que nous ne puissions surmonter», sinon, ce serait l'échec et ce n'est pas le but, puisque chacun de nous a l'opportunité de se réaliser et d'ÊTRE au prix d'une expérience de vie terrestre. C'est même un privilège que nous avons!.. Il y a des milliers d'âmes encore non incarnées qui attendent impatiemment de venir expérimenter une vie sur terre, car c'est une étape essentielle pour leur évolution et élévation spirituelle!..

Et maintenant tu sais qui tu es, tu as bien vu toutes tes erreurs et tes blocages. Surtout ne te juge pas, ne te culpabilise pas et n'aie pas honte de toi. Sois heureux de ces expériences qui vont te montrer la différence entre le positif et le négatif. Ils sont indispensables et n'existent pas l'un sans l'autre, tout comme le féminin et le masculin, le yin et le yang. Dégage le positif de chaque expérience, même désastreuse, et essaie de faire mieux la prochaine fois. Tourne-toi vers Lui, il n'y a que Dieu qui sache ce que tu es et pourquoi. Il connaît toutes tes erreurs, mais dans son amour pur Il ne te juge pas et se réjouit des épreuves que ton âme s'est choisie pour te faire grandir. Même si, en cours de route, tu te perds et doutes de Lui, Il continue à te regarder et à te donner la chance de Le retrouver et ainsi vivre dans l'harmonie quoi qu'il puisse arriver.

Elève ta conscience supérieure vers Christ et imite-Le dans tes actes de tous les jours, puis continue à t'élever vers ton Soi Divin et fais-Lui entièrement confiance. C'est le meilleur guide et ami existant et, le plus extraordinaire, c'est qu'Il était là dans ton cœur et que tu ne le savais pas. Tu cherchais partout ailleurs sans oser le voir en toi!..

### *Lâcher prise et pardonner*

Voilà encore un boulet à traîner parfois toute une vie: la rancune et la haine contre un parent, un conjoint, une personne qui nous a fait du mal, ou du moins c'est ce que l'on croit, car nous n'avons pas toujours cherché à comprendre les raisons de l'attitude de l'autre.

Il est important de comprendre que l'autre est différent et unique, qu'il faut l'accepter comme il est, sans vouloir le changer, comme nous souhaitons qu'il nous accepte tels que nous sommes.

Il faut savoir aussi que l'autre, souvent nous a fait mal sans le savoir ou sans en être conscient car sa sensibilité est différente de la nôtre. Il croyait agir pour notre bien, il était sûr de faire de son mieux. C'est en général ce qui se passe avec les parents. Chaque être ne peut agir qu'avec le niveau de conscience qu'il a atteint et pas plus. Alors observe, comprends et accepte. Lâche prise et pardonne!..

Tu me diras: «Plus facile à dire qu'à faire» surtout lorsqu'il s'agit d'actions graves, comme le meurtre, l'inceste, des actes de violence, le mensonge, l'infidélité, autant d'événements difficiles à avaler!

J'avoue que je n'ai pas eu à subir d'aussi graves situations et qu'il n'y a que celui qui les vit qui peut en ressentir l'intensité et la difficulté de pardonner. Et pourtant c'est le seul moyen de se libérer et par la même occasion de libérer l'autre!

Si tu y arrives, la libération de ce poids est telle que tu peux même te guérir d'une grave maladie. Tu l'auras créée par le blocage ou l'accumulation de l'énergie dans un endroit de ton corps, puisque tu n'auras pas pu éliminer tant de haine, de rancune ou de chagrin...

### *Accepter de vivre mal?*

Par la loi des attirances et des contraires, nous vivons ce que nous sommes, car nous nous mettons consciemment ou inconsciemment dans des situations qui nous ressemblent. Tant que nous n'avons pas fait le ménage en nous, complexes, sentiment d'inutilité, égoïsme, refus d'accepter les ordres, les contraintes, l'autorité, etc., nous nous trouvons dans des situations inextricables et nous pleurons sur notre sort.

