

Barbara Ann Brennan

Guérir par la lumière

par l'auteur du
Pouvoir bénéfique des mains



LE CORPS A VIVRE

TCHOU

Barbara Ann Brennan

**GUÉRIR
PAR LA LUMIÈRE**

Traduit de l'américain
par Florence Austin

TCHOU

Collection

« LE CORPS À VIVRE »

dirigée par

le D^r Jacques DONNARS

Illustrations de Thomas J. Schneider et Joan Tartaglia

Cet ouvrage a été publié pour la première fois aux États-Unis
sous le titre : *Light Emerging*.

Copyright © 1993, Barbara Ann Brennan.

Publié en américain par Bantam Books, un département de
Bantam Doubleday Dell Publishing Group, Inc.

© 1995, Éditions Sand, Paris

6, rue du Mail – 75002 Paris

pour l'édition en langue française

ISBN: 2-7107-0536-2

*Ce livre est dédié à tous ceux qui s'engagent sur le chemin du Moi
authentique et divin*

Remerciements

J'aimerais remercier tout particulièrement mon mari, Eli Wilner, dont le soutien aimant et les encouragements ont favorisé l'épanouissement naturel de mon parcours personnel.

J'adresse mes bien sincères remerciements aux professeurs de la Barbara Brennan School of Healing qui m'ont accompagnée pendant tout le temps que cet ouvrage prenait forme ; à Roseanne Farano, l'amie fidèle, toujours à l'écoute et de bon conseil ; et au personnel administratif de la Barbara Brennan School of Healing qui a préparé le manuscrit.

INTRODUCTION

Un nouveau paradigme : La guérison et le processus de créativité

Depuis la publication de mon premier ouvrage, *Le Pouvoir bénéfique des mains*, j'ai continué à étudier les liens entre nos énergies vitales et la santé, la maladie et la guérison. Au cours de ces recherches, je me suis passionnée pour une question de fond : pourquoi devient-on malade ? « Tomber malade » est-il inhérent à la condition humaine, dissimulant un sens ou un enseignement plus profond ? Comment, menant une vie « normale » adaptée à notre culture, en arrive-t-on à la maladie ? Je me suis demandé quels étaient les rythmes de vie les plus salutaires. Quelle incidence ont nos actions et nos choix quotidiens sur notre santé ? Et quelle incidence l'altération de notre conscience d'un moment à l'autre ? Y aurait-il un lien, et lequel, entre notre maladie et nos processus de créativité et d'évolution ?

Mettant donc un terme à mes activités de guérisseuse, je consacrai mon temps à la création de l'École de guérison Barbara Brennan, sans cesser d'observer les phénomènes liés à l'énergie en cours, en groupes, ou seule avec des étudiants. Tout en continuant à enseigner et donner des conférences, je vis se faire jour un très intéressant schéma. Au début de l'année, la force qui me guide m'avait fait pressentir que le sujet que j'allais traiter porterait sur le processus créatif. Plus tard, lorsque j'eus l'occasion de voir plusieurs de mes conférences transcrites et mises en forme, je découvris alors une relation entièrement nouvelle entre le mode d'évolution de la vie sur terre, notre créativité, notre santé, et le fait de vivre dans ce que mon guide, Heyoan, appelle le moment du dévoilement.

Comprendre ce nouvel élément suppose que l'on fasse appel à un nouveau paradigme. Le dictionnaire définit ainsi le mot paradigme : « un schéma, exemple ou modèle ». C'est la façon que nous avons de percevoir le monde. Un paradigme est un ensemble admis d'hypothèses qui nous expliquent le monde et nous aident à en prévoir le fonctionnement. Nous ne remettons pas en cause ces hypothèses. Elles définissent une réalité fondamentale, et nous ne nous en

préoccupons pas plus qu'un poisson de l'eau qui l'entoure.

Comme le fait observer Werner Erhard, créateur d'EST (Erhard Sessions Training) et des Forum Workshops (Ateliers du Forum), « la plupart des notions que nous avons du monde viennent d'un ensemble d'hypothèses que nous tenons pour acquises, ne les remettant que rarement en question. Elles nous accompagnent tout naturellement, et sont tellement partie intégrante de notre être qu'il nous est difficile de nous en distancier assez pour en parler. Nous ne raisonnons pas ces hypothèses, nous raisonnons à partir d'elles ».

Nous pensons nos corps en termes de paradigmes médicaux. Au fil des ans, la médecine occidentale a successivement attribué la maladie aux mauvais esprits, aux humeurs, germes et virus, leur opposant les traitements appropriés. Les progrès technologiques de la médecine et des connaissances approfondies des liens entre esprit et corps modifient nos paradigmes médicaux. Or, de nouveaux modes de pensée découvrent de nouvelles possibilités.

On associait jadis le champ aurique avec la santé et la guérison, mais de façon plutôt « ésotérique », entremêlant des observations réelles, des hypothèses et des créations de l'organisation. Mais à notre époque, grâce aux connaissances accumulées en bioénergétique dans nos laboratoires et cliniques, le concept d'un lien direct entre un champ d'énergie humain et notre santé s'intègre petit à petit au paradigme médical occidental.

J'expose dans cet ouvrage une vision nouvelle de la santé, de la guérison et de la maladie. La première partie comprend un aperçu du contexte scientifique, fondé à la fois sur le champ énergétique et les théories holographiques du fonctionnement de l'imposition des mains.

Dans la deuxième partie, je décris ce que peut ou ne peut pas faire le guérisseur pour un patient, le schéma de base d'une séance et l'organisation de la collaboration entre le guérisseur et le médecin. Dans cette partie apparaît le concept du système d'équilibre interne, automatique – et généralement inconscient – qui nous maintient au mieux de notre forme si nous savons l'écouter et le suivre. Si, en revanche, nous le négligeons, nous risquons d'introduire alors le « malaise » dans nos vies et dans nos corps.

Au travers d'une série d'entretiens avec des patients, j'expose dans la troisième partie les phases d'expérience personnelle qu'implique le processus de guérison pour le patient. J'examine ce qui permet au patient d'optimiser ce processus, y compris la mise en place d'un projet de guérison avec le guérisseur et le médecin. Des exemples concrets illustrent ce propos.

La quatrième partie propose en détail des projets de guérison et des

méditations et visualisations apaisantes qui vous aideront dans votre parcours personnel vers la guérison.

La cinquième partie est consacrée à une description des effets, positifs ou négatifs, qu'ont les relations humaines sur notre santé. J'indique de façon pratique comment nouer des relations salutaires, et j'explique les interactions de champs auriques que font naître ces relations, tout en indiquant comment rétablir un réseau d'énergie du champ aurique sain.

La sixième partie évoque les hautes sphères spirituelles et les profondeurs de l'énergie créatrice et établit le rapport entre santé, malaise, guérison et processus de créativité.

L'annexe A contient la transcription d'une séance de guérison ; l'annexe B une liste et la fonction des diverses catégories des professions de santé. Enfin la bibliographie ouvre la voie à des lectures et recherches plus approfondies.

PREMIÈRE PARTIE

VUE D'ENSEMBLE DE LA GUÉRISON À NOTRE ÉPOQUE

« On commence par taxer une idée neuve de ridicule, puis on l'écarte comme étant banale, avant de s'apercevoir qu'elle est communément acceptée. »

William James

Le don de guérisseur

Chacun en est dépositaire. Ce n'est pas un don réservé à une petite élite. Vous comme moi l'avons reçu en naissant. Chacun de nous est apte à recevoir la guérison, à apprendre à guérir et à prodiguer cette guérison, à soi-même et aux autres.

Sans même nous en rendre compte, nous savons nous apaiser ; quel est notre premier geste lorsque nous nous faisons mal ? Nous touchons généralement la partie douloureuse de notre corps ; parfois nous l'étreignons pour arrêter la douleur. Cette réaction physique instinctive irradie l'endroit atteint d'énergie apaisante. En vous détendant et en gardant vos mains sur la blessure plus longtemps que d'habitude, vous ressentirez un apaisement plus profond. Quand son enfant souffre, une mère le touche, le prend dans ses bras, l'embrasse ou le caresse. Elle agit de même pour tous ceux qu'elle aime. En étudiant de plus près ces réactions simples, vous découvrirez que lorsque vous touchez quelqu'un que vous aimez, l'effet sera plus fort que si vous touchez un inconnu. C'est certainement dû au fait que vous avez chargé ce contact d'une essence particulière – l'essence même de la tendresse que vous portez à cette personne. C'est bien de la guérison, mais vous n'en étiez pas conscient.

Quand vous vous sentez dans de bonnes dispositions, joyeux, heureux, énergique, votre toucher sera plus agréable aux autres que si votre humeur est mauvaise. L'énergie qui passe dans le toucher n'est pas la même selon que l'humeur est joyeuse ou pas. Ce que vous ressentez à tel ou tel moment s'exprime au travers de votre énergie. En apprenant à régulariser votre humeur et par conséquent la nature de votre énergie et de son flux, vous serez bientôt capable d'utiliser votre énergie à des fins de guérison. Les guérisseurs ne font pas autre chose. Ils apprennent simplement à percevoir et canaliser leur énergie afin de s'en servir pour guérir.

Ces expériences personnelles quotidiennes, qui remontent, j'en suis sûre, à la nuit des temps, sont à l'origine de la guérison par l'imposition des mains. Ce phénomène existe depuis l'apparition de l'être humain. L'Antiquité connaissait

le pouvoir guérisseur des mains. Et toutes les cultures ont exploré et utilisé ce pouvoir, en restant dans le cadre de leurs connaissances et de leurs traditions. Dans son livre *Future Science*, John White recense quatre-vingt-dix-sept cultures différentes dans le monde, dotées chacune d'un nom pour la guérison ou les champs d'énergie. La Chine et l'Inde connaissent ces champs d'énergie depuis plus de cinq mille ans.

Pour la clarté de l'exposé, je distingue deux sources d'énergie vitale complémentaires : le champ de l'énergie universelle ou CEU ; et le champ d'énergie humaine ou CEH, communément appelé l'aura humaine.

PERCEPTION ET RÉGULATION DU CEH

Nombreux sont ceux qui perçoivent le champ d'énergie humaine, et chacun peut y parvenir. D'ailleurs, c'est une expérience que nous faisons fréquemment sans nous en rendre compte. Ainsi, vous savez, sans le voir, que quelqu'un a le regard fixé sur vous ; ou bien vous ressentez une sympathie immédiate pour une personne que vous venez de rencontrer ; ou encore vous avez le vague pressentiment qu'un événement va advenir, et cela se réalise. Dans ces diverses situations, vous ressentez le champ d'énergie humaine grâce à ce que j'appelle le haut sens de perception ou HSP. Ce terme désigne simplement l'accroissement de nos facultés sensorielles normales, ce que l'on nomme parfois le sixième sens. Pour désigner cette capacité, on parle aussi de clairvoyance, d'extra-audibilité ou d'extra-sensorialité, selon que l'on voit, entend ou sent des choses significatives qui échappent aux autres.

Au fil des ans et par l'étude et l'utilisation de cet HSP, j'ai pu affiner les diverses notions que recouvre ce terme. Ainsi l'intuition, ou la vague impression de savoir : on sait que quelque chose de bénéfique va arriver, mais on ne sait pas exactement quoi ; ou encore on sait que le téléphone va sonner – peut-être même sait-on qui va appeler – mais on ne sait pas à quel propos.

Un autre de ces sens est ce que j'appellerai la connaissance directe. Dans ce cas, l'information nous parvient directe, complète et précise. Nous savons par exemple que telle personne va nous appeler, à telle heure, et ce qu'elle va nous dire ; ou encore, si l'on nous pose une question sur un sujet que nous croyons ignorer, nous nous apercevons que nous connaissons la réponse globale et que nous pouvons aussi entrer dans les détails.

Un autre encore de ces hauts sens est l'aptitude à ressentir nos émotions et celles des autres. Nous savons ce que chacun des deux ressent, sans même avoir besoin de l'exprimer en paroles, en captant simplement nos énergies réciproques.

J'établis une distinction entre la perception des émotions et celle de l'amour. Pour y parvenir, il faut un lien à autrui beaucoup plus profond que pour les autres émotions, et je considère donc qu'il s'agit d'une perception spécifique.

Outre nos cinq sens – vue, ouïe, goût, odorat et toucher – nous possédons donc l'intuition, la connaissance directe, le sens des émotions et celui de l'amour. Lorsque tous ces sens fonctionnent, nous acquérons alors pleinement conscience de notre existence.

Nos sens nous aident à prendre conscience, afin de nous positionner dans le présent. Pour mener à bien cette expérience, certains ont recours à la méditation. Cet état nous conduit hors de nos limites spatio-temporelles; la méditation calme et clarifie l'esprit, le préparant à la clairvoyance.

L'HSP couvre un registre d'informations extrêmement subtiles que notre cerveau évacue en général, car il l'estime insignifiant. Prenons par analogie l'écoute de la musique. Lorsque le son est fort, on perçoit mal les tonalités douces. En réduisant le volume, on saisit alors les nuances les plus ténues. Il en va de même pour l'HSP et le champ d'énergie humaine. Vous pouvez apprendre à faire taire le bruit qui résonne dans votre tête et prêter attention aux rythmes plus légers de la vie. Au bout de quelque temps de pratique, vous vous rendrez compte que ces notes feutrées *sont la base* même de votre expérience vitale profonde. Elles sont reliées à l'énergie de l'univers qui nous permet d'être.

La prochaine fois que votre enfant se blesse au genou, posez votre main à l'endroit du choc. Libérez votre amour pour lui et votre main deviendra chaude. Pourquoi? Parce que l'énergie apaisante de votre champ d'énergie est transmise par votre main et allège la souffrance du genou. Vous ressentirez cette énergie apaisante sous forme de chaleur, de pulsations ou de picotement électrique. On appelle ce type de perception le sens kinesthésique. Vous percevez le champ d'énergie humaine de façon kinesthésique, par le toucher.

Une fois la perception du champ d'énergie humaine acquise, vous pouvez apprendre à dialoguer avec lui et à l'ajuster délibérément. Essayez de dévier le courant d'énergie dans votre corps en suivant ces instructions, la prochaine fois que vous serez fatigué ou tendu.

Allongez-vous, et imaginez un chaud soleil à l'intérieur de votre plexus solaire (à l'emplacement de l'estomac). Rapidement, vous vous sentirez mieux, et éprouverez une douce chaleur à l'estomac. Sans doute votre respiration ralentira-t-elle pendant que vous vous détendez. Si vous voulez que votre esprit participe à cette détente, pensez à une intense expérience spirituelle ou religieuse que vous avez pu vivre, dans votre enfance, par exemple. Souvenez-vous de cette époque extraordinaire où vous saviez que Dieu (quelle qu'en soit votre

conception personnelle) existait et que d'être vivant était une expérience à la fois sacrée et naturelle – si naturelle qu'on ne s'en souciait pas. Dieu ne vous troublait pas. Laissez-vous flotter jusqu'au cœur de cette expérience et reposer en paix dans les bras du Créateur. Par cette expérience, vous avez changé le cours de votre énergie. Analysez maintenant votre énergie. Est-ce une sensation bienfaisante ?

Cet état d'apaisement que vous ressentez reflète votre champ d'énergie plus cohérent, et le ralentissement des ondes de votre cerveau. On peut les mesurer par électroencéphalographie, ou EEG, qui montrera sans doute que votre cerveau est en rythme alpha, soit environ 8 Hz ou cycles par seconde, qui correspond à un état de guérison. Un détecteur de champ magnétique montrerait que votre champ d'énergie bat entre 7.8 et 8 Hz, ce qui constitue un état énergétique normal pour l'être humain.

Il est presque certain qu'étant enfant, vous vous donniez entièrement à toute activité, avec un naturel parfait. Cela vous arrive encore, dans ces moments d'abandon créateur où vous vous laissez aller à l'énergie vitale qui s'écoule d'une source intérieure. Dans ces instants, les couleurs sont plus vives, les saveurs plus douces, l'air plus embaumé, et les sons harmonieux. Vous n'êtes pas le seul ; chacun vit ce genre d'expériences.

Les idées les plus valables naissent peut-être alors que vous ne songez pas à la solution d'un problème. Au cours d'une randonnée dans les bois, ou devant un beau coucher de soleil, l'idée jaillit, du plus profond de vous-même. Ou bien, devant le regard plein d'étonnement d'un bébé, vous ressentez l'éblouissement du mystère de la vie. Là encore, ces sentiments ont surgi de votre être profond, d'une source intérieure enfouie que j'appelle le noyau central de votre être. C'est de cette source qu'émerge votre lumière. C'est votre étincelle secrète d'essence divine.

EXPLOITER LES ÉNERGIES CRÉATRICES DE GUÉRISON

Chacun peut apprendre à puiser à cette source enfouie au plus profond de soi. Mais il faut s'entraîner pour libérer quand on le désire les énergies créatrices. Il s'agit surtout de se débarrasser d'obstacles internes ; une fois les blocages disparus, la créativité jaillit du tréfonds comme un puits artésien. Les artistes et écrivains savent qu'il faut lutter pour surmonter le blocage initial, et qu'une fois dépassé, l'inspiration jaillit, permettant de peindre ou d'écrire. Les scientifiques qui tentent de résoudre des problèmes expérimentent le même phénomène ;

toutes les données sont stockées dans l'esprit logique, qui s'efforce, sans succès, de trouver la réponse. Après une nuit de repos, quelques rêves et une stimulation de l'hémisphère droit du cerveau, la réponse est là. La force créatrice a été libérée par un processus interne de relâchement, d'effacement, qui permet à l'énergie de se libérer.

Cette force survient aussi lors de moments critiques. Elle peut alors nous rendre héroïques. Nous connaissons tous des exemples d'exploits accomplis dans des situations de crise : lorsqu'un homme soulève une voiture pour dégager un être cher après un accident, ou qu'une mère ressent l'urgence de rentrer chez elle pour sauver ses enfants d'un danger.

Libérer cette force créatrice nous permet de dominer la situation. Le processus de guérison consiste à libérer notre force créatrice pour accéder à la maîtrise de la santé et du bien-être. À mon avis, et je m'efforce de le démontrer dans ce livre, la maladie est essentiellement le résultat du blocage du flux naturel des énergies créatrices de l'individu.

POURQUOI BLOQUONS-NOUS NOTRE ÉNERGIE CRÉATRICE ?

En affrontant les expériences douloureuses de la vie, nous essayons automatiquement de ne pas ressentir la douleur, et ce depuis l'enfance. Nous isolons la douleur physique en rétractant la conscience de l'endroit de notre corps qui nous fait souffrir. Nous supprimons l'angoisse mentale et émotionnelle en contractant nos muscles et en la rejetant dans l'inconscient. Afin de garder cette angoisse inactive dans l'inconscient (ou parfois affleurant presque le conscient), nous meublons notre vie par de multiples activités pour nous en distraire. Sans cesse agités, nous sommes des obsédés du travail ou, au contraire, nous traînons sans arrêt. Beaucoup s'adonnent à la drogue, au tabac, au chocolat ou à l'alcool. D'autres s'efforcent, de manière forcenée, de devenir les meilleurs... ou les pires. Nous projetons nos problèmes sur quelqu'un d'autre, au lieu de nous attacher à résoudre les nôtres. Et nous gaspillons ainsi une grande quantité d'énergie afin d'étouffer la sensation de douleur, supprimant en même temps la sensation tout court, et l'expression de ce que nous sommes à ce moment-là. Nous croyons que cela fonctionne ; nous imaginons pouvoir nous abstenir de sentir ou d'être, mais c'est un leurre. Nous nions le prix qu'il faut payer ; or ce prix, c'est notre vie.

Nous pensons que la seule façon de mettre un terme à cette douleur est d'arrêter le flux d'énergie qui la contient. Chaque douleur, physique, émotionnelle ou mentale, correspond en effet à un flux d'énergie spécifique, qui

malheureusement englobe aussi le reste. La douleur n'en est qu'un élément. En bloquant l'expérience négative de la douleur, colère ou peur par exemple, nous bloquons en même temps l'expérience positive, entre autres les aspects physiques, émotionnels et mentaux qu'elle contient.

Nous n'avons même plus conscience de ce processus, tant nous en avons pris l'habitude dès l'enfance. Nous enfermons nos blessures. Ce faisant, nous murons aussi l'accès à notre noyau central d'où provient le processus créatif. Nous avons littéralement exclu nos profondeurs intérieures de notre vie extérieure consciente.

Agrégats d'épisodes psychiques gelés

Nous commençons à réprimer la douleur dès la petite enfance, souvent même avant la naissance, à l'état de fœtus. Après, chaque fois que nous avons interrompu le flux d'énergie à la suite d'un événement pénible, nous avons gelé cet événement dans l'énergie et dans le temps, créant un blocage dans notre champ aurique. Puisque celui-ci est composé d'énergie-conscience, un blocage est constitué d'énergie-conscience gelée. La partie de notre psychisme associée à cet événement a été également gelée au moment où nous avons arrêté la douleur, et le restera jusqu'à ce que nous la dégelions. Elle ne mûrira pas en même temps que nous. Si l'événement a eu lieu quand nous avions un an, cette partie de notre psychisme n'aura toujours qu'un an, et réagira en conséquence lorsqu'on fera appel à elle. Elle ne pourra mûrir que si un afflux d'énergie la débloque, permettant la maturation, puis la guérison.

Nous avons en nous ces blocs d'énergie-conscience figés. En une journée seulement, combien de fois l'être humain se comporte-t-il en adulte ? Bien peu. Dans nos relations avec les autres, divers épisodes de blocages psychiques interviennent sans cesse. Au cours d'une interaction intense, chacun des partenaires passe, d'un instant à l'autre, de la réalité interne de l'adulte au masque de l'enfant blessé. Cet incessant passage d'un aspect de la conscience interne à l'autre est précisément ce qui rend la communication si difficile.

Ces blocages psychiques ont la redoutable caractéristique de se solidifier ensemble par affinité d'énergie, formant une accumulation d'épisodes psychiques gelés. L'énergie peut être par exemple spécifique de l'abandon ; pour illustrer ce cas, prenons l'exemple d'un homme d'âge moyen que nous appellerons Joe. (En réalité, il n'existe pas, mais son histoire évoque celle de beaucoup de mes patients ; je fais apparaître Joe dans tout le chapitre pour montrer ce qui se passe à la naissance et peut continuer à s'édifier tout au long

de la vie, mais il pourrait être chacun de nous.)

À sa naissance, Joe fut enlevé à sa mère qui avait subi un accouchement difficile et une anesthésie. Ils furent à nouveau séparés l'année suivante, quand sa mère partit à la maternité pour accoucher de son second enfant. À cause de ces deux séparations, l'enfant, qui adore sa mère, s'attend à être abandonné par la personne qu'il aime le plus. Par la suite, au premier signe d'abandon, il le ressent avec la même force dévastatrice que la première fois.

D'un traumatisme aussi profond, nous faisons émerger une *image-conclusion*, basée sur l'expérience – en l'occurrence, de l'abandon, sur une logique d'enfant qui décrète : « Si j'aime, je serai abandonné. » Cette image-conclusion intervient désormais dans toutes les situations similaires. Bien évidemment, à un an, Joe n'est pas conscient de ce raisonnement. Cela fait partie de son système de croyance inconscient. Dans son psychisme, les deux événements anciens sont directement reliés à un épisode où la mère de Joe, lorsqu'il a dix ans, le quitte pour partir en vacances. Dès qu'un épisode semblable survient dans sa vie, il réagit à l'image-conclusion plus qu'à la situation présente, déclenchant un flux de réactions émotionnelles disproportionnées par rapport à la situation réelle.

Comme nous le verrons dans les chapitres suivants, nos images-conclusions déterminent notre comportement, qui tend à recréer des traumatismes semblables à l'originel. Ainsi Joe s'efforcerait de créer une situation dans laquelle, par exemple, il serait abandonné par une épouse ou une petite amie. Puisqu'il s'attend à être abandonné, il traitera sa femme ou son amie comme quelqu'un qui s'apprête à l'abandonner. Il peut exiger d'elle des preuves d'amour excessives ou même l'accuser de préparer une rupture. Une telle provocation inconsciente risque en effet de déclencher l'irréparable. Le véritable, et grave problème de Joe, est qu'en se traitant comme s'il méritait d'être abandonné, il s'est abandonné lui-même.

Comme nous le verrons, il ne faut jamais sous-estimer la puissance de nos images-conclusions. C'est seulement en les découvrant que nous pourrions cheminer vers la santé et le bonheur. Or ces images nous encomrent, cristallisant en nous une accumulation d'épisodes psychiques gelés. Une lourde tâche de déblaiement attend chacun de nous.

Ces blocages s'agrègent par affinité d'énergie pour composer une image, et l'on se tromperait en pensant que ces expériences, séparées dans le temps, le sont aussi dans le domaine émotionnel. Certes, chaque infime segment de ces agrégats psychiques gelés se compose d'une parcelle d'énergie-conscience pétrifiée au cours d'une expérience passée ; mais les expériences connexes restent liées, quel que soit le temps écoulé entre elles.

Grâce à un travail de guérison, on libère d'abord un infime épisode psychique gelé. L'afflux d'énergie qui inonde alors le champ aurique commence à son tour à libérer les autres petits fragments de l'agrégat, qui participent de la même énergie. Pour en revenir à l'histoire de Joe, il ressent chaque libération comme un événement présent. Si, par exemple, il éprouve une douleur remontant à ses trente ans, au moment même où cette douleur est libérée, il se retrouve dans la situation de ses dix ans. Et très bientôt, l'enfant de dix ans redevient celui d'un an.

Une fois que ces lambeaux du psychisme humain qui n'avaient pu mûrir avec l'ensemble de la personnalité sont libérés, ils entament rapidement leur processus de maturation. Cela peut durer de quelques minutes à deux ans, selon la profondeur, la force et l'étendue du fragment d'énergie-conscience gelé.

Au fur et à mesure que ces énergies s'intègrent régulièrement au CEH et rejoignent le cours du processus créateur de la vie d'un être humain, cette vie se transforme. Ainsi la vie de Joe connaît-elle une restructuration grâce à la conscience neuve qui participe désormais au processus créateur. Il va cesser de se laisser aller dans un effort inconscient pour que l'on s'occupe de lui ; il va au contraire se prendre en main, car il sait maintenant qu'il est capable, et digne, de trouver une compagne. Une fois qu'il a acquis cette nouvelle relation avec lui-même, il pourra plaire à une jeune fille qui n'a pas en elle l'énergie de l'abandon, donnant une stabilité à la relation. Il se peut bien sûr que plusieurs tentatives soient nécessaires avant qu'il ne rencontre la « femme de sa vie ».

La douleur venue des vies antérieures

On a beaucoup étudié la « vie antérieure », dans la littérature et grâce à la régression hypnotique. Ces recherches placent essentiellement l'origine de la douleur psychologique chronique dans des expériences de vie antérieure. On en trouve un compte rendu détaillé dans l'ouvrage de Roger Woolger, *Other Lives, Other Selves*. Selon la thérapie de régression à la vie antérieure qu'il a élaborée, une fois qu'un patient a revécu et évacué la douleur ressentie dans une vie antérieure, il devient possible de traiter des circonstances similaires de la vie présente qui échappent à toute autre thérapie.

Nos accumulations d'épisodes psychiques gelés englobent aussi les vies antérieures qui s'attirent et se relient mutuellement par similarité d'énergie et, n'étant pas séparées par le temps, sont liées à des épisodes de toutes nos vies. Certes, atteindre un épisode gelé au cours d'une vie antérieure nécessite une plus grande puissance d'énergie, du fait de son éloignement et du poids des

événements postérieurs, mais on peut y parvenir par des séances de guérison. Et cela se produit dès que le patient est prêt.

D'après mes observations du champ d'énergie humaine au cours de séances de guérison, les traumatismes d'une vie antérieure sont toujours à la base des problèmes actuels chroniques difficiles à résoudre. Lorsque la magnétisation permet de se débarrasser partiellement des traumatismes les plus récents, l'on voit remonter à la surface le plus ancien, qu'ils écrasaient, et qu'il est alors possible d'évacuer. Cette technique de guérison apporte une transformation tant de la vie du patient que de sa condition physique.

La libération d'un traumatisme de vie antérieure par l'imposition des mains occasionne toujours de grands bouleversements. Dans ce type de travail, il importe que le patient établisse un lien clair entre un épisode de vie antérieure et des situations actuelles, pour pouvoir libérer tout l'agrégat, sans négliger les problèmes de sa vie présente.

L'origine de la douleur – Votre blessure originelle

À mon avis, l'origine de la douleur est plus profondément enfouie que l'énergie bloquée par une souffrance personnelle ou le phénomène des vies antérieures. Elle provient de la croyance que chacun de nous est séparé de l'autre et de Dieu. Beaucoup d'entre nous s'imaginent que le prix de l'individualité est la séparation. Nous nous séparons donc de tout, y compris de nos familles, amis, groupes, nations, et de la terre. Mais nous traduisons ce credo de séparation en termes de peur, or la peur est la mère de toutes les émotions négatives. Une fois que nous les avons créées, nous nous en séparons, augmentant par ce processus notre douleur et notre illusion, jusqu'à ce que ce nœud coulant de réaction négative soit défait ou inversé par une démarche de travail personnel. Le propos de mon livre est d'apprendre à renverser ce cercle vicieux pour mettre de plus en plus de plaisir et de clarté dans nos vies. Et le secret pour y parvenir est l'amour et le lien avec tout ce qui existe.

L'amour est l'expérience du lien à Dieu et au monde. Dieu est partout, en tout ; au-dessus de nous, en dessous, autour et en nous. La divine étincelle de Dieu existe, unique, en chacun de nous. Elle représente une manifestation individuelle de Dieu. Pour nous, c'est la source intérieure, le noyau de notre être. Lorsque nous établissons le lien avec le Dieu universel et le Dieu individuel interne, nous sommes complètement en sécurité et libres.

La création du moi masqué

pour dissimuler notre souffrance originelle

À la naissance, nous sommes encore très proches, par notre noyau, d'une grande sagesse et d'un grand pouvoir spirituels. Cette proximité, du noyau, de la sagesse spirituelle et du pouvoir procure un sentiment total de sécurité et d'émerveillement. Tandis que se met en place le processus de maturation, le lien s'efface peu à peu, remplacé par les voix parentales chargées de notre protection et de notre sécurité. Elles parlent de bien et de mal, de bon et de mauvais, disent comment prendre des décisions, comment agir ou réagir dans chaque situation. Le lien au noyau se distend, et notre psyché enfantine essaie désespérément de remplacer la sagesse innée originelle par un ego fonctionnel. Malheureusement, les voix parentales en surface ou intériorisées n'y suffisent pas. Et l'on crée à la place un masque de soi-même.

Le moi masqué est notre première tentative pour nous redresser. Nous nous en servons pour exprimer ce que nous sommes d'une manière positive qui soit en même temps acceptable pour un monde dont nous craignons le rejet. Nous avançons masqués pour plaire au monde, pour qu'il nous accepte en nous apportant la sécurité. Et masqués, nous nous efforçons de créer des liens avec les autres, puisque c'est là ce qu'il « faut » faire. Mais cette tentative ne peut avoir aucune profondeur, puisqu'elle nie la vraie nature de notre personnalité, notre peur et nos sentiments négatifs.

Malgré tous les efforts que nous déployons pour créer ce masque, nous allons à l'échec, car il ne saurait nous donner le sentiment intérieur de sécurité que nous recherchons. En fait, il fait naître en nous un sentiment d'imposture, car nous nous efforçons de manifester une bonté permanente qui n'est que sporadique. Sentir ce truquage augmente notre peur. Alors nous redoublons d'efforts pour obéir aux voix parentales intériorisées, en vain. La peur croît encore, devant ce pari impossible, créant une véritable spirale, sentiment de tromperie, peur.

Le masque est là pour nous protéger d'un monde présumé hostile en prouvant que nous sommes bons. Il n'est que faux-semblant et déni. Il refuse le rôle de dissimulateur de souffrance et de colère, puisqu'il en nie l'existence à l'intérieur de la personnalité. Le masque entend protéger l'être en rejetant la responsabilité de tous mouvements, pensées ou actes négatifs.

Pour notre masque, souffrance et colère n'existent qu'en dehors de la personnalité. Nous n'avons nulle responsabilité. Tout élément négatif est la faute

de quelqu'un d'autre, et nous les en blâmons, les chargeant en même temps de colère et de souffrance.

La seule manière d'entretenir cette mascarade est de nous présenter sans cesse comme les bons. Intérieurement, nous supportons mal cette pression constante que nous nous imposons. Nous essayons de jouer le jeu ; si nous n'y parvenons pas, il nous faut prouver que nous avons raison et les autres tort.

Nous supportons mal de vivre en obéissant aux règles d'autrui ; c'est une tâche considérable. Nous préférierions suivre notre instinct. La fatigue s'installe, puis la colère, cela nous est égal, nous crachons plaintes et accusations. Nous faisons du mal. L'énergie que retient le masque se tord, pousse, suinte, puis frappe autrui. Et cela aussi nous le nions, puisqu'il faut à tout prix rester en sécurité en prouvant que nous sommes bons. Cette explosion nous plaît. Laisser échapper l'énergie est un soulagement, même de façon trouble, même en abdiquant tout sérieux. Quelque chose en nous se réjouit de rejeter notre négativité sur une autre personne. On appelle cela le plaisir négatif, qui prend naissance dans le moi inférieur.

Plaisir négatif et moi inférieur

Vous conservez le souvenir du plaisir ressenti en accomplissant une action négative. D'ailleurs tout mouvement impliquant de l'énergie, positive ou non, est source de plaisir, puisqu'il libère une énergie accumulée à l'intérieur. Si vous ressentez une douleur au premier mouvement d'énergie, elle est toujours suivie de plaisir, car en même temps que la douleur la force créatrice se libère, ce qui est toujours une sensation agréable.

Le plaisir négatif prend sa source dans notre moi inférieur, cette partie de nous-mêmes qui a oublié qui nous sommes, cette partie de notre psyché qui croit en un monde séparé et négatif et agit en conséquence. Notre moi inférieur, loin de nier la négativité, s'y complaît et la recherche. Il est donc plus honnête que le masque ; il défend ses intentions négatives et n'aspire pas à une vertu qu'il ne pratique pas. Il agit ouvertement avec égoïsme, comme pour dire : « Je m'occupe de moi, pas de toi », ce que sa conception d'un monde séparé lui interdit. Il recherche toujours plus de plaisir négatif. Il n'ignore pas qu'il y a douleur dans la personnalité, mais n'a aucune intention de la ressentir.

L'intention du moi inférieur est de maintenir la séparation, de faire tout ce qu'il veut, et de ne pas ressentir la douleur.

Le moi supérieur

Bien sûr, au cours du processus de maturation, notre psychisme n'est pas entièrement séparé du noyau. Une partie de nous reste limpide et aimante sans avoir à lutter ; c'est celle qui reste reliée à notre étincelle divine individuelle et interne. Pleine de sagesse, d'amour et de courage, elle a accès à un très fort pouvoir créateur ; c'est par elle que passe tout le bien dans nos vies. C'est la partie de nous qui n'a pas oublié qui nous sommes.

Chaque moment de paix, de joie et d'accomplissement de notre vie est l'expression de notre moi supérieur par le principe créateur. Lorsque vous vous demandez ce que veut dire « qui vous êtes vraiment » ou « votre moi véritable », ce sont ces moments qui vous donnent la réponse, car ils sont l'expression de votre vraie nature. Sachez que les aspects négatifs de votre vie ne sauraient être l'expression de votre véritable moi ; ils expriment au contraire ce que vous n'êtes pas. Ils vous montrent comment vous avez bloqué l'expression de votre vrai moi.

Le moi supérieur tend à la vérité, la communion, le respect, l'individualisme, la clarté de la conscience de soi et l'union avec le créateur.

L'importance de l'intention

La différence principale entre le moi supérieur, inférieur et masqué réside dans l'intention fondamentale sous-jacente, et dans la qualité d'énergie des interactions émanant de cette intention.

L'aspect le plus déroutant de bien des actions humaines est leur signification différente suivant l'intention qui les inspire. Nos paroles ont trois sources – le moi supérieur, inférieur ou masqué. Elles peuvent avoir plusieurs significations ; là où le moi supérieur veut vraiment dire : « Nous sommes amis », le moi masqué dit en réalité : « Nous sommes amis tant que je suis le bon, et que vous ne mettez pas en doute cette illusion » ; et le moi inférieur : « Nous sommes amis tant que je le permets. Ensuite, attention ! Soyez prudent, car je me servirai de vous pour obtenir ce que je veux et éviter ma douleur. Si vous empiétez ou me barrez le chemin, je me débarrasserai de vous. » (Dans ce cas, se débarrasser signifie tous les moyens sont bons pour arrêter l'adversaire, le silence, la discussion, l'exercice de la force ou même la violence.)