### *La peur du lendemain*

L'être humain, par ses doutes, sa dualité, son manque de foi et de confiance, porte sur ses épaules non seulement le poids du jour qu'il vit, mais aussi le poids du passé, du lendemain et du futur. Quelles épaules aussi solides soient-elles pourraient supporter un tel fardeau? Le passé, il faut l'analyser et n'en garder que les acquis constructifs. Le futur nul ne peut le connaître ou même l'imaginer, cela dépend de trop de facteurs extérieurs. Ce qui nous amène à vivre... *ici et maintenant.*

### *Nous sommes tous confrontés à un problème existentiel*

Il faut donc arriver à vivre le moment présent dans tout ce qu'il apporte de positif et prendre conscience de cet enseignement. Afin de pouvoir consacrer toute notre énergie à la tâche ou au problème du moment, il faut écarter toutes préoccupations ne s'y rapportant pas. Ainsi lorsque la tâche est accomplie consciencieusement, nous avons l'esprit totalement libre pour solutionner notre problème au moment opportun.

De plus, beaucoup de problèmes de santé et de maux de dos vont se dissiper lorsqu'on divise le fardeau en petits paquets légers et plus faciles à porter!

Nous pourrions alors mieux percevoir les intuitions que nous envoie notre conscience supérieure et réaliser notre unité en nous ouvrant à la Lumière divine, en devenant canal et réceptacle de l'énergie cosmique. Nous serons alors prêts à recevoir l'Esprit-Saint en nous et à ressentir l'amour infini.

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

### *Les autres, miroir de nous-même*

Un être vivant vient s'incarner sur terre pour y faire l'expérience de la matière. Son rôle est d'y parfaire son évolution et de réaliser l'Unité avec Dieu et avec lui-même. S'il était parfait, il n'aurait pas besoin de cette expérience. Donc nous naissons avec des blocages psychiques et énergétiques. Pour nous obliger à les débloquer, nous rencontrons nos parents, frères et sœurs, conjoint et famille. Ils nous font prendre conscience de nos manques, faiblesses et défauts. Par exemple: un enfant qui est très sensible, qui a besoin de protection et de beaucoup d'amour pour se sentir sécurisé, ne recevra pas l'attention désirée puisqu'il est venu apprendre l'autonomie et à devenir fort par lui-même. Il va par exemple rencontrer des parents qui divorcent. Il sera déséquilibré, ne recevra pas ce qu'il attend puisque ses parents auront leurs pensées accaparées par leur problème conjugal et seront déjà très occupés à essayer de le régler ou à se lamenter sur leur infortune. Ceci mettra à rude épreuve sa sensibilité ainsi que sa confiance en lui et en la vie.

Puis lorsque ses parents se sépareront, il sera partagé dans son affection. Il devra donc se montrer très fort pour supporter la situation et trouver malgré tout son équilibre intérieur. De plus, il aura encore davantage le sentiment d'insécurité, car souvent la mère devra travailler, assumer ses responsabilités de mère et de père à la fois. Elle rentrera du travail fatiguée, angoissée, malheureuse, seule et aura déjà bien du mal elle, à rester rassurante et confiante.

Le mal-aimé qu'il croit être devra se dépasser pour comprendre. Accepter, trouver la paix et l'harmonie intérieure, devenir un adulte responsable qui ne saisira pas la première occasion pour décharger ses angoisses et son ressentiment sur la première personne venue. Evidemment, il lui faudra comprendre avec beaucoup de compassion que ses parents ont peut-être eux aussi vécu un divorce, qu'ils

n'ont pas trouvé leur équilibre et que malgré leur apparence d'adultes responsables et sûrs d'eux-mêmes, ils ont eux aussi leurs problèmes d'identité, de confiance en eux, de manque d'affection et d'incompréhension, qu'ils sont eux aussi fragiles et malheureux et qu'ils ont aussi besoin de preuves d'amour et de compassion.

La leçon est déjà très dure à avaler mais cela se compliquera encore lorsqu'il rencontrera son propre conjoint ou présumé conjoint, car dans son esprit, l'autre par son amour devrait combler tous les manques et résoudre tous les problèmes. Grave erreur, source de désillusions puisque le conjoint a lui aussi ses blocages à surmonter et qu'il est là pour nous faire expérimenter les nôtres. Et là, en bon miroir, il nous montre nos faiblesses, notre jalousie, nos défauts mais heureusement aussi, si nous voulons bien les voir, notre beauté, notre amour et nos qualités. Là, les examens sont difficiles à passer car il n'y a pas pire juge que nous-même.