DÉFENDRE OU NIER VOTRE BLESSURE ORIGINELLE ACCROÎT VOTRE SOUFFRANCE

Plus le masque déforme nos actions jaillies du noyau, plus nous avons recours au reproche pour les justifier. Plus nous nions l'existence de notre moi inférieur, plus nous affaiblissons notre pouvoir. Le déni retient la puissance de notre source créatrice interne, alourdissant le cycle de souffrance et d'impuissance. Plus ce cercle vicieux s'agrandit, plus grave nous apparaît la souffrance ou blessure originelle. La chape de souffrance imaginée devient si lourde que, terrifiés, nous sommes prêts à toute extrémité pour ne pas en ressentir le poids. Notre imagination la transforme en véritable torture. Plus nous insistons pour nous en éloigner sans la soigner, plus la blessure originelle s'enterre et nous échappe.

Mon expérience de guérisseuse et professeur m'a donné la certitude qu'en tenant à l'écart la blessure originelle par le biais de nos schémas de défense habituels, nous instillons dans nos vies et nos corps une souffrance et une maladie bien plus graves.

Notre système de défense habituel

Mon expérience m'a appris que la distorsion constante que fait subir à notre champ énergétique notre système de défense habituel est la plus grande cause de souffrance et de maladie dans notre être.

Lorsque j'en arriverai à décrire dans ce livre le champ d'énergie humaine, nous découvrirons comment cette technique d'évasion crée un dysfonctionnement dans nos champs, installant à son tour la maladie dans nos corps. Nos schémas de défense apparaissent dans nos champs d'énergie comme un système de défense énergétique, schéma habituel de distorsion dans nos champs auquel nous avons sans cesse recours, et qui est en corrélation avec le moi masqué.

Plus nous enfouissons souffrance et colère à l'aide de ce système de défense, plus nous enfermons en même temps nos sentiments positifs. L'ennui s'installe ; la vie nous déçoit, elle devient banale et ennuyeuse. Éros meurt. Nous sommes livrés aux cercles vicieux habituels, incapables de créer ce que nous souhaitons dans notre vie. Notre corps en souffre aussi ; nous commençons à perdre foi en la vie. De même que nous murons la souffrance, nous murons automatiquement le noyau profond de notre être. Nous avons oublié qui nous sommes et perdu

l'essence de notre être. Nous avons rompu le contact avec les énergies essentielles qui créent nos vies.

Retrouver le chemin qui mène à la blessure originelle

La seule façon de nous rappeler qui nous sommes, de créer une vie qui nous convienne, d'éprouver santé et sécurité, est de retrouver le lien complet avec notre noyau. Et il n'y a qu'une manière d'y parvenir : trouver et observer nos images et libérer les agrégats d'épisodes psychiques gelés qui s'y rattachent, afin de parvenir à la source de toutes les images, notre blessure originelle. Il nous faut la découvrir. Cette démarche implique de percer notre système défensif et d'écarter les sentiments négatifs et strates de souffrance imaginaire enveloppant la blessure originelle. Une fois cette blessure atteinte, tout se transforme, nous guérissons notre être et notre vie. C'est ce que l'on appelle le processus de transformation. Il existe maintes techniques pour atteindre la blessure originelle. Parmi elles, la régression par l'autosuggestion et la gestuelle corporelle. On les enseigne toutes deux en cours dans le programme de formation de la Barbara Brennan School of Healing. La pratique de ces techniques permet d'aider les élèves à retrouver ensemble leurs blessures originelles.

Il y a en particulier un exercice de groupe, où les participants abandonnent leurs défenses en adoptant la posture corporelle qui exprime l'idée qu'ils se font de leur blessure. Pour la découvrir, il leur suffit de penser aux principaux sujets d'émotions et à la souffrance qu'ils éprouvent dans le présent, et de laisser leur corps réagir. La réussite de cette technique vient du fait que la souffrance est reliée à l'agrégat d'épisode psychique gelé par une énergie similaire.

Au fur et à mesure que s'intensifient les réactions du corps et le regard interne, la souffrance des sujets, mise en évidence, se clarifie progressivement, donnant toujours le spectacle d'une pièce peuplée d'êtres vulnérables et qui souffrent. Les postures montrant des distorsions des membres sont fréquentes ; beaucoup ont la tête pendante, d'autres sont couchés par terre, recroquevillés comme des enfants malades.

Cet exercice indique nettement que la souffrance présente est bien la même que celle ressentie dans le passé. En émergeant, elle libère aussi l'ancienne souffrance. Pour ce faire, les élèves maintiennent leurs postures, tout en s'efforçant de se concentrer intérieurement à la recherche de la blessure originelle. Une régression automatique s'accomplit, par couches successives, jusqu'à la souffrance associée à l'image qui enveloppe la blessure. Pour forte et terrifiante que soit cette souffrance, elle demeure illusoire, puisque fondée sur

l'illusion retenue par l'image. Pour illustrer ce que j'entends par souffrance illusoire, j'en reviens à notre exemple de Joe, âgé de dix ans, anéanti parce que sa mère s'absente pour une semaine de vacances ; il a beau le ressentir ainsi, cette situation n'est pas la cause véritable de son désespoir.

En s'enfonçant dans la souffrance illusoire cristallisée autour de leur blessure originelle, les élèves sont surpris de voir leur souffrance s'atténuer. Nous leur demandons, une fois en présence de leur blessure, d'en garder la posture tout en se rapprochant d'une autre personne, pour établir un contact avec un autre être humain blessé. Une atmosphère de vénération emplit alors la pièce ; tous sont blessés ; tous sont égaux ; la chaîne de contact génère beaucoup d'amour dans la pièce.

À la fin de l'exercice, lorsque vient le moment de partager, l'on fait d'intéressantes découvertes. Les élèves sont souvent surpris de la nature inattendue de leur blessure. Leur souffrance ne provient pas de la blessure elle-même, mais bien de la défense élevée autour de cette blessure. Très tôt, ils ont commencé à se défendre contre ce que leur première image-conclusion leur faisait attendre de la vie. Et chaque fois qu'ils se défendaient contre cette image, ils renforçaient l'énergie de leur agrégat psychique gelé, accroissant alors l'illusion de la souffrance jusqu'à en oublier la véritable nature. Ils se trouvaient alors confrontés à une souffrance inconnue, terrifiante et insoutenable.

Pour les élèves, l'essentiel de cet exercice est la découverte du temps et de l'énergie gaspillés dans nos vies pour la défense de la blessure originelle. Se trahir soi-même est la pire souffrance. Grâce à cet exercice, les élèves découvrent la décision prise il y a si longtemps de ne pas agir en fonction de leur vraie nature, de ne pas la reconnaître, de vivre en dehors d'elle. Ils découvrent qu'ils n'ont cessé de répéter la même erreur au cours de leur vie, jusqu'à en faire une habitude inconsciente, réaction habituelle de leur système de défense.

Une telle expérience leur donne une grande liberté et une vision nouvelle de la vie, qui devient un défi permanent pour vivre dans la vérité, sans trahir son être. Le plus grand défi de la vie est de garder le lien avec le noyau de notre être et de l'exprimer, en toutes circonstances. Cette souffrance n'est pas l'apanage de quelques-uns, elle existe plus ou moins chez tous les humains ; mais certains en sont plus conscients que d'autres.

LA CONDITION HUMAINE : VIVRE DANS LA DUALITÉ

Nous avons chaque jour l'occasion de voir s'exprimer notre noyau. L'intensité de cette expression dépend directement de la force et de la clarté de

notre lien à ce noyau et de la liberté que nous octroyons à son essence. Les domaines harmonieux et satisfaisants de notre vie sont ceux qui se rattachent directement à notre noyau. Les énergies qui en jaillissent sans contrainte donnent de grandes œuvres, de grandes vies et une parfaite santé. Elles sont l'expression de notre moi supérieur, acquis depuis la naissance et toujours relié au noyau. Nous traitons avec timidité cette partie de nous. Le plus souvent nous dissimulons l'importance qu'ont pour nous les choses, la force de nos sentiments et de nos désirs. Nous la cachons, nous l'étiquetons, nous la piétons jusqu'à la rendre « raisonnable » (obéissant aux voix parentales internes), donc insuffisante, selon ce que nous croyons être un comportement « approprié ».

Mais parfois nous baissons la garde, laissant libre cours à la force créatrice. Un acte de bonté spontané ou une preuve d'amour ou d'amitié irréfléchie viennent exprimer l'essence du noyau ; un rapprochement étroit a libéré de l'amour. Puis, incapables de supporter la lumière et l'amour, nous sommes envahis de timidité et reculons. En quelques secondes, embarrassés, nous nous rétractons. Une peur subite nous fait craindre de n'avoir pas fait ce qui convenait ; c'est la voix parentale, prenant la place du noyau, et découvrant la défense. Cette voix tient le discours suivant : « Si tu n'arrêtes pas ce flux d'énergie, tu vas probablement tout ressentir, même cette souffrance que je m'efforce d'enterrer pour toi. » Nous arrêtons donc le flux de notre force vitale, nous le contenons, nous l'étouffons et nous revenons au niveau « normal » de « sécurité », où rien ne bouge – surtout pas nous.

Telle est la condition humaine. Nous vivons dans une dualité de choix, quelle que soit notre vie. À chaque instant, il nous faut choisir : prendre à bras-le-corps et sans chercher de protection une expérience de vie qui se révélera équilibrée, forte et sûre, ou la refuser. En cas de refus, nous devons lutter contre une vie véritable et équilibrée et bloquons ce qu'il y a de vivant en nous.

C'est ce que nous faisons la plupart du temps. Pourquoi ? Parce qu'inconsciemment, nous savons que la libération du flux de force vitale déchaînerait la vieille souffrance, et nous en avons peur. Nous ne savons comment faire et, en s'esquivant, nous retournons aux anciennes attitudes convenues que nous offre le masque. Les voix parentales internes vocifèrent et nous poursuivons notre retrait : « Pour qui te prenais-tu ? Dieu ? » « Crois-tu vraiment que tu puisses changer les choses ? » « Allons, sois réaliste ! Personne ne change. Contente-toi de ce que tu as » « Tu es trop gourmand » « Tu n'es jamais satisfait de ce que tu as ». Ou encore : « Si seulement tes parents t'avaient mieux traité... » « Si ton mari n'avait pas fait cela... » « Si seulement tu étais née belle... » Et ainsi de suite ! Le masque a mille manières de vous contrôler. D'une certaine façon, il vous empêche de ressentir la souffrance ; mais au bout

du compte, elle augmente et conduit à la maladie.

La maladie survient lorsqu'une partie de nous est ensevelie et coupée du noyau de notre être. En rompant le lien, nous oublions qui nous sommes vraiment et vivons sous le joug de cet oubli, de notre masque, de notre moi inférieur et de notre système de défense. Pour guérir, il faut nous remémorer qui nous sommes vraiment, rétablir les liens avec le noyau, et vivre en conséquence. En supprimant nos énergies positives, nous supprimons de façon équivalente notre créativité et la possibilité de vivre sainement. Il appartient à chacun de nous de retisser le lien avec notre noyau et de nous guérir.

L'OBJECTIF SPIRITUEL DE LA BLESSURE ORIGINELLE

La question est légitime ; quelle est la cause, ou le but, de la blessure originelle ? Elle apparaît lorsque s'efface le lien entre le nouveau-né et sa sagesse spirituelle la plus profonde à l'intérieur du noyau. Mais pourquoi ce processus, et en quoi la perspective évolutionniste de l'humanité l'explique-t-il ? La réponse tient à la différence entre le lien avec le noyau au début de la vie et l'évolution de ce lien au cours de la vie. Le premier est inconscient, les suivants conscients.

L'expérience de la vie fait prendre conscience à l'adulte du caractère intimement surnaturel du lien avec le noyau. Il se rend compte qu'il est une étincelle de divine lumière dans l'univers, un habitacle de la divinité. Ce processus d'évolution accroît la conscience dans l'humanité. Nous découvrons que nous participons à la création de l'univers. Le but de l'incarnation est d'éveiller la conscience de chacun à sa participation créative de l'univers.

L'obéissance à notre aspiration nous mène à notre vocation

Chacun de nous éprouve l'ardent désir d'être, de se comprendre et de s'exprimer soi-même. Cette aspiration est la lumière intérieure qui nous accompagne au long de notre évolution. Dans un contexte personnel, cela signifie que chacun de nous naît avec pour mission de rétablir le lien avec le noyau de notre être. Pour y parvenir, il faut supprimer les blocages qui s'interposent entre notre conscient et notre noyau. Telle est la vocation à laquelle tend notre vie. Tandis que nous nous y efforçons, la libération de nos énergies créatrices suscite des dons, venus du noyau, que nous partageons ensuite. Ces dons que nous offrons au monde nous permettent d'accomplir la vocation de notre vie. Mais elle ne saurait se dérouler sans la libération des énergies

créatrices de notre noyau. Ainsi le seul moyen de réaliser ce que nous souhaitons passe-t-il par un processus de transformation personnelle.

Nous sommes tous des guérisseurs blessés

Chacun de nous est un guérisseur blessé. Nous supportons tous très mal de nous trouver *sans défense*, dévoilés et d'exposer ce que nous renfermons en nous de positif ou de négatif. Nous hésitons à montrer la souffrance ou la blessure qui est notre lot commun. Nous en avons honte et la cachons, craignant d'être les seuls affligés. Pour nous épanouir, il nous faudra beaucoup de temps, et beaucoup d'amour. Donnons-nous réciproquement plus de temps, d'espace et de témoignages d'amour. Cette blessure nous montre à tous comment apprendre à aimer. Nous la portons tous en nous, et c'est elle notre principale éducatrice. Apprenons à connaître qui nous sommes vraiment. L'essence de notre noyau n'est que splendeur, malgré toute la souffrance et la colère qui nous enveloppent. Chacun de nous est unique, et là est notre grandeur. Acceptons de nous métamorphoser en guérisseurs blessés, nous aidant mutuellement à partager la vérité de notre être le plus profond.

Nous nous découvrirons baignant dans un univers bienfaisant, fertile, débordant de vie, et de caractère sacré. L'univers nous embrasse. Un effort suffit pour y être relié, pour nous en nourrir à jamais. Nous y participons, comme il participe de nous. Le divin mystère de la vie est en nous, et nous entoure.

Vous êtes votre propre guérisseur

Vous, et vous seul, pouvez-vous guérir; vous en avez la possibilité. Se guérir est bien la manifestation d'un pouvoir personnel, un voyage intime, une initiation, où vous forgez vous-même une arme des plus puissantes. Bien sûr vous pourrez également compter sur tout l'arsenal de la médecine moderne et de la guérison holistique pour aider votre cheminement.

La cause profonde d'une maladie vient d'un désir frustré. L'intensité de la maladie est proportionnelle à celle du désir. Ceci indique que vous avez perdu de vue qui vous êtes et votre but, à un moment donné. Dans l'oubli, vous avez tranché le lien avec l'énergie créatrice du noyau. La maladie n'est que symptôme du désir frustré. À tout prix, il vous faut, grâce à la maladie, acquérir la liberté, et pouvoir accomplir ce que vous avez toujours souhaité, être ce que vous avez toujours voulu, et exprimer au grand jour ce que vous êtes déjà, de par

l'ampleur, la profondeur et la valeur de votre véritable réalité.

En découvrant que vous êtes malade, préparez-vous donc à un changement, à voir émerger votre désir secret et à le réaliser. Cessez de fuir, et affrontez le tigre qui vous habite, quelles qu'en soient les conséquences intimes. À mon avis, le meilleur point de départ pour découvrir la signification de votre maladie est la question suivante :

« Quel est le souhait lancinant que je n'ai pas encore réussi à réaliser dans ma vie ? » J'émets la suggestion que vous finirez par découvrir un lien direct entre ce désir frustré et votre maladie.

Votre guérison repose au cœur de ce panorama fondamental de santé et de guérison. Plus que de santé physique, d'importance secondaire, je veux parler de santé spirituelle, de l'âme. C'est ce cadre, cette métaphore de réalité qui déterminent tout ce qui concerne la vie et la santé. Car même la vie physique requiert l'amour, l'éclosion de nos qualités supérieures, l'union avec le divin. Quelle que soit votre vie actuelle, la vraie vie est là. Quels que soient la souffrance, le problème, la maladie, ce sont nos guides. Guides sur la voie de l'amour, qui nous rappellent notre essence divine. C'est ainsi que pour vous, *la lumière surgira*.

Les quatre dimensions de vos énergies créatrices

Mieux vous comprendrez la nature, le rôle et le fonctionnement de vos énergies créatrices, mieux vous les libérerez au bénéfice de votre santé, de votre guérison ou d'éléments nouveaux dans votre vie. Il faut aussi comprendre le lien qui réunit vos énergies créatrices et le mouvement naturel de la créativité universelle. Les champs d'énergie vitale sont les véhicules de ce processus créatif, donnant forme aux situations, événements et expériences de votre vie, ainsi qu'à votre univers matériel.

Les forces créatrices ont plusieurs dimensions. Notre langue est trop pauvre pour en décrire les différences, que vous ressentez au cours du processus de création. Faute de mieux, j'utilise les termes *énergie* et *dimension*, sans connotation scientifique, tout au long de cet exposé. La multiplication de prises de conscience individuelles de ces expériences de création nous aidera certainement à enrichir notre vocabulaire et à mieux en parler. De mon point de vue, il existe au moins quatre dimensions en chaque être humain. L'HSP permet de percevoir ces divers niveaux qu'un guérisseur compétent sait manœuvrer à des fins de guérison. La [figure 2-1](#) montre ces quatre dimensions : les niveaux physique, aurique, harique et le noyau rayonnant.

La première dimension nous est bien connue, celle du *monde physique*, maintenu par des mondes souterrains d'énergie et de conscience. Juste au-dessous du monde physique se trouve la dimension des champs d'énergie vitale ou universelle où existe l'*aura* ou champ *d'énergie humaine*. C'est là le cadre ou réseau énergétique qui soutient le monde physique. Tout ce qui est créé dans le monde physique doit l'être ou exister au préalable dans le monde de l'énergie vitale. Chaque forme existante doit provenir des niveaux structurés des champs d'énergie. Cette dimension contient également les énergies de notre personnalité et toutes nos sensations. Les niveaux fluides du champ s'expriment dans le corps physique sous forme de sourires, de froncements de sourcils désapprobateurs, dans notre manière de marcher, de nous asseoir, de nous tenir debout.

Sous le champ d'énergie humaine s'étend le *niveau harique*, qui recèle nos intentions, élément prépondérant du processus de création. Si nos intentions sont inconscientes, incohérentes ou contradictoires, nous luttons contre nous-mêmes et perturbons le processus créatif. Mais si nous apprenons à harmoniser nos intentions en nous-mêmes mais aussi dans notre entourage de travail le plus immédiat, puis dans des groupes de plus en plus étendus, nous puisons alors à une source immensément riche de possibilités créatrices.

Au niveau harique succède en profondeur la dimension du noyau central de notre être, ou ce que j'appelle le niveau du *noyau rayonnant*, lieu de notre source interne, de la divinité qui nous habite ; de là provient toute créativité intérieure. Le cycle complet et naturel de créativité requiert l'apparition, à partir du noyau, des énergies et de la conscience qui se manifestent après avoir traversé ces quatre dimensions. Tout changement permanent dans une dimension nécessite un changement, dans la dimension inférieure. Il s'ensuit que pour guérir, pour ramener à la santé tout ou partie de notre corps, par exemple un organe, il nous faut travailler avec les énergies sous-jacentes et avec chacune des quatre dimensions. Dans ce but, nous allons commencer par explorer chacune des quatre dimensions, et d'abord le niveau aurique, le champ d'énergie humaine.

Ce champ a été examiné, sondé et utilisé à des fins diverses tout au long de l'histoire – bien avant l'apparition de la méthode scientifique – et l'est encore aujourd'hui. La [figure 2-2](#) énumère des références historiques à un champ d'énergie universelle remontant à 5 000 ans avant J. -C. ; la [figure 2-3](#) est une liste de ceux qui, au XX^e siècle, ont observé le champ d'énergie humaine, des noms qu'ils ont donnés au champ d'énergie vitale, des qualités qu'ils lui ont attribuées et de l'utilisation qu'ils en ont fait.

De nos jours, les scientifiques appellent les champs d'énergie mesurable associés aux systèmes biologiques les « champs bioénergétiques », tandis que les guérisseurs ont recours aux termes d'*aura* et de *champ d'énergie humaine* pour décrire ces champs d'énergie. La distinction est importante, car les champs bioénergétiques ont été mesurés en laboratoire, alors que l'on connaît l'aura ou les champs d'énergie humaine grâce aux observations personnelles et cliniques de gens qui utilisent le haut sens de perception.

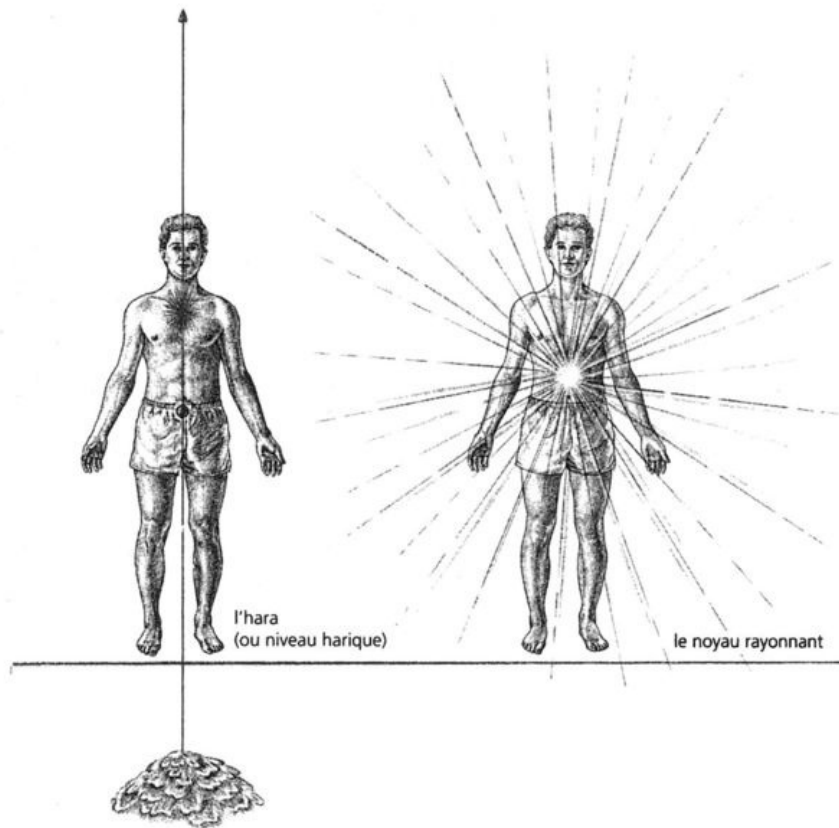
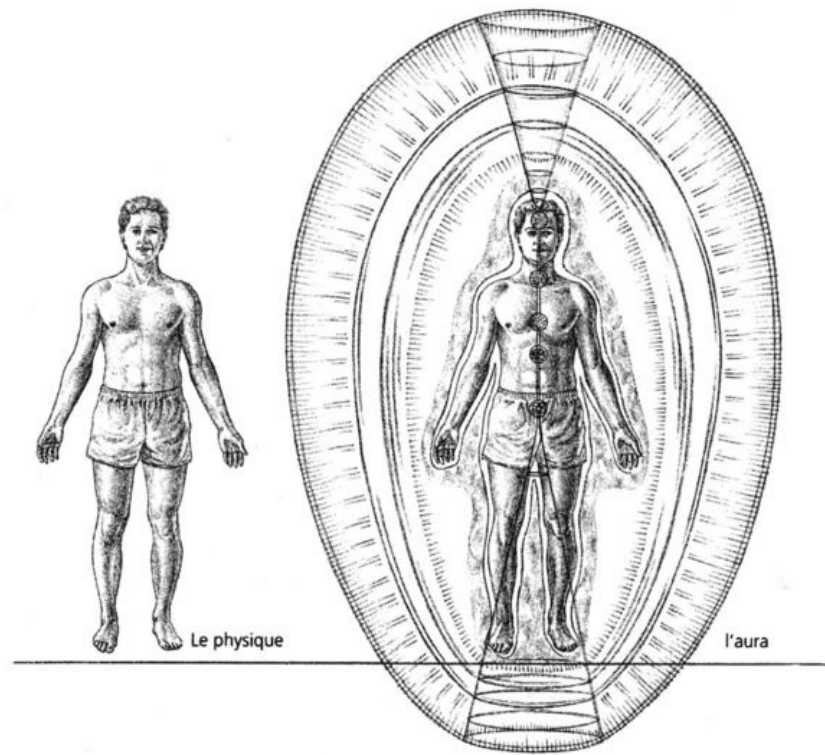


Figure 2-1 :
Les quatre dimensions de l'humanité

Dans le premier cas, l'information est tributaire des instruments, et dans le second, de la clarté et de la cohérence de l'observateur doué de HSP. De mon point de vue, il existe une étroite corrélation entre les mesures de champ bioénergétique et les observations dues au HSP. Certaines expériences prouvent clairement cette corrélation. Je les évoquerai également ici, mais abordons d'abord la perspective scientifique.

LE MONDE PHYSIQUE ET SON CHAMP BIOÉNERGÉTIQUE

Pour mesurer les champs d'énergie associés au corps humain, l'on s'est servi de divers moyens, tels l'électroencéphalogramme (EEG), l'électrocardiogramme (EKG) et le supraconducteur à interférence quantique (SQID, un magnétomètre extrêmement sensible). De nombreuses études ont montré qu'un dysfonctionnement ou une anomalie dans le champ bioénergétique peut amener une infection du corps. Ainsi le D^r Harold Burr, de Yale, a-t-il découvert qu'en mesurant le champ d'énergie (qu'il appelait le champ vital) d'une graine, il pouvait déterminer quelle serait la force de la plante. Autrement dit, une faiblesse dans le champ vital d'un organisme vivant laissait présager la maladie.

D'autres chercheurs, tel le D^r Robert Becker, orthopédiste à New York, ont mesuré les comportements de courants directs d'électricité qui parcourent le corps. Le champ bioénergétique est en relation directe avec le fonctionnement du corps physique. Le D^r Becker a bien montré les variations de forme et de force du champ électrique fort complexe du corps en fonction des changements physiologiques et psychologiques.

Le D^r Hiroshi Motoyama, de Tokyo, fondateur de l'Association internationale pour la religion et la parapsychologie, a mesuré électriquement l'état des méridiens en acupuncture, utilisant les résultats pour prescrire un traitement. Quant au D^r Victor Inyushin, de l'université du Kazakhstan, avec nombre de ses confrères, il mesure depuis des années le champ d'énergie à l'aide d'instruments photosensibles. Il est parvenu à déterminer l'état de points d'acupuncture par la photographie de décharge coronale.

Figure 2-2
Références historiques à un champ d'énergie universelle

Date	Lieu/Personnage	Nom de l'énergie	Propriétés imputables
5000 av. J.-C.	Inde	prana	source fondamentale de toute vie
3000 av. J.-C.	Chine	ch'i	présent dans toute matière
		yin et yang	composée de deux forces polaires dont l'équilibre = santé
500 av. J.-C.	Grèce : Pythagore	énergie vitale	perçue comme un corps lumineux qui peut guérir
XIIIe siècle	Europe : Paracelse	illiastre	force et matière vitales ; guérison ; travail spirituel
XIXe siècle	Franz Anton Mesmer	fluide magnétique	chargerait objets animés et inanimés ; hypnose ; influence à distance
	Wilhelm von Leibnitz	éléments essentiels	centres de force contenant leur propre source de mouvement
	Wilhelm von Reichenbach	force odique	comparaison avec le champ électromagnétique

Figure 2-3
Observateurs du champ d'énergie humaine au XXe siècle

Date	Auteur	Observations	Propriétés découvertes
1911	Walter Kilner	aura, atmosphère humaine	Décéla trois couches de l'aura à l'aide d'écrans et de filtres colorés ; relia la configuration aurique à la maladie.
1940	George De La Warr	émanations	Développa des instruments à radio-ions pour détecter la radiation des tissus vivants ; s'en servit pour diagnostiquer et guérir à distance.
1930-50	William Reich	orgone	Père d'une psychothérapie utilisant l'énergie orgone dans le corps humain ; étudia l'énergie dans la nature et construisit des instruments pour détecter et accumuler l'orgone.
1930-60	Harold Burr et F. S. C. Northrup	champ de vie	Le champ de vie coiffe l'organisation d'un organisme ; ont développé l'idée de rythmes circadiens.
Années 1950	L. J. Ravitz	champ de pensée	Découvrit que le champ de pensée interférait avec le champ de vie pour produire des symptômes psychosomatiques.

1970-89	Robert Becker	champ électromagnétique	A mesuré les systèmes de contrôle de courant direct sur le corps humain ; en a relié les résultats à la santé et la maladie ; a développé des méthodes pour améliorer la croissance osseuse avec du courant électrique.
1970-1990	John Pierrakos, Richard Dobrin et Barbara Brennan	CEH	Ont relié des observations cliniques sur le champ d'énergie avec la réponse émotionnelle ; ont relié des mesures de lumière basse en chambre noire à la présence humaine.
Années 1970	David Frost, Barbara Brennan et Karen Gestla	CEH	La courbure de laser au CEH.
1970-90	Hiroshi Motoyama	ch'i	A mesuré électriquement les méridiens d'acupuncture ; les a utilisés dans le diagnostic et le traitement de la maladie.
1970-90	Victor Inyushin	bioplasma	Le bioplasma du CEH est composé d'ions libres ; cinquième état de la matière ; l'équilibre d'ions positifs et négatifs = santé.
1970-90	Valerie Hunt	biochamp	A électroniquement mesuré la fréquence et la localisation du biochamp sur les humains ; a comparé les résultats avec les lecteurs d'aura.

1960-90	Andria Puharich	champ d'accroissement de vie	A mesuré les champs magnétiques alternatifs améliorant la santé (8 Hz) des mains des guérisseurs ; a découvert que des fréquences plus hautes ou plus basses sont préjudiciables à la vie.
1980-90	Robert Beck	ondes Schumann	A relié les pulsations magnétiques des guérisseurs aux ondes Schumann, pulsations du champ magnétique terrestre.
1980-90	John Zimmerman	ondes du cerveau	A montré que les cerveaux des guérisseurs, comme ceux des patients, passent en synchronisation droite/gauche en alpha.

Cette méthode utilise une très haute fréquence, un haut voltage et un faible courant indolore, les hautes fréquences ne faisant qu'effleurer la peau.

Quelques expériences ont montré la corrélation entre le « champ bio » mesuré et le « champ d'énergie humaine » perçu. À ma connaissance, les meilleures sont celles réalisées par le D^r Valerie Hunt à UCLA et le D^r Andria Puharich dans son laboratoire. Les résultats expérimentaux du D^r Hunt montrent un lien direct entre la fréquence et les ondes de courant électrique alternatif mesurés à la surface du corps et les couleurs spécifiques perçues par un lecteur d'« aura ». Le D^r Hunt s'est livrée aux mêmes mesures avec douze lecteurs d'aura différents utilisant l'HSP. Chaque fois, elle découvrit un schéma de forme d'onde et de fréquence spécifique correspondant à chaque couleur lue. Pour sa part, le D^r Puharich a pu mesurer régulièrement une vibration magnétique de 8 Hz (huit cycles par seconde) venant des mains des guérisseurs, et apprit ainsi que plus le signal est intense, plus grand est l'effet de guérison.

Le D^r Robert Beck, physicien nucléaire, a parcouru le monde en mesurant les ondes du cerveau des guérisseurs, découvrant que l'on retrouve chez tous la

même onde de 7.8 à 8Hz au cours des séances, quelles que soient leurs pratiques, même antinomiques. Les essais sur des guérisseurs chrétiens charismatiques, des kahunas hawaïens, des adeptes du wicca, de la santeria, de la radiesthésie et des radioniques, comme sur des voyants, des déchiffreurs d'ESP et des médiums donnèrent les mêmes résultats.

Il se demanda alors à quel rythme ils obéissaient, et pourquoi. Il découvrit la réponse dans les fluctuations du champ magnétique de la terre, qui oscillent entre 7.8 et 8 Hz, et que l'on appelle ondes Schumann. Poussant plus avant ses recherches, il découvrit qu'au cours de séances de guérison, les ondes du cerveau du guérisseur étaient synchronisées en fréquence et en phase avec les ondes Schumann. Ce qui signifie que la pulsation des ondes du cerveau du guérisseur se produit à la même fréquence et au même moment que les ondes Schumann de la terre. On pourrait en déduire que les guérisseurs savent s'approprier l'énergie du champ magnétique de la terre pour guérir les malades. Ce processus s'appelle couplage de champs.

Le Dr John Zimmerman, fondateur et président du Bio-Electro-Magnetics Institute à Reno, au Nevada, a assidûment étudié les ouvrages traitant du couplage de champs avant de les mettre en corrélation avec des expériences de guérisseurs. Il est clair que ce que les guérisseurs appellent se relier à la terre est en fait un arrimage au champ magnétique de la terre, en fréquence et en phase. Il a découvert qu'une fois établi le lien entre les ondes Schumann et les guérisseurs, les deux hémisphères de leurs cerveaux s'équilibrent et montrent un rythme alpha de 7.8-8 Hz. Une fois le lien établi avec le patient par l'imposition des mains, il est prouvé que les ondes du cerveau des patients se mettent aussi en alpha, en phase avec celles des guérisseurs, et s'équilibrent entre côté gauche et côté droit. En fait, le guérisseur a relié son patient aux pulsations du champ magnétique de la terre, et dispose pour la guérison d'un énorme réservoir d'énergie.

LE CHAMP D'ÉNERGIE HUMAINE, VÉHICULE DE VOTRE ÉNERGIE

En ma qualité de guérisseuse et d'utilisatrice réceptive du haut sens de perception, j'observe depuis des années le champ d'énergie qui entoure les êtres. De nombreuses études des champs de plantes, animaux et humains m'ont permis de conclure que le champ d'énergie humaine est la structure matricielle d'énergie de la croissance des cellules. J'entends par là que le champ d'énergie existe avant le corps physique. Le phénomène du membre fantôme vient à

l'appui de cette théorie. On l'observe chez des amputés qui continuent à éprouver à l'endroit du membre disparu des sensations résiduelles, dues probablement à l'irritation des terminaisons nerveuses sectionnées. Le membre fantôme est pourtant visible dans le champ aurique du patient par HSP, ce qui est logique pour l'observateur doué de HSP, puisque les sensations passent dans le champ aurique.

Je connais un cas où l'un de mes amis, le Dr John Pierrakos, fondateur et directeur du Core Energetics Institute à New York, et auteur du livre *Le Noyau énergétique de l'être humain* (Éditions Sand), travaillait sur une patiente souffrant de ce phénomène. Cette femme avait constamment l'impression d'avoir sa jambe disparue attachée sous elle, et de s'asseoir dessus chaque fois qu'elle s'asseyait. Or le Dr Pierrakos voyait le champ aurique de la jambe tordu dans la position décrite. Il travailla son champ de façon à redresser l'énergie de la jambe jusqu'à une posture de marche normale, soulageant ses symptômes. Il apprit par la suite, du chirurgien qui avait opéré, que ce dernier avait attaché la jambe dans cette position avant l'opération. J'ai la conviction que cette patiente sentait son champ énergétique. Cela signifie que la structure énergétique de base du membre était toujours là. Le champ existe avant le corps physique, ce qui contredit formellement l'opinion de bien des scientifiques ; pour eux, le champ émane du corps, plutôt que le contraire. Si l'on parvient à prouver que le champ existe avant le physique, on peut alors espérer la régénération des membres, comme ceux des salamandres.

La photographie à décharge coronale confirme mon hypothèse de la préexistence du champ sur le physique, par ce que l'on appelle l'effet de la feuille fantôme. Si vous coupez un morceau d'une feuille juste avant de la photographier, toute la feuille (y compris la partie manquante) apparaît sur la plaque photographique, brillamment colorée et éclairée. Puisque l'image de la feuille est entière, on peut conclure que l'image du morceau manquant est due au champ d'énergie, qui reste intact lorsque l'aspect physique est tronqué. Le champ d'énergie ne saurait alors émaner du physique ; en réalité, le physique procède de l'énergétique.

Cette conclusion confère un rôle d'une nouvelle importance au champ d'énergie dans le processus de santé et de croissance. Puisque le corps physique émane du champ d'énergie, tout déséquilibre ou déformation de ce champ cause à terme une maladie dans le corps physique qu'il gouverne. En guérissant les déformations du champ, on guérira le corps physique. La guérison suppose donc que l'on apprenne à guérir le champ en le restructurant, l'équilibrant et le chargeant.

De plus, comme je l'ai montré dans *Le Pouvoir bénéfique des mains*

(Éditions Sand), les événements énergétiques du champ priment et précèdent toujours l'événement physique ; ils le précipitent. La maladie est visible d'abord dans le champ, et c'est là qu'il faut la guérir avant qu'elle ne progresse jusqu'au corps physique. Le champ aurique est infiniment plus ancré au cœur de notre personnalité que le corps physique. C'est à ce niveau de notre être qu'ont lieu les processus psychologiques. L'aura est le véhicule de toutes les réactions psychosomatiques. Pour un guérisseur, toute maladie est psychosomatique. L'équilibre du champ aurique est indispensable au maintien de la santé. Le champ aurique n'est cependant pas la source de l'événement, mais le véhicule qui permet au conscient créateur venu du noyau d'atteindre le physique.

Toute ma pratique et mon enseignement de la guérison reposent sur la connaissance de la structure et du fonctionnement du champ d'énergie humaine et des configurations qui l'amarrent à des dimensions plus profondes. J'ai donné dans *Le Pouvoir bénéfique des mains* une description approfondie du champ d'énergie humaine, de son anatomie et de sa physiologie, de son rôle dans le processus de maladie et de guérison. J'ai également enseigné des méthodes de guérison qui s'en réclament. Je le décris à nouveau brièvement ici, développant des domaines que je n'avais fait qu'effleurer dans mon livre.

Les sept couches du champ aurique

Le champ d'énergie humaine est composé de sept couches ([figure 2-4](#)), qu'il serait erroné de comparer aux pelures de l'oignon. Chaque couche pénètre dans le corps et tend vers l'extérieur à partir de la peau. À chaque couche correspond une « plus haute fréquence » ou une « plus haute octave », qui détermine à son tour une extension de plus en plus grande (quelques pouces) hors de la peau. Les couches impaires présentent une structure de faisceaux lumineux droits et scintillants, les première, troisième, cinquième et septième couches prenant une forme spécifique. Les couches paires – les deuxième, quatrième et sixième – sont emplies d'une substance/énergie amorphe. La deuxième couche est gazeuse, la quatrième fluide et la sixième évoque la lumière diffuse autour de la flamme d'une bougie. Cette partie non structurée du champ d'énergie ressemblant au plasma a été baptisée bioplasma. N'oublions pas qu'il ne s'agit pas ici de termes scientifiques, par manque de preuves expérimentales ; c'est faute de mieux que nous parlerons de bioplasma. Dans ces trois couches sans structure, il revêt plusieurs couleurs, une densité et une intensité, et s'écoule le long des couches structurées. Il est en relation directe avec nos émotions.

La combinaison d'une grille de lumière verticale traversée par des coulées de

bioplasma maintient le corps physique, le nourrit d'énergie vitale, et agit comme un système de communication et d'intégration qui permet au corps de fonctionner en organisme simple. Toutes ces couches du champ aurique s'influencent l'une l'autre selon un mode holographique.

Ces couches, qu'on appelle volontiers corps énergétiques, jouissent d'autant de réalité que notre corps physique. S'ils sont tous forts, chargés et sains, vous connaîtrez une vie riche dans tous les domaines humains. Si une couche de votre champ est faible, les expériences associées à cette couche seront difficiles, et votre vie limitée. Plus vous développerez de couches ou corps, plus ample et pleine sera votre existence.

Nous avons tendance à penser que toute expérience de la vie est identique dans la dimension physique. Or ce n'est pas le cas. La vie existe à de nombreux niveaux de vibrations, dépendant chacun de la composition. Nous disposons donc d'un grand choix d'expérience de vie. Les sept couches du champ aurique correspondent à sept niveaux différents d'expérience de vie, tous différents en fréquence de vibrations, d'intensité et de composition de bioplasma. Tous répondent donc à des stimuli différents.

Cela me rappelle l'exaltation éprouvée, en mathématiques appliquées, en cherchant des équations de mouvement fluide sous diverses conditions. J'avais découvert avec surprise que les mêmes équations convenaient à l'air et à l'eau, à une différence près : certains facteurs des équations variaient en fonction du médium. Il en allait de même pour les équations décrivant le mouvement de l'air proche de la surface de la terre ou plus élevé. Près du sol, le mouvement de l'air dépend plus de la friction des arbres et arbustes que de la masse d'air supérieure. Plus on s'élève, moins le facteur de friction importe dans l'équation. Les résultats montrent un changement dans la direction du flux d'air, appelé cisaille de vent. Vous avez certainement remarqué que les nuages à un certain niveau évoluent généralement dans une direction différente de celle des nuages plus élevés. La micrométéorologie décrit de courts mouvements d'air dans des espaces restreints bien différents des macro-mouvements d'air à travers les océans, où se fait sentir le mouvement de la terre par l'effet de la force de Coriolis.

Pourtant les mêmes équations sont valables dans tous les cas, certains éléments prenant plus d'importance selon les conditions.

J'ai appliqué les mêmes idées et principes généraux pour tenter d'expliquer les interactions du champ aurique. Le flux d'énergie-conscience et l'intervention de différents facteurs varient avec les couches du champ. Autrement dit, la composition de l'énergie-conscience de chaque couche est unique, et diffère de toutes les autres. Chacune répond différemment à des facteurs différents. Une

autre explication serait que le bioplasma de chaque couche du champ a probablement ses propres variations de fréquence, intensité de charge et composition. Tout naturellement, il répond aux stimuli en fonction de ces particularités.

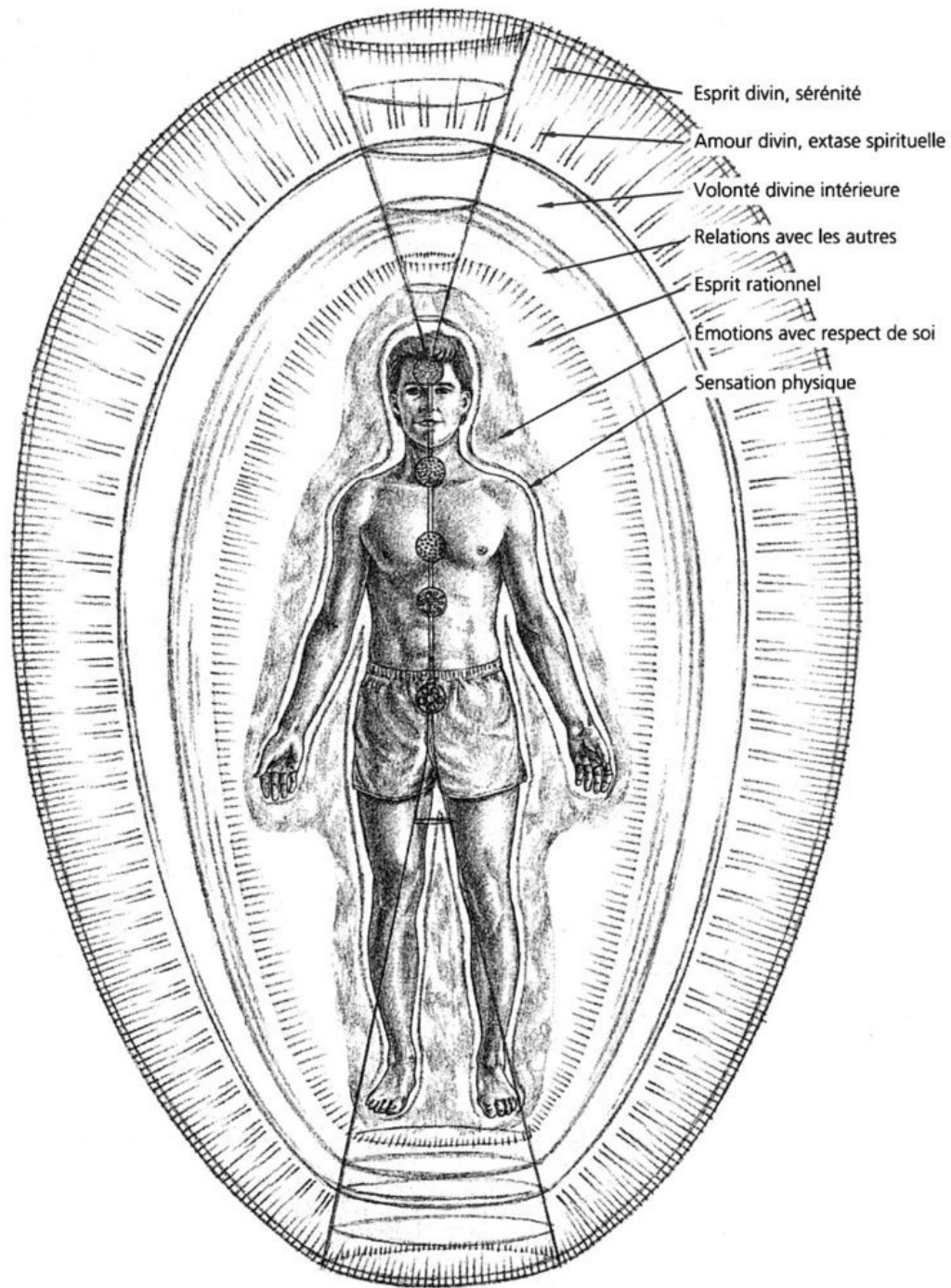


Figure 2-4 :
Les sept couches du champ aurique

Je me suis aussi inspirée, pour examiner le champ aurique, d'un autre type d'étude, en vigueur dans les observations astrologiques ou terrestres. Une

démarche scientifique courante consiste à construire des instruments qui filtrent les longueurs d'ondes superflues et concentrent alors leurs observations sur une étroite bande de fréquence. En observant le soleil, on obtient des images de l'atmosphère solaire à diverses hauteurs, et on remarque des taches ou des flammes solaires, dont l'aspect diffère de l'énergie profonde ou de la couronne extérieure. Ces mêmes principes s'appliquent au champ aurique. En adaptant son HSP à divers niveaux de vibrations auriques, on arrive à définir plus clairement diverses couches du champ, et à y travailler plus facilement.

La description qui suit de la configuration des couches du champ aurique et de l'expérience de vie associée à chacune est le résultat des observations, études et expériences accumulées au cours de mes vingt ans de guérison et treize ans d'enseignement. La [figure 2-4](#) montre les sept couches du champ aurique ou d'énergie humaine.

La première couche du champ aurique

Elle est le siège de toutes les sensations physiques, pénibles et agréables. Il y a corrélation directe entre le flux d'énergie, la pulsation et la configuration de cette première couche et ce que ressent votre corps physique. Une douleur corporelle correspond à un dysfonctionnement de la première couche.

Le D^r Robert Becker a mené des expériences montrant qu'une anesthésie locale, par exemple sur un doigt avant des points de suture, stoppe le courant de particules subatomiques le long des nerfs sensoriels du doigt. Le rétablissement de ce courant rend la sensation. La même chose se produit dans le champ aurique. L'engourdissement correspond à l'absence d'énergie tout au long de la première couche. Lorsqu'un guérisseur s'efforce d'y rétablir un courant d'énergie, la sensation revient.

La première couche du champ est plutôt fine, mince, et d'une couleur légèrement bleu turquoise chez les gens calmes et sensibles. Elle est épaisse, rugueuse et d'un bleu-gris plus soutenu chez les gens robustes et forts. Plus vous entretenez un rapport étroit avec votre corps, en prenez soin et lui donnez de l'exercice, plus solidement se développera la première couche. C'est particulièrement vrai pour les athlètes et les danseurs, dont la première couche comprend des traits d'énergie plus nombreux, plus épais, élastiques et chargés, d'un bleu vif.

Si votre première couche est forte, votre corps sera sain et très fort, et vous connaîtrez toutes les sensations physiques agréables qui accompagnent cet état : le plaisir de sentir son corps, de la vitalité, de l'activité et des contacts physiques

et sexuels, du sommeil. Mentionnons aussi les plaisirs des sens, le goût, l'odorat, l'ouïe et la vue. En toute probabilité, vous continuerez à exercer toutes les fonctions de la première couche, la maintenant chargée et saine, et la rechargeant selon les besoins.

Si, en revanche, vous ne prenez pas soin de votre corps, la première couche s'affaiblira, ses traits devenant cassés, emmêlés ou insuffisamment chargés, maigres et rares dans les parties négligées de votre corps. Une première couche affaiblie vous transmettra l'expérience d'un corps affaibli, et vous ne souhaitez pas en connaître toutes les sensations de plaisir. L'utilisant peu, il demeurera faible. Nombre de ses possibilités énergétiques vous échapperont, et certaines vous paraîtront pesantes. Vous détesterez, par exemple, toute activité physique ; ou vous aimerez manger, mais ne supporterez pas que l'on vous touche ; ou encore vous prendrez plaisir à écouter de la musique, mais aucun à la nourriture ou à l'activité corporelle.

La deuxième couche du champ aurique

Elle est associée à vos sentiments ou aux émotions qui vous concernent. Tout mouvement énergétique y est en relation avec ce que vous ressentez par rapport à vous-même. Des couleurs vives d'énergie nuageuse traduisent des sentiments positifs, et des nuances plus sombres des sentiments négatifs envers vous-même. Cette couche contient toutes les couleurs, et les nuages d'énergie circulent le long de la première couche.

Si vous n'entravez pas le flux de sentiments, positifs ou non, l'aura garde son équilibre, et les sentiments et énergies négatifs se libèrent et se transforment. Mais si vous vous interdisez de ressentir des émotions, vous bloquez alors le flux d'énergie de la deuxième couche associé à ces émotions ; cette couche stagne, et finit par créer des nuages insuffisamment chargés, sombres, encrassés et diversement colorés qui trahissent ces sentiments que vous avez refusé d'éprouver.

Le D^r William Reich a donné à la bioénergétique le nom d'orgone, et à l'énergie étiolée présente dans les couches non structurées du champ celui d'« énergie d'orgone morte ».

Les nuages sombres et stagnants provoquent de l'inertie dans d'autres parties de votre corps. Ils obstruent le système et en perturbent le bon fonctionnement. Puis cette stagnation s'étendra aux première et troisième couches contiguës au champ. La plupart d'entre nous empêchent le flux de certains de nos sentiments, encombrant ainsi notre deuxième couche d'énergie stagnante, et perturbant plus

ou moins gravement notre santé.

Une deuxième couche forte et bien chargée vous permet d'être en paix avec vos émotions. Elles sont nombreuses, mais pas néfastes ; vous vous aimez, vous supportez votre propre compagnie. En maintenant chargées les deux premières couches, vous ajouterez à cette aisance émotionnelle tous les plaisirs physiques que dispense votre corps.

Mais avec une deuxième couche faible, vous éprouverez peu de sentiments vous concernant, ou vous n'en aurez pas conscience. Si la deuxième couche est chargée, mais sombre et stagnante, elle causera un sentiment d'aversion, voire de haine envers vous-même. En maintenant vos sentiments négatifs, vous pouvez souffrir de dépression à force de ne pas vous aimer.

La troisième couche du champ aurique

Elle est associée à notre univers mental ou rationnel. Délicatement structurée, comme le plus fin des voiles, elle comprend des lignes d'énergie d'un jaune citron pâle qui vibrent très rapidement (son éclat, son ampleur et son énergie s'écoulent le long de traits de lumière verticaux qui correspondent à nos processus mentaux et à nos états d'esprit). Lorsque cette couche est saine et équilibrée, l'harmonie s'établit entre raison et intuition, et nous ressentons clarté et équilibre. La synchronisation des trois premières couches de notre champ nous permet d'éprouver un sentiment d'acceptation de soi, de sécurité, de notre juste place, en possession d'un pouvoir personnel.

À une troisième couche forte et bien chargée correspond un esprit fort et clair entièrement à votre disposition, une vie mentale active et saine et le désir d'apprendre.

Dans le cas contraire, vous manquerez d'agilité et de clarté mentales, et éprouverez sans doute peu d'intérêt pour les travaux et les démarches intellectuelles.

En présence de pensées négatives, les pulsations du champ ralentissent, les lignes s'assombrissent et se déforment. Ces « formes-pensées négatives » sont d'autant plus difficiles à changer qu'elles semblent logiques pour celui qui les ressent.

Si vos deux premières couches sont faibles, et la troisième forte et énergique, vous aurez tendance à privilégier la vie de l'esprit au détriment du corps et des sentiments. Vous préférerez résoudre les problèmes par le raisonnement, excluant vos sentiments, ce qui limite d'emblée votre expérience vitale.

Les formes-pensées négatives peuvent se trouver bousculées par les émotions

stagnantes émanant des deuxième et quatrième couches adjacentes. Autrement dit, en nous efforçant de ne pas ressentir d'émotions négatives envers nous-mêmes (deuxième couche) ou envers autrui (quatrième couche), nous bloquons le flux d'énergie dans ces deux couches, et celui de la troisième couche subit alors le contrecoup de cette « pression ».

Pour mieux comprendre ce phénomène, il faut se souvenir que l'état naturel de l'énergie est le mouvement perpétuel. Si on l'interrompt dans les deuxième et quatrième couches pour freiner des émotions négatives, une partie de l'élan est transférée dans la troisième couche, provoquant une activité mentale déformée, puisque incapable de se mouvoir librement, coincée par les énergies qui l'enserment. Je pense que notre culture encourage le maintien de formes-pensées négatives ; notre société admet en effet que nous pensions du mal d'autrui mais non que nous l'exprimions directement. Il serait préférable d'aller débusquer les émotions négatives que nous ressentons envers nous-mêmes, et qui conditionnent nos sentiments négatifs envers autrui.

La quatrième couche du champ aurique

Elle englobe l'ensemble de nos relations. C'est là que se place notre interaction avec les êtres, animaux, plantes et objets, avec la terre, le soleil, les étoiles, l'univers dans son ensemble, là qu'existe la relation « Je-Toi », là que reposent tous nos sentiments envers nos semblables. L'énergie de la quatrième couche semble plus épaisse que celle de la deuxième, en dépit d'un niveau de vibrations plus élevé ; elle ressemble à un fluide coloré, et contient, elle aussi, toutes les couleurs.

Si la quatrième couche souffre de ce que les guérisseurs appellent une énergie de basses vibrations, cette énergie sera ressentie comme un fluide sombre, épais et lourd, que je nomme mucus aurique. Tout comme le mucus accumulé dans le corps en cas de rhume, il a un effet négatif très fort sur le corps, causant douleur, gêne, sensation de lourdeur, d'épuisement, et finalement, maladie.

L'énergie de la quatrième couche peut, en traversant une pièce, atteindre une autre personne. Lorsqu'il y a interaction, manifeste ou furtive, des torrents d'un bioplasma coloré fluidifié vont à la rencontre du champ de l'autre. La nature de l'interaction obéit à celle de l'énergie-conscience qui habite ces torrents. Si par exemple l'amour domine l'interaction, on verra s'écouler en vagues douces un flot d'énergie rose tendre. Si c'est l'envie, l'énergie deviendra d'un gris-vert sombre, visqueuse et collante. En cas de passion, le rose se teintera fortement

d'orange à l'effet stimulant ; les ondes s'intensifieront, avec des sommets plus hauts. L'énergie de la colère sera âpre, aiguë, acérée et pénétrante, envahissante et rouge foncé.

La quatrième couche est dépositaire de l'amour et de la joie, mais aussi de la lutte et de la douleur. Plus le courant passe entre deux personnes, plus se développeront les connexions énergétiques entre elles. Si votre quatrième couche est forte, saine et bien chargée, vous aurez de nombreuses et excellentes relations avec autrui ; famille et amis tiendront une place importante dans votre vie. Sans doute apprécierez-vous la compagnie et prendrez-vous un métier de contacts. L'amour et le cœur domineront votre vie.

Mais si votre quatrième couche est faible et mal chargée, les relations humaines vous paraissent sans doute moins importantes, faisant de vous un solitaire, recherchant peu l'intimité ou bien la trouvant trop difficile et décevante. Vous vous sentez peut-être submergé par les autres, dont la quatrième couche plus vivace écrase la vôtre.

Dès la naissance, des cordons du champ aurique nous relient à nos parents, comme le fait le cordon ombilical. Ces cordes se développent en même temps que l'aura au cours de l'enfance. (Voir *Le Pouvoir bénéfique des mains*, chapitre VIII.) Elles représentent nos rapports avec chaque parent, et préfigurent ce que seront nos relations futures. Chaque nouvelle relation fait apparaître d'autres cordons. (Voir chapitre XIV, « Les trois sortes d'interactions du champ aurique dans les relations », pour une description plus détaillée.)

Les trois premières couches de l'aura expriment l'empreinte physique, émotionnelle et mentale de notre monde dans le corps physique. La quatrième, vouée aux relations, est une passerelle entre les univers physique et spirituel. Quant aux trois couches supérieures, représentant l'expérience physique, émotionnelle et mentale que nous avons de notre monde spirituel, elles sont les gabarits des trois couches inférieures : la septième de la troisième, la sixième de la seconde, et la cinquième de la première. Chaque couche supérieure structure la couche inférieure correspondante.

La cinquième couche du champ aurique

Elle est le siège de la volonté divine. La première perception en est déroutante, puisque tout y apparaît à l'envers, comme un plan d'architecte. Ce que vous prenez généralement pour un espace vide devient une lumière bleu cobalt, et les objets normalement solides ne sont plus que des lignes d'énergie vides ou claires. Gabarit de la première couche du champ, elle offre à chaque

trait bleu d'énergie de la première couche une rainure ou sillon vide prêt à le recevoir. Elle maintient ainsi la première couche, et donne l'impression d'un espace rempli d'une vie indistincte informe. Pour insuffler à la vie une forme spécifique, il faut d'abord libérer de l'espace. La cinquième couche est le moule de votre corps et de toute vie ; elle contient le schéma évolutif de vie qui se manifeste en prenant forme. La volonté divine est l'intention divine modelée et formée.

L'expérience personnelle ressentie dans cette couche est particulièrement difficile à expliquer, faute d'un vocabulaire adéquat. La présence divine existe en vous et tout autour de vous, et vous êtes libre de vous accorder avec elle ou non. Gabarit ou modèle du plan d'ensemble de l'évolution de l'humanité et de l'univers, elle est vivante, vibrante, et en perpétuel déroulement. Elle est douée d'un sentiment d'une puissance presque inexorable de volonté délibérée. En faire l'expérience est une rencontre avec l'ordre parfait. C'est un monde de précision, une couche de tons précis ; c'est en réalité la couche des symboles.

Si vous êtes en accord avec la volonté divine, votre cinquième couche sera forte, riche d'énergie. Son modèle épousera le modèle universel de la volonté divine, que le HSP permet de voir dans cette couche. En harmonie avec votre but et tous les autres buts, vous aurez un fort sentiment de pouvoir et de contact avec ce qui vous entoure. En parvenant à une vision de cette couche, vous vous rendrez compte que vous participez à la création de ce gabarit palpitant de vie qui détermine l'ordre du monde. C'est vous qui élaborerez votre place dans l'ordre universel au niveau harique, profondément enfoui en vous, et dont je parlerai plus avant dans ce chapitre.

Si votre cinquième couche est forte, vous êtes de ceux qui comprenez et maintenez l'ordre dans votre vie : « Une place pour chaque chose, et chaque chose à sa place. » Votre maison sera en ordre, vous serez ponctuel et accomplirez parfaitement votre travail avec une grande conscience. Votre volonté fonctionne très bien ; elle est en harmonie avec la volonté divine, sans peut-être que vous le sachiez.

Si, en revanche, vous n'êtes pas en accord avec la volonté divine, la conformation du champ aurique dans votre cinquième couche sera déformée, étrangère au modèle universel, tandis que vous, déconnecté de ce qui vous entoure, ne connaîtrez ni votre place dans le schéma universel ni votre but ; vous en ignorerez jusqu'à l'existence, et vous trouverez dans la position de quelqu'un à qui on impose un rôle.

Or ce rôle ne vous conviendra pas. Il est probable qu'une volonté claire et précise vous intimide, et que vous niez ou refusez l'ordre méthodique. Si vous doutez de votre propre valeur, votre expérience de la cinquième couche peut

s'avérer impersonnelle et froide. Si votre conscient aborde cette couche avec des sentiments négatifs, vous aurez l'impression de n'être qu'un rouage dans l'immense mécanisme de la vie.

Avec une cinquième couche affaiblie, l'ordre semblera gêner votre liberté. Vous serez peut-être tenté d'accuser les gens ordonnés de manquer de créativité. Vous n'aurez qu'un lointain rapport avec la volonté divine ou le but primordial de votre vie, et synthétiserez avec difficulté. Disposant d'une seconde et quatrième couches faibles et d'une première, troisième et cinquième couches fortes, vous pourriez laisser une forme d'ordre dictatorial étouffer votre liberté créatrice, et devez alors songer à privilégier la vie émotionnelle.

Mais si vous parvenez à vous débarrasser de vos sentiments négatifs et de votre résistance à ce monde parfait en songeant que vous participez à sa création, vous découvrirez votre but et votre place. Votre vie peut changer radicalement. Intégré dans un vaste plan divin, vous ressentirez un sentiment de sécurité et vous considérerez comme une étincelle dans ce vaste réseau de lumière palpitant de vie. C'est votre lumière, comme celle de chacun, qui crée ce réseau. En ouvrant votre HSP sur cette couche, vous voyez et sentez le plan ; vous aurez de vous-même et du monde l'expérience d'une vive lumière, d'un espace quasi vide sur un fond bleu cobalt.

La contemplation de cette couche et une méditation sur le vaste plan d'évolution vous aideront à harmoniser votre vie et son but et faciliteront votre développement. Pour ce faire, il faut suivre votre vraie personnalité et non les exigences des normes sociales. D'inutile rouage, vous deviendrez ainsi une source de créativité dans l'univers.

La sixième couche du champ aurique

Elle semble composée de banderoles de lumière rayonnant en tous sens et s'étendant à 70 cm environ du corps. Non structurée et d'une très haute fréquence, elle contient toutes les couleurs de l'arc-en-ciel en nuances opalescentes.

Saine, la sixième couche est brillante et chargée ; les rayons d'énergie ruissellent du corps en faisceaux lumineux bien droits. Plus la charge de cette couche est forte et vive, plus nous en prenons conscience dans notre expérience humaine. C'est là que résident notre univers spirituel et notre amour divin. Une halte dans cette couche de conscience apporte un grand calme bénéfique pour la guérison. Source de l'extase de notre spiritualité, elle permet de ressentir l'amour spirituel par les élans de joie, d'allégresse, de félicité suprême. Pour

l'atteindre, il nous faut imposer silence aux bruits de l'esprit, nous livrer à la méditation et écouter de la musique religieuse ou seulement mélodieuse, psalmodier ou rêver. On éprouve alors des élans de fraternité avec toutes les créatures spirituelles des divers paradis mais aussi avec tous les humains, plantes et animaux de la terre. Là, chacun de nous ressemble au halo autour de la flamme d'une bougie ; nous nous transformons en rayons lumineux nacrés et irisés, prolongements d'une source de lumière centrale.

Si votre sixième couche est faible et sans énergie, vous aurez peu d'expériences spirituelles ou liées à l'inspiration. Vous en ignorerez même la signification. Une sixième couche en mauvais état nous prive de ses expériences ; nous aurons la vague impression que Dieu est malade ou que Dieu/paradis/spiritualité ne signifie rien, et que ceux qui en font l'expérience vivent dans un monde totalement imaginaire.

Malade, cette couche mal chargée s'assombrit, devient étique, et ses rayons lumineux faiblissent faute de nourriture spirituelle. Un tel manque peut avoir bien des causes : être élevé dans l'ignorance de la spiritualité ; avoir subi un choc lié à la religion, que l'on rejette désormais ; avoir vécu un traumatisme qui mène au rejet de Dieu et de la religion. Dans le premier cas, la sixième couche est seulement peu chargée, et la personne ne sait pas qu'il lui faut une nourriture spirituelle ; dans les autres cas, la couche est séparée des autres ; on peut voir un trou entre les couches, et les canaux de communication entre elles sont obstrués.

Si votre sixième couche est considérablement plus forte que les autres, vous pouvez être tenté de vous abriter de la vie physique dans l'expérience spirituelle, concevant de la vie une vision enfantine et souhaitant être pris en charge comme si seule la dimension spirituelle existait. Vous aurez tendance à vous trouver mieux que les autres à cause de ces expériences, simple défense contre la crainte que la vie physique vous inspire. Cette défense est cependant fragile, et le réveil brutal apportera la désillusion. Mais dissoudre l'illusion n'est pas néfaste, et vous ramènera dans ce cas à la vie physique, en vous faisant comprendre que le monde physique est partie intégrante du monde spirituel, et pas extérieur à lui.

Pour faire l'expérience du monde spirituel, il faut impérativement charger la sixième couche du champ. On peut y parvenir par la simple méditation, en restant assis tranquillement cinq à dix minutes deux fois par jour et en fixant le regard sur un objet, une rose, la flamme d'une bougie ou un beau coucher de soleil. Ou l'on peut répéter un mantra, un son ou une suite de sons sans signification apparente.

La septième couche du champ aurique

Lorsqu'elle est saine, elle est composée de stries d'énergie dorées, belles et fortes, qui scintillent à une fréquence très élevée. Elles s'entrelacent pour former tous les éléments de votre corps physique, et s'étendent à environ un mètre du corps. À cette distance, la septième couche prend la forme d'un œuf d'or qui entoure et protège tout ce qui est à l'intérieur. Le bord externe ressemble en épaisseur et solidité à une coquille d'œuf. Elle organise comme il convient le flux d'énergie entre l'aura et l'espace lointain ; elle empêche toute déperdition d'énergie et toute pénétration d'une mauvaise énergie externe. Douée d'une force surprenante, elle maintient la cohésion du champ. On retrouve partout les filaments lumineux dorés de la septième couche. Ils unissent tout, que ce soit les cellules d'un organe à un corps, ou un groupe d'êtres humains au monde entier.

La septième couche est celle de l'esprit divin. Lorsqu'elle est saine et que nous la vivons avec lucidité, nous ressentons l'effet de l'esprit divin et pénétrons dans son champ universel, conscients de notre participation au grand schéma de la vie. L'expérience de cette vérité nous apporte une profonde sécurité, car nous découvrons la perfection à l'intérieur même de nos imperfections. Le HSP permet de voir le réseau doré de vérité de cette couche serpentant dans l'univers. Il nous enseignera aussi la communication d'esprit à esprit. Dans un futur proche, le HSP deviendra complètement évident. À l'heure actuelle, nous avons parfois accès à l'esprit universel, et à des informations que ne nous fourniraient pas des sens dits normaux.

Si vous disposez d'une septième couche forte, saine et chargée, vous serez capable de création et de la compréhension des concepts qui gouvernent l'univers. Vous reconnaîtrez votre place dans le grand schéma universel. Vous aurez de Dieu une compréhension forte et claire. Vous possédez les aptitudes pour être théologien, scientifique, inventeur, ou pour enseigner dans des domaines profonds et complexes. Une septième couche atrophiée vous privera au contraire d'idées créatrices ; le sens profond de la vie vous échappera, ainsi que votre rôle dans cet ensemble. Vous aurez peut-être l'impression que rien n'est lié et que l'univers n'est que hasard et chaos.

Une septième couche malade montrera des filaments dorés faibles et ternes. Ils seront amorphes, plus minces par endroits, parfois même déchirés, laissant l'énergie s'échapper. Dans ce cas, nous ne pouvons ressentir l'esprit divin ni les liens de la vérité que recèle le champ universel de l'esprit. Le concept de perfection à l'intérieur de nos imperfections restera lettre morte, et nous supporterons mal ces dernières. Nous pouvons même tenter de les nier, revendiquant de toutes nos forces une perfection interdite à la condition humaine. Si votre septième couche est hypertrophiée, vous aurez du mal à réaliser toutes vos idées créatrices.

La meilleure façon d'affermir la septième couche du champ est de rechercher sans relâche notre vérité première et d'agir en conséquence. À cette fin, je conseille d'utiliser un mantra qui répète : « Ne bouge pas et sache que je suis Dieu. » Cet exercice fournit de l'énergie à la septième couche et conduit à ressentir l'appartenance à l'esprit divin et à Dieu.

Tous vos corps doivent bien fonctionner pour que vos idées puissent se manifester sur le plan physique. Je veux aussi parler de votre santé ; une bonne santé et une vie pleine exigent que tous vos corps, et partant tous les aspects de l'expérience humaine, soient dégagés, chargés et équilibrés. Tout processus de guérison passe donc par l'apport de soin et de nutrition aux sept couches de votre champ.

LES CHAKRAS

Les chakras, mot sanscrit pour « roue », sont les formes dont se servent les guérisseurs dans la structure du champ énergétique. À en croire mon HSP, ils ressemblent étrangement à des tourbillons, ou entonnoirs, d'énergie. Ils existent dans chacune des sept couches du champ, et les chakras deux à six apparaissent à la fois sur la face et au dos du corps. Nous les distinguons par un nombre et une lettre : A pour le devant du corps, B pour le dos ([figure 2-5](#)).

Les chakras servent à absorber l'énergie du champ universel, que nous pouvons aussi appeler champ universel de santé, qui nous entoure. L'énergie reçue est alors métabolisée par chaque chakra puis envoyée dans les parties du corps dépendant du système nerveux majeur le plus proche. Cette énergie est indispensable au bon fonctionnement du champ aurique et du corps physique. La tradition orientale lui donne le nom de *prana* ou de *chi*.

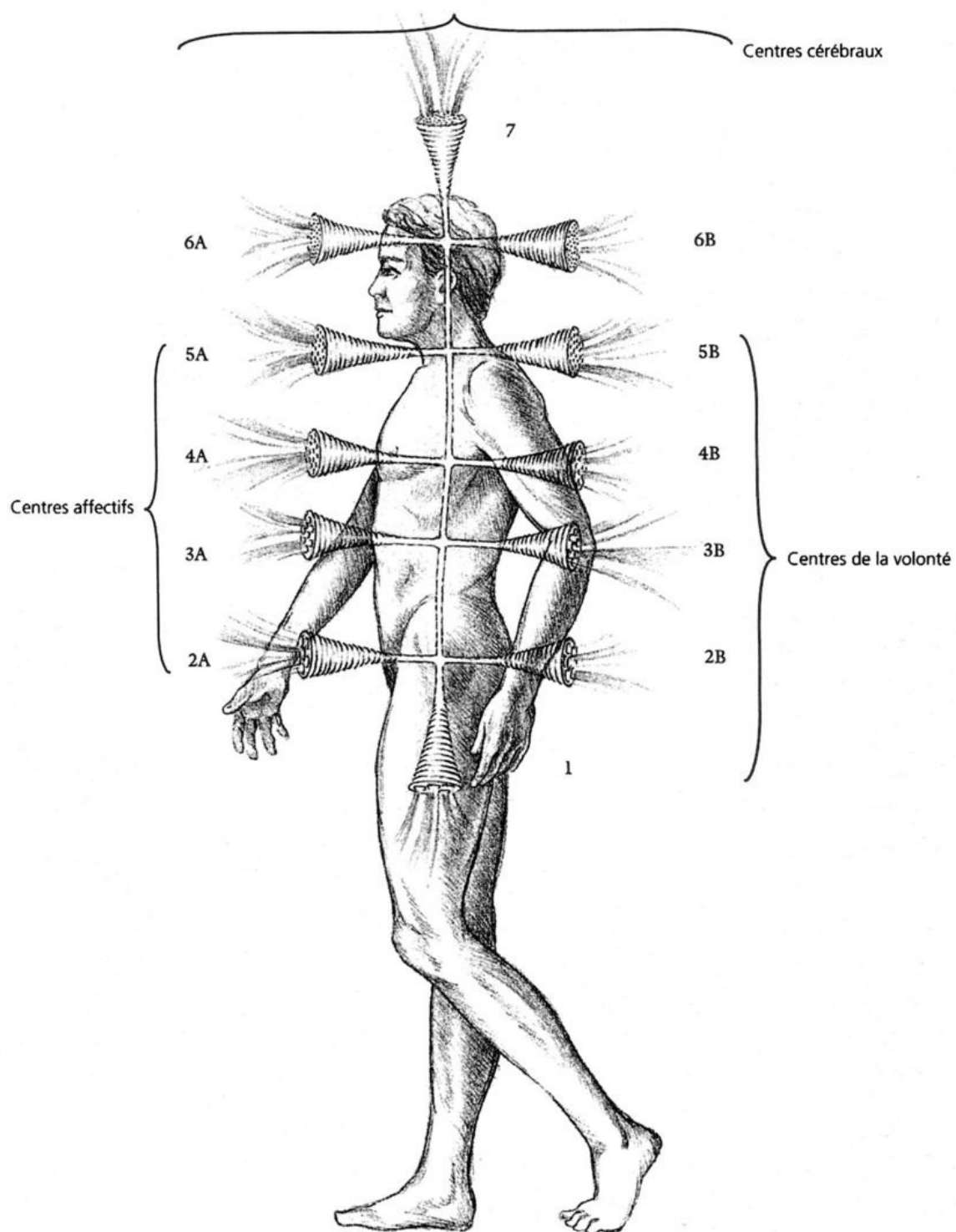


Figure 2-5 :
Localisation des sept chakras principaux

Si un chakra cesse de bien fonctionner, l'absorption de l'énergie en souffre, et les organes servis par ce chakra aussi. Si ce dysfonctionnement perdure, le désordre s'installera dans les organes de cette région ; elle s'affaiblira, perdra ses défenses immunitaires, et la maladie finira par envahir cette partie du corps.