### *L'attrance mutuelle*

Chaque être humain fonctionne sur une longueur d'onde qui lui est propre. Nous sommes donc attirés vers quelqu'un qui fonctionne sur la même fréquence que nous, tout comme un poste de radio doit être réglé par exemple sur 101.3 pour capter l'émission de cette longueur d'onde. Si tu règles le poste sur 101.4, tu n'entends plus rien et sur 101.5 tu captas une autre émission. Puisque la longueur d'onde correspond à notre niveau de conscience, d'évolution ou de blocage, nous rencontrons quelqu'un d'identique. Son problème ne se manifestera peut-être pas comme le tien, mais au fond il a le même but à atteindre et le même travail à faire que toi. Les expressions populaires «Qui se ressemble s'assemble» et «Etre sur la même longueur d'onde» sont très explicites!..

## *Nous sommes tous programmés*

A part les blocages que nous possédons dès le départ, il y a aussi le temps de la grossesse qui a une importance capitale sur l'adulte que nous allons devenir. Chaque émotion positive ou négative, chaque stress, angoisse, peur, révolte, tristesse, déprime est enregistré par le fœtus comme une charge émotionnelle qui s'imprime définitivement dans ses cellules. De sorte que tout est inscrit dans la mémoire du cerveau, mais aussi dans celle du corps. Dans la vie courante lorsque nous ressentons une émotion nous pouvons l'analyser, comprendre le pourquoi, le comment et le parce que. Il n'en est pas ainsi pour le fœtus qui a enregistré la charge émotionnelle, mais n'a pas pu l'analyser et la comprendre. Plus tard dans la vie de tous les jours, un mot, un événement ou le comportement d'une personne rappelle à la mémoire du corps cette charge émotionnelle et nous réagissons alors d'une façon démesurée ou inexplicable. Ceci tant que nous n'avons pas pu, par une analyse psychothérapeutique, auto-analyse ou autre cheminement, comprendre la source de cette réaction ou de cette phobie.

C'est la cause et l'explication de nombreux réflexes qui nous empoisonnent l'existence par des réactions d'écorché vif.

Par exemple, de nombreux dépressifs ou suicidaires ont vécu une situation similaire pendant la grossesse de leur mère. En effet, sans les juger, de nombreuses mamans ont vécu cette période de façon très tourmentée, style femme abandonnée, mal-aimée, mal-comprise, veuvage, divorce, dépression, drogue, alcool, peur d'être incapable d'assumer un enfant, etc.

Comment s'étonner alors du «mal de vivre» de certains êtres? Evidemment, ce sentiment peut avoir encore beaucoup d'autres causes. Voilà pourquoi il faudrait, si possible, concevoir un enfant en toute conscience et vivre la grossesse de même. Lors d'une situation difficile, il faudrait au moins mentalement dialoguer avec son enfant pour le rassurer et lui prodiguer de l'amour. Quels que soient les facteurs extérieurs, il serait alors sûr d'être le bienvenu et certain de son utilité.

Plus les parents ont un niveau de conscience élevé, plus ils sont susceptibles d'attirer une âme évoluée qui s'incarnera dans un enfant qui aura un rôle important pour l'avenir de l'humanité. Souvent son action se déroulera en coulisses, dans l'anonymat. Même un enfant très difficile peut se révéler une grande âme. Une grande âme connaît souvent un destin très difficile et une enfance malheureuse, mais c'est cela qui l'amènera à la compassion et à la tolérance et qui lui permettra d'aider les autres.

Il est important de comprendre et de respecter l'âme de l'enfant, car sous cette jeune apparence se tient un être à part entière qui, lorsqu'il sera devenu adulte, aura son propre rôle à assumer. A nous de respecter sa personnalité et son identité afin qu'il puisse grandir et développer ses qualités consciemment, de façon à ce qu'il s'aime et se sente un être libre et unique. A nous aussi de l'aider à comprendre, à accepter et à sublimer ses défauts, sans le juger, en lui montrant le bon exemple par nos actes de tous les jours.