On compte sept chakras majeurs. Chaque entonnoir présente une ouverture plus large, de quinze centimètres de diamètre, à deux centimètres et demi du corps. La pointe se trouve à l'intérieur du corps, près de la moelle épinière. Le conducteur vertical, vaste vecteur où tous les chakras déversent l'énergie empruntée au champ universel de vie ou de santé qui nous entoure, s'étend au travers de la ligne centrale du corps. L'énergie des chakras s'entrelace tout le long du conducteur vertical. Les couleurs sont tressées, en une corde multicolore et vibrante. Ce conducteur mesure chez la plupart des gens deux centimètres et demi de large ; mais chez des guérisseurs qui ont transcendé au plus haut leur conscient, il peut atteindre quinze centimètres de diamètre.

Les sept chakras majeurs sont placés près des grands centres nerveux du corps.

Le premier est situé entre les jambes, la pointe à la jointure sacro-coccygienne. Il est associé aux sens des positions et mouvements du corps, et du toucher, et lié à notre désir de vivre ; il procure au corps sa vitalité, et fournit de l'énergie à la colonne vertébrale, aux surrénales et aux reins.

Le second chakra est juste au-dessus de l'os pubien, de chaque côté du corps ; sa pointe repose au centre du sacrum, d'où nous ressentons les émotions. Lié à la sensualité et la sexualité, il inonde d'énergie nos organes sexuels et notre système immunitaire.

Le troisième chakra se trouve de chaque côté du plexus solaire, avec la pointe dans la charnière du diaphragme, entre la vertèbre thoracique douze (T-12) et la vertèbre lombaire une (L-1). Il apporte l'énergie aux organes de cette région : estomac, foie, vésicule, pancréas, rate et système nerveux. Il gouverne notre intuition, notre place dans l'univers, nos relations avec autrui et le soin que nous prenons de nous-mêmes.

Le quatrième chakra, dans la région du cœur, est en rapport avec l'amour et la volonté. Devant, il permet de ressentir l'amour ; derrière, la volonté. Pour son bon fonctionnement, amour et volonté doivent s'équilibrer. Sa pointe est fichée dans T-5. Il procure l'énergie à notre cœur, au système circulatoire, au thymus, au nerf vagal et à la partie supérieure du dos.

On trouve le cinquième chakra devant et derrière la gorge. Il est lié aux sens de l'ouïe, du goût et de l'odorat. Sa pointe est installée dans la vertèbre cervicale trois (C 3). Il alimente en énergie la thyroïde, les bronches, les poumons et le canal alimentaire. Il concerne les facultés de donner et recevoir et d'énoncer

notre vérité.

Le sixième chakra est placé sur le front et à l'arrière de la tête, la pointe au centre du crâne. Il donne de l'énergie à l'hypophyse, à la partie inférieure du cerveau, à l'œil gauche, aux oreilles, au nez et au système nerveux. Il est associé au sens de la vue. La partie avant du chakra concerne la compréhension conceptuelle, et la partie arrière le processus progressif de réalisation des idées.

Le septième chakra est au sommet de la tête, la pointe en plein centre. Il fournit l'énergie de la partie supérieure du cerveau et de l'œil droit. Il est associé à l'expérience de la connaissance directe et relié à l'intégration de la spiritualité dans la personnalité.

D'une façon générale, les aspects frontaux des chakras font le lien avec nos fonctions émotives, les aspects dorsaux avec la volonté, et les chakras de la tête avec notre fonction raisonnante. L'harmonie est nécessaire entre ces trois éléments pour notre bien-être. La quantité d'énergie qui traverse un chakra est fonction de son utilisation, et donc de celle de la raison, de la volonté ou de l'émotion qui lui est associée. Pour équilibrer ces trois domaines dans notre vie, il faut équilibrer, égaliser et synchroniser nos chakras.

Nous allons décrire dans ce livre le travail des guérisseurs dans le champ d'énergie humaine, et le travail que vous pouvez accomplir dans votre champ pour vous guérir. Nous mettrons ensuite en rapport le processus de guérison personnelle avec les sept niveaux d'expérience vitale personnelle, tels qu'ils existent dans chaque couche du champ. L'on parvient à la guérison en comblant des besoins personnels associés à chaque type d'expérience de vie dans chaque couche. (Pour plus de détails sur l'aura et ses chakras, voir *Le Pouvoir bénéfique des mains*, deuxième et troisième parties.)

LE NIVEAU HARIQUE, NIVEAU DU BUT ET DE L'INTENTION

Le niveau harique est plus profondément enfoui en votre nature que l'aura. Il est le fondement de l'aura. Je l'appelle ainsi parce que c'est là qu'est le *hara*, défini par les Japonais comme le centre du pouvoir dans le bas-ventre. L'aura concerne votre personnalité, le niveau harique vos intentions. Il correspond à votre tâche dans la vie ou à sa véritable dimension spirituelle. C'est là que résident le grand dessein de votre incarnation et celui de chaque instant.

Le niveau harique est beaucoup plus simple que le champ aurique à la structure compliquée (figure 2-1). Il consiste en trois points jalonnant une ligne laser traversant le corps en son milieu. Mesurant moins d'un centimètre de large, elle s'étend à partir d'un point à plus d'un mètre au-dessus de notre tête, pour

s'enfoncer profondément au centre de la terre. Le premier point au-dessus de la tête ressemble à un entonnoir renversé, à l'extrémité évasée pointant vers le bas et mesurant moins d'un centimètre de large. Il représente notre première individuation, lorsque nous avons quitté Dieu pour nous incarner. Comme il comporte aussi la fonction raisonnante, c'est à lui qu'incombe l'incarnation de notre raison. C'est le point de communication avec notre haute réalité spirituelle, et je nomme cet endroit le point d'individuation, ou ID.

En suivant cette ligne laser le long du haut de notre torse, nous arrivons au second point, baigné d'une belle lumière diffuse ; il correspond à notre émotion. Là réside notre aspiration spirituelle, notre nostalgie sacrée. Il engendre la passion d'accomplir de hauts faits. Cette aspiration représente ce que nous souhaitons plus que tout, ce qui justifie notre existence. J'appelle ce point le siège de l'aspiration de l'âme, siège de l'âme, ou SA.

Le point suivant est ce que les Chinois nomment *tan tien*. C'est le centre qui inspire les pratiquants des arts martiaux, qui leur donne la force de briser du béton. Il ressemble à une boule de pouvoir d'environ six centimètres et demi de diamètre, à la même distance en dessous du nombril. Entouré d'une solide membrane, il évoque une balle de caoutchouc, parfois de couleur dorée. C'est un centre de volonté ; votre volonté de vivre dans le corps physique. Il contient la note qui suffit à donner au corps physique sa manifestation.

Par votre volonté et cette note vous avez établi votre corps à partir du corps de votre mère la terre. C'est à partir de ce centre que les guérisseurs peuvent se relier à une immense force pour régénérer le corps, pour peu qu'ils mettent la ligne harique en prise profonde dans le noyau en fusion de la terre. En plongeant leur ligne harique dans la terre, les guérisseurs peuvent rassembler un énorme pouvoir. Quand on l'utilise à des fins de guérison, le *tan tien* peut devenir rouge vif et très chaud ; c'est ce que l'on entend par la mise en prise sur le niveau harique. Lorsque cela se produit, les guérisseurs sentent sur tout leur corps une chaleur intense.

Quand vous avez clairement établi une intention au niveau harique, vos actions dans les niveaux aurique et physique procurent du plaisir. Nous évoquerons tout au long de ce livre les rapports entre le dysfonctionnement du niveau harique (donc, votre intention et votre tâche de vie) et la santé. Ainsi la maladie peut-elle être causée par des intentions peu claires, confuses et contradictoires, et une absence de lien avec la tâche assignée pour la vie. Tant de gens, surtout dans nos civilisations dites avancées, ressentent une profonde douleur spirituelle, ignorant la finalité de leur vie. La cause de leur douleur leur échappe, et ils ne savent pas qu'elle est guérissable. La rupture avec le sens profond de leur vie apparaît au niveau harique, et peut être guérie à partir de ce

point.

LE NIVEAU DU NOYAU RAYONNANT: NIVEAU DE VOTRE ESSENCE DIVINE – SOURCE DE VOTRE ÉNERGIE CRÉATRICE

Relié à notre essence divine, le niveau du noyau rayonnant plonge beaucoup plus profondément en nous que le niveau harique. Lorsqu'on l'atteint, par le HSP, on voit chaque être métamorphosé en une étoile. Chaque étoile est différente, et représente la source interne de vie. À ce niveau d'intime profondeur, nous sommes le centre de l'univers ; là réside l'individualité divine qui nous habite. Il se trouve à quatre centimètres au-dessus du nombril sur la ligne centrale du corps ([figure 2-1](#)). Si, ouvrant notre vision à ce niveau, nous regardons un groupe d'êtres humains, chacun ressemble à une étoile rayonnant à l'infini mais dans une relation osmotique avec toutes les autres.

Notre noyau, centre essentiel de notre être, est unique. Il repose en nous de toute éternité, impavide aux limites du temps, de l'espace ou de la croyance. Il est l'aspect individuel du divin, le berceau de notre vie et de notre être. Nous le reconnaissons aisément pour la personnification de nous-mêmes depuis la naissance ; et en ce lieu, nous ne sommes que sagesse, amour et courage.

Cette intime essence n'a jamais changé, et aucune expérience négative n'a réussi à la souiller, même si nos réactions à des expériences négatives l'ont voilée. Elle est le fondement de notre nature, le bien enfoui en chacun de nous, la vérité de notre être. De cette source éternelle jaillissent toutes nos énergies créatrices.

VOTRE PROCESSUS CRÉATIF ET VOTRE SANTÉ

Le propos de ce livre est de vous aider à comprendre le processus créatif né de votre noyau et sa signification, en mettant l'accent sur la santé et la guérison. Ce processus commence toujours avec deux éléments : intention positive, ou divine, et plaisir positif. *À l'origine de tout ce que vous avez accompli dans votre vie l'on retrouve, outre de bonnes intentions, le plaisir.*

Tout acte de création a pris naissance au tréfonds de votre conscience pour sourdre au travers des couches profondes de votre être jusqu'au monde physique. Ce voyage est toujours le même : conscience dans le noyau, intention au niveau harique, énergies vitales dans l'aura, puis expansion dans l'univers physique. Lorsque ces énergies s'écoulent directement du noyau aux corps physiques en

respectant les étapes hâriques de notre mission de vie et aurique de notre personnalité, nous apportons santé et joie dans nos vies. Tout mon livre est fondé sur ce processus de créativité. C'est en faisant « surgir la lumière » de notre noyau que nous façonnons l'expérience à tous les niveaux de notre être.

Lorsque nous bloquons les énergies créatrices venues du noyau rayonnant, nous introduisons la souffrance dans nos vies. Notre tâche consiste à dévoiler notre noyau pour libérer lumière et créations dans la joie, le plaisir et le bien-être. Nous créerons ainsi un monde d'harmonie, de paix et de communion.

3

Une nouvelle vision de la guérison L'expérience holographique

Avant d'espérer comprendre et vivre l'expérience holographique, il faut en examiner notre conception actuelle, qui n'est pas holistique.

SOUBASSEMENT MÉTAPHYSIQUE DE NOS MODÈLES SCIENTIFIQUES

Tout comme les cultures primitives et leurs croyances traditionnelles, notre monde scientifique occidental a façonné sa culture sur des hypothèses innées, dont beaucoup sont demeurées jusqu'à nos jours tacites et incontestées.

Ce que nous prenons pour notre réalité fondamentale dépend de la métaphysique qui sous-tend notre science. Dans son livre *Global Mind. Change*, le D^r Willis Harman relève l'utilisation de trois systèmes métaphysiques fondamentaux – M-1, M-2 et M-3 – dans l'histoire de l'évolution humaine. Il les définit ainsi :

M-1. Le monisme matérialiste (Matière source d'esprit)

Selon la première de ces théories, l'univers est fait d'énergie-matière. La réalité nous est révélée par l'étude du monde mesurable... Quelle que soit la nature de la conscience, elle émerge de la matière (le cerveau) lorsque le processus d'évolution a suffisamment progressé.

Tout ce que l'on apprend sur la conscience doit pouvoir s'intégrer à ce qu'enseigne l'étude physique du cerveau, car la conscience privée d'un organisme physique vivant est inconnue, et surtout inconcevable.

M-2. Le dualisme (Matière plus esprit)

Selon l'alternative métaphysique dualiste, l'univers repose sur deux éléments fondamentaux : énergie-matière et esprit-âme.

On étudie le premier à l'aide d'instruments scientifiques, et l'on examine le second par des moyens plus spécifiques (telle l'exploration subjective interne), donnant naissance à deux types de connaissance complémentaires, coïncidant à l'occasion (dans le cas des phénomènes métapsychiques).

M-3. Monisme transcendantal (Esprit source de matière)

Un troisième système fait de la conscience le suprême élément de l'univers. Esprit ou conscience donnent, d'une certaine façon, naissance à l'énergie-matière. Le monde physique est à l'immensité de l'esprit ce qu'est l'image rêvée à l'esprit individuel. Le contact final avec la réalité cachée derrière le monde du phénomène se fait par l'intuition profonde, et non par les sens physiques. La conscience n'est pas l'aboutissement de l'évolution matérielle ; elle la précède !

Notre héritage et notre conditionnement culturels se réclament surtout du modèle métaphysique M-1, support d'une science mécaniste. Quant à notre futur, il est déjà en germe dans le modèle M-3, qui mène à une science holographique.

LE VIEUX MODÈLE SCIENTIFIQUE MÉCANISTE ET LES SOINS MÉDICAUX

Avant de confier notre santé à un modèle holographique, passons en revue nos vieilles notions de santé, guérison et médecine, et les limites qu'elles nous ont imposées.

Elles proviennent de ce modèle scientifique mécaniste suranné qui conditionne notre culture. Fondé sur le système métaphysique M-1 (matière source d'esprit), il englobe l'ensemble tacite de prémices rationnelles de cet âge scientifique. D^r Harman en énumère ainsi les hypothèses :

1. La connaissance ne s'acquiert que par les sens physiques, ou à la rigueur une transmission d'information génétique. Ou par la science empirique [...] l'exploration du monde mesurable à l'aide d'instruments qui accroissent nos

sens.

2. Toutes propriétés qualitatives [...] sont en fin de compte réductibles à des propriétés quantitatives (la couleur se réduit à une longueur d'onde).

3. Il y a une nette démarcation entre le monde objectif que tous perçoivent et l'expérience subjective accessible au seul individu [...] Le premier est l'affaire de la connaissance scientifique, tandis que la seconde, pour importante qu'elle soit pour l'individu, ne mène pas au même type de connaissance aisément vérifiable.

4. Le concept de libre arbitre est une tentative pré-scientifique d'explication d'une conduite dont l'analyse scientifique nous apprend qu'elle relève à la fois de forces externes affectant l'individu et de tensions et pressions internes à l'organisme.

5. Ce que nous appelons conscience ou sensibilité à nos pensées et émotions est un phénomène secondaire dû à des processus physiques et biochimiques dans le cerveau.

6. Ce que nous appelons mémoire n'est qu'un amas de renseignements accumulé dans le système nerveux central.

7. Vu la nature du temps, toute prévision du futur ne saurait se faire que par prédiction rationnelle fondée sur des causes connues et des récurrences passées.

8. L'activité mentale dépendant de divers états dynamiques d'un organisme physique (le cerveau), elle ne saurait avoir d'effet direct sur le monde physique extérieur à cet organisme.

9. L'évolution de l'univers et de l'homme a des causes physiques [...] Rien ne justifie un concept de dessein universel dans cette évolution, dans le développement de la conscience ou les efforts de l'individu.

10. La conscience individuelle ne survit pas à la mort de l'organisme; dans le cas contraire, nous ne saurions le comprendre dans cette vie, ni en avoir la moindre connaissance.

Ces hypothèses sous-tendent notre société industrialisée et notre système

médical. Elles sont parfois efficaces, mais pas toujours, et pas pour tous. La société de consommation a ses avantages, mais pas pour ceux qu'assaillent la pauvreté. Pour découvrir des solutions efficaces aux problèmes sociaux et aux maladies qui sont les « plaies » du XXe siècle, il faut scruter plus profondément nos hypothèses sur la réalité.

La philosophie de notre culture repose sur le vieux modèle de physique mécaniste, fondé lui-même sur la métaphysique M-l, stipulant que le monde est fait de blocs de matière – électrons et protons. Tout est constitué de ces minuscules « éléments ». Pour comprendre le monde, il suffit de le diviser en ces éléments, puis de les étudier. On nous a donc appris à vivre en faisant confiance à la rationalité. Notre système social ou médical, nos écoles insistent sur la solution rationnelle des problèmes, qui seule nous en livrera l'explication et la cause. Pour ce faire, on sépare tout, et on analyse.

Malheureusement, depuis près de quarante ans, on a fragmenté le monde pour l'étudier en entités séparées. Or la recherche prouve que c'est une erreur. Les expériences en physique et biologie des vingt dernières années montrent que tout est lié, qu'il est impossible de séparer l'expérimentateur de l'expérience, et l'individu du tout. Pourtant, nous continuons d'appliquer dans notre vie quotidienne le principe de fragmentation.

Pourquoi l'ancien système ne fonctionne-t-il plus ?

La pensée mécaniste nous amène à des assertions de ce genre :

- « Quand vont-ils faire quelque chose ? »
- « Ils sont en train de détruire la planète. »
- « Tout irait mieux si les cadres (ou les ouvriers) n'étaient pas si cupides. »

Ce discours nous sépare des autres, en inventant ces « ils » que nous rendons responsables, au lieu d'essayer de changer nous-mêmes une situation que nous avons contribué à créer.

Nous agissons de même avec notre santé et la maladie ; nous séparons nos organes, et nous les dissociions de notre malaise. Nous séparons également nos organes de nos émotions, et nous compartimentons tout :

- « J'ai attrapé votre rhume. »
- « J'ai mal au dos. »
- « Mon estomac me cause encore des problèmes. »

« Je déteste mes hanches, elles sont trop grosses. »

Nous essayons même de nous débarrasser du symptôme, au lieu de rechercher la cause, ce qui peut être très dangereux. Et nous tenons les discours suivants :

« Docteur, je veux me débarrasser à tout jamais de ce problème de genou. »

« J'ai mal à la tête ; j'ai besoin d'aspirine pour chasser la douleur. »

« Je vais me faire enlever la vésicule pour qu'elle cesse de m'ennuyer. »

Bien souvent, la maladie nous paraît causée par une invasion extérieure, microorganisme ou tumeur qu'il faut enlever, et pilules ou chirurgie nous rendront la santé. Prescrire des médicaments contre la douleur ou l'envahisseur est la démarche logique si l'on pose le principe que le monde est composé de parties séparées, mais ne s'attaque pas à la cause de la maladie. La médecine moderne accomplit des miracles, mais nos santé ne cessent pourtant de se délabrer. À peine un médecin arrange-t-il un problème qu'un autre se déclenche, parfois à cause des effets secondaires d'un traitement. Et nous nous obstinons à considérer ces maladies comme séparées. Notre monde est si fragmenté que, désorientés, nous considérons presque le docteur comme responsable de notre santé.

Refuser de considérer l'être humain comme un tout est source de multiples souffrances, et pousse à abandonner à un médecin la responsabilité de notre santé ; le médecin devient mécanicien. J'ai bien souvent été témoin de cette souffrance. La compartimentation engendre la confusion. J'ai reçu bien des patients qui avaient essayé toutes les professions de santé, médecins et thérapeutes, guérisseurs, médiums, acupuncteurs, nutritionnistes et herboristes, avec de médiocres résultats, dus surtout à une mauvaise analyse de leur situation. Le patient ne sait plus que faire ou qui croire, car de la compartimentation naît la contradiction.

Notre culture nous pousse à exiger un diagnostic face à un symptôme. Mais le diagnostic, en présentant concrètement les « faits » d'une maladie, nous empêche de voir clairement l'ensemble de la situation, puisque nous sortons du contexte des liens qui unissent tout notre être et imputent la cause de notre mal à de multiples niveaux de fonctionnement et d'expérience. Nous lui donnons valeur de réponse complète et en attendons la sécurité. C'est donc au médecin qu'incombe la lourde responsabilité de notre santé, aidé par le diagnostic et le traitement. Nous croyons fermement qu'il suffit de connaître le nom de la maladie pour la contrôler, comme une entité séparée, et que le médecin la

contrôle mieux que quiconque.

Il est vrai que cette méthode réussit dans le cas de nombreuses maladies. Les symptômes physiques disparaissent, mais la cause interne liée à notre réalité profonde persiste. L'habitude de diagnostiquer et traiter les manifestations finit par nous séparer plus encore de notre réalité profonde. Cela me paraît un abus de diagnostic. Le système n'est pas en cause, mais nous devrions le considérer comme un morceau d'un vaste puzzle qui nous mène à la compréhension et la progression. D'autre part, n'envisager la maladie que sous l'angle des symptômes rigidifie le système de diagnostic et conduit à un abus encore plus grave.

Modèle mécaniste et diagnostic de mort programmée

La souffrance et l'angoisse des patients augmentent lorsque diagnostic et traitement s'assortissent de menaces : « Si vous ne suivez pas ce traitement, votre état empirera, vous risquez même la mort. » Les médecins ont bien entendu le devoir de prévenir un patient qui ne se soigne pas, mais ils ne peuvent assurer que leur méthode est la seule bonne. Il existe peut-être d'autres moyens qu'ils ne connaissent pas, et l'accès ne doit pas en être refusé. Plutôt que de considérer un patient comme « en phase terminale », le médecin doit admettre que la médecine occidentale reste désarmée.

L'une des pires choses que j'ai vu subir à des patients qui découvrent qu'ils souffrent d'un cancer est ce diagnostic terminal. C'est vrai que les statistiques donnent des indications ; mais elles ne sauraient s'appliquer à tous les patients. Devant un patient qui fait mentir les statistiques, on parlera d'erreur de diagnostic, de « rémission spontanée », ou même de « miracle », discréditant la méthode qui a amélioré l'état du patient.

En assénant les termes d'incurable ou de terminale aux maladies qu'elle ne sait pas traiter, la médecine occidentale inflige aux patients un nouveau problème. Elle les décourage et aggrave la maladie, puisqu'il leur faut lutter de surcroît contre la conviction qu'ils sont perdus. Le patient intègre la vision pathologique du système médical qui ne dispose pas des moyens de le guérir. La médecine occidentale a une manière détournée de dire : « Acceptez ce que nous croyons : cette maladie (selon notre diagnostic) est incurable (à notre avis). » Cette assertion voilée nous ramène au problème fondamental du rôle de nos modèles supposés de réalité dans nos vies.

LE PROBLÈME DES MODÈLES OU MÉTAPHORES DE RÉALITÉ

Comme le dit la clocharde dans la pièce à succès de Lily Tomlin *The Search for Intelligent Life in the Universe* : « La réalité est une intuition collective. » Nous prétendons trop souvent que tout modèle de réalité accepté par nous est la *réalité*. Les ennuis commencent quand l'événement ne correspond pas au modèle, nous poussant à nous blâmer ou à renoncer. Il ne nous vient pas à l'idée que les limites viennent du modèle.

Or tout modèle est limité, ne l'oublions pas. Cela nous permet d'accepter dans certains cas une métaphore de réalité, ainsi dans le domaine mécaniste où la matière est bien la réalité de base. Mais cette métaphore devient inacceptable dans le cas d'une maladie incurable. Le moment est alors venu de découvrir une autre métaphore qui débouche sur une guérison, d'adopter un autre système médical, et d'abandonner des traitements qui ne guérissent rien, et barrent la voie à d'autres possibilités, médecine ayurvédique, homéopathie, acupuncture, macrobiotique ou autres.

Un diagnostic de guérison impossible est une condamnation du système médical, pas du patient. Il démoralise le patient, entrave toute tentative de sa part, empêche tous soins alternatifs. Le médecin devrait dire ceci : « J'ai fait tout ce que j'ai pu ; je n'ai plus rien à proposer ; si vous le souhaitez, je resterai à vos côtés et veillerai à votre confort. Peut-être quelqu'un connaît-il un autre moyen. »

La responsabilité des médecins s'arrête là. Ils ne peuvent assumer la vie ni la santé d'autrui. Ils ne sont pas Dieu, ce qui devrait les rassurer. Il est vrai que les médecins portent la lumière de Dieu en chaque cellule de leur être, mais chaque patient également. Les médecins ont accès à un incomparable pouvoir de guérison ; mais les patients sont tout à fait aptes à apprendre à puiser dans ce pouvoir, rendant moins lourde la tâche du médecin.

Les responsabilités que nous avons fait endosser à nos médecins, fondées sur le modèle mécaniste, sont injustes et irréalistes. En prescrivant une pilule ou une intervention chirurgicale pour nous débarrasser d'une cause externe de souffrance, le médecin assume la responsabilité, comme si nous n'étions pas concernés.

Vers le modèle holographique

Avec l'aide des médecins, nous devons, en tant que patients, reprendre l'entière responsabilité de notre guérison, et établir avec eux des relations efficaces et harmonieuses.

Pour ce faire, commençons par adopter consciemment le nouveau système

métaphysique M-3 décrit en début de chapitre et considérons que l'esprit, et non pas la matière, est la réalité de base. Alors tout change, et nous parvenons à l'holisme.

Tout ce qu'expose ce livre est fondé sur la métaphysique M-3 : l'esprit est source de matière, et constitue donc, avec la conscience, la réalité de base. Dans notre culture, *esprit* et *conscience* sont pourtant des termes limités. Le vaste champ de l'expérience humaine dépasse de loin l'esprit. Je préfère donc appeler *essence* la nature fondamentale de l'humain. L'essence est plus subtile et moins limitée que ce que nous appelons conscience ; elle sous-tend la conscience. Celle-ci à son tour, plus subtile et moins limitée que l'esprit, le sous-tend. L'essence crée la conscience, qui crée l'esprit, qui crée la matière.

Cette essence existe dans le noyau rayonnant de chaque créature vivante, en tout et partout. Et l'on retrouve en chaque être interpénétration d'essence, conscience et esprit. La métaphysique M-3 nous mène donc tout naturellement à l'holisme et aux liens étroits entre toutes choses, étape bien connue de la guérison. En l'acceptant, nous tombons sur la science nouvelle de l'holographie, pleine de promesses pour le futur puisqu'elle propose des réponses inédites aux éternelles questions sur nous-mêmes, notre guérison et nos processus créateurs.

Retrouvons la direction de l'holisme. Qu'est-ce que c'est ? Quelle hypothèse nouvelle de la réalité offre-t-il ? Qu'est-ce que vivre dans un modèle holographique de réalité, de penser et vivre selon ses préceptes ? En quoi nos vies changeraient-elles ? Beaucoup d'entre nous ont connu l'expérience du tout, par le biais de la méditation ou de choses aussi simples que la rêverie devant un coucher de soleil. Ce sont là de puissantes expériences, que nous aimerions savoir renouveler le plus souvent possible. On dirait qu'il existe une brèche entre l'expérience spontanée du tout et la pratique de l'holisme dans la vie quotidienne. Mon livre entend combler cette brèche en procédant pas à pas, rapprochant le monde et nos corps physiques de la vaste expérience holistique qui fait de chacun de nous le tout. Voilà donc la question à laquelle nous sommes confrontés : comment devenir holistiques ?

L'expérience de l'hologramme universel

Pour explorer les implications existentielles et personnelles d'un modèle de vie holographique, j'ai posé à plusieurs étudiants en troisième année de mes cours de guérison la question suivante : « *Imaginez que vous soyez un hologramme. En quoi est-ce que cela libère vos limites ?* » Voici leurs réponses :

Marjorie V. : Dans un hologramme, nous sommes tout à la fois observateur et créateur. Nous sommes l'ensemble du schéma, pas seulement un élément. Un hologramme échappe au temps linéaire et à l'espace tridimensionnel ; c'est le lien tissé entre toutes choses, l'essence de la non-limitation. C'est se livrer à toutes les expériences, se sentir un avec chaque être, chaque chose et chaque univers. C'est le présent, le passé et le futur instantanés.

Ira G. : M'imaginer en hologramme m'ôte toute limite en me permettant d'envisager de comprendre et de faire l'expérience de tout l'univers par une seule cellule de mon corps et une seule expérience de ma vie. Chaque élément devient un seuil de compréhension universelle.

Sylvia M. : Si je suis un hologramme, je n'ai plus de limites. L'éternité du temps et de l'espace m'est ouverte. Je deviens arbre, animal, sans-abri, et ils sont moi. C'est peut-être ce que veut dire cette vieille expression, « tous pour un, et un pour tous ».

Carol H. : M'imaginer en hologramme libère mes limites. Je reconnais le lien tissé entre tous les éléments de la création ; je reflète l'esprit divin. Je prends aussi conscience que toutes mes pensées, paroles et actions sont ressenties par l'ensemble de l'univers, et c'est bouleversant ! Toute la création me parvient comme si j'étais un « récepteur ».

Bette. B. : Si j'étais un hologramme, disons de l'alcoolisme, je serais à la fois l'épouse de l'alcoolique, le mari, la fille, le fils et l'alcoolique. Je sentirais en même temps l'alcool parcourant le corps et les sentiments, pensées et connaissances mentales, émotionnelles, physiques et spirituelles de tous les acteurs, sans avoir à prendre parti, puisque je serais tout à la fois et saurais qu'il participe de Dieu et de l'univers.

Pam C. : Je me crois hologramme, mais c'est difficile à expliquer. Voilà pourquoi je me sens illimitée :

1. Je ne suis pas fragmentée, mais toujours liée au tout. En fait, je suis le tout.
2. Je peux prendre à tout moment la forme nécessaire. En fait, je les prends toutes tout le temps.
3. Je suis en synchronisation permanente avec tout ce qui existe.
4. Mon corps ne me limite pas. J'ai accès à toute l'information de l'univers et d'autres dimensions, passées, présentes et à venir. Je peux être partout à tout moment, et à plusieurs endroits à la fois. Bref, cela me donne une grande

importance et des liens très étendus ; je suis à la fois le tout et ses éléments.

Roseanne F. : En étant hologramme, je ne suis pas une partie du tout, je suis *le tout*. Je deviens illimitée car je ne me contente pas d'être reliée à toutes choses, je suis tout, et donc douée d'un potentiel illimité pour comprendre, savoir, voir, apprendre, être et faire (et plus encore, j'en suis sûre).

À l'inverse du « Je suis un tout » de l'hologramme, je suis aussi dans et de tout le reste ; un équilibre s'instaure donc entre mon moi illimité et tous les autres êtres et choses.

John M. : C'est une métaphore scientifique de la parole du Christ : « Le Père et moi ne sommes qu'Un. » J'en conclus que je ne suis pas « en dehors », et que, semblable au fils prodigue, j'ai senti passer en moi toute l'abondance de l'univers. Et cette pensée évoque une impression de paix toujours présente malgré peurs et incertitudes. On dirait que lorsque j'imagine l'immensité du tout, il me regarde avec un semblant de visage humain. Je puise courage et espoir dans la pensée d'être un hologramme.

Marge M. : Cela me permet de me voir comme la totalité de tout. Il me faut apprendre à accéder à certains aspects de moi-même ; en devenant hologramme, tout est possible, toute connaissance est accessible, il suffit de laisser faire.

Laurie K. : Cela me donne des ailes et je puis être partout à tout moment. Je dispose d'une responsabilité créatrice pour me connaître véritablement et changer le monde entier. J'ai accès à toute connaissance et toute compréhension. Libérée des chaînes du désaccord dualiste, j'avance dans un monde de lumière, d'unité, de connaissance, indissolublement liée à tout.

Sue B. : J'ai eu du mal, car mon esprit dit « je ne suis pas. » Il m'est plus facile de m'imaginer faisant partie d'un réseau dense, me permettant de devenir « je suis » au lieu de « moi » et « pas moi ». Le temps et l'espace s'effacent alors, puisque « je suis » partout à la fois.

Jason S. : En m'imaginant en hologramme, je puis contrôler la « libération de mes limites », au point d'en avoir un peu peur ; je me sens alors plus détaché de ma personnalité et du cours de ma vie, remplacés par une série de schémas interactifs. Ma vision de moi-même s'élargit. À un autre niveau – celui de l'infiniment petit –, je m'exprime entièrement dans chaque activité de ma vie quotidienne. Talents, problèmes et points forts ; tout apparaît dans chaque aspect.

Mais un trop grand détachement me perturbe, même si cette vision entière de ma vie me plaît.

En portant sur les patients ce regard dans un but de guérison, je ressens la possibilité d'une adhésion totale avec leur passé, présent et futur probable, grâce à quoi l'instant de guérison transcende l'instant présent.

L'expérience holographique exige l'élargissement de la conscience et une grande sensibilité envers soi-même et les autres. Nous apprendrons dans ce livre à y parvenir peu à peu. Cette expérience est celle du moment de guérison. Lorsque le temps linéaire et l'espace tridimensionnel sont transcendés comme nous venons de le décrire, la guérison intervient automatiquement.

Je suis sûre que ces expériences vous sont familières. Il suffit d'apprendre à les provoquer et à les intégrer à la vie normale ; c'est là notre vrai défi. Pour le relever, nous devons mieux comprendre l'holisme. Examinons donc de plus près l'holographie.

Les origines de l'holisme et de l'holographie

En 1929, Alfred North Whitehead, mathématicien et philosophe bien connu, décrivit la nature comme un vaste ensemble extensible dont tous les éléments s'interpénètrent. Selon lui, « les dualismes du type esprit/matière sont faux. La réalité est globale et tout est imbriqué ». Whitehead entendait par là que tout est relationnel, y compris nos sens. Ils nous servent à recueillir des informations sur telle ou telle situation, mais altèrent notre perception, tandis qu'à son tour la situation altère nos sens. La même année, Karl Lashley publiait les résultats de ses recherches sur le cerveau humain montrant que la mémoire n'est pas localisée dans un endroit spécifique du cerveau, puisqu'elle survit à sa destruction partielle. On ne la trouve pas non plus dans des cellules spécifiques, et elle semble répartie dans l'ensemble du cerveau, tel un champ d'énergie.

En 1947, Dennis Gabor découvrit des équations évoquant un système photographique tridimensionnel qu'il appela holographie. Le premier hologramme fut construit en 1965 à l'aide d'un laser par Emmette Leith et Juris Upatinicks. En 1969, le Dr Karl Pribram, physiologiste du cerveau renommé de Stanford University, émit la suggestion que l'hologramme offrait un puissant modèle des processus cérébraux. Puis en 1971, un autre physicien en renom qui avait travaillé avec Einstein, le Dr David Bohm, soumit la proposition d'une organisation holographique de l'univers, transportant de joie Pribram, qui voyait confortée sa théorie d'un cerveau humain fonctionnant comme un hologramme,

rassemblant et décryptant l'information d'un univers holographique.

Qu'est-ce qu'un hologramme ?

Pour mieux comprendre ces travaux, examinons le fonctionnement d'un hologramme. Vous en avez certainement déjà vu : il projette une image tridimensionnelle d'un point apparemment indéterminé de l'espace ; en faisant le tour de cette image, on en voit les différents côtés.

L'hologramme se crée en deux temps : la [figure 3-1](#) décrit le premier : le rayon laser est fractionné en deux par un dispositif appelé fractionneur de rayon. La moitié est mise au point au travers d'une lentille sur un objet telle une pomme, puis est réfléchi par un miroir sur une plaque photographique. L'autre moitié, simplement réfléchi par un miroir, est mise au point au travers d'une lentille sur la même plaque photographique. On installe une mise en phase spécifique entre les deux moitiés du rayon laser, et l'on prend une photo... Le résultat est la photographie des interférences produites par les deux rayons lorsqu'ils se trouvent rassemblés sur la plaque, et ressemble à un gribouillis indiscernable de lignes.

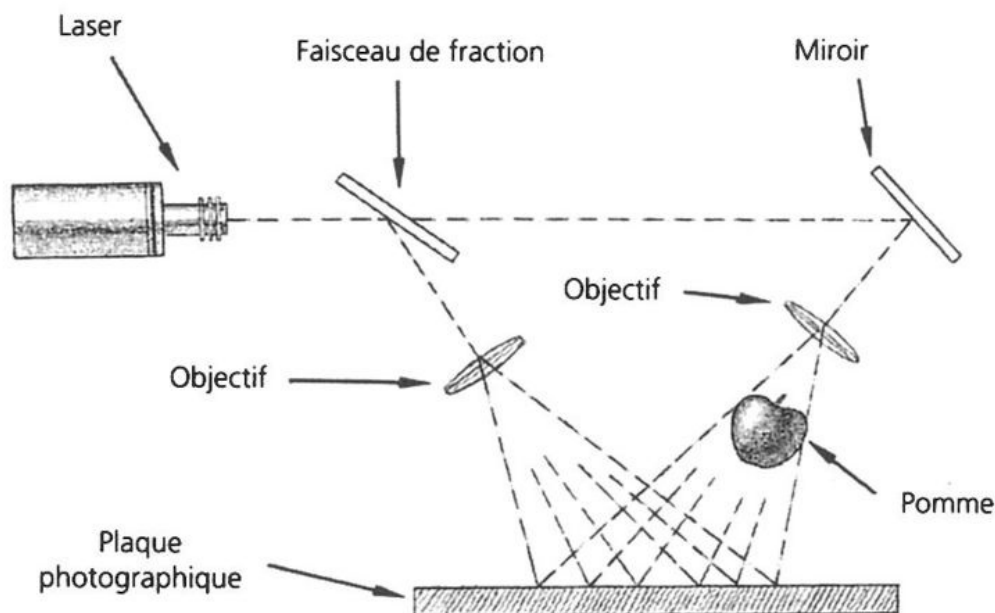


Figure 3-1 :
Confection de l'hologramme d'une pomme

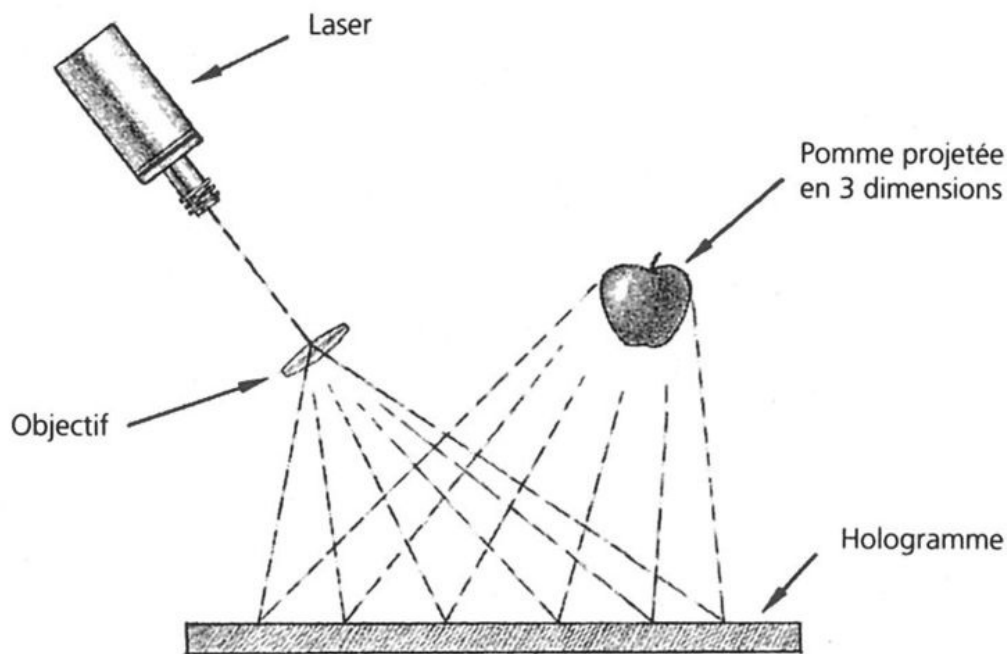


Figure 3-2 :
Projection de l'hologramme d'une pomme

Dans un second temps (figure 3-2), l'on se contente d'enlever la pomme, le fractionneur de rayon, le second miroir et la seconde lentille. Prenant alors le laser et le mettant au point au travers d'une lentille sur la plaque photographique, vous découvrez une image tridimensionnelle de la pomme suspendue dans l'espace ! Plus surprenant encore, si vous coupez la plaque photographique en deux sans rien changer, vous obtenez toujours l'image de la pomme suspendue dans l'espace, un peu plus floue. En coupant un autre morceau de la plaque, l'image de la pomme dans l'espace est toujours là, et ainsi de suite, avec des morceaux de plus en plus petits de la plaque, la pomme restant entière, mais un peu plus floue chaque fois.

LE MODÈLE HOLOGRAPHIQUE ET SEPT PRINCIPES CONCERNANT LA NATURE DE LA RÉALITÉ

En entrant dans l'ère holographique, préparons-nous à de nombreux changements. Elle est fondée sur *sept principes fondamentaux sur la nature de*

la réalité issus du travail holographique et qui constituent le modèle holographique.

Principe 1 : La conscience est la réalité fondamentale

Pour y parvenir, suivons l'analyse du D^r Pribram. Pour lui, la réalité fondamentale est la signature énergétique détectée par le cerveau au moyen des sens. Le cerveau traduit cette signature sous la forme et la couleur d'une pomme. Pour lui, la réalité est donc semblable à l'énergie du rayon laser qui transporte l'information. Ce qui nous paraît être la réalité ressemble plutôt à l'image tridimensionnelle projetée de la pomme dans l'hologramme. La vraie réalité se trouve dans l'énergie que détectent nos sens, et pas dans les objets que nous appelons réels.

Pribram stipule que notre cerveau se comporte comme l'hologramme, projetant la vraie réalité des faisceaux d'énergie dans une pomme illusoire. À l'aide de nos cinq sens, notre cerveau convertit en objet le champ d'énergie de ce qui attire notre attention ; l'objet ainsi perçu représente la réalité secondaire, simple signature de la réalité plus profonde (les faisceaux d'énergie) d'où émane la projection de l'objet.

Pribram ajoute que tous nos sens s'entendent pour créer l'illusion du monde qui nous entoure, comme des haut-parleurs stéréophoniques ou des écouteurs avec le son. Pour l'instant, seule la vue est concernée – l'hologramme se servant d'un rayon laser. On verra sans doute plus tard apparaître des hologrammes utilisant les sens du toucher, de l'ouïe, de l'odorat et du goût.

Les travaux du D^r Pribram ont visiblement trait à notre modèle du champ d'énergie humaine. Au niveau aurique, la réalité fondamentale est l'énergie ; plus en profondeur, on trouve l'intention, émanant de la conscience, base de notre flux d'énergie, et enfin l'essence et le noyau rayonnant, fondement de toute réalité. Et nous voilà arrivés à la métaphysique M-3.

Implications du Principe 1 sur notre santé et notre système de soins

1. L'implication essentielle est l'influence primordiale dévolue à notre conscient exprimé sous forme d'intention et à l'énergie de notre champ aurique résultant de cette intention sur notre santé ou maladie. Les facteurs principaux de notre état de santé sont donc nos intentions, conscientes ou non, et leur expression dans nos pensées, sentiments et actions. Tout problème physique

n'est qu'un symptôme matérialisé de la véritable maladie enracinée dans le conscient.

2. Toute science ou tout système de soins fondé sur le monde physique l'est sur des causes secondaires et non primaires.

Principe 2: Tout est relié à tout

Cette connexion n'a rien à voir avec une proximité spatiale ou temporelle. Un événement dans un endroit a un effet immédiat sur tout le reste, sans décalage (plus vite que la vitesse de la lumière et au-delà de la théorie de la relativité d'Einstein).

Puisqu'il n'y a pas de décalage, ce que nous appelons cause et effet se produisent en même temps, et ce concept si utile dans notre monde matériel n'est ni applicable ni valide dans la réalité primaire.

Implications du Principe 2 sur notre santé et notre système de soins

1. Dans une optique holographique, il est impossible d'envisager séparément êtres, événements, choses, « non-choses », ou nous-mêmes. La propagation des événements influence, outre leur sphère propre, d'autres domaines de la vie a priori sans rapport avec eux. Notre expérience quotidienne, notre science, psychologie, notre politique montrent assez qu'en réalité, rien n'est séparé. Aucune circonstance, politique, psychologique, atomique ou autre, ne saurait être envisagée isolément. Tout ce qui se passe à un instant donné a un effet immédiat ailleurs. Le développement des armes nucléaires et l'action des écologistes le prouvent clairement.

2. Tout ce que nous faisons, disons, pensons, et croyons concernant la santé et la maladie a une conséquence immédiate sur chacun.

3. En nous guérissant, nous guérissons les autres. En aidant les autres à guérir, nous nous guérissons aussi.

Principe 3: Chaque élément contient le tout

Prenant l'hologramme pour modèle, nous obtenons de la nature de la réalité une vision fort éloignée de celle, traditionnelle, de la culture occidentale. Le fait que l'image tridimensionnelle de la pomme résiste à l'amenuisement de la plaque photographique démontre que chaque élément (de la plaque

holographique) contient le tout (la pomme).

Implications du Principe 3 sur notre santé et notre système de soins

1. Chaque parcelle de notre être nous contient intégralement. Nos gènes en sont l'expression dans le monde physique, puisque chacune de leurs cellules contient tout notre programme génétique. Une seule cellule suffira un jour à créer notre clone !

2. Au niveau énergétique, le schéma du champ aurique de chaque cellule contient tout notre schéma de santé. Il suffit d'y puiser pour recouvrer la santé, à l'aide d'une seule cellule saine.

3. Nous sommes tout ; chaque chose existante vit en chacun de nous. En nous explorant, c'est l'univers que nous découvrons.

4. Notre guérison aide à celle de la terre et de l'univers. (Pour mieux comprendre cette démarche, voir « Quelle peut être ma contribution personnelle à la paix du monde ? », communiqué par mon guide Heyoan, au chapitre XIII.)

Principe 4 : Le temps aussi est holographique

Tout aspect existe partout et en tout temps (toujours et pour toujours). Chaque moment, complet et vivant, coexiste en toute connaissance de cause avec tous les autres ; il se connaît, il se comprend, il a accès à tous les moments.

Implications du Principe 4 sur notre santé et notre système de soins

1. Nous savons donc qu'un événement passé apparaît dans le tissu de notre monde actuel. Les conséquences de nos actions touchent un nombre considérable de gens, proches ou lointains, puisqu'elles ne subissent pas d'inhibition spatio-temporelle, étant holographiques. Elles opèrent en dehors de ces limites, car temps et espace n'existent pas dans la réalité primordiale.

2. Sur le plan personnel, nous avons désormais accès à tous les autres moments ; nous sommes partout tout le temps, toujours.

3. Chacun de nous est relié au « Moi » sain avant la maladie et après la guérison. Nous avons accès à cette expérience de santé et pouvons l'intégrer au présent dans un but de guérison.

4. À l'inverse, nous pouvons conserver les leçons et la sagesse enseignées par la maladie.

5. L'expérience du tout peut nous apporter la guérison immédiate.

Principe 5 : Individuation et énergie sont essentielles à l'univers

Tout aspect demeure entièrement individuel. Il existe une expérience prouvant que la lumière est une particule mais aussi une onde d'énergie. Mais une autre expérience montre que les particules ne se comportent pas comme des choses, mais plutôt comme « des événements individuels d'interaction », donc de l'énergie. Nous en concluons que chaque aspect de l'univers est soit une onde soit une particule individuelle d'énergie.

Implications du Principe 5 sur notre santé et notre système de soins

1. Nous sommes tous composés d'énergie. Si nous substituons à l'idée de matière solide celle de lumière, il devient plus facile de changer nos corps et nous-mêmes, constitués de lumière. Nos corps changent sans arrêt, devenant différents à chaque seconde.
2. Chacun de nous est unique, comme tout ce qui nous arrive, qui ne peut être déterminé par une probabilité fondée sur le passé sans l'intervention du facteur de création (principe 7).

Principe 6 : Le tout est plus grand que l'addition des éléments

Inversons le processus, et remettons un à un tous les morceaux de la plaque photographique : nous obtenons une image de plus en plus claire et précise de la pomme. Quelques points saillants découlent du sixième principe :

1. Chaque aspect fait partie d'un système plus grand que lui, lui-même emboîté dans un système plus grand, et ainsi de suite.
2. Chaque aspect et système a connaissance des autres.
3. En reliant et intégrant les petits éléments au tout, on comprend plus clairement ce tout.

Implications du Principe 6 sur notre santé et notre système de soins

1. Dans l'optique de l'holisme, relier les diverses parties de nous-mêmes nous donne une meilleure et plus nette image de l'ensemble de nous-mêmes.
2. Un groupe de personnes crée un ensemble doué de plus de pouvoir, amour et créativité que chacun de ses membres ou la somme de leurs efforts individuels.

3. Au sein d'un groupe, tout individu peut puiser dans le pouvoir de ce groupe, et tout groupe peut procéder de même et accéder au pouvoir et à l'énergie d'un groupe plus important, et ainsi de suite, dans un but de guérison ou de création.

4. Chacun de nous, individuellement et en groupe, a accès aux forces de guérison de l'univers, présentes, passées et à venir.

Principe 7: Le conscient crée la réalité et sa propre expérience de celle-ci

Le septième principe est fondé sur le modèle du cerveau holographique de Karl Pribram. *Pribram stipule que le cerveau traite des données compatibles avec ce dont il a l'habitude.* Votre expérience dépendra donc d'attentes fondées sur vos croyances et votre héritage. Le conscient, créant la réalité, crée aussi sa propre expérience de la réalité, qui en fait partie.

Implications du Principe 7 sur notre santé et notre système de soins

Nous disons volontiers en langage de guérison: « Non seulement nous créons notre réalité et notre maladie, mais aussi notre expérience de cette réalité, y compris de notre santé ou maladie. »

C'est là une déclaration pour le moins controversée, qu'il convient d'interpréter avec soin, pour éviter incompréhension et abus. Avoir la responsabilité d'une situation donnée ne veut pas dire devoir se la reprocher ; nous ne sommes pas devenus malades parce que nous sommes mauvais ; mais si nous acceptons l'idée que la création de notre expérience de la réalité nous incombe, nous nous mettons en position de force pour découvrir comment nous avons créé cette situation, changer, et en recréer une meilleure. Deux questions périlleuses se posent alors :

De quel niveau de notre être provient cette création ? De l'essence divine, de l'intention consciente ou de l'esprit et des sensations de la personnalité ? Qui est ce nous responsable de la création ? D'après la vision holographique, nous sommes tous étroitement connectés et reliés à l'immense pouvoir créateur de l'univers, et avons sur chacun un effet réciproque, toujours et partout.

Les gens qui vivent dans une tension nerveuse constante sont susceptibles de provoquer une maladie cardiaque au niveau énergétique de la personnalité correspondant aux pensées et sensations. Le choix personnel est très présent, ainsi que la création individuelle d'énergie. Il ne faut pourtant pas oublier

l'importance de la culture, qui multiplie les victimes de maladies cardiaques à force de tension, mauvaise alimentation et lacunes émotionnelles.

Pourtant, un bébé né avec le sida n'a pas eu le loisir d'exercer au niveau de la personnalité les choix humains que nous venons d'évoquer. L'apparition du virus chez un nouveau-né ne peut être envisagée que sous l'angle holographique, d'un individu sorti du tout collectif de la société qui l'a vu naître. Dans ce cas, le « nous » créateur est nous tous, auteurs collectifs d'une situation développant le sida qui s'exprime ensuite sous forme physique chez certains. En chacun de nous le sida a une place, ne serait-ce que dans notre rejet de sa présence dans notre société ou dans nos réactions, peur, désir d'y échapper, refus d'imaginer que l'on puisse en être victime. La trace de sida en nous peut aussi s'exprimer dans nos rapports avec ceux qui en souffrent physiquement. Mais chez nous tous, l'expression majeure de la condition appelée sida est en définitive le choix entre l'amour ou la peur. Ce défi se présente à nous chaque fois que nous nous trouvons confrontés à cette situation que nous avons tous créée.

Toutes ces assertions me paraissent susceptibles de hâter la guérison si l'on sait s'en servir. La guérison complète est au prix d'une exploration de la création de la réalité à tous les niveaux.

Récapitulation d'une approche de santé holistique

La réalité fondamentale de l'univers est l'essence, fusion de la nôtre et de toutes les autres, appelée essence universelle. Toute création en découle : conscient, esprit, sentiments et matière, y compris notre corps physique. Notre santé est le résultat de ce cheminement de notre essence au travers du conscient, de l'esprit, des sentiments et du corps. Ce procédé, qui est nous, crée donc santé ou maladie.

La maladie est le résultat d'une distorsion dans notre conscient (notre dessein) qui empêche l'expression de l'essence de parvenir au physique ; c'est la preuve tangible de la séparation d'avec notre essence. Ce que nous créons affleure holographiquement, individuellement et collectivement au milieu des groupes dont nous faisons partie, passant de ce qu'il y a de plus intime à l'échelle universelle. Nos créations dépendent donc de nous mais aussi dans une grande mesure (holographique) des gens auxquels nous attachent les liens les plus forts. Plus nos liens avec les autres sont distendus, moins nos créations sont affectées par eux. La multiplicité de la cause d'une maladie est telle qu'elle défie l'énumération. Dans certains cas, l'importance originelle du groupe est très forte. Signe des temps, on voit de plus en plus de manifestations émanant de plus

vastes groupes de l'humanité, tels ces enfants nés avec le sida. C'est la preuve d'une conscience plus développée chez l'espèce humaine du lien entre toutes choses. Le sida effacera les frontières des nations et apprendra aux êtres humains que l'amour est la solution.

Impliqués dans ce processus de santé ou de maladie, nous ne pouvons ni diviser notre moi intérieur ni nous séparer des autres. Nous sommes tous liés ; tout ce que nous pensons, ressentons ou réalisons dans le domaine de la santé et de la maladie rejaillit sur chacun. En nous guérissant, nous guérissons les autres. En exprimant notre essence, notre caractère unique, nous apportons la santé à chacun en leur permettant d'exprimer leur essence.

Chaque partie de nous contient l'ensemble ; chaque cellule contient le schéma du corps, tout comme nous contenons le schéma de l'humanité. Nous pouvons puiser à cette source abondante de pouvoir et de lumière, réelle et vivace, pour guérir. Or nous sommes ce schéma, nous l'avons dans notre champ aurique ; nous sommes énergie et pouvons changer très rapidement. Nous vivons dans un corps gélatineux en constante mutation et capable de grand changement.

Le temps est holographique ; nous pouvons nous déplacer dans ses plans pour guérir et rassembler des informations sur le passé et le futur prévisible. Toute la sagesse des âges est à notre disposition pour aider à la guérison ; nous sommes cette sagesse ; elle est en nous et autour de nous. Reformulons maintenant ces phrases concernant notre santé inspirées de M-I en langage holographique.

« J'ai attrapé votre rhume » deviendra alors : « Mon rhume m'indique que j'ai besoin de maintenir l'équilibre. Mon système immunitaire affaibli a laissé pénétrer un virus. J'aurais dû faire attention. Comment rétablir l'équilibre ? Nous sommes liés par les deux rhumes que nous avons créés. Vous aussi devez mieux vous soigner ! »

« Mon dos ne va pas » deviendrait : « La douleur dans mon dos me dit que je me dérobe à nouveau. Il me faut élucider mes intentions et en tenir compte. Il en sortira un rapport nouveau avec mon dos me permettant de le traiter comme un bon dos. Plus je respecte ma vérité, plus les autres en feront autant. » « J'ai encore des ennuis d'estomac » deviendrait : « Je recommence à me maltraiter en imposant toute cette tension à mon estomac. Il est temps de me laisser aller et de me manifester un peu de compassion. » « Je déteste mes hanches, elles sont trop grosses » deviendrait : « Je déverse toute ma haine dans mes hanches qui grossissent d'autant. »

Ce nouveau rapport à la maladie ne nous empêche pas d'avoir recours à une aide professionnelle, mais nous oblige à examiner notre comportement passé et

la façon de l'améliorer, en envisageant de nouvelles opportunités. Changer d'habitudes et d'attitude nous ouvre l'esprit ; nous cessons d'être une victime isolée et acceptons notre rôle dans la genèse de la maladie. Cette liberté neuve nous ouvre d'autres voies et nous permet d'aider les autres à leur tour.

LE DÉFI DE LA VISION HOLISTIQUE

C'est celui qu'offre le modèle holographique aux patients et guérisseurs qui sauront en comprendre et en utiliser les opportunités. Notre réalité fondamentale est celle du conscient et de l'énergie. Toute science basée sur la réalité secondaire, matérielle, du monde physique, est illusoire. Dans ce cas, notre monde est bien différent de ce qu'ont imaginé nos définitions tridimensionnelles, et il faudra du temps pour s'en dégager.

Pour accepter la vision holographique, nous devons nous livrer d'abord à un changement personnel quant au sens de notre identité et de notre responsabilité. Il nous faut assumer ce que nous faisons, à nous et aux autres. Dans le domaine de la santé, nous devons nous prendre en charge, mais la possibilité nous en est donnée, sans limites. À l'aube de notre développement, nous ne saurions imaginer les ressources infinies de pouvoir, connaissance et énergie que nous réserve cette réalité fondamentale.

Révision de l'ancien diagnostic selon le modèle holographique

La clé de ce que la médecine appelle « rémission spontanée » ou « miracle » se trouve dans le modèle holographique, où la maladie, telle l'hypothétique pomme suspendue dans l'espace, est la trace des énergies sous-jacentes déséquilibrées qui l'ont créée. La maladie de la médecine traditionnelle est en fait la signature d'une instabilité enfouie dans la psyché humaine. Pour le guérisseur, la maladie est la manifestation physique d'un trouble plus profond.

Dans le modèle holographique, tout est relié. Ainsi un pancréas malade aura-t-il à voir avec notre difficulté à accepter la douceur dans d'autres domaines de notre vie. Cela peut paraître choquant, mais devient évident si l'on observe le fonctionnement du champ d'énergie humaine. Chez une personne dotée d'un pancréas sain, on relève des corrélations énergétiques directes entre le champ du pancréas et les liens de cette personne avec des champs de douceur universelle. Dans le mode de pensée holographique, nos symptômes sont nos amis. Ils signalent un déséquilibre interne, comme le bout d'une pelote de laine qu'il faut

suivre jusqu'en son centre, où repose la cause de la maladie.

Dans les cas « incurables », il faut que les patients s'efforcent de se concentrer sur leur intériorité profonde et leurs énergies porteuses de guérison, et pas sur le diagnostic. L'holographie maintient que chacun préfère rester en bonne santé ou le devenir le plus naturellement possible, suivant ce que j'appelle le *système de stabilisation*. Chacun le possède, plus ou moins efficace, mais il arrive qu'on l'ignore ou l'entrave. Il appartient à chacun de se mettre à son écoute et d'en tenir compte.

Ton système de stabilisation honoreras

Il existe en vous une admirable structure de contrôle et d'équilibration, garantie du bon fonctionnement de votre champ aurique et de votre corps, que j'appelle système de stabilisation. Il contrôle l'ensemble de votre schéma personnel. Au moindre signe de déséquilibre dans vos corps énergétiques ou physique, il réagit automatiquement. Il s'étend en dessous de votre conscient, dans une zone riche de sagesse que nous commençons seulement à savoir utiliser consciemment.

Ce système n'a guère attiré l'attention par le passé car il s'oppose directement au concept d'entropie qui découle de la métaphysique M-l. Selon la deuxième loi de thermodynamique, les systèmes ne cessent de se détériorer et l'on ne peut en obtenir plus d'énergie que ce qu'on y a mis. Laissé sous la pluie, le fer rouille ; le bois pourrit ; les feuilles se putréfient ; nous vieillissons et mourons. La déperdition d'énergie est la constante d'un système ; une machine au mouvement perpétuel est impensable, et la détérioration générale est la règle du système M-l.

Mais si cette loi s'appliquait au monde entier, elle impliquerait un renversement de l'évolution qui n'existe pas. Un simple regard nous apprend que les formes biologiques évoluent continuellement vers des systèmes plus développés, intelligents et spécialisés.

Le D^r Rupert Sheldrake, biochimiste et auteur de *A New Science of Life*, *The Presence of the Past*, et de *The Rebirth of Nature*, a développé, à la suite d'études des systèmes biologiques, le concept de champs morphogénétiques et la théorie de résonance morphique. Il a montré que les formes biologiques évoluent constamment par le biais d'un champ vital souterrain unifié et intelligent, le champ morphogénétique. Il maintient ou tente de maintenir automatiquement la santé. Bien vivant et en perpétuel déroulement, il est en résonance morphique avec tous les autres champs et communique avec toutes formes de vie. Cette résonance transmet événements et connaissances d'une créature à toutes les

autres.

Votre système de stabilisation est un champ morphogénétique, fondé sur le principe universel régulateur de vie découlant de la métaphysique M-3 et du modèle holographique.

L'évolution mène à l'édification continuelle de formes de vie de plus en plus intelligentes et capables, qui requièrent toujours davantage d'ordre et d'équilibre. Tout organisme vivant tend d'ailleurs de préférence à l'ordre et à l'équilibre. Pour les champs énergétiques, cela signifie que votre champ tend à la cohérence et au synchronisme avec tous les champs d'énergie.

Au niveau physique, le système de stabilisation fonctionne automatiquement. L'estomac produit l'acide nécessaire, et la respiration s'accélère s'il faut plus d'oxygène.

Lorsque le corps a besoin d'un élément qu'il ne peut pas se procurer, le système de stabilisation alerte vos sens. Vous éprouvez vos sensations corporelles dans la première couche du champ. La soif, par exemple, provoque une baisse de la fréquence d'eau dans votre première couche qui engendre la sensation de soif.

Lorsqu'un surcroît d'activité fait baisser l'énergie de la première couche, ses pulsations ralentissent et ses lignes s'affaiblissent ; la fatigue alors se fait sentir. La première couche vous prévient donc lorsque vous avez besoin d'exercice, de sommeil, de nourriture, de vous couvrir ou découvrir, de changer de position, *etc.* L'impression d'une vigoureuse santé est l'expression d'une première couche aurique pleine et cohérente.

Après avoir commencé à approfondir ces processus avec mes patients, il est apparu clairement que les messages d'instructions aux patients émanaient de tous les aspects de leur vie. Votre système de stabilisation prend soin de vous dans tous les domaines. Dès que vous faites ou pensez des choses préjudiciables à votre santé, le système de stabilisation essaie de vous ramener à la raison, qu'il s'agisse de vos relations personnelles, de votre profession, votre environnement ou votre spiritualité. Il vous envoie des messages d'inconfort, venus des diverses couches du champ aurique, et correspondant aux expériences associées à ces couches, que nous avons évoquées au chapitre II. Une souffrance psychologique proviendra ainsi d'un déséquilibre des couches deux et trois, des relations difficiles seront imputables à la quatrième couche, tandis qu'un malaise spirituel émanera des couches cinq, six et sept.

Soyez attentif à ces diverses formes de messages. Ne perdez pas le contact avec ce que vous ressentez dans toutes les situations de votre vie. Évaluez votre équilibre psychologique, vos rapports avec votre entourage ; vous sentez-vous spirituellement en phase et satisfait ? Vous pouvez changer les situations

déplaisantes, quelles qu'elles soient ; elles sont malsaines. Peut-être faut-il un apport dans un certain domaine, passer moins de temps dans un autre, abandonner certaines situations, changer de vie.

Une fois que vous aurez appris les étapes nécessaires pour réformer santé et vie (chapitre VII), et les besoins véritables de votre nature humaine qui, une fois comblés, vous rendront la santé (chapitre VIII), le reste de ce livre vous fournira en détail les informations aptes à équilibrer votre vie et votre santé.

PRÉSENCE QUOTIDIENNE DU DÉSÉQUILIBRE FAUTEUR DE MALADIE

Vous serez peut-être tenté de croire qu'il est plus aisé de s'habituer à une situation malsaine que de la changer. Beaucoup de gens nient une partie de leur vie plutôt que de tenter un changement jugé trop périlleux. D'autres le jugent trop coûteux, préférant une vie amoindrie. Un refus de ce genre peut durer des années, jusqu'à ce que les circonstances de la vie, généralement une crise personnelle, obligent au changement. C'est malheureusement dans ce type de situations que se multiplient les maux physiques dont souffrent les gens.

Votre santé dépend de la façon et du moment où vous réagirez à un déséquilibre, donc aux signaux d'inconfort envoyés par votre système de stabilisation dans les couches auriques. Mieux vous répondez, plus votre corps sera sain et plus solide votre défense immunitaire contre la menace de la maladie.

La bonne santé nécessite l'accord avec votre système de stabilisation. En cas de maladie, il faut vous laisser guider par lui, par sa sagesse. Prenons un exemple bien simple pour illustrer ce qui se passe quand un message est ignoré.

Si vous privez votre corps du sommeil nécessaire, votre métabolisme se met en vitesse surmultipliée, les surrénales vous fournissent un surcroît d'énergie. Si vous n'y prenez garde, cet état hyperactif vous paraîtra normal, et vous ne saurez plus reconnaître la fatigue et le besoin de repos. En persistant, vous épuiserez vos glandes surrénales, et risquez une « panne ». Les thérapeutes connaissent bien ce stade, où l'on perd la plupart de son énergie ; et il est difficile de la récupérer. Les sursauts seront brefs, et le repos vital. La reprise d'un travail normal peut nécessiter plusieurs mois, puisque vous avez usé vos sources d'énergie normales, mais aussi la réserve détenue par les surrénales.

Apprenez à évaluer le repos nécessaire à votre corps et les moments où il doit intervenir. La nuit est faite pour dormir, mais chacun a un rythme différent. À quel moment votre corps réclame-t-il le sommeil ? Préférez-vous vous lever tôt

ou vous coucher tard ? Avez-vous besoin de sept, huit ou neuf heures de sommeil ? Établissez l'horaire qui vous convient. Accordez-vous un peu de repos à l'heure de la journée où vous vous sentez habituellement fatigué. J'ai découvert qu'en plus du sommeil nocturne, dix minutes de repos dès que se manifeste la fatigue sont d'une grande aide. Cette coupure est indispensable à ceux qui souffrent du dos ; les rechutes sont plus fréquentes en cas de fatigue ou de faim. Faites preuve d'imagination pour vous ménager des pauses n'importe où. Profitez de cinq minutes de tranquillité au bureau ou dans la salle de bains pour méditer ; asseyez-vous bien droit, fermez les yeux, respirez profondément en gardant l'esprit fixé sur une lumière au centre de votre tête. Personne ne s'en apercevra, et le résultat vaut la peine. Si vous pouvez vous isoler quelques minutes dans votre bureau, apportez un petit tapis ou une grande serviette de bain ; étendez-vous dessus par terre, et posez vos jambes, genoux courbés, sur votre chaise, qui devrait être assez haute pour que vous ayez le dos très légèrement soulevé. Pour vous reposer, vous pouvez aussi vous étirer souvent, ou faire quelques pas. Vous verrez que votre journée se passera mieux, et il n'est pas nécessaire d'être travailleur indépendant pour y parvenir. Si vous travaillez dans les professions de santé ou donnez des consultations, tâchez que vos rendez-vous ne s'enchaînent pas sans répit. En ce qui me concerne, j'aime bien faire une sieste de près de trois quarts d'heure après le déjeuner les jours où j'ai de longues heures de cours. Cela me délasse complètement, et j'aborde l'après-midi en pleine forme. Tout le monde peut se ménager des plages de repos ; comme le sport ou la méditation, il suffit de le décider pour trouver le temps.

Votre système de stabilisation fonctionne également par rapport à la nourriture. Votre système contient un *appestat*, semblable au thermostat d'une chaudière ; si vous maintenez un bon rapport avec ce régulateur d'appétit, vous n'aurez faim que lorsque votre corps a besoin de nourriture, et ne désirerez que le type d'aliment dont il a besoin, dans les quantités nécessaires. Vous saurez donc vous arrêter à temps.

Dans le champ aurique, votre *appestat* fonctionne de la façon suivante : vous avez faim car certaines fréquences de votre champ manquent de certaines de vos nourritures habituelles (pour autant que votre alimentation soit bien équilibrée). Quand les fréquences sont comblées, vous n'avez plus envie de la nourriture correspondante. Mais vous pouvez tout de même ressentir la faim au niveau de fréquences qui n'ont pas été comblées. C'est pourquoi il est important de découvrir le genre de nourriture qui satisfera les besoins de vos fréquences.

Pourquoi nous ne tenons pas compte

de nos systèmes de stabilisation

Si vous ignorez le malaise d'avertissement émanant de votre système de stabilisation, il se manifeste sous forme de douleur de plus en plus forte jusqu'à ce que vous vous en occupiez.

Demandez-vous dans quel endroit du corps se trouve le malaise ou la douleur, depuis combien de temps vous les ressentez, et quelles ont été vos réactions. En vous posant ces questions, vous prendrez presque immédiatement conscience d'un inconfort que vous vous êtes efforcé de nier, depuis peut-être des années. Plus nous ignorons messages et symptômes, plus ils deviennent envahissants, jusqu'à la maladie.

Pourquoi ce refus persistant ? La principale raison est la peur, que je nomme tigre intérieur, tapie sous ce refus. Tout le monde éprouve des peurs. Quelles sont les vôtres ? C'est la peur qui ralentit et bloque votre *responsabilité* vis-à-vis des messages de votre système de stabilisation, augmentant la douleur dans votre vie. Le refus de votre peur a pour effet de vous mener au seuil de ce que vous redoutez en vous empêchant de retrouver naturellement votre équilibre. C'est vrai pour tout le monde, toutes les maladies, et même pour ceux qui se prétendent en parfaite santé (les médecins disent que l'on relève souvent des troubles pathologiques chez des êtres qui se croient sains).

Si vous reconnaissez que le refus de votre peur bloque le processus naturel de guérison et de croissance, vous aurez moins de mal à considérer vos symptômes comme des amis. Ils vous renseignent sur votre état de santé ; quel genre de réponse leur offrez-vous ? Comment est votre *responsabilité* ?

Le prix du refus est parfois bien lourd ; j'ai reçu une fois une personne dans un état impressionnant : obèse et trop maquillée, elle portait des lunettes de soleil et une perruque, et j'étais incapable de savoir à quoi elle ressemblait vraiment. Elle m'expliqua quelle venait de rompre, avait perdu sa maison, et n'avait ni amis ni argent. Elle avait une grosse tumeur cancéreuse autour de la mâchoire et de la gorge, diagnostiquée deux ans auparavant, et pour laquelle un traitement avait été prescrit. Elle avait décidé de se « guérir » seule comme elle avait « guéri » son chat. Lorsque je la reçus, mon HSP m'indiqua que la tumeur empiétait vraisemblablement sur la région de la moelle épinière. Sa tension nerveuse lui provoquait des picotements aux bras. Elle avait visiblement dépassé le stade où je pouvais l'aider, et je doutais fort de parvenir à réduire la tumeur avant qu'elle n'attaque la moelle épinière. Elle avait besoin des soins immédiats d'un médecin, de chirurgie et chimiothérapie. Je finis par la convaincre d'aller voir un autre médecin, qui travaillait avec des guérisseurs, mais elle n'alla pas au

rendez-vous. Je ne la revis jamais. Il est rare de pousser le refus à ce point ; sa peur était immense.

Un refus peut repousser pendant si longtemps la solution d'un problème que lorsqu'elle arrive enfin, elle s'avère radicale. Une de mes amies subit un bouleversement provenant d'un farouche refus à la quatrième couche du champ aurique. Elle refusait de penser à l'état de son mariage ; le jour de son anniversaire, son mari l'invite à déjeuner en prétextant une surprise, et lui annonce qu'il la quitte pour une autre femme, et a déjà déménagé la moitié du mobilier ! Puis il partit. Elle n'avait pas la moindre idée que son mariage était en danger, et le choc fut extrêmement douloureux et modifia toute sa vie.

Pourquoi ce refus ? Parce que si elle avait accepté l'existence d'un problème de communication dans son mariage, elle craignait d'être incapable de le résoudre, et de voir sombrer son mariage. C'est ce qui arriva, et ce fut très dur. Si elle avait eu le courage d'affronter son tigre intérieur, de dépasser le refus, elle aurait peut-être pu s'entendre avec son ex-mari, ou adoucir le choc. Elle est aujourd'hui remariée, et vit une relation plus expansive qui lui donne satisfaction.