Il y a des enfants qui ont la chance d'avoir des parents pas forcément riches ni instruits, mais qui par leur vécu donnent l'exemple d'une vie saine, généreuse, humanitaire, qui les aiment et surtout qui le leur montrent. Par contre, il y en a d'autres qui vivent dans le luxe, le confort et l'abondance, dont les parents aisés et instruits sont trop préoccupés par les apparences et le qu'en dira-t-on, pour les aimer et les comprendre. Ils ne donnent pas l'exemple du prix de l'effort et du respect de tout ce qui vit et qui existe. Ces enfants-là n'ont pas la chance d'être épaulés dans leur évolution. Bien sûr, ce ne sont que deux exemples, il y a beaucoup d'autres situations porteuses de fruits ou de désastres...

### *La déprogrammation*

Evidemment, tout ce bagage mental négatif fonctionne comme le programme d'un ordinateur. Une fois mémorisé, il n'y a plus moyen d'en changer, à moins de faire agir le programmeur, afin

d'annuler et d'effacer les anciennes données périmées, inutiles puisque non constructives. Il faut donc faire de la place dans notre mental pour pouvoir enregistrer les nouvelles informations positives.

C'est une des clés de l'équilibre et de l'harmonie: la déprogrammation des données négatives. Et là interviennent l'auto-analyse, la visualisation créatrice, l'analyse transactionnelle, la psychanalyse, etc... ou tout simplement le désir profond de transformation et de sublimation du blocage.

Je te laisse donc ton libre-arbitre quant aux moyens qui te conviennent.

Pour te réaliser en tant qu'être unique, il est important d'annuler tout ce qui n'est pas toi! Tout ce qui t'a été inculqué et programmé qui n'est pas en harmonie avec ton être profond et ta conscience supérieure.

Annule et transforme tout ce qui est mauvais pour toi, tout ce qui te dévalorise à tes yeux, non aux yeux des autres. Elimine tout ce que tu vois de mal en toi, attention de ne pas retomber dans le même piège!..

Ecoute ton corps, il te parle au-travers de ses maux et maladies. Aime-le, respecte-le, il ne ment pas... lui! Lorsque tu l'obliges à vivre une situation fausse ou à faire quelque chose qui n'est pas bon pour toi, pour différentes raisons (famille, société, éducation, travail, etc.) il t'avertit en produisant une douleur ou des contractures musculaires, une maladie bénigne. Et comme souvent tu es bien trop coincé dans le système ou dans ton mental, et tu ne veux pas l'écouter, il se fâche et fait la grève. Et si tu persistes à ne pas comprendre et à ne pas changer, lui, il n'en peut plus, il ne te supporte plus, il ne se bat plus contre toi, il se laisse aller et c'est alors l'apparition d'une maladie grave, souvent mortelle, et à moins d'une prise de conscience fulgurante, et encore... il est trop tard...

Faut-il te rappeler que la Terre fonctionne de la même façon?



## ANNEXE

### *Qu'est-ce-que l'aura?*

L'émission de nos pensées ainsi que notre état physique, psychique et émotionnel, produisent des particules d'énergie autour de notre corps physique, sorte de champ magnétique que certains peuvent voir. L'aura forme un halo lumineux aux couleurs différentes en fonction de nos pensées et actions. Les couleurs sombres, opaques, manquant de netteté, correspondent à nos négativités: peur, doute, haine, colère, jalousie, chagrin, critiques, égoïsme, maladies, etc...

Les couleurs claires, pures et transparentes définissent nos joies, notre foi, nos élans de bonté, générosité, tolérance, amour, droiture, notre état physique, énergétique, etc. Plus la conscience s'élève plus l'aura devient claire (tons pastels) lumineuse et grandit autour de nous. L'aura est le véritable reflet de l'être. Il n'y a pas de tricherie possible. Pour ceux qui peuvent la voir, ces êtres brillent comme des bougies au milieu de l'obscurité.

### *Les chakras ou centres d'énergie*

Tout le monde connaît le plexus solaire. Et chacun a ressenti son dysfonctionnement lorsque, sous l'effet de la colère ou d'une frayeur, nous avons «l'estomac noué». En Occident, c'est à peu près le seul connu quant à son action sur le système neuro-végétatif, une hypersensibilité conduisant aux troubles psychosomatiques.

Il existe en fait sept chakras ou centres d'énergie localisés le long de la colonne vertébrale. Chakra est un terme sanskrit qui veut dire «roue». Ce sont donc des centres d'énergie qui tourbillonnent de

plus en plus rapidement en s'élevant en direction de la tête. Ils ont une fréquence de plus en plus élevée à mesure que le niveau de conscience s'élève. De plus, ils sont polarisés de façon positive ou négative selon le rôle qu'ils ont à tenir et selon qu'il s'agit d'un homme ou d'une femme. Entre deux êtres, amants, amis ou ennemis, l'attraction ou la répulsion se produit en raison du fonctionnement de chaque chakra. Evidemment, un pôle positif rencontrant un pôle négatif produit l'attraction, car il y a complémentarité comme en électricité. Deux pôles négatifs se repoussent de même deux pôles positifs puisqu'ils ne sont pas complémentaires.

Chaque chakra a une fonction et une couleur particulière.

Rouge = 1<sup>er</sup> chakra, situé au niveau du coccyx à la base de la colonne vertébrale.

Il correspond aux glandes surrénales (adrénaline). Il nous met en contact avec l'énergie de la Terre, nous donne un profond attachement à celle-ci lorsqu'il fonctionne bien. Cela correspond à la sécurité, au foyer, à la famille, à la maison. Il régit l'instinct de conservation.

Orange = 2<sup>e</sup> chakra, situé dans le bas-ventre, entre le pubis et le nombril.

Il correspond aux gonades et aux organes reproducteurs. C'est le centre de l'énergie vitale. C'est le Chi ou Ki des Orientaux. Il contrôle l'énergie sexuelle ou créatrice.

Jaune = 3<sup>e</sup> chakra, situé au niveau du plexus solaire ou trois doigts en-dessus du nombril.

Il correspond au pancréas (insuline) et à la rate. Nous y ressentons notre connection au monde physique et éthérique. C'est le centre de notre énergie émotionnelle. Pour la plupart des gens, c'est le siège de la personnalité. Il est associé au pouvoir, désir, vouloir, possession. C'est pourquoi dès que quelque chose ne va pas comme nous le

voulons, il se bloque, c'est la sensation bien connue de «l'estomac noué». Chez la plupart des gens, il n'y a que ces trois chakras qui fonctionnent. Car ils sont en rapport avec la matière et la vie physique. A mesure que nous passons à la vie spirituelle et que nous nous branchons avec notre conscience supérieure ou Soi-Divin les quatre autres chakras se mettent à fonctionner à leur tour.

Vert = 4<sup>e</sup> chakra, se situe au niveau du cœur entre les seins. Il correspond au thymus (système immunologique). Il est le centre de la lumière, de l'amour humain, mais aussi divin. Il a une importance capitale dans la guérison.

Bleu = 5<sup>e</sup> chakra, se situe au niveau de la gorge. Il correspond à la glande thyroïde. C'est le centre de l'expression humaine, de la communication avec le monde extérieur.

Indigo = 6<sup>e</sup> chakra, se situe entre les deux sourcils. C'est le troisième œil. Il correspond à la glande pituitaire. Il donne la vision juste des choses, des gens et événements, l'intuition et la clairvoyance. C'est le centre de la créativité spirituelle et divine.

Violet = 7<sup>e</sup> chakra, se situe au sommet du crâne ou fontanelles. Il correspond à la glande pinéale c'est-à-dire à la perfection spirituelle et il capte les énergies venant des plans supérieurs. C'est la compassion et l'amour rayonnant sur tout ce qui l'entoure.

Il est important que ces sept chakras fonctionnent harmonieusement entre eux. L'énergie terrestre est captée par le 1<sup>er</sup> chakra, elle remonte alors jusqu'au sommet de la tête, irradiant ainsi chacun des

six autres, puis elle redescend, terminant ainsi son circuit. Elle fonctionne en un mouvement constant, de bas en haut, puis de haut en bas. A la suite d'un choc physique, affectif ou d'une forte émotion il y a perturbation du circuit. Alors l'énergie s'accumule dans l'un des centres et court-circuite ainsi tout le système. Si nous n'arrivons pas à rétablir le courant normal de l'énergie, une maladie peut se déclarer par le dysfonctionnement de l'une des glandes ou d'un organe. Nous le remarquons aussi par une sensation de contraction de la poitrine lorsque nous sommes très tristes, la boule dans la gorge lorsque l'on va pleurer ou que l'on ne peut pas exprimer un sentiment. Il y a aussi l'estomac noué par la peur, l'angoisse, le stress, le trac et contrariétés de toutes sortes.