CROYEZ EN VOUS-MÊME – VOUS AUREZ SANS DOUTE RAISON

Il est important de croire en votre système de stabilisation tout en restant ouvert à ce que peuvent vous apporter des professionnels de la santé et des amis en qui vous avez confiance. Si vous recevez des messages contradictoires, acharnez-vous à trouver la réponse qui résoudra le conflit. Si un médecin vous dit que tout va bien alors que votre système de stabilisation dit le contraire, consultez un autre médecin. Écoutez les messages et tenez-en compte, vous ne le regretterez pas. En voici un exemple.

Un médecin avait dit à une de mes amies que la tumeur de sa bouche, dont il avait fait une biopsie, n'était pas maligne. Elle rêvait pourtant souvent de filets noirâtres qu'il fallait lui extraire de la bouche et de cancer. Elle ne savait que faire de ces messages différents. Elle finit par refaire une biopsie qui s'avéra maligne.

Les métastases n'avaient pas eu le temps de s'installer, mais huit mois avaient passé, et il lui fallut subir des rayons.

Mes quinze ans de pratique de guérisseuse m'ont appris que la plupart des patients connaissent la cause de leur maladie et en parlent d'emblée au cours de notre première entrevue. Souvent ils connaissent aussi le problème physique, même s'ils ignorent son nom. Ils savent généralement quels organes sont

atteints. J'ai découvert que le système de stabilisation donne des informations sur une maladie avant même qu'elle ne soit assez avancée pour apparaître par les innombrables examens dont se sert notre médecine pour établir un diagnostic. Voici des exemples de personnes qui avaient suffisamment confiance en eux-mêmes, sans pour autant être capables de mettre un nom sur un diagnostic.

David consulta pendant six ans médecins et professionnels de santé pour des symptômes d'épuisement et de mauvaise digestion. Aucun des examens, sang, urine et cheveux, ne décelait de maladie. De nombreux médecins lui dirent que cela se passait dans sa tête, et qu'il ferait mieux de n'y plus penser et de continuer à vivre. Il souffrait apparemment d'un problème que les examens ne pouvaient détecter. Mais ses symptômes persistaient. Il finit par venir me voir, certain qu'il avait une infection du foie, sans doute une hépatite. L'examen de son champ d'énergie me permit de relever de multiples infections abdominales. J'eus aussi la révélation métapsychique d'un médicament capable de l'aider. Un médecin qui était de mon avis lui rédigea une ordonnance, et la combinaison du médicament et de séances de guérison lui rendit la santé.

Une femme que j'appellerai Ellen vint me voir après six mois de consultations médicales. Là encore, son système de stabilisation lui fournissait des informations sous-cliniques ; ne trouvant rien, on la traitait d'hypocondriaque, mais les symptômes perduraient, et elle ne cessait de s'affaiblir. Lorsque je la rencontrai, je pus voir « métapsychiquement » quelle était empoisonnée par des émanations provenant de ses planchers et qu'elle était de surcroît allergique à la poussière de vieux tapis. Je pus aussi « lire » qu'elle devait aller avec ses enfants se faire examiner chez un psycho-immunologiste. Je lui recommandai de se débarrasser des tapis et de faire inspecter la chaudière. Elle avait acheté la maison et emménagé six mois auparavant. Elle se souvint avoir pensé que sa maladie avait un lien avec la maison. L'inspection de la chaudière révéla des fuites de gaz, elle la fit changer, jeta les vieux tapis, et les symptômes disparurent. Aujourd'hui elle va très bien ; mais le psycho-immunologiste qui examina ses enfants lui dit que si les fuites de gaz avaient continué pendant seulement deux semaines, ses deux enfants auraient eu des lésions cérébrales et elle-même aurait été très malade.

LA FONCTION HOLOGRAPHIQUE DE VOTRE SYSTÈME DE STABILISATION

Plus j'approfondis avec mes patients les processus du système de stabilisation, plus il apparaît clairement que les messages directifs venant de tous

les aspects de leur vie fonctionnent holographiquement sur la même base. Quelqu'un ayant des problèmes de pancréas – qui joue un rôle important dans la digestion des sucres – avait certainement des problèmes de « douceur » dans d'autres domaines, où se manifestaient aussi de nets signaux de détresse. Ainsi les gens qui digèrent mal le sucre auront des rapports dénués d'aménité avec leurs conjoints ou leur famille, dans le travail ou les distractions. C'est là un autre exemple du fonctionnement holographique de l'univers.

Envisageons ce phénomène du point de vue du champ aurique. Dans la première couche, la douceur est ressentie comme un goût ; dans la seconde, comme une relation harmonieuse avec soi-même ; dans la troisième, c'est une pensée douce, et la douceur de l'intimité dans la quatrième ; dans la cinquième, la suavité d'une volonté divine claire, de l'extase spirituelle dans la sixième et de l'esprit universel dans la septième. Enfin au-delà se trouve l'énergie cosmique de douceur présente dans toute la trame de l'univers.

On peut obtenir une autre vision de l'intégration holographique d'une difficulté en examinant les rapports des bandes de fréquence à l'intérieur du champ aurique, dont ces bandes représentent les couches et sont reliées à chaque expérience personnelle. Ainsi une expérience de douceur apparaît-elle sous une fréquence différente pour chaque couche du champ, reliées les unes aux autres comme les harmoniques en musique.

Si le champ aurique a du mal à métaboliser une fréquence donnée dans l'une des couches, le même problème affectera vraisemblablement ses harmoniques apparentés dans les autres couches du champ. La bonne santé exige qu'un sujet soit capable d'accepter et d'assimiler (c'est-à-dire de métaboliser) la douceur dans toutes les couches du champ aurique.

Reposons maintenant les questions fondamentales du point de vue holographique : où est le malaise/douleur dans votre vie ? Depuis combien de temps le savez-vous ? Comment avez-vous réagi ? Plus vous vous êtes enfoncé dans l'ignorance ou le refus, plus la situation est sans doute grave.

Une fois que vous avez découvert le malaise, vérifiez tous les domaines de votre vie et le fil qui les relie. Là est le nœud du problème. La blessure existe dans tous les domaines, et pas seulement dans son extériorisation.

Si vous souffrez du dos, à quelle autre partie de votre vie tournez-vous précisément le dos ? Je recherche tout de suite un souhait du patient qu'il a toujours cru irréalisable. Nous touchons ici la nostalgie spirituelle qui habite chacun de nous et dirige notre vie. Elle affleure le conscient, et on l'oublie parfois pendant des années, ou bien, pris de peur, on l'évite. Le plus souvent, on entend des voix intérieures qui disent : « Pour qui te prends-tu ? » ou « Tu ne fais pas assez bien » ou encore « C'est insuffisant ».

Un de mes patients qui travaillait pour une grande compagnie de machines électroniques vivait quasiment allongé lorsqu'il vint me voir. Avec l'aide du HSP, je pus déceler qu'il débordait d'idées créatrices qu'il ne proposait pas à sa compagnie. Les séances de guérison améliorèrent l'état de son dos, mais il ne recouvra la santé qu'en commençant à travailler à ses propres projets que la compagnie utilise désormais. Au fond, il avait toujours désiré se consacrer à la recherche et au dessin industriel.

Si vous avez les jambes faibles, cherchez le manque de fermeté dans tous les autres domaines de votre vie. Les gens qui souffrent des jambes se défendent souvent mal. Dans d'autres cas, ils ne gagnent pas leur vie ; parfois ils ont besoin d'être pris en charge, et c'est leur manière de manifester leur demande. Quand le désir ou le besoin fondamental est satisfait, la guérison survient rapidement. Voici le cas d'une femme alitée pendant dix ans après une opération et dont toute la famille s'occupait. Lasse du poids quelle imposait à son entourage, elle eut l'excellente idée de s'adjoindre les services d'une personne qui promenait des chiens pour marcher avec elle, et se sent beaucoup plus libre.

Si vous assimilez mal les aliments, quel autre genre de nourriture acceptez-vous mal dans votre vie ? Je pense à une patiente entre deux âges, souffrant d'une mauvaise digestion, qui refusait ce qui venait de ses amis, craignant que ce ne soit nocif. Elle se nourrissait en dépit du bon sens. En cours de guérison, elle découvrit un régime qui lui convenait. Retrouvant des forces, elle accepta de ses amis certains présents. Ils l'encouragèrent à s'offrir ce qu'elle ne se serait jamais acheté auparavant. Son mari l'emmena en vacances, et elle acheta une nouvelle maison, la meublant pour la première fois de sa vie.

Si vous avez des problèmes de thyroïde (la glande qui règle le métabolisme du corps), comment ajustez-vous l'énergie dans votre vie ? Joan, femme d'affaires débordée, travailla pendant des années en surmenant sa thyroïde. Elle était incapable de bien distribuer équitablement l'énergie dans sa vie, l'engouffrant toute dans son travail. Lisant un jour, *You Can Heal Your Life*, de Louise Hay, elle tomba, à propos de problèmes de thyroïde, sur une phrase qui l'impressionna beaucoup : « Quand viendra mon tour ? » Le travail s'enchaînait, et Joan n'avait jamais de temps pour elle-même. Elle finit par abandonner ce travail et mène maintenant une vie différente et plus calme.

Le foie est associé à la manière dont vous « vivez » votre vie. Je connais un homme au foie paresseux, dont la vie ne l'est pas moins ; il n'a jamais vraiment eu le courage de faire ce qu'il voulait, passant son temps à fumer du haschich en rêvant d'être chanteur.

L'expérience de tous ces gens devient compréhensible si l'on considère qu'ils n'ont pas su métaboliser directement les énergies nécessaires dans leur

champ. Cette approche les aide à détecter et arrêter les mensonges de leurs vies et augmente considérablement la guérison.

Il ne suffit évidemment pas de dire à quelqu'un : « Oh, vous avez les jambes faibles ; vous ne savez pas vous défendre. » C'est une affirmation dénuée d'amour. Il vaut beaucoup mieux aider cette personne à se connaître elle-même. Les guérisseurs ne se contentent pas de remplir les fréquences manquantes du champ, ils enseignent aussi aux patients comment les métaboliser eux-mêmes, en leur faisant comprendre qu'ils se trahissent en se refusant ce qu'ils souhaitent le plus dans leur vie. Les guérisseurs leur montrent la signification réelle d'un problème physique ; plus que de jambes faibles ou d'un foie paresseux, c'est d'une insatisfaction de l'âme qu'ils veulent vraiment guérir.

Le modèle holographique s'intègre bien à ce type d'enseignement. La maladie est très simple, en connaître la cause aussi. Mais la plupart des gens ne savent pas reconnaître ce genre de « connaissance » ; les guérisseurs, eux, savent. J'énonce donc que la tâche principale d'un guérisseur est d'apprendre au patient à retrouver la familiarité avec son système de stabilisation, ce lieu enfoui en nous qui se souvient de ce que nous sommes, ce dont nous avons besoin, et comment nous guérir.

DEUXIÈME PARTIE

**NOTRE ÉPOQUE
ET
SES TECHNIQUES DE GUÉRISON**

INTRODUCTION

Ma vision personnelle de guérisseuse

J'exerce depuis près de quinze ans, et j'ai de plus enseigné la guérison durant treize ans. J'ai acquis la certitude absolue qu'enseignement et guérison doivent être abordés avec amour, humilité, courage et force si l'on veut qu'ils soient efficaces. Ils doivent rayonner de la clarté des vérités spirituelles profondes. Chaque fois qu'un patient sollicite de moi sa guérison, j'ai bien conscience du besoin fondamental de tout être de parvenir à sa véritable personnalité, au divin qui l'habite. Quel que soit le problème ponctuel, le besoin fondamental ne varie pas ; en le découvrant, les patients se guérissent eux-mêmes.

On ne devient pas guérisseur ou enseignant sans efforts. Il faut se développer, se modeler et pratiquer longuement, tout en demeurant humble et d'une scrupuleuse honnêteté envers soi-même. La tâche la plus ardue dans l'apprentissage de la guérison ne réside pas dans les techniques, mais dans le développement personnel qui seul permet d'acquérir naturellement les techniques. Au cours de mes années d'enseignement, j'ai vu des débutants se lancer dans des techniques poussées avant d'avoir acquis la puissance spirituelle correspondante, avec pour résultats trop de fantasmes et même un préjudice temporaire causé aux champs d'énergie des autres étudiants. J'ai vu aussi des gens s'intituler guérisseurs après deux jours de travail, prendre en charge des patients qu'ils ne pouvaient évidemment pas soulager, et qui se retrouvaient parfois à l'hôpital.

Bien guérir dépend, non pas des techniques, mais de l'état d'esprit dans lequel on les aborde. À mes débuts, j'obtenais moins de résultats en une demi-heure qu'aujourd'hui en quelques minutes, car j'ai maintenant accès à des forces spirituelles profondes et puissantes capables de transmettre une énergie guérisseuse parfaitement ciblée sur les besoins du patient. Un client qui s'adresse à un guérisseur doit garder à l'esprit que pour chacun de nous, la nécessité impérative est de découvrir notre moi véritable, notre part de divin. En engageant ce processus, l'on se guérit alors soi-même.

Les guérisseurs ne font pas de miracles ; ils n'accomplissent pas plus que ce

que le corps peut accomplir, et il y a des limites. À ma connaissance, aucun être humain n'a – encore – régénéré un membre. Mais je suis certaine qu'au moins une personne a su guérir ou provoquer une « rémission spontanée » à toute maladie qualifiée de « terminale ». L'état actuel de la condition humaine est d'ailleurs « terminal », puisque nous « mourrons » tous, en tout cas notre corps physique. Cela ne veut pas dire que nous « cesserons d'exister », ni même perdrons conscience pendant très longtemps. L'aspect le plus éprouvant de la mort physique est sans doute la peur d'aborder l'inconnu, d'abandonner ceux que l'on aime, et parfois de souffrir.

Tout ce que je dis vient de l'expérience acquise grâce à ce que j'appelle prosaïquement le haut sens de perception (ce que d'aucuns appellent être médium), un développement des sens supérieur à celui de la plupart des êtres humains. Nos cinq sens sont aptes à cette expansion, avec une bonne pédagogie et de la pratique, mais comme pour tout, certains sont plus doués que d'autres. En développant la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher au-delà du seuil normal, vous ouvrez la porte d'un monde nouveau. Il faut du temps pour s'y habituer, mais peu à peu, vous parviendrez à intégrer ce nouveau monde à votre vie, qui bien sûr changera, mais c'est là son destin.

Lorsque le haut sens de perception s'épanouit, il devient possible de voir des champs d'énergie autour et à l'intérieur de tout, y compris le corps humain. Étroitement associés à toutes les fonctions vitales, physique, mentale et spirituelle, ces champs évoluent constamment avec elles. Nous avons vu que l'aura humaine comprenait sept couches d'énergie, douées chacune d'un schéma énergétique en évolution qui puise au rythme de la force vitale. Chaque couche est composée de vibrations ou pulsations supérieures à celle qu'elle entoure et traverse. La santé, la maladie et la mort modifient ces schémas.

En progressant dans notre connaissance et notre observation du champ d'énergie humaine, nous prenons conscience de l'idée nouvelle que ce champ exprime la réalité de la personne, plus encore que le corps physique. Les couches du champ sont des corps énergétiques ; comme elles sont vous, vous êtes énergie ; vous n'êtes pas dans votre corps physique, c'est lui qui est en vous. Dans cette perspective, lorsque vous mourez, il se passe quelque chose de bien différent.

Je suis capable de « voir » une personne que la mort vient de séparer de son corps physique, à qui il reste les quatre couches supérieures de ses corps d'énergie, les trois couches inférieures qui maintiennent en place le corps physique s'étant dissoutes à la mort. Pour moi, la mort est transition, changement considérable, renaissance à un autre plan de réalité. D'ailleurs, sauf dans le cas de longues maladies, les défunts ont souvent l'air en bonne santé.

Reposant le plus souvent à l'hôpital, ils se trouvent de « l'autre côté » du rideau qui sépare ce que nous sommes convenus d'appeler vie et mort. Or, pour moi, ce rideau est illusoire ; il sépare notre être physique de notre être spirituel supérieur qui lui ne connaît pas la mort physique, il sépare en réalité ce que nous pensons être de ce que nous sommes vraiment.

Cela peut vous paraître choquant, mais si je veux rester fidèle à ma réalité, je dois dire ces choses. Si elles sont contraires à la vôtre, ne tentez pas d'y introduire de force mon expérience, car seule votre propre expérience édifiera votre réalité. Mais essayez d'envisager la possibilité que la vie soit un mystère qui vous dépasse, et que votre mort, quelle qu'elle soit, vous réserve une étonnante surprise.

Le haut sens de perception, à partir de la quatrième couche de l'aura et au-delà, permet aussi de découvrir des guides spirituels ou anges gardiens. Au début, je croyais avoir des visions ou inventer : en plein milieu d'une séance de guérison, entraient dans la pièce un ange, s'il avait des ailes, ou des guides, qui ne tardèrent pas à mêler leurs mains aux miennes pendant que je travaillais. Je pouvais voir et sentir leurs mains au travail. Puis ils se mirent à m'indiquer où placer mes mains et comment procéder pour guérir.

Je m'accrochais à l'idée que ce n'était qu'une vision ; mais l'état des patients s'améliorait quand je suivais ces instructions. Tout changea lorsque je décidai de poser des questions aux guides ; ils me révélèrent des choses que je ne connaissais pas, et n'aurais jamais pu connaître. Dès lors, la relation était établie entre nous. Je pouvais les voir, les entendre, les sentir, les toucher et dialoguer avec eux. Ils avaient pour moi la même réalité qu'un corps physique. Tout cela n'est pas évident, et tout le monde n'y parvient pas, du moins pas encore.

Si anges gardiens et guides spirituels ne font pas partie de votre réalité, envisagez qu'ils le puissent. Vous serez peut-être soulagés d'affronter les luttes de votre vie avec la possibilité d'une aide qu'il vous suffit de demander et d'apprendre à reconnaître. Point n'est besoin de les voir, de les entendre, de leur parler ou de les sentir. Commencez par entrouvrir la porte qui vous mènera à leur perception. C'est ce que j'ai fait, avec succès.

Au bout d'un moment, je me liai d'amitié avec un guide qui m'accompagne depuis des années. « Son » nom est Heyoan. Il me dit n'être ni homme ni femme, mais je préfère dire il. Depuis longtemps, je guéris avec lui et avec les guides qui accompagnent mes patients. Lui et moi faisons maintenant les cours de guérison. Je commence, puis je change d'état et « canalise » Heyoan, qui parle par ma voix, élevant toujours considérablement le niveau spirituel du cours. Chaque session révèle de nouvelles informations ; vous trouverez dans tout le livre des méditations dues à Heyoan qui aident la guérison.

Si, d'autre part, les anges gardiens ou guides n'ont aucune réalité pour vous ou vous semblent inacceptables, appelez plutôt ce phénomène « information d'un alter ego », « divination » ou « télépathie ». L'important n'est pas la métaphore qui décrit ce phénomène, mais la richesse d'informations acquise par l'altération du conscient. Nous trouverons aisément, j'en suis sûre, des métaphores de plus en plus adéquates.

Dans la perspective holistique, où nous nous considérons tous comme des champs d'énergie où vivent nos corps physiques, qu'est-ce que la guérison ? C'est dissoudre le voile entre notre personnalité et notre noyau intérieur divin, entre ce que nous pensons être et ce que nous sommes vraiment, entre la vie et la mort. Si un patient vient me demander : « Vais-je mourir ? » ou : « Votre travail va-t-il me rendre la santé physique ? », je réponds selon le contexte du noyau divin du patient et de la réalité spirituelle décrite plus haut. La mort n'a rien à voir avec l'amélioration, et dans ce contexte elle est très différente.

Si un patient demande : « Redeviendrai-je le même ? », la réponse est non, mais découle d'un contexte où la vie est un changement personnel constant. À la question : « Vais-je aller mieux ? », la réponse, en vertu du même contexte, est toujours oui. Car la vie s'approche sans cesse de l'unification avec le divin tout. La réponse à :

« Remarcherai-je un jour ? » est généralement : « Je ne sais pas, mais c'est possible ; rien n'est impossible. »

Question : Comment m'accommoder de cette terrible douleur ?

Barbara : Le guérisseur parvient généralement à atténuer la douleur, mais n'hésitez pas à prendre des antalgiques ; ce sont aussi des cadeaux de Dieu. Les exercices de relaxation et de visualisation aident également. Mais se juger et se rejeter accroissent la douleur. Ne vous maltraitez pas ; vous n'avez pas commis de faute. Ce n'est qu'une leçon de la vie, et pas une punition. Passez quelques minutes chaque jour à faire les exercices de respiration, couleurs et estime de vous-même décrits dans la quatrième partie.

Question : Je suis terrifié. Aidez-moi. Dites-moi que faire.

Heyoan, mon guide, dit :

« Que la peur soit votre alliée ; elle a tant à vous apprendre. La peur est l'expérience de la séparation d'avec ce que vous êtes vraiment, l'opposé de

l'amour. Mais vous pouvez vous en faire une alliée, en disant simplement, j'ai peur. À force de faire cela, vous réaliserez que la peur est un sentiment ; "J'ai peur" devient "Je ressens la peur". C'est une réaction au fait de retenir des sentiments qui arrivent trop vite à votre gré. Ces sentiments reposent sur l'ignorance de ce qui pourrait arriver. Plus que ce qui arrive, l'on craint ce qui pourrait arriver. Tâchez de rester dans l'instant, et la peur ne vous atteindra pas. Elle est la projection d'un événement passé dans le futur, au travers d'une énorme loupe. La peur vous tient hors de la réalité. Mais au lieu de la nier, dites ce que vous ressentez dans l'instant. Cet acte suffira à vous distancier d'elle. »

Question : En quoi ma vie sera-t-elle différente ?

Barbara : Étant malade, vous ne pouvez peut-être plus fonctionner selon le but assigné à votre vie. Il faut changer votre définition de vous-même, vous concentrer sur les valeurs intérieures et pas sur les buts extérieurs. Ils reparaîtront plus tard ; pour l'instant il faut guérir l'intérieur. Le sens de votre vie prendra une dimension personnelle plus profonde ; vous pourrez en entrevoir mieux qu'avant la précieuse valeur. Vous gagnerez l'amour. Toute maladie porte une leçon. Votre vie changera plus que vous ne sauriez l'imaginer. Abandonnez-vous au processus de guérison et laissez-vous porter par l'intensité de votre sagesse, reliée au divin. Un patient s'adresse souvent à un guérisseur dans l'espoir d'atténuer une douleur ou un symptôme ou de se débarrasser d'un mal spécifique, comme une tumeur. Or il reçoit *toujours* beaucoup plus, car le guérisseur ne se contente pas de chercher à éliminer une douleur à la jambe ou une tumeur, il entend collaborer avec le patient pour découvrir et guérir la racine du symptôme ou de la maladie, au niveau le plus profond de l'être intime du patient.

Dans l'exercice de ma profession, j'ai été témoin de guérisons de toutes sortes. J'éprouvai d'abord quelques surprises, qui m'apparurent plus tard naturelles. Au fur et à mesure que se dévoilent les allées du moi profond, l'expérience qu'a le patient de sa vie change, ainsi d'ailleurs que toute sa vie.

Nous connaissons tous des gens qui, au sortir d'une maladie, changent de profession, pas forcément du fait de la maladie, mais parce qu'ils découvrent un but différent, et souhaitent ce changement. Une « simple » guérison a parfois les effets les plus inattendus ; les relations personnelles changent ; certaines guérisons sont suivies de mariages, d'autres de séparation, quand le mariage s'avère insuffisant. Parfois même, la guérison met un terme à un cycle de vie, et le patient change tout – profession, résidence, amis, conjoint. Certaines guérisons aboutissent enfin à des réconciliations familiales. Au cours de cette

expérience, les patients acquièrent un respect et une confiance accrus en leur connaissance profonde. Beaucoup parlent même de renaissance.

Ce que va faire votre guérisseur, et que ne feront ni médecin ni thérapeute

Si vous envisagez de vous adresser à un guérisseur, sachez qu'il travaille dans un contexte bien différent de celui des médecins. Mais un esprit de communication et de confiance créera une complémentarité entre les deux. Je crois fermement que cela arrivera dans le futur pour le bien général, et consacrerai le chapitre suivant à cette vision.

Bien des patients attendent du guérisseur les mêmes services que du médecin, habitués qu'ils sont à envisager la maladie selon le système médical en vigueur. Comme le médecin, le guérisseur est donc censé atténuer la douleur et remédier à un mal spécifique.

En présence d'un tel patient, le guérisseur doit d'abord lui expliquer ce qu'il peut, et ne peut pas pour lui. Pour clarifier ce que je veux dire, rappelons d'abord la procédure d'une visite chez le médecin, et comparons-la à ce qui se passe chez le guérisseur :

1. Le docteur examine le patient.
2. Il prescrit des examens pour découvrir toute anomalie.
3. Le patient passe alors dans le cabinet du docteur, où ce dernier, assis à son bureau, donne son avis.
4. Rendez-vous est pris pour après les résultats d'examens.
5. À cette occasion, le docteur examine à nouveau le malade, donne les résultats d'analyses, et énonce un diagnostic ; il prescrit un traitement ou des analyses complémentaires.
6. Le traitement consiste le plus souvent en médicaments ou chirurgie pour

éradiquer le mal.

En arrivant chez un guérisseur, les patients s'attendent à la même procédure en six points. Ils veulent un examen psychique, et la suppression (comme par magie) de leur problème, suivis d'une autre entrevue où le guérisseur prononcera son diagnostic et pronostiquera le temps nécessaire à la « suppression du problème ».

La plupart des guérisseurs ne procèdent pas ainsi. En général, il y a peu de conversation, pas d'analyses, pas de diagnostic, pas de prescription, et pas d'explications sur ce qui se passe avant les séances, pendant ou après.

La procédure d'une séance est des plus simples :

1. Dans une courte conversation, le guérisseur demande au patient pourquoi il est venu. Parfois, on lui demande seulement d'entrer, d'enlever ses chaussures et de s'installer sur la table de traitement ou de s'asseoir sur une chaise.
2. Le guérisseur se met au travail, touchant le patient ou pas, selon sa méthode. Il peut donner quelques explications, ou une discussion peut avoir lieu.
3. Son travail terminé, le guérisseur quitte la pièce, recommandant au patient de se reposer quelques minutes avant de se lever.
4. Une très courte discussion s'ensuit, et le guérisseur convient avec le patient d'une nouvelle entrevue.

Beaucoup de patients sont déçus par leur première expérience de guérison, parce qu'ils ne comprennent pas ce qui s'est passé. Se sentant plus détendus, et sans doute mieux, ils veulent savoir pourquoi. Il est même probable qu'ils avaient préparé une liste de questions relevant du système médical et de la métaphysique M-l, telles :

- « De quelle maladie s'agit-il ? »
- « Ai-je une tumeur ? De quel genre ? »
- « Pouvez-vous l'enlever ? »
- « Combien de séances faudra-t-il ? »
- « Combien cela coûtera-t-il ? »
- « Ai-je une trompe bouchée, empêchant une grossesse ? Débouchez-la, s'il

vous plaît; les médecins disent qu'ils ne peuvent pas. »

Après une séance, on entend volontiers :

« Je ne sens pas grande différence. Mais je suis plus détendu. »

« Qu'avez-vous fait ? »

« Dites-moi exactement ce que vous avez fait. »

« Combien de temps faudra-t-il ? »

« C'est parti ? Est-ce que cela reviendra ? »

« Dois-je revenir ? Combien de fois ? »

Pour importantes que soient toutes ces questions qui méritent d'être posées, elles relèvent du système médical admis actuellement. Afin d'y répondre de façon claire, le guérisseur doit amener le patient à une nouvelle compréhension de la santé et de la maladie. Qu'ils soient ou non adeptes du contexte scientifique holographique et de la métaphysique M-3 décrits dans le chapitre III, les guérisseurs ont une vision surtout holistique – aider les patients à insuffler la santé dans tous les domaines de la vie. Ils y parviennent en dégageant et équilibrant l'énergie du patient, en cherchant l'accord avec son désir de guérir, et en l'aidant à retrouver le lien avec le noyau profond de son être, de sa force créatrice et de son conscient. Ils orientent des énergies guérisseuses dans le système énergétique du patient. Beaucoup laissent libre cours à leur intuition et à leurs mains et n'expliquent pas les maux du patient ou le déroulement de la séance. On parle alors de guérison par la foi. D'autres tentent des explications que le patient ne comprend pas. S'il est vrai que certains guérisseurs appliquent un système connu, comme l'acupuncture, d'autres ont une méthode personnelle. Dans ce cas, la communication est difficile. Pour instruire mes patients, j'essaie de trouver un terrain commun de compréhension qui permette le dialogue, puis j'explique du mieux possible le déroulement du processus de guérison et l'effet qu'il risque d'avoir sur leurs vies.

Je me souviens d'une session avec une nouvelle patiente, Liz, souffrant d'un ulcère et désirant éviter la chirurgie, qui entra dans mon bureau en disant : « Dites-moi exactement ce que vous faites. » J'y réfléchis un moment en pensant : « Je me demande si elle a posé cette question au chirurgien, et ce qu'il a répondu. »

Il me faudrait des années pour expliquer exactement ce que je fais. Et il faudrait réapprendre à une patiente comme Liz, pour qu'elle comprenne, la vision holographique de la réalité, les causes de la maladie vues sous cet angle, le système d'énergie humain, les techniques thérapeutiques et guérisseuses. Je

me demandai alors : « Quelle est la véritable question que pose Liz ? Que veut-elle vraiment savoir ? »

Elle essayait visiblement d'assumer la responsabilité de sa santé et de sa guérison. Elle voulait sincèrement comprendre ce que je pouvais lui donner, ce qu'elle pouvait attendre des séances. Elle me demandait en réalité : « Quels sont les résultats probables des séances ? » Elle n'avait aucune idée de leur possible ampleur, qui dépendait d'elle et de son consentement à bouleverser sa vie. Elle ignorait l'existence du champ d'énergie humaine et son influence sur le corps physique. Elle ignorait surtout qu'elle pouvait se guérir elle-même grâce à son intention (niveau harique) et sa force créatrice interne (niveau du noyau rayonnant). Il me fallait donc combler cette vaste ignorance en quelques minutes. Cherchant d'abord une analogie simple, je pensai au fonctionnement d'une radio ; bien sûr, je pourrais détailler mes explications au cours des futures séances, voici notre dialogue :

Barbara : Avez-vous entendu parler du champ d'énergie humaine, ou aura ?

Liz : Non.

— Eh bien, il existe un champ d'énergie qui entoure et pénètre le corps ; il est intimement lié à votre santé. Vous tombez malade parce que le fonctionnement normal de ce champ a été perturbé. Mon rôle est de réaligner ce champ, de le charger et de le réparer. Cela ressemble un peu à l'acupuncture ; en avez-vous entendu parler ?

— Oui, mais je n'y connais pas grand-chose.

— L'acupuncture est une très ancienne forme de guérison orientale, qui s'efforce d'équilibrer votre champ d'énergie qui fournit de la bioénergie aux divers systèmes de votre corps. Cette énergie est très puissante, et le champ nourrit mieux nos corps que la nourriture. Avez-vous remarqué que vous avez plus d'énergie quand il fait soleil que lorsque le temps est nuageux ? C'est parce que le soleil charge l'air d'énergie, et nous l'absorbons à notre tour. Notre culture ne s'en préoccupe guère, car nous donnons la primauté au corps physique. Mais en Chine, au Japon et en Inde, où l'on reconnaît leur importance capitale pour la santé, les systèmes sont basés sur la connaissance de ces champs énergétiques.

— D'où vient cette énergie ?

— La source en est en vous et tout autour de vous. Comme des ondes de radio toujours dans l'air ; il suffit de savoir les capter pour en avoir le bénéfice ; ouvrez la radio et réglez-la sur la station de votre choix. Pensez à votre champ d'énergie comme à une radio ; je suis là pour la réparer et vous apprendre à mieux la régler. Je vous aiderai à épanouir et équilibrer vos chakras.

— Mes quoi? Mes chakras?

— Les chakras sont les récepteurs d'énergie de votre aura. Ils ressemblent à des tourbillons d'énergie qui aspirent l'énergie en tournoyant. Une fois absorbée par votre corps, elle s'écoule jusqu'à vos organes le long des lignes énergétiques de votre champ. À la moindre perturbation du champ, les organes privés d'énergie s'affaiblissent, ouvrant la voie à l'infection ou d'autres problèmes physiques.

— Cela a l'air simple. En fait, vous voulez dire que cet ulcère est dû à la faiblesse de mes lignes d'énergie?

— C'est plus complexe, mais c'est bien l'idée. On peut voir dans votre champ vos réactions à des situations stressantes. Vous déformez le champ d'une manière qui prive l'estomac d'énergie saine, attirant à leur place des énergies impropres et donc malsaines. Quand votre champ sera rééquilibré, vous serez capable de reconnaître les énergies qui conviennent à cet endroit. Ce que vous appelez en ce moment « normal » n'est pas sain.

— Qu'entendez-vous par là?

— Concentrez-vous consciemment sur votre estomac, lui dis-je.

— Je ressens la sensation habituelle.

— Après la guérison, la sensation sera différente; vous comprendrez alors ce que je veux dire. Il faut que vous en fassiez l'expérience. La différence est subtile, mais elle a un effet puissant sur la santé. Vous finirez par apprendre à bien équilibrer les énergies de votre système, vous maintenant en excellente santé. Quand je rééquilibre votre champ, l'énergie s'écoule convenablement dans votre structure corporelle, et vous retrouvez la santé. Vous serez capable de puiser dans les champs d'énergie qui vous entourent. Je les appelle champs de santé universels. Ils sont à tout le monde, disponibles pour votre bien-être physique, mais aussi émotionnel, mental et spirituel. Donc, quand je travaille sur vos champs, le travail se fera en même temps sur les aspects émotionnels, mentaux et spirituels qui concernent votre ulcère. Vous voyez que le physique est largement dépassé. De plus, ce que nous allons guérir guérira en même temps le domaine de votre vie auquel il est relié.

— De quels liens voulez-vous parler?

— Pour le guérisseur, qui a une vision holistique, tout est relié dans un ensemble. Ainsi votre ulcère, résultat d'un excès d'acidité dans l'estomac causé par votre réaction au stress, outre son effet sur votre digestion et votre alimentation, m'indique aussi la présence de stress dans tous les domaines de votre vie qui s'apparentent à la « digestion ».

À mon avis, même si l'on vous offre quelque chose, vous avez du mal à l'accepter et à en profiter.

— Effectivement, mais je ne vois pas le rapport avec l'ulcère.

— Bon, commençons, et laissez vos expériences se dérouler. Nous nous occuperons de ces rapports au fur et à mesure qu'ils se présentent, et je vous expliquerai.

— En combien de temps retrouverai-je la santé?

— Cela dépendra des réactions de votre système, et du temps qu'il (c'est-à-dire vous) prendra pour accepter les changements. Changer n'est pas si facile, car tous les domaines de votre vie sont concernés, comme je vous l'ai dit. Intégrer des changements prend du temps; plus que de l'ulcère, je m'intéresse à sa cause profonde, je veux que vous puissiez accepter et apprécier ce que vous recevez, et découvrir la raison de votre refus.

— J'accepte de recevoir, mais il est vrai que je me sens toujours en dette vis-à-vis de la personne qui me donne quelque chose, et je n'aime pas cela. Mon Dieu, que tout ça va loin.

— Le travail sur le champ d'énergie humaine est plus efficace pour certaines maladies que notre médecine conventionnelle. Ceux qui viennent me voir n'ont guère eu de succès avec la médecine, ceux qui souffrent de cancer, colite, troubles immunitaires, virus, migraines et autres.

— Vous me rassurez; tout cela est très intéressant; allons-y.

Liz voulait vraiment comprendre le processus de guérison. Nous eûmes une communication très claire, qui lui apporta l'aide nécessaire. Le traitement dura plusieurs semaines, son ulcère disparut et elle retrouva la santé, mais changea également de métier et s'engagea dans une nouvelle relation amoureuse.

LES TALENTS DU GUÉRISSEUR

J'ai converti Liz à la vision holistique en la décrivant simplement. En tant que guérisseuse, j'envisage la maladie d'un point de vue élargi; je suis d'accord avec les médecins qu'un micro-organisme peut causer une infection dont un médicament se débarrassera. Mais, pour moi, ce micro-organisme n'est pas la cause réelle. Les guérisseurs savent qu'à la faveur d'une faiblesse ou d'un déséquilibre dans le système physico-énergétique du patient, s'est introduit le micro-organisme, devenu maladie. Mais cette invasion n'est qu'un symptôme; et pour retrouver vraiment la santé, il faut traiter la cause du point de vue holistique ou holographique. La principale préoccupation du guérisseur est l'équilibre sous-jacent d'énergies, d'intention et de conscient qui maintiennent en bonne santé et dont l'altération mène à la maladie.

Un guérisseur s'efforce d'atteindre, outre la guérison physique, le retour à la

santé émotionnelle, mentale et spirituelle.

Médecin et guérisseur ont une formation et des outils différents. La plupart des guérisseurs très doués sont capables de déterminer une maladie, peut-être même son remède, aussi bien qu'un médecin, mais là n'est pas leur propos. Ils considèrent ce genre d'informations aussi parcellaires que la description de la « pomme de Pribram », sans grande importance et éloigné de la réalité fondamentale. D'ailleurs la loi interdit aux guérisseurs d'établir des diagnostics, réservant ce droit aux âmes courageuses et dévouées diplômées en médecine et reconnues par l'État.

Liz ne me demandait pas de diagnostic ; elle me le donna d'ailleurs d'emblée : elle remplit le formulaire d'admission consacré à l'histoire médicale du patient. Je vérifiai l'information qu'elle m'avait donnée. Le HSP me montra l'usure et l'inflammation rougeoyante de la paroi de son estomac. J'en conclus qu'elle souffrait d'un ulcère. Mais, en tant que guérisseuse, je ne donne pas plus de diagnostic que vous, en vous apercevant que quelqu'un s'est coupé ou cassé le bras.

Le travail des guérisseurs sur le champ d'énergie humaine

À chaque couche du champ correspondent des techniques spécifiques. Je me concentre en général dans mon travail sur les couches inférieures, en commençant par la première couche. Ce travail consiste à sentir, nettoyer, équilibrer, réparer et charger le champ. Le plus souvent, il faut traiter chaque couche séparément pour être sûr de toutes les guérir. Une guérison complète inclut toutes les couches du champ, ou *tous* les corps énergétiques en plus du physique. Je passe donc d'une couche à l'autre des champs des patients, selon qu'elles correspondent non seulement à leur nature physique, émotionnelle et mentale, mais aussi leur nature spirituelle et leurs croyances fondamentales. Tout doit s'équilibrer, et pour ce faire, le guérisseur puise dans le champ d'énergie universelle contenu dans l'univers holographique. Si la procédure n'est pas complète, le patient risque de recréer une maladie, la même ou une autre.

Un guérisseur naît le plus souvent avec un don pour ressentir le champ d'énergie et y travailler, tout comme d'autres naissent doués pour la musique, les mathématiques ou les affaires. Les guérisseurs, comme d'autres professionnels, suivent une formation pour transformer ces dons en une aptitude à guérir. Le guérisseur apprend alors à développer le haut sens de perception, qui permet de ressentir les couches de l'aura, puis, au-dessous, les niveaux du hara et du noyau rayonnant. Il apprend en même temps à canaliser.

À force de pratiquer assidûment des exercices qui affinent les sens, les guérisseurs apprennent à les conduire bien au-delà de la perception humaine normale, à sentir, entendre et voir ce champ d'énergie, à le connaître par intuition. Une fois qu'il ressent le champ, le guérisseur a devant lui un lourd apprentissage, manier le champ pour guérir à tous ses niveaux, anatomie humaine, physiologie, psychologie, maladie et éthique de l'art de guérir.

Grâce au haut sens de perception, les guérisseurs distinguent les nombreuses couches de l'aura. Comme chaque couche pénètre également le corps, ils ressentent aussi le champ à l'intérieur du corps humain. Avec un entraînement adéquat, un guérisseur devient même capable de ressentir l'aura du corps, d'une seule cellule ou d'infimes particules. Le HSP leur permet d'accumuler les informations utiles pour la guérison.

Mais l'instrument indispensable du guérisseur est l'amour, fondement de toute guérison. Pour moi, l'amour est le tissu conjonctif de l'univers. Il est capable de tout.

Travaillant dans l'amour, les guérisseurs apprennent aux patients à s'aimer eux-mêmes. La suite de ce livre démontrera l'importance capitale de ce sentiment. Mais parvenir à s'aimer est un travail de longue haleine.

Cependant, Liz et moi progressions lentement dans les couches de son aura. Trouvant son troisième chakra, dans la région de l'estomac, déchiré, je le réparai, et ses ulcères commencèrent à cicatriser. Sur le plan émotionnel, ce chakra est associé aux relations avec autrui et à la possibilité d'en recevoir de l'énergie. Ses relations s'améliorèrent au fur et à mesure qu'elle apprenait à équilibrer l'énergie de cette partie de son corps. Au niveau le plus profond de la psyché, ce chakra concerne votre place dans l'univers, sur terre et dans cette vie. La bonne stabilisation de ces couches de son champ lui donna plus de confiance en elle.

LE MÉCANISME D'UNE SÉANCE DE GUÉRISON

Quoiqu'il varie selon le guérisseur, ce mécanisme est des plus simples physiquement. Je décrirai ici celui que suivent les diplômés de la Barbara Brennan School of Healing. Si vous entreprenez une guérison avec l'un d'eux, on vous demandera de remplir un formulaire d'admission, faisant état de votre histoire médicale et de vos problèmes. Vous aurez avec le guérisseur une entrevue pour vous mettre à l'aise et découvrir un terrain de communication. On vous posera une question centrale : « Pourquoi êtes-vous venu ? Que souhaitez-vous accomplir ? » Votre réponse apprendra au guérisseur, outre ce que vous

cherchez, ce que vous savez du travail de guérison.

Pendant qu'il vous écoute, le guérisseur scrute votre champ à l'aide du HSP pour détecter déséquilibres, déchirures, stagnations et diminutions, et surveille votre flux d'énergie qui évolue au gré de votre conversation. Il établit le lien entre ces changements et votre état psychologique pendant que vous décrivez vos problèmes. Il se sert de sa vision normale pour déchiffrer votre corps physique et découvrir l'environnement psychologique de votre enfance par votre structure et votre langage corporels. Il passe aussi au crible du HSP votre niveau physique pour vérifier l'alignement structurel interne et les fonctions organiques. Il suffit d'une quinzaine de minutes pour découvrir les principales zones de problèmes dans le corps et le système d'énergie. On vous fera part de ces informations si elles sont indéniables et ne risquent pas de gêner votre processus de guérison. Le guérisseur s'efforcera donc de vous parler sans vous faire peur, ni entraver le flux d'énergie, ni gêner votre capacité à l'absorber. Ces informations s'intègrent à un modèle holographique, puisque les niveaux de fonctionnement ont tous une incidence réciproque.

Après l'entrevue, le guérisseur vous demandera d'enlever chaussures et chaussettes et de vous étendre sur la table de traitement. On n'enlève rien d'autre, sinon parfois un bijou ou des cristaux qui gênent le champ. Plaçant simplement ses mains sur vos pieds, le guérisseur envoie de l'énergie dans votre corps, remontant lentement, mettant les mains sur des positions clés et utilisant certaines techniques, selon votre condition révélée par le HSP. Ce même HSP permet au guérisseur d'observer tous les effets qu'il a sur vos champs d'énergie (et de surveiller le sien – ce que sa formation lui a particulièrement appris). Cette observation continue montre au guérisseur comment vous réagissez, et le détail des changements du champ ; il s'assure ainsi que tous les changements nécessaires sont accomplis.

La guérison avance au fil des séances. Votre système s'emplit d'énergie, et vous atteindrez un état de profonde détente qui accélère le processus. Votre cerveau est alors synchronisé avec celui du guérisseur : ondes alpha (8 Hz), condition de guérison.

Le HSP fournit aussi des informations sur le régime, les vitamines, les minéraux, les plantes, et même des remèdes que pourrait plus tard prescrire un médecin, le cas échéant. Il renseigne sur les problèmes psychologiques qui ont contribué à la maladie, révèle des traumatismes de l'enfance, votre préhension de la réalité et enfin votre système de croyance, qui permet à la maladie de perdurer.

C'est aussi par le HSP que se manifesteront au guérisseur maîtres spirituels, guides ou anges gardiens. Leurs conseils prennent différentes formes : dire au

guérisseur que faire, où rechercher les difficultés physiques, nommer même la maladie. Ils indiquent généralement la cause physique et psychologique du mal, et peuvent s'adresser à vous par l'entremise du guérisseur, au cours d'une conversation très proche et personnelle, qui vous apporte une compréhension profonde de ce qui se passe en vous, et qui implique votre âme et votre vie. Les guides guérissent aussi directement par les mains des guérisseurs. On sauvegarde en l'écrivant ou l'enregistrant toute autre information reçue grâce au HSP.

Il faut généralement plusieurs séances pour atteindre la cause enfouie dans le système de croyance. Lorsque le guérisseur a pénétré toutes les couches du champ et mené à bien la guérison, vous vivrez alors dans la sérénité et la détente. Il est recommandé de se reposer environ trente minutes pour permettre la stabilisation des champs. On profite ainsi pleinement de la séance dont le bienfait s'intègre à votre système d'énergie. C'est un moment où l'on parle peu, parce que pour poser une question rationnelle, vous devez quitter l'état de guérison d'ondes cérébrales alpha pour retrouver les ondes « rationnelles » bêta ou rapides, ce qui interrompt le processus guérisseur. À l'époque où je pratiquais, je prévenais toujours mes patients à l'avance de l'importance de cette période de repos, et les encourageais à poser leurs questions au début de la séance, avant que ne se produise la liaison alpha. Après quoi, le guérisseur fixera un autre rendez-vous en promettant de répondre alors à toutes vos questions.

QUESTIONS ET RÉPONSES LES PLUS COURANTES

Un patient peut-il résister à la guérison, et comment ?

Cela arrive souvent si le patient tente de contrôler la situation en gardant l'esprit trop actif ; il lui suffit alors de refuser de se détendre pour bloquer le processus. Un cerveau qui reste rationnel ne se mettra pas en état alpha, 8 Hz, indispensable à la guérison, et restera en ondes bêta, normales en état d'éveil (un patient peut faire cela à tout moment, avec ou sans guérisseur). Dans ces conditions, aucun processus de guérison n'accède à leur corps, tant qu'ils n'ont pas laissé leurs ondes cérébrales passer en alpha, aidant alors le guérisseur à initier la guérison.

Comment s'espacent les séances ?

Le rythme normal est hebdomadaire, d'une heure à une heure et demie,

pendant plusieurs semaines. Dans le cas de problèmes de dos, je ne travaillais qu'avec des gens qui pouvaient venir deux fois par semaine, car le dos souffre tellement de la vie quotidienne qu'il se détériore en moins d'une semaine. Il dépend aussi beaucoup de l'alimentation, particulièrement de l'état de fatigue et d'hypoglycémie du patient ; je leur conseillais d'avoir toujours un sac de fruits secs, de manger souvent et de faire de vrais repas. On voit tant de victimes de stress et de sous-alimentation dans notre société d'abondance !

Pour les patients cancéreux traités par la chimiothérapie ou la radiothérapie, les séances doivent être au moins hebdomadaires, et tout de suite après le traitement, même s'il est journalier, car il produit des résidus dans le corps et le champ. Les déchets de la chimiothérapie proviennent et du traitement et des tissus qu'il tue, et il faut se débarrasser de ce bioplasma épais, sombre, muqueux et d'une basse fréquence qui encombre le champ aurique, empêche la vie et gêne le patient. Quant aux rayons, ils tuent des cellules qu'il faut éliminer et changent les processus biologiques normaux des cellules alentour. L'irradiation brûle le champ aurique, le brise comme du verre, et tous ces éclats doivent être enlevés. Plus cette opération a lieu rapidement, moins sensibles seront les effets secondaires.

Combien de temps faut-il compter ?

Tout dépend de la gravité du problème, de son ancienneté, et des effets à long terme des séances de guérison. En général, le patient les ressent fortement pendant trois jours. Puis le système d'énergie retrouve peu ou prou sa distorsion habituelle. La réaction est individuelle et impossible à prévoir. Il faut bien sûr compter avec l'état du patient, les circonstances de sa vie, la façon dont il se soigne et les talents du guérisseur.

Au fur et à mesure des séances, le système énergétique du patient retrouve peu à peu son aspect sain, les mauvaises habitudes disparaissent graduellement. La mise en place d'un changement permanent est différente d'un individu à l'autre, allant d'une séance à plusieurs mois. Le guérisseur se rend compte en quelques séances du temps que prendra la guérison, en observant les changements et leur durée. Un guérisseur supérieurement doué et bien guidé saura parfois dès la première session.

Le processus peut s'étaler sur des semaines, des mois ou des années ; la durée dépend souvent du degré de santé qu'accepte le patient.

LE BUT VÉRITABLE DU GUÉRISSEUR SPIRITUEL

De nombreux patients souhaitent continuer les séances de guérison après la disparition de leur mal car ils ne peuvent se contenter de ce qu'ils appelaient auparavant la « santé ». Ces séances les aident à établir des liens profonds avec leurs aspirations intérieures. Cela devient une expérience spirituelle et une découverte de la créativité. Du point de vue holographique, cela signifie que le guérisseur travaille désormais le lien entre l'individuel et l'Être universel à l'intérieur d'un système, là où la mauvaise santé est ressentie comme une coupure ou un déséquilibre par rapport au tout ou au divin.

Ce qui amène à la question suivante : « Quelle est la relation du patient avec Dieu-Déesse, le cosmos ou l'Être universel ? » « En quoi ses croyances l'ont-ils mené à se couper d'un lien essentiel avec l'Être universel ? » « Comment a-t-il oublié qui il est, menant dès lors une vie déséquilibrée ? »

Les guérisseurs s'adressent directement au champ d'énergie du patient pour l'harmoniser avec la plus haute réalité spirituelle vers laquelle il peut tendre.

La suprême utilité des guérisseurs est d'aider leurs clients à communiquer avec la plus haute réalité spirituelle possible. Ils y emploient des moyens pratiques, passant par chaque échelon, de l'humanité physique élémentaire à la personnalité dans l'aura, au niveau harique d'intentionnalité, enfin à l'essence, élément divin en chaque être humain.

Le guérisseur commence par examiner la nature précise des schémas énergétiques du patient, qui expriment les divers aspects de son être. Puisque tous sont liés holographiquement, y compris le corps physique, le guérisseur inclut dans son examen les schémas physiques et énergétiques correspondant à la santé émotionnelle, mentale et spirituelle du patient. Il aide le patient à confronter son intention en matière de santé et de vie. Il a surtout pour rôle de faire découvrir au patient la cause de sa maladie. Comment les patients se rendent-ils malades ?

Il est nécessaire d'envisager toutes ces interrogations et tous ces domaines pour retrouver pleinement la santé et éviter une rechute ou un autre mal. Guérisseur et patient travaillent de concert, avant de rencontrer la cause définitive du malaise du patient.

Les guérisseurs se demandent : « Quelles sont les convictions du patient sur la divinité qui maintiennent ce malaise ? » « Comment Dieu est-il perçu comme une autorité négative, punitive plutôt qu'aimante ? » « Comment cet être en est-il arrivé à s'infliger le châtement qu'il croit décrété par Dieu ? » « Comment se fait-il que cette patiente se punisse en s'imaginant que c'est le fait de Dieu ? »

Nous voulons parler des punitions que s'infligent les individus, mais aussi de leur rencontre avec de puissants cycles d'événements que rien ne relie à première vue à leur création individuelle. Ces cycles « karmiques » sont les

effets initiés dans un passé lointain, ou encore des événements résultant de la créativité collective de l'humanité. Chacun peut envisager ces expériences comme la punition d'un méfait passé ou une leçon pour apprendre et développer l'âme.

Avec l'aide du guérisseur, le patient perce une allée vers les énergies créatrices profondes de son noyau, d'où naît l'expérience de la réalité.

LES BORNES ÉTHIQUES DU GUÉRISSEUR

Enfin, quelques questions pratiques, dont les réponses dépendent du guérisseur.

Les gens sans formation qui s'intitulent guérisseurs

Un guérisseur doit d'abord être conscient de ses capacités et de ses limites. J'ai souvent vu des personnes très malades que l'on prétendait guéries, parce que les guérisseurs avaient mal traduit la force de l'énergie ressentie et l'excitation spirituelle ; allaient jusqu'à conseiller aux malades d'arrêter tout traitement, tant ils étaient sûrs d'avoir raison.

De tels guérisseurs planent. Déconnectés des patients et de leur état, ils « voguent » seuls sur la vague de leur propre énergie. C'est très grave, car incapables d'affronter la réalité de la vie, de la douleur et de la mort, ils abusent de la spiritualité et de la guérison pour masquer leur propre peur.

Je suis en faveur d'un cercle guérisseur qui apporte amour, espoir et aide à des malades isolés dans leur peur. Mais il ne faut pas perdre de vue les besoins réels de ces patients ; on ne les aide à guérir que par un processus long. Les groupes d'aide et ateliers du Dr Bernie Siegel et de Louise Hay attestent la grande efficacité de tels groupes.

Honoraires ou pas

Il existe une controverse mondiale sur l'opportunité de rémunérer les guérisseurs, qui se fait jour en Grande-Bretagne, Russie, Europe et Asie du Sud-Est, ainsi qu'aux États-Unis. Je vois deux réponses, selon la formation et l'expertise du guérisseur.

S'ils se réclament d'une tradition religieuse comme le mouvement Charismatique chrétien, les séances font partie des célébrations, et l'on accepte

des dons, ce qui me paraît approprié. Il me semble, en revanche, qu'un guérisseur qui a suivi une longue – au moins quatre ans – et méticuleuse formation a le droit de demander des honoraires. Il a dû étudier l'anatomie, la physiologie, la psychologie, la déontologie et la professionnalisation d'une clientèle, sans compter le développement du HSP et des techniques de guérison. C'est ainsi que ce métier gagnera sa place légitime dans notre système de soins, et l'on ne voit pas pourquoi ces guérisseurs ne demanderaient pas les mêmes honoraires que les psychologues, masseurs, infirmières, médecins et autres thérapeutes. S'ils ne se faisaient pas payer, il leur faudrait trouver un travail rémunérateur qui ne leur laisserait pas assez de temps pour des soins pourtant si utiles.

Surtout pas de diagnostic

Un guérisseur ne devrait ni diagnostiquer ni prescrire de médicaments ; il n'a pas été formé pour cela. Mais il peut lui arriver de recevoir de ses guides l'indication d'un médicament utile, que le patient peut faire vérifier par un médecin. (Voir chapitre VI pour une discussion complète de la coopération entre guérisseur et médecin.)

Les guérisseurs doivent-ils dire tout ce qu'ils savent ?

Cette question m'a beaucoup troublée lorsque j'ai commencé à pratiquer. Au début, je livrais toutes les informations aux patients, refusant toute discrimination. Mais je me rendis compte rapidement que je les terrifiais ; malgré leurs dires, ils ne voulaient pas savoir, ils n'étaient pas prêts.

Je me souviens avoir assisté en 1978 à une conférence de guérisseurs à Washington. Une personne de l'auditoire, sachant qu'avec le HSP je pouvais voir ses vertèbres cervicales, me suivit sans relâche pour savoir à quoi ressemblait son cou. Je finis par m'asseoir sur les marches d'un grand couloir de l'hôtel et lui dessiner la déformation de son cou. Sans dire un mot, il s'en alla. Je le revis deux ans plus tard à une autre conférence, et il me dit qu'il était resté longtemps bouleversé ; il n'avait jamais vu d'os du cou mal alignés, et n'en comprenait pas la raison. J'avais oublié de lui dire que faire, et que ce n'était pas grave.

Une autre fois, une de mes meilleures amies, Cindy M., de Washington, de passage à New York pour quelques semaines d'études, décida d'avoir une

séance, sous prétexte d'une légère douleur à la cage thoracique. Le regard porté par le HSP me montra une forme d'un noir vert-de-gris ressemblant à un triangle tridimensionnel, tandis que mon guide Heyoan, penché sur mon épaule droite, me disait : « Elle a un cancer et va mourir. »

Furieuse qu'Heyoan soit au courant d'une mort imminente et m'en parle, j'eus avec lui une dispute. Bien entendu, je ne dis rien à mon amie. Juste après la séance, je me rendis à une fête d'anniversaire, mais me sentais tellement mal que je m'en allai tout de suite. Je ne savais que faire. Mon guide se trompait-il ? Pouvait-on prévoir la mort ? La rendrais-je plus proche si j'avais ce genre de pensées pendant les séances ? Que lui conseiller ? Je me renseignai auprès de guérisseurs supérieurs pour savoir si c'était possible, et ils me le confirmèrent.

Je fis la seule chose à faire, recommander à Cindy de rentrer chez elle, avec son mari, et d'aller voir un médecin. Avant son départ, elle revint deux fois, et chaque fois je revis la même forme sombre dans son poumon, tandis qu'Heyoan me répétait la même chose. Devant mes objurgations, elle finit par rentrer chez elle. Les examens se révélèrent négatifs, et je pensai que mon guide s'était trompé. Mais son état se détériorait. Quatre mois et trois scanners CAT plus tard, les médecins au George Washington Hospital découvrirent la tache – mêmes taille, forme et emplacement. Ils la prirent pour un caillot, et je me réjouis de m'être trompée. Mais le traitement ne marchait pas et son état empirait. En l'opérant, ils découvrirent une forme incurable de cancer du poumon, et elle mourut au bout de huit mois.

J'avais appris que, comme tout professionnel, en tant que guérisseuse, j'ai accès à des « informations privilégiées », qu'il faut traiter en professionnelle, en observant un code d'éthique qui tient compte de la personnalité et du moment. Lorsque je reçois maintenant ce genre d'informations de mon guide, je ne les divulgue que sur son ordre, et à qui il me le recommande.

Quand les guérisseurs doivent se retirer d'eux-mêmes

Le cas peut toujours se présenter, et il est important de le comprendre. Un bon guérisseur s'assurera d'être qualifié pour vous soigner avant de vous accepter. Vous n'en saurez rien s'il n'y a pas de problème, que l'on détecte généralement dès la première séance. Les deux principales raisons de retrait sont d'anciennes relations avec le patient ou son conjoint, et un manque de qualifications pour traiter tel cas.

Dans la première hypothèse, bien des gens préfèrent un guérisseur qui est un ami ; mais chacun doit se rendre compte que ses relations avec l'autre vont

changer définitivement. Il faut donc choisir entre guérison et amitié. Pour la même raison, je suis, comme les thérapeutes, opposée au fait de soigner deux époux.

Un guérisseur doit savoir s'il possède les compétences pour tel ou tel cas. Les espérances du patient entrent ici en jeu. S'ils attendent des miracles, ils doivent savoir que c'est peu probable, un pour cent seulement des cas guérissant immédiatement. Il arrive que les guérisseurs ne puissent traiter certaines maladies qui réagissent mal sur leur système d'énergie, les rendant souffrants. Ou qu'ils ne soient pas capables d'accompagner jusqu'à la mort des patients condamnés. Ou bien ils n'arrivent pas à s'entendre avec les médecins, et en préfèrent d'autres. Parfois ils ne sont pas d'accord avec un traitement. Si le malentendu persiste, ils ne doivent pas poursuivre avec ce patient.

Il m'est arrivé une fois de renoncer à un cas, il y a des années. Il s'agissait d'un jeune homme paralysé à partir de la taille. Je voyais ce qui n'allait pas dans le champ d'énergie, mais ne parvins à rien après une heure et demie d'efforts. Je le renvoyai sans le faire payer, en lui disant que je l'appellerais si je trouvais un moyen de l'aider, ou quelqu'un susceptible de me remplacer plus efficacement. Quelques années plus tard, je l'envoyai à un autre guérisseur.

Comment savoir vraiment à quels résultats s'attendre ?

Pour savoir, demandez ; c'est le rôle du guérisseur que de vous répondre dans le cadre de son traitement. Cela ne sera peut-être pas la réponse que vous souhaitez, mais vous en aurez une. Même si vous demandez au guérisseur quel pourcentage de guérisons il réussit, il a le devoir de vous répondre honnêtement. Combien a-t-il eu de patients souffrant de la même maladie que vous ? Avec quels résultats ? Vous avez le droit à une réponse claire, afin d'avoir une idée précise de ce que vous pouvez espérer obtenir pour les honoraires que vous allez verser. La guérison dépend bien sûr d'une infinité de paramètres, mais vous devez avoir connaissance de l'expérience et des résultats de votre guérisseur, de sa formation et du nombre d'années de pratique.

Le tandem guérisseur-médecin

Si vous envisagez de travailler avec les deux, assurez-vous qu'ils acceptent de coopérer ; s'ils ne se connaissent pas, aidez-les à se rencontrer ; s'ils ne s'entendent pas, trouvez quelqu'un d'autre. À un moment quelconque du traitement, il peut y avoir divergence de vues. Médecin et guérisseur doivent alors se concerter et faire preuve de bonne volonté.

L'expérience m'a appris qu'il y a rarement conflit si chacun reste ouvert ; on rencontre encore souvent la vieille image négative de l'opposition entre guérisseurs et médecins. Mais en apprenant la complémentarité des deux systèmes, on peut la dissiper. Le tandem guérisseur-médecin possède cinq domaines de collaboration fructueuse pour bien connaître l'état d'un patient et l'aider :

1. *Déterminer clairement le processus de maladie* chez le patient. Les guérisseurs appellent cela description de la maladie, et les médecins diagnostic. Chacun émane d'un contexte différent, le guérisseur utilisant le haut sens de perception pour décrire champ d'énergie et fonctionnement bon ou mauvais du corps physique, et le médecin comptant sur les procédures médicales classiques pour établir un diagnostic médical.

2. *Ne rien négliger pour que le patient retrouve la santé.* Le guérisseur impose les mains pour équilibrer et réparer les corps énergétiques et physique ; le médecin s'attache à rendre la santé au corps physique.

3. *Obtenir le plus d'informations, et les plus utiles, sur l'historique de la maladie.* Pour ce faire, les deux praticiens réunissent les informations fournies par le HSP et l'interrogatoire médical courant.

4. *Aider le patient à découvrir la signification profonde et la cause de la maladie.* En écoutant et conseillant les patients, de nombreux médecins leur

permettent de confronter les causes mentales et émotionnelles, autant que physiques, de leur maladie. Quant aux guérisseurs, ils s'adressent à tous les degrés de l'être du patient – les couches auriques, le niveau d'intention et le noyau source de création.

5. *Trouver un traitement efficace, le plus court et le moins douloureux possible, atténuer les effets secondaires de médications brutales.* Le HSP livrera au guérisseur des informations sur le régime alimentaire, les plantes, le traitement homéopathique ou autres substances et techniques utiles au patient, et parfois des indications médicales à transmettre au médecin. Pendant mes années de pratique, je recevais régulièrement, par HSP, des noms de médicaments ou des changements de dosages pour les patients, que leur médecin entérinait, avec un résultat positif.

Au début, le médecin ne comprendra guère ce que veut dire le guérisseur. Puis le travail commun engendrera une communication et une plus grande compréhension du corps, de l'énergétique et du processus de guérison. Ces cinq propositions aideront le patient à guérir et le médecin à comprendre. Examinons donc en détail chaque type d'informations disponibles pour le guérisseur.

PREMIER OBJECTIF : COMPRENDRE CLAIREMENT LE PROCESSUS DE LA MALADIE

Associés à un médecin ou un professionnel de la santé, les guérisseurs décriront le processus pathologique qui atteint les corps physique et énergétiques du patient, et leur feront partager leurs conclusions. Cette analyse a lieu par HSP, de la façon suivante :

Vérification du schéma énergétique du patient, avec ses équilibres et déséquilibres.

Schéma détaillé de chaque couche du champ aurique : le guérisseur insiste sur le niveau physique pour en décrire les défaillances, provenant des déséquilibres énergétiques déjà décrits. Le HSP lui permet de sentir le fonctionnement des organes et tissus, en procédant par étapes :

- Vérification de l'état général du champ aurique.
- Du fonctionnement de chaque organe.
- Du fonctionnement des systèmes organiques.
- De l'interaction entre ces systèmes.

Du fonctionnement détaillé de chaque organe.
De l'état des tissus de l'organe.

Cette description rejoint le diagnostic. Tous les sens peuvent intervenir dans le mode HSP, mais je n'évoquerai que les plus employés : visuel, auditif et kinesthésique (toucher). Le langage varie selon le sens qui donne accès à l'information, et ne ressemblera sans doute pas au jargon médical.

Description de la maladie par le guérisseur à l'aide du HSP visuel

Dans ce cas, les organes du corps sont colorés, en fonction de leur état, sain ou non. Le guérisseur les regarde pour déterminer leur force ou leur faiblesse, et leur état d'activité. Puis il scrute plus attentivement les organes qui fonctionnent mal.

Illustrons cette étape par quelques exemples. Mettons que le guérisseur observe le foie ; une vision générale lui montrera s'il est trop gros ou trop dense. Passant d'un endroit à un autre, il observe si certaines parties ont une activité insuffisante ou excessive. S'il y a accumulation de déchets, la couleur aurique indique leur origine acide ou alcaline, et leur viscosité indique s'ils peuvent être éliminés.

J'ai ainsi souvent vu une accumulation stagnante de fluide vert ou jaune dans certaines parties du foie, dénotant un amoncellement de toxines et un excès de bile. La couleur jaune provient parfois de médicaments difficiles à assimiler. La perception aurique de l'hépatite est toujours une bande de couleur orange, et les médicaments contre cette affection apparaissent dans le foie sous forme de mucus épais et brunâtre. La chimiothérapie a toujours l'apparence dans le foie d'un magma brun-vert, visible de la même façon dans l'aura du bras si le traitement est administré par intraveineuses. Ces configurations peuvent encombrer l'aura de dix à vingt ans si aucune guérison n'est tentée.

Les effets de certains aliments ou médicaments sur le foie n'échappent pas au guérisseur ; il remarquera souvent que le mélange de vin et de fromage à pâte molle tel le brie ressemble dans le foie à un mucus stagnant qui en alourdit la pulsation et en réduit le bon fonctionnement.

Pour affiner ses informations, le guérisseur peut se concentrer sur le niveau cellulaire. Les cellules sont souvent agrandies ou allongées, ou leur membrane manque d'équilibre chimique, laissant passer des fluides qui ne devraient pas la traverser. Cela arrive dans le cas de tabagie, où la cellule se déforme, et

s'entoure d'une couche acide de polluants qui change la perméabilité de la membrane. En intensifiant encore la vision, le guérisseur parvient à voir et décrire les micro-organismes à l'intérieur du corps. Les informations obtenues par HSP visuel sont toutes décrites en termes d'images, simples, sans référence à la technique médicale.

Description de la maladie par le guérisseur à l'aide du HSP auditif

Les informations auditives sont de deux sortes : sons (ou tons) et mots. Le corps, les organes et les tissus émettent tous des sons, inaudibles normalement, mais audibles par HSP, qui renseignent sur la santé du corps et des organes. Un corps sain émet des notes harmonieuses et tout organe malade des notes discordantes. En affinant sa perception des sons, le guérisseur saura décrire santé et maladie dans les corps physique et énergétiques.

Le HSP auditif transmettra ainsi la tonalité particulière du pancréas d'un diabétique, et le HSP visuel un sombre tourbillon d'énergie au-dessus du pancréas. On en conclut immédiatement que le patient souffre de diabète. (Les sons interviendront aussi dans la guérison, comme nous le verrons plus loin.)

L'autre forme de HSP auditif est la réception de mots. Un guérisseur doué sera capable d'atteindre directement le nom d'un organisme, d'une maladie ou même d'un médicament, avec le dosage et le temps de prise. Les termes médicaux, longs et compliqués, échappent le plus souvent au HSP. Je reçois plus souvent de simples directives ou de longs discours sur la signification profonde de l'existence ou le fonctionnement du monde. Vous en trouverez des exemples dans la quatrième partie de cet ouvrage.

Description de la maladie par le guérisseur à l'aide du HSP kinesthésique

Tous les organes pulsent, certains plus vite que d'autres, et le guérisseur le ressent par le HSP du toucher. Il étudie d'abord l'ensemble du corps pour repérer des déséquilibres organiques avant de se concentrer sur les systèmes organiques, simples et croisés. Il vérifie par exemple la pulsation organique du foie, puis sa synchronisation avec les autres pulsations organiques du corps. Si le foie est anormal, le guérisseur détermine l'effet de cette anormalité sur les organes voisins et plus lointains.

Il se demandera par exemple l'effet sur le pancréas d'un foie qui fonctionne insuffisamment. Les informations fournies par la sensation kinesthésique me permettent de répondre que, dans ce cas, le pancréas, trop sollicité, travaille trop, ce qui finira par l'affaiblir, abaissant sa pulsation et le faisant fonctionner au ralenti.

Le même type d'examen apporte des renseignements très intéressants sur la stérilité féminine. Dans un corps sain, les ovaires puisent synchroniquement l'un avec l'autre, avec le thymus près du cœur, et l'hypophyse dans la tête. En cas de stérilité, les pulsations sont déséquilibrées, empêchant la production et la libération de l'ovule au moment opportun du cycle. Pour rétablir l'équilibre, le guérisseur envoie de l'énergie qui synchronise à nouveau les pulsations entre ces trois glandes endocrines. Il y parvient par diverses techniques d'imposition des mains. J'ai ainsi aidé beaucoup de femmes, qui ont été capables de concevoir (il arrive que d'autres organes soient concernés, et le guérisseur doit également les sentir et les équilibrer).

Je citerai un exemple représentatif datant de mes années de guérisseuse à New York. Ma cliente, Barbara, à quarante-deux ans, désirait profondément un enfant.

Quinze ans auparavant, elle avait subi une mort clinique à la suite d'une hémorragie en donnant naissance à une fille. Elle me dit se souvenir d'avoir quitté son corps et rendu visite à son défunt père, qui lui dit de retourner sur terre, pour y apporter l'amour et la paix qu'elle ressentait avec lui. Elle se sentit alors à nouveau aspirée dans son corps. Penché sur elle, un docteur dit : « c'est fini ». Puis elle eut conscience d'une grosse infirmière lui massant la cage thoracique en hurlant : « Respirez, bon sang, respirez ! »

Le rétablissement fut très long. Barbara éleva sa fille seule, puis se remaria et souhaita un autre enfant. On le lui décommandait fortement, par crainte d'une nouvelle hémorragie, d'autant qu'elle avait eu un cancer du col quatre ans avant de se marier, et les médecins craignaient que la chirurgie ne l'ait rendu trop faible pour garder le fœtus neuf mois.

Elle essayait de concevoir sans succès depuis trois ans lorsqu'elle vint me voir. Une rapide inspection de son champ révéla une grosse déchirure dans le second chakra. Ses ovaires, privés de synchronisation avec le thymus ou l'hypophyse, fonctionnaient mal, provoquant des ovulations irrégulières et tardives. Je vis aussi un col de l'utérus affaibli, et la trace d'une ancienne blessure dans l'utérus, d'où venait l'hémorragie.

Je commençai par nettoyer la blessure et restructurer la première couche du champ pour la guérir. Puis je rétablis l'énergie dans le champ du col, de façon à le raffermir suffisamment pour qu'il garde le fœtus. Ensuite je réparai et

stabilisai le deuxième chakra. Je resynchronisai enfin les glandes. Et Barbara retrouva son énergie, le tout en une séance en février 1984.

Je la rappelai en septembre 1990 pour voir quels souvenirs elle gardait de cet événement. Elle me dit : « Vous avez découvert un trou noir énergétique à l'origine de l'hémorragie, et un mauvais fonctionnement énergétique du col. C'était là la source de mes problèmes médicaux antérieurs. Miraculeusement, je suis devenue enceinte en mars. J'ajoute que je suis revenue vous voir au neuvième mois car Annie, mon bébé, se présentait par le siège. Vous l'avez retournée... Un autre point intéressant est que vous m'avez alors préparée à subir une césarienne. Je me souviens d'avoir ressenti le conflit en vous ; je vous ai dit de ne pas vous inquiéter, que vous pouviez tout me dire. Et en fait, j'ai eu une césarienne ; au bout de vingt-quatre heures, le col ne se dilatait pas, et l'enfant était en danger. »

Lorsque Barbara, enceinte de plus de huit mois, vint pour une seconde séance, mon guide me prévint qu'elle aurait une césarienne ; je ne voulais pas que cela paraisse inéluctable, mais je la préparai tout de même, l'encourageant à en accepter l'éventualité, le principal étant d'avoir l'enfant. Je me souviens que tout en travaillant, je me voyais placée devant un choix, un col fortifié et une césarienne ou un col affaibli et la perte du bébé.