### *Tout est illusion*

Chaque particule de matière possède une longueur d'onde différente. Ainsi, selon la fréquence vibratoire, la densité de la matière augmente ou diminue. La pierre, le bois, le métal, la chair, les végétaux, l'eau ou l'air ne se matérialisent que par la différence de leur longueur d'onde ou fréquence vibratoire. Et si l'être humain changeait de vibrations en les élevant, tout ce qui l'entoure deviendrait différent, invisible ou plus beau, car il serait alors à même de distinguer la vie moléculaire de la matière et de chaque être vivant. Nous ne pouvons voir et toucher notre environnement qu'en fonction de notre propre fréquence vibratoire. La vie terrestre est donc une illusion! Il suffirait d'un taux vibratoire différent pour obtenir de l'air au lieu d'une pierre. En abaissant celui de l'eau, on pourrait avoir de la chair, des os ou du bois. Alors cette robe signée Cardin ou Dior pourrait n'être qu'une simple enveloppe de papier, ou même devenir invisible et ne te vêtirait plus! Cette gourmette d'or que tu portes au poignet, ne serait plus que de l'eau ruisselant le long de ta main. Et les gros comptes en banque pourraient n'être que fumée!

La naissance de même que la mort est un changement d'état vibratoire qui permet de passer de l'éthérique à la matière, puis de redevenir éthérique, donc invisible à nos yeux humains, mais bien vivant dans une autre dimension, et permet surtout d'être libéré des contraintes de la matière, telles que soucis d'argent, survie, nourriture, sexualité, tendresse et passion, etc. Là se trouve «la vraie vie».

Tous ceux qui ont perdu un être cher, pourraient trouver quelque réconfort s'ils voulaient bien considérer le disparu comme invisible, mais bien vivant et surtout libéré de ses difficultés et continuant à s'instruire pour le bien de la communauté. S'ils réussissent à faire taire leur mental et leurs doutes par l'élévation de leur conscience (purification du mental, des pensées et émotions), ils pourront alors peut-être avoir une petite preuve de la réalité de la survivance du disparu. Ceci se manifeste par de légers faits inhabituels mais qui, dans le cœur de celui qui reste, éveillent des souvenirs communs, rappelant la vie ou le caractère du disparu. Cela peut aussi se manifester en rêves, car c'est le seul moment où le mental s'apaise et peut laisser passer une éventuelle communication.

### *Les êtres de Lumière, ou gardiens de la Terre*

Il est important de savoir que des êtres très évolués spirituellement, qui ont terminé leur cycle terrestre, ont pour mission de surveiller et de protéger la Terre. Ce sont eux qui insufflent les grandes idées humanitaires à certains êtres, savants, religieux, mystiques, artistes, hommes d'état, etc. qui, par leur niveau de conscience, seront prêts et capables de les propager et de les mettre en œuvre, dans l'humilité et l'oubli d'eux-mêmes. Le piège consiste dans le fait qu'ils risquent alors de se prendre pour un envoyé de Dieu et d'en abuser en exerçant un pouvoir sur la société et en l'utilisant à leur profit ou par désir de prestige personnel.

Là, le choc en retour, pour créer la prise de conscience des abus, risque d'être fatal, car la vérité finit toujours par éclater!



## CONCLUSION

Voilà ce que j'avais à te dire. J'espère que je ne t'ai pas trop ennuyé en te faisant la morale et je souhaite que tu aies trouvé quelques réponses à tes questions. Si maintenant tu as envie d'approfondir, il existe beaucoup de livres qui développeront chaque sujet bien mieux que je ne pourrais le faire et t'enseigneront encore d'autres choses utiles à ton évolution! Et n'oublie pas que ton intuition reste ton meilleur guide.

En relisant ces lignes j'ai observé que c'est ce que j'ai besoin d'entendre pour m'encourager dans ma vie de tous les jours. Ceci concerne donc ma propre expérience, mais j'ai observé que nous nous heurtons presque tous aux mêmes écueils.

Merci de m'avoir lue, je te souhaite de tout cœur:  
Lumière, Paix, Amour, Harmonie sur le chemin de ta vie!

*Ariane*



## POSTFACE

### *Réflexion personnelle*

*Il était une fois un monde où l'imaginaire était roi, le temps n'existait pas, Hier et Demain étaient des étrangers. Le soleil, les fleurs et mon nounours étaient mes amis.*

*De l'enfance à l'âge adulte, il y a tout un chemin d'évolution!  
Et si le travail de l'adulte consistait à retrouver cette fraîcheur, cette sensibilité et cette spontanéité de l'enfant?*

*Enfin, être adulte serait synonyme de l'enfant retrouvé...*

*L'âge et les rides ne sont que l'enveloppe extérieure. Si tu veux développer en toi ce cœur d'enfant, toute ta jeunesse se retrouvera dans ton sourire.*

*Je crois que c'est là le secret du bonheur. Que cette brochure puisse t'aider à le trouver.*

Yannick

## *Citations*

Les citations sont tirées, dans l'ordre, des ouvrages suivants:

*Shambhala, Oasis de Lumière*

Andrew Thomas — Editions Le Hiérach

*Mon chemin vers la lumière*

D<sup>r</sup> Gérard Jampolski — Editions Vivez Soleil

*Message d'un bébé avant sa naissance*

Manuel David Coudris — Editions Soleil

*Médecins du Ciel, Médecins de la Terre et L'amour en partage*

Maguy Lebrun — Editions Robert Laffont

## *Bibliographie*

*Entretien avec l'Ami, dialogue avec Vero*

Anna Schakina — Editions Partage

*Dialogue avec l'Ange*

Gittaz Mallasz — Editions Aubier

*Au seuil de la Vérité et Après cette vie*

Jeanne Morannier — Editions Sorlot Lanore

*Renâître par l'amour*

J. Carey Lair, D<sup>r</sup> Walther Lechler — Editions Delachaux et Niestlé

*Un instant, une pensée pour chaque jour et Vivez dans la Lumière*

Shakti Gawain — Editions le Souffle d'Or

*Votre corps vous parle, écoutez-le*

Henry G. Tietze — Editions le Jour

*Par l'Esprit du Soleil et Les Neuf Marches*

Anne et Daniel Meurois-Givaudan — Editions Arista

*Les Ecrits d'Aigle Blanc, Enseignements Spirituels I, II et III  
La Sagesse, Guéris-toi toi-même, etc.*

Mme O. Sotoudeh — 5, Av. de Grey, Lausanne

*La Guérison Spirituelle*

Keith Sherwood — Editions Recto-Verseau

*Nous sommes tous immortels*

Patrick Drouot — Editions le Rocher

*Il est vivant*

Andrée Fauchère — Editions Résonnances

*Mondes de Lumière, Rapport X 7*

Transcrit par A.K. Edwards — Editions le Hiérarch

*La mort est un nouveau Soleil*

Elisabeth Kübler Ross

*Reiki, force universelle de vie*

B. Chinta Strübin — Editions Recto-Verseau

*Aimer c'est se libérer de la Peur —*

*N'enseigner que l'amour — Sans peur et sans reproches*

D<sup>r</sup> Gérard Jampolski — Editions Vivez Soleil

*Dialogue avec la Nature*

Michael J. Roads — Editions Vivez Soleil

*En Livre de Poche*

*La vie des Maîtres*

Baird T. Spalding

*Le chemin le moins fréquenté*

Scott Peck — Editions J'ai lu New Age

*Les morts nous parlent*

Père François Brune

*La vie après la vie*

D<sup>r</sup> Joseph Murphy — Editions J'ai lu New Age

*La source noire*

Patrice Van Eersel

*Le cri Primal*

D<sup>r</sup> Janov — Editions Champs Flammarion

*Lectures et harmonisation de l'aura*

J.C. Nobis — Editions Recto-Verseau

*Annuaire*

Recto-Verseau à Romont