Plus tard, Barbara ajouta : « Rien de tout cela ne m'aurait préoccupée ; je n'ai pas d'idée préconçue sur la façon d'avoir un bébé ; il me semble que la plupart des femmes qui souscrivent à la spiritualité New Age ont des idées bizarres sur les procédures médicales, et n'arrivent pas à les concilier avec la responsabilité spirituelle de notre propre santé ; cette dualité, qui n'est pas la vraie, ne me pose à moi aucun problème. Je crois que beaucoup de gens sont troublés par ces questions. Ils croient devoir choisir entre assumer leur bien-être physique et spirituel, et l'arsenal médical. Or, il n'y a pas besoin de choisir, ce qui limite la réalité ; les deux doivent aller ensemble ; il faut se débarrasser de cette dualité. »

Description de la maladie en utilisant les trois sortes de HSP en même temps

Maintenant, en regroupant les trois possibilités de HSP, « fixons-nous » (terme visuel), « réglons-nous » (terme auditif), « relions-nous » (terme kinesthésique) au pancréas, pour « voir » (terme visuel) quelles informations nous pouvons « obtenir » (terme kinesthésique). Chez les gens qui digèrent mal les sucres, le pancréas « paraîtra » faible. Au lieu d'une couleur brun pêche vive et claire, il aura une coloration estompée ; il est peut-être trop gros. Le guérisseur

peut « voir » cela ; en fixant avec plus d'acuité, il peut distinguer çà et là dans le pancréas des amas de cellules d'un jaune ambré, les îlots de Langerhans ; ils sont parfois trop développés, témoignant d'une sécrétion excessive. Le HSP auditif ou un ouvrage de physiologie nous apprennent que cette sécrétion est l'hormone de l'insuline. La kinesthésie indique au guérisseur que la pulsation du pancréas est trop faible pour être saine. Nous savons donc par la triple utilisation du HSP que ce patient a besoin de rétablir la fonction pancréatique normale.

Quand le pancréas bat trop faiblement, il menace la pulsation du rein gauche, juste derrière lui, qui faiblit et fait passer du sucre dans l'urine, tout en prenant une couleur foncée. Le guérisseur perçoit le ralentissement des deux organes. Même leur tissu conjonctif, le fascia, commence à durcir, se contracter et ligoter les organes. Or ce fascia transporte la plupart du flux d'énergie de la première couche aurique. S'il durcit, il devient moins bon conducteur d'énergie, et réduit du même coup l'apport d'énergie dans les organes qu'il enveloppe.

Je suis persuadée que cette perte de conductivité du fascia est étroitement liée au vieillissement. Dès que l'on s'efforce d'assouplir les tissus, l'énergie imbibe l'organe ou muscle entouré par le fascia, qui retrouve la santé. Ce type de travail associé à celui de l'énergie guérisseuse est efficace même sur de très anciennes blessures ; il redonne vie à des tissus sclérosés depuis des années. Il faut y apporter du temps et du soin, mais l'enjeu en vaut la peine. Les gens qui s'appliquent à assouplir le fascia peuvent paraître dix ans de moins que leur âge.

DEUXIÈME OBJECTIF : TRAVAIL DE GUÉRISON PAR IMPOSITION DIRECTE DES MAINS

Ainsi que nous l'avons décrit plus haut, le guérisseur fait office de vecteur d'énergies apaisantes venues du champ d'énergie universelle qui nous entoure. Le champ aurique a autant de réalité que le corps physique ; il comprend plusieurs couches, et il faut travailler sur chacune. La structure des première, troisième, cinquième et septième couches recèle tous les organes du corps plus les chakras, qui font pénétrer et métabolisent l'énergie du champ universel dans la partie du corps où ils se trouvent. Ces couches structurées ont l'air composées de faisceaux de lumière verticaux. Les couches paires, non structurées, ressemblent à des taches ou nuages de fluide en mouvement, qui s'écoule le long des faisceaux des autres couches.

La tâche du guérisseur consiste, dans les couches structurées, à réparer, restructurer et recharger les corps énergétiques, et dans les autres, à dégager les points de stagnation, charger les zones faibles et harmoniser les zones trop

chargées avec l'ensemble du champ.

L'effet sur le corps physique est puissant. Même si l'organe a été enlevé, en le reconstruisant dans les couches structurées et en le chargeant dans les couches fluides du champ, on obtient une amélioration spectaculaire. Dans le cas d'ablation de la thyroïde, j'ai vu bien souvent la glande auriquement restructurée permettre une réduction des médicaments prescrits au patient. L'imposition des mains réduit le temps nécessaire à la guérison d'un tiers à la moitié, requiert moins de médication, et atténue nettement les effets secondaires du traitement d'une maladie généralisée.

Une de mes amies, violemment allergique aux médicaments, subit une double opération de la cataracte. Restreignant l'usage des médicaments à la chirurgie, elle se passa ensuite de calmants, se fit à elle-même des séances de guérison plusieurs fois par jour tous les jours, et fut remise deux fois plus vite qu'une personne qui aurait eu une opération simple. Si l'on s'attaque immédiatement à des problèmes simples, foulures de chevilles, qui nécessitent normalement deux semaines de béquilles, la guérison peut intervenir en moins de trois quarts d'heure.

S'il est impossible d'imposer immédiatement les mains, d'autres méthodes de médecine ostéopathique, Intégration structurelle (Rolfing), travail sur les tissus profonds ou le *myofascia*, détente, permettent de ramener la guérison à quelques jours. En cas de blessure, le corps s'en éloigne en se tordant. Fascia et muscles gardent parfois cette position fautive. Toutes ces méthodes sont bénéfiques en présence de mauvais alignements, entorses et foulures, hématomes, fractures et atteintes de la moelle épinière. En maintenant le corps en certaines positions de tension et en étudiant ses pulsations, on suit aisément la relaxation des torsions causées par la blessure.

L'une de nos étudiantes reçut récemment une énorme table sur le tibia et le pied. Nous l'avons ramassée immédiatement et avons travaillé près de quarante-cinq minutes. Elle craignait d'avoir la jambe cassée, ce que démentit l'examen par HSP visuel ; elle ne souffrait que de grosses éraflures et contusions. Nous avons utilisé en même temps une technique d'imposition des mains pour restructurer le champ d'énergie, et une technique de relaxation structurelle. Au bout de trois quarts d'heure, l'enflure avait disparu, il restait peu de contusions et d'écorchures. Elle se reposa quelques heures avec une poche à glace, et marchait normalement le lendemain ; on aurait dit qu'elle s'était cognée deux semaines avant.

J'ai vu des tumeurs bénignes « passibles d'opération » devenir « inutiles d'opérer » en quelques séances d'imposition des mains. J'ai vu des cardiaques échapper à la chirurgie à cœur ouvert, des cancéreux avoir besoin de moins de

chimiothérapie, des diabètes pris au début guérir, des colostomies évitées, et même dans quelques cas, des cancers disparaître. J'ai vu bien des gens obtenir enfin, après des changements radicaux, la vie qu'ils souhaitaient.

Le guérisseur peut aussi imposer les mains au niveau harique et au niveau du noyau ; après en avoir déterminé l'état, il peut travailler directement sur chacun. Mais ce travail très poussé exige une formation et une pratique intenses, dont il sera question aux chapitres XVI et XVII.

TROISIÈME OBJECTIF : OBTENIR UN HISTORIQUE AUSSI LARGE ET COMPLET QUE POSSIBLE DE LA MALADIE

Le troisième domaine de collaboration guérisseur-médecin concerne l'assemblage de l'historique de la maladie. Le médecin apporte les dossiers médicaux du patient et de sa famille ; le guérisseur contribue en étant le témoin médiumnique d'événements passés en relation physique ou psychologique avec la maladie. Il sait remonter le temps et observer ce qui est arrivé à un organe, à tout ou partie du corps aux niveaux physique ou énergétique. Il y parvient en se reliant d'abord par kinesthésie à la partie du corps en question, puis en consultant la mémoire.

Il se passe à peu près la même chose que lorsque vous activez votre propre mémoire ; vous le faites automatiquement, et seulement pour vous, en enroulant le temps pour retrouver un moment du passé. Essayez de le faire pour quelqu'un d'autre en établissant d'abord le lien avec cette personne, puis en activant la mémoire ; vous serez surpris, car vous avez aussi accès à son passé, contrairement à ce qu'on vous a appris.

Au niveau physique, le guérisseur avec l'aide du HSP sera témoin, en sens inverse, des chocs subis par telle ou telle partie du corps. L'expérience m'a appris que les maladies graves sont rarement récentes et résultent d'une accumulation de formes et symptômes stratifiés dans l'état actuel, somme de l'expérience de votre vie.

Les problèmes de hanches des gens âgés sont un exemple courant ; ils proviennent pour la plupart de mauvais alignements survenus bien plus tôt à la colonne vertébrale ou aux genoux. Le processus de dégénérescence peut être aggravé par une mauvaise nutrition. Le vieillard fait une chute parfois bénigne et se fracture la hanche.

On sait bien que les blessures se reproduisent aux mêmes endroits. C'est toujours la même cheville que l'on tord au tennis ; ce déplacement à la cheville

irradie dans l'ensemble de la structure corporelle et l'affecte. Une chute de tricycle, enfant, et une bosse au genou peuvent causer plus tard, à l'occasion d'un accident de bicyclette, une blessure au genou, puis un traumatisme de jogging, toujours au genou, et ainsi de suite. Le mauvais alignement empire à chaque blessure, en provoquant de nouvelles.

Un problème physique sérieux se produit le plus souvent dans une partie du corps qui a déjà reçu de nombreux chocs. Un problème organique prouve qu'il est profondément ancré dans le corps. Les effets des traumatismes de l'enfance s'amplifient et persistent à cause d'habitudes de vie néfastes à tous les niveaux, physique, émotionnel, mental et spirituel. Les gens réactivent interminablement leurs problèmes par leurs convictions négatives, le plus souvent inconscientes. Le HSP permet de lire la séquence de ces expériences négatives répétées.

J'ai connu une patiente, Tanya, née par forceps avec le cordon ombilical enroulé autour du cou, qui revécut sans cesse ces chocs au cou et à la tête. Petite fille, dans un parc, elle tomba d'un canon et atterrit sur la tête ; elle fit plusieurs chutes en grimpant aux arbres ; plus tard, son frère la frappa accidentellement à la tête avec une batte de baseball. Chaque fois, l'état de son cou empirait. Son père la battait fréquemment quand sa mère se plaignait d'elle, et parfois avec un mètre rigide en la tenant à l'envers par un pied. Ensuite un mari brutal la frappait souvent à la tête. Ce cauchemar dura près de dix ans, sans compter un traumatisme cervical lorsqu'un homme tenta de lui arracher son maillot de bain dans une chambre de motel, et un autre deux ans plus tard, aggravé d'une fêlure au crâne lors d'un accident de voiture. Au bout du compte, tout le côté gauche de son corps s'affaiblit, puisque son mari, droitier, la frappait de ce côté, disait-elle ! L'imposition des mains et la relaxation guérissent par la suite la plupart de ses blessures.

Les organes étant tous solidaires, un mauvais fonctionnement chronique de l'un finira par affecter tous les autres, qui travaillent d'abord trop, puis s'affaiblissent. Pour le guérisseur, avec sa vision holographique du corps, tout ce qui se passe à un endroit du corps concerne le reste.

J'ai été témoin d'un cas intéressant de carences alimentaires antérieures chez un homme qui avait des attelles au tibia ; en remontant dans le temps, je m'aperçus que la cause en était la quantité de lait qu'il avait bu dans son adolescence. Or ce n'était pas une bonne source de calcium, et ses cellules osseuses, « trop dures », ne laissaient pas de place aux muscles. Il se trouva donc handicapé à quarante ans en pratiquant du jogging.

QUATRIÈME OBJECTIF :

AIDER LES PATIENTS À DÉCOUVRIR LES CAUSES ET LA SIGNIFICATION PROFONDES DE LEUR MALADIE

Grâce au HSP, le guérisseur ouvre au patient l'accès à la connaissance de ses antécédents psychologiques : éventuel traumatisme d'enfance, rapports avec les parents et l'environnement, attitude mentale envers la vie et le système de convictions. Le HSP permet également au guérisseur de « lire » des éléments psychologiques ayant trait à la maladie présente, en se reliant à la partie malade du corps, en remontant le temps *tout en restant branché sur le niveau psychologique* et en retrouvant les expériences passées directement liées au problème physique. On découvre en même temps beaucoup de choses sur la personnalité du patient, les chocs psychologiques passés et les réactions qui induisent une mauvaise santé récurrente.

Utilisées à bon escient, ces informations peuvent beaucoup aider le patient sur la voie de la guérison, en l'aidant à renoncer à de mauvaises habitudes qui déséquilibrent son champ d'énergie et ont causé la maladie physique. L'idée que l'on provoque soi-même les accidents à cause de ses convictions et de chocs antérieurs est passionnante, et controversée. Certains accidents sont évidemment intentionnels : nous avons tous vu des enfants se blesser juste après avoir été surpris à faire quelque chose de répréhensible.

Le cas de Tanya est un bon exemple ; plus l'imposition des mains et le travail en profondeur sur les tissus progressaient, mieux elle comprit la part qu'elle avait prise à ses blessures, même dans l'accident de voiture, où elle ne conduisait pas. Elle découvrit son intention d'être toujours « victime » des autres, preuve qu'elle était « bonne », au sens où l'entendent les enfants. Ce raisonnement est typique d'un système de convictions négatif ; son père la battait pour la punir d'avoir été « mauvaise », la rendant alors « bonne ». Elle gardait aussi le souvenir du lien avec son père alors qu'il la battait, ressentant, en même temps que la terreur, sa douleur à lui, qu'il atténuait en la corrigeant. C'est là la base du martyr. Le jour de l'accident de voiture, son mari conduisait ; ce n'est donc pas sa « faute » à elle, mais c'est relié à un événement de la veille, où elle se sentait tellement désespérée par les agissements de son mari qu'elle voulait se fracasser le crâne contre une lourde vitre. Elle finit par quitter son mari et refaire sa vie. Mais après un long travail de guérison, elle dut attendre près d'un an après son divorce pour entamer une relation satisfaisante avec son mari actuel, épousé il y a sept ans.

Pendant le déroulement et la lecture des informations du passé, le guérisseur se livre à un travail direct pour arranger la distorsion du champ d'énergie reliée à

ces divers traumatismes. Ce travail parallèle a d'excellents résultats pour la guérison du patient. Le guérisseur peut alors se mettre à l'écoute de niveaux supérieurs chez le patient qui lui révèlent les schémas de pensée qui peuvent s'emparer de sa psyché. Il finira enfin par aider le patient à découvrir les systèmes de convictions négatifs et malsains responsables des mauvaises habitudes de vie qui ont créé la maladie.

En prenant conscience de ses efforts pour demeurer victime, donc « bonne », Tanya commença à changer sa position ; elle atteignit le niveau harique d'intention, et comprit qu'être une victime lui permettait de ne pas s'aventurer dans le monde et de ne pas s'assumer. Elle se mit en condition de désirer changer ; il lui fallait établir le lien avec son noyau profond, où elle se sait bonne. La maladie provient de l'oubli du véritable soi (arrachement au noyau), et la guérison consiste à le retrouver (lien au noyau). Tanya commença donc à se souvenir de la vérité de son être, à retrouver le lien avec sa bonté fondamentale en établissant des allées de communication vers son noyau rayonnant. Dès lors, elle n'avait plus besoin de brimades pour prouver sa bonté inhérente.

CINQUIÈME OBJECTIF : SUSCITER DES MODALITÉS DE TRAITEMENTS PLUS EFFICACES

Médecin et guérisseur doivent découvrir ensemble de nouveaux traitements. Le résultat des quatre premiers objectifs – nouvelle description de la maladie, informations sur le fonctionnement du corps, nouvelle conception du sens profond de la maladie et puissance guérisseuse de l'imposition des mains – transforment les modalités de traitements et apportent de nouvelles directives pour le maintien de la santé.

Énumérons quelques grands changements de traitements :

1. La façon d'envisager santé et guérison évolue selon un nouveau mode de pensée qui inclut l'ensemble de l'expérience humaine. Dans cette vision holistique, où tout influe sur tout, les problèmes de santé concernent tous les domaines de la vie du patient ; lui-même est concerné au premier chef par l'apparition du problème.

2. Comprendre l'influence sur notre santé de nos habitudes de vie et de notre environnement psychologique nous amène à changer notre façon de nous maintenir en bonne santé. Nous apprenons à développer de bonnes habitudes

psychologiques et à traiter immédiatement les vieux blocages émotionnels qui perpétuent les difficultés physiques.

3. L'importance des médicaments et interventions chirurgicales décroît. J'ai eu plusieurs patients qui n'avaient plus besoin de chirurgie ; j'en ai aidé d'autres à réduire tumeurs et thyroïdes, évacuer des cellules malignes de l'utérus et éviter ainsi curetage et même hystérectomie, n'avoir plus besoin d'ablation du côlon, ni d'opérations à cœur ouvert.

Les médecins eux-mêmes réduisent les dosages devant l'amélioration de leurs patients, particulièrement les calmants pour les cas de douleurs chroniques, migraines, mal de dos ou des ovaires.

4. Ensemble, guérisseurs et médecins peuvent prescrire plus précisément en fonction de la personnalité de chaque patient ; quelle dose prendre, quand commencer ou arrêter.

Pour le guérisseur, nul médicament, remède ou plante n'est mauvais a priori ; mais il est important que le patient ait le choix du traitement le plus utile ou le plus approprié. Comme le dit mon guide Heyoan : « La substance précise, au dosage précis, au moment précis, se transforme par alchimie en substance guérisseuse. »

Le guérisseur déchiffre aisément les effets de tout remède homéopathique, médicament ou plante sur le corps du patient. L'homéopathie, par exemple, a sur le champ d'énergie une action immédiate et à long terme. Si le remède n'est pas le bon, il n'y aura aucun résultat ; si la dose est trop faible, elle ne pénétrera pas le champ, ce que fera une dose plus forte, sans pourtant avoir d'effet immédiat sur les couches inférieures. L'homéopathe ne peut que profiter de ces informations.

Le processus de guérison par l'imposition des mains réduit automatiquement les besoins du corps en médication, même dans le cas d'ablation d'une glande ; j'en ai eu de multiples exemples. Cette réduction s'effectue peu à peu. Le guide suggère au début des séances de garder les médicaments ; par la suite, après seulement quelques semaines, le guide suggère une réduction d'un quart, et au bout de quelques mois, encore une autre.

Laissez-moi vous donner un exemple : je travaillais sur une jeune femme affligée quasiment depuis sa naissance d'innombrables maladies et opérations. Elle avait à peu près vingt-cinq ans, progressait lentement, mais regagnait santé et énergie. Au bout de six mois, elle sembla atteindre un plateau, où les séances demeuraient sans effet. À l'aide du HSP auditif, je demandai des conseils spécifiques, et entendis les mots suivants : « Dites-lui de réduire ses

médicaments pour la thyroïde d'un tiers. » N'étant pas au courant de ce traitement, donc un peu gênée, je lui posai la question, et elle confirma ; en quelques semaines, avec l'accord de son médecin, elle réduisit le dosage et se sentit mieux. Au bout de cinq, on réduisit encore. Peu après, elle cessa le traitement, se sentant en bonne santé, et décida de reprendre des études.

5. Les guérisseurs peuvent aider au choix des modalités de traitement. Ainsi, avant de recevoir Jennifer pour son premier rendez-vous, je reçus l'information qu'il valait mieux qu'elle choisisse une chimiothérapie de trois mois assortie de deux médicaments, plutôt qu'une de deux mois avec trois médicaments. Je ne connaissais pas Jennifer, et ignorais pourquoi elle venait me trouver. Lorsque je la reçus, elle me dit qu'une semaine auparavant, le cancérologue lui avait précisément proposé le même choix, et elle souhaitait que je l'aide à décider, ce que je pus faire tout de suite !

6. L'apport du guérisseur peut atténuer les effets secondaires de durs traitements, en réduisant les doses, mais aussi parce que l'effet de l'imposition des mains rend moins grave la détérioration due à la chimiothérapie et à la radiothérapie. La première pollue le foie et affaiblit le système immunitaire ; or l'imposition des mains fortifie la fonction hépatique. La seconde brise la première couche du champ, et l'imposition des mains la répare.

Au bout de dix à vingt ans, les parties irradiées du corps entament un dysfonctionnement. Une de mes patientes avait presque entièrement perdu l'usage de ses bras à cause de la détérioration des nerfs ; elle avait été fortement irradiée dix ans auparavant dans cette région du plexus brachial pour la guérir de la maladie d'Hodgkin. En traitant une autre patiente par imposition des mains aussi tôt que possible après les séances de rayons, nous avons découvert que nous pouvions chaque fois débarrasser le champ aurique des fragments et le reconstruire, avec le minimum d'effets négatifs.

Une autre de mes patientes avait subi une intervention de la colonne vertébrale dix ans avant notre rencontre. Lorsqu'elle vint me voir, elle était alitée, ne pouvant se déplacer que jusqu'à la salle de bains. Je vis un colorant rouge toujours enchâssé dans sa colonne, qui avait servi à mettre en évidence certaines parties de la colonne. J'exerçai mes talents de guérisseuse pour éliminer le colorant rouge ; elle reprit des forces et recommença à marcher.

Les séances post-chirurgicales réduisent réellement la douleur, et réparent ce qui pourrait devenir à long terme des dégâts. Elizabeth, une de mes patientes, souffrait encore de l'ovaire droit et du ventre un an après une césarienne. Je voyais bien que les lignes d'énergie de la première couche du champ, emmêlées,

empêchaient un flux d'énergie normal dans cette région. Une séance me suffit pour démêler, aligner et reconstruire ces lignes. La douleur disparut immédiatement, et n'a toujours pas reparu depuis deux ans maintenant. Si les déformations du champ avaient persisté, elle aurait probablement souffert d'infections dans cette zone affaiblie par l'absence de flux d'énergie.

Dans le cas de Richard W. (voir la transcription de la séance dans l'Annexe A), une cicatrice verticale sur la cage thoracique, reliquat d'une opération cardiaque, gênait le flux d'énergie vers le cœur et la poitrine. Un meilleur état de santé dans cette région suivit sa réparation.

7. Plus on en saura sur les effets négatifs à long terme des traitements actuels brutaux, plus on en modifiera le protocole d'utilisation. En observant les méfaits de ces traitements sur nos champs d'énergie et nos corps physiques, on hésitera à les utiliser si fréquemment. Souvenez-vous du colorant rouge demeuré dans la colonne vertébrale pendant dix ans. J'ai relevé d'autres traces de médicaments dans le foie des années après un traitement contre l'hépatite. Beaucoup de patients reçoivent des doses trop fortes, et nous apprendrons peu à peu à affiner les prescriptions médicamenteuses.

Les techniques guérisseuses aboutissent parfois à une importante réduction de la médication ; il m'est arrivé, avec un autre guérisseur, d'aider une jeune femme qui avait subi une greffe du foie ; nous avons préparé son champ d'énergie avant l'opération ; nous avons relié ensuite ses corps énergétiques au nouveau foie en reconstruisant toutes les lignes d'énergie sectionnées lors de l'ablation du foie malade. Le nouvel organe était plus gros que l'ancien, et nous suggérâmes, en vain, au personnel hospitalier de réduire les médicaments contre le rejet de la greffe. Mais devant les effets secondaires, ils acceptèrent. Elle va, aujourd'hui, très bien.

8. L'usage du HSP a permis de découvrir de nouvelles modalités de traitement, qu'il faudra étudier et mettre à l'épreuve, dont certaines dépassent les technologies actuelles. Par exemple, j'ai un jour reçu l'instruction d'introduire directement par perfusion une certaine substance dans la rate d'un enfant atteint de leucémie ; or cette procédure n'existe pas. J'ai par le même canal reçu des descriptions de machines à filtrer le sang de patients souffrant du sida, qui hélas n'existent pas. Il faudra aussi inventer des machines à envoyer dans le corps des fréquences capables de dissoudre les tissus cicatriciels, ou de faire exploser les cellules cancéreuses sans toucher aux cellules normales grâce à la différence de structure de l'enveloppe cellulaire. Puisque la configuration malade apparaît toujours dans le champ aurique avant le corps, nous concevrons des modalités et

un équipement susceptibles de guérir la maladie dans les corps énergétiques avant qu'elle n'ait eu le temps d'envahir le corps physique.

9. Nous nous préoccupons aussi de plus en plus de notre environnement et de ses conséquences sur nos champs et notre santé. L'une des plus intéressantes découvertes que j'aie faites dans la lecture par HSP du fonctionnement des systèmes physiques est l'extraordinaire précision de l'équilibre chimique nécessité par le cerveau. Or la pollution modifie gravement cet équilibre cérébral. Divers groupes de cellules, bien connus des spécialistes, libèrent dans le cerveau des produits chimiques qui ont une action régulatrice sur le fonctionnement de l'ensemble du corps, et pas seulement du cerveau. La pollution de l'environnement – additifs alimentaires, faibles radiations dans les champs électriques dues aux lignes à haute tension et pollution atmosphérique – bouleverse ces équilibres chimiques. Au fil du temps, la lente accumulation de pollution interne altère la santé. Ce que nous apprend le HSP fera peut-être un jour l'objet d'examens de laboratoire.

La pollution amoindrit aussi l'énergie vitale contenue dans la nourriture. Les produits chimiques qui empoisonnent le sol empêchent les plantes de donner une nourriture aux rythmes pulsatifs favorables à la santé. Si, en effet, les pulsations de la nourriture ingérée ne correspondent pas à celles des organes, il s'ensuit une baisse de pulsations néfaste. Voyez la quantité de vitamines et minéraux absorbée par les Américains pour suppléer aux carences de l'alimentation. En mangeant une nourriture saine et non contaminée, notre corps peut maintenir des pulsations synchrones avec celles de la terre, et c'est pourquoi les produits organiques ont une telle importance.

N'oublions pas que la terre vit au rythme de ses pulsations, dont celles de son champ magnétique, huit fois par seconde (8 hertz ou 8 Hz). Elles sont excellentes pour nous, dont l'évolution physique participe de cette pulsation magnétique. Avant d'être contaminé, le sol transportait les pulsations saines de la terre, et nous consommions une nourriture naturelle saine synchronisée avec ces pulsations terrestres. Aujourd'hui, lorsque nous mangeons une carotte qui a poussé dans un sol empoisonné et pollué, elle n'apporte pas à notre corps l'énergie vibratoire nécessaire. C'est un poison pour nous, autant ne pas la manger.

À force de travailler ensemble, guérisseurs et médecins établiront des points de communication. Nous apprendrons à combiner les informations fournies par le HSP et celles acquises par le médecin au cours de sa longue formation et des progrès technologiques. Les médecins finiront par développer leur HSP, et les guérisseurs aideront les laboratoires à inventer des instruments capables de

vérifier et quantifier leurs informations. Un jour viendra où nous disposerons d'une instrumentation hautement sensible de dépistage des systèmes d'énergie qui empêchera les déséquilibres du champ de se propager dans le corps physique, y apportant la maladie.

TROISIÈME PARTIE

L'EXPÉRIENCE PERSONNELLE DE GUÉRISON

« La naissance et la mort des feuilles font partie de ce vaste cycle qui se déplace parmi les étoiles. »

Rabindranath Tagore

INTRODUCTION

S'occuper enfin de soi-même

À l'époque où j'avais une clientèle régulière, une constante m'apparut : la difficulté d'assumer la responsabilité d'améliorer tout ce qui devait l'être dans leur vie. Il leur fallait réordonner leurs priorités, ce qui représente un grand bouleversement, et se donner, à eux et à leur santé, la première place.

Ainsi les femmes souffrant de cancer s'occupaient-elles d'abord de leur famille, indirectement poussées par elle, d'ailleurs, et ne s'en rendant pas compte.

Les victimes de problèmes cardiaques donnaient la priorité au travail ; il leur fallut apprendre à déléguer. Un élément de leur traitement consistait à se demander pourquoi ils se voulaient irremplaçables ; la réponse était souvent : pour se sécuriser ; leur volonté et non leur cœur les dominait.

Pour rester en bonne santé, vous devez prendre de vous-même un soin holographique – dans tous les domaines et à tous les niveaux de votre vie. Le processus de guérison exige un changement en profondeur. Il n'est pas question de s'adresser à un guérisseur pour que votre vie « revienne à la normale ». Attendez-vous plutôt à découvrir de nouveaux territoires, de nouvelles façons de vous prendre en main, de nouvelles priorités, et des relations différentes avec votre entourage le plus proche. Il résistera sans doute ; il y aura des conflits ; mais en fin de compte, tout le monde y gagnera ; et il vous appartient de ne pas dévier de votre vérité.

Peut-être direz-vous : « Mais c'est ridicule ! Comment vais-je m'occuper de tout cela ? Je suis malade et censé me reposer. »

À quoi je réponds que c'est précisément le moment et que vous avez tous les éléments en main. Si nous énumérons les domaines et les choses dont vous devez vous occuper, vous verrez que vous pouvez soit les faire vous-même, soit obtenir de l'aide. Bien sûr, tout dépend de la gravité de votre maladie. Mais souvenez-vous que vous êtes au seuil d'une *opportunité* de grand changement, dans une phase de réorientation, d'évaluation de votre vie et de sa signification profonde, et vous disposez justement de temps pour le faire.

La manière dont vous passez ce temps vous regarde entièrement. Peut-être passerez-vous des semaines à dormir, établissant un lien profond avec vous-même. Le sommeil est une façon privilégiée de vous donner du temps. Ou bien vous prendrez le temps de trouver de l'aide, pour la première fois. Réorganiser votre système de valeurs prendra aussi du temps, et ces changements en créeront d'autres au cours des années.

Quand s'amorceront les changements en vous, il vous sera utile de connaître ce qui vous attend dans vos expériences personnelles. Dans ce but, je vais aborder le déroulement du processus de guérison sous deux angles différents : le premier inclut les sept étapes que vous traverserez ; le second l'envisage du point de vue des sept niveaux de guérison, reliés chacun à une couche du champ aurique.

Les sept étapes de la guérison

J'ai remarqué que le processus de guérison suit un cours irrégulier. Au début, l'amélioration interne est presque automatique, suivie d'une sorte de régression. Les patients mettent alors le traitement en doute, se sentant moins bien qu'avant d'avoir commencé. Mais leurs champs d'énergie dénotent clairement l'amélioration; ils ont moins de déséquilibres, et les organes fonctionnent mieux. Ils ressentent pourtant plus intensément ces déséquilibres, et la douleur peut même empirer. En fait, ils supportent moins bien ce qui naguère paraissait « normal », car ils sont en meilleure santé.

J'ai également remarqué l'existence de phases distinctes, inhérentes au processus de transformation humain. La guérison induit des changements d'esprit, d'émotions et d'âme autant que physiques. Chacun doit évaluer ce que signifient ces changements, et les intégrer dans le nouveau contexte.

La première nécessité est d'admettre qu'il y a problème, et d'en faire l'expérience, en cessant de lui tourner le dos. J'ai remarqué qu'un patient qui se « sent plus mal » est en train d'affronter la situation et de prendre conscience d'un autre aspect du problème. La colère qu'il éprouve ne vient pas de la détérioration de son état, mais de tout ce qu'il doit accomplir. Dans ce cas, la plupart des patients cherchent une solution facile, prétendant qu'ils ont assez fait d'efforts et ne veulent plus faire face. Mais ceux qui ont le courage de plonger au cœur du problème se lancent en disant: « Bon, allons-y. »

La guérison, comme la thérapie, est un processus cyclique qui aspire l'impétrant dans une spirale de savoir. Chaque cycle requiert une souplesse plus grande tandis que l'on pénètre plus profondément au cœur de sa vraie nature. Et chacun de nous détermine librement et différemment le déroulement de ce voyage.

Toute maladie exige que le patient change pour aider le processus guérisseur, et tout changement équivaut au renoncement, à la mort, d'une partie du patient – habitude, travail, style de vie, conviction, ou organe physique. Vous-même, en tant que patient/guérisseur, ferez donc l'expérience des cinq étapes de mort

décrites par le Dr Elisabeth Kübler-Ross dans son livre *On Death and Dying : Dénî, colère, marchandage, dépression, acceptation*. Vous passerez aussi par deux stades supplémentaires : *renaissance, création d'une vie nouvelle*. Toutes font partie du processus, et le guérisseur a l'obligation de respecter l'étape que traverse le patient, sans essayer de l'en arracher, sauf en cas de danger physique, et avec la plus grande délicatesse.

Pour illustrer le passage de ces sept étapes, j'ai choisi deux exemples nécessitant chirurgie et imposition des mains, qui permettent de décrire tous les aspects de guérison ; dans le cas de guérison « naturelle », les étapes seraient, bien entendu, les mêmes.

La première patiente, Bette B., de taille moyenne, aux cheveux bruns bouclés striés de gris, a une personnalité des plus aimantes ; infirmière de métier, elle étudie scrupuleusement la guérison. Âgée de soixante-sept ans, mariée et mère de deux enfants, elle vit à côté de Washington avec son mari, Jack, technicien de sécurité à la retraite. Des douleurs, faiblesse et picotements dans la jambe gauche l'avaient laissée paralysée à partir de la taille en 1954, et on lui avait enlevé deux disques lombaires. Après huit mois de thérapie personnelle, à l'aide d'eau, de gymnastique et de beaucoup de prières, elle se remit à marcher, à la stupéfaction des chirurgiens. Lors d'une autre intervention au dos en 1976, on retira un autre disque, des tissus cicatriciels et des fragments d'os. Elle alla ensuite dans un centre de rééducation. En 1986 apparurent de nouveaux symptômes, douleur, faiblesse et picotements dans le bras gauche et douleur dans le cou ; on l'opéra donc du cou en 1987, et je la reçus quelques mois après.

Karen A., la seconde patiente, est une belle et grande femme brune de quarante-cinq ans, thérapeute comme son mari, qui n'a pas d'enfants, mais deux beaux-enfants, et vit au Colorado. Elle fut malade alors qu'ils habitaient près de Washington. Depuis la puberté, elle souffrait de douleurs dans le bas du ventre ; on diagnostiqua plus tard des fibromes utérins et une endométriose de l'ovaire droit. Une infection se déclara, très douloureuse, et elle accepta une hystérectomie. L'expérience guérisseuse la mena dans une spirale profondément révélatrice de développement interne. Examinons maintenant les étapes une à une pour en découvrir le fondement.

PREMIÈRE ÉTAPE DE GUÉRISON: LE DÉFI

Chacun ressent à un moment ou à un autre ce besoin de refus. Tous nous voulons nous débarrasser des expériences pénibles de la vie, par peur de ne pouvoir faire face, ou parce que nous ne voulons pas. En devenant malade, la

première réaction est celle du refus, partiel ou complet, qui peut reparaître plus tard. Il s'agit d'une défense temporaire, premier pas sur la voie de l'acceptation. Si vous êtes confronté à une situation médicale grave, vous supporterez mal d'en parler longtemps, ce qui est parfaitement naturel ; il vous faut le temps de vous habituer, prenez-le.

Vous en parlerez facilement à votre famille, vos amis et des professionnels de santé, mais pas aux autres ; ceci aussi est normal ; tout dépend de la confiance que vous avez en vos interlocuteurs, et dont vous devez tenir compte, et de leurs sentiments vis-à-vis de leur santé et de la vôtre. Peut-être réagissez-vous à ce qui se passe en eux (les professionnels de santé connaissent l'importance de leurs réactions envers la maladie et leur incidence sur l'état du patient qu'ils traitent).

N'oubliez pas que le refus est parfaitement normal, et qu'il ne faut pas vous en accuser, car nous le pratiquons tous, ne serait-ce que pour ne pas devenir fous ! Dès que vous serez capable de faire face, le refus disparaîtra. Persister dans le refus peut être lourd de conséquences. Mais il faut l'aborder avec compassion, et avec amour, envers vous-même et de la part des autres. Commencez donc par vous entourer d'êtres que vous aimez, en qui vous avez confiance, avec qui vous pourrez partager.

Chez Bette, le refus se manifestait par l'ignorance des messages émanant de son corps et de son système de stabilisation : « Je me souviens de cette douleur dans l'épaule et jusqu'au-dessus du coude, et je me disais "c'est l'âge, peut-être un peu d'arthrite ; je ne m'en occupe pas, cela s'en ira". Quand je peignais, j'avais du mal à utiliser mon bras gauche. Pendant quatre ans, la douleur fut intermittente ; dix-huit mois avant de subir l'intervention, je perdis toute force dans la main et le bras, et pour la première fois, je dus demander à mon mari d'ouvrir les bouches à ma place. Je refusais l'évidence, pensant toujours à l'arthrite et ne voulant pas m'inquiéter.

La faiblesse du bras étant aussi intermittente, je l'ignorais de même, malgré des crises de panique lorsque je ne pouvais plus porter les sacs de marché ; je chassais la panique en changeant de bras. Mais je crois que cette réaction de refus était presque nécessaire pour que la maladie en vienne au point d'être opérable, ce qui n'était pas encore le cas. Si j'avais su plus tôt, j'aurais été terrifiée ; après tout, étant infirmière, j'estimais que je devais être capable de porter moi-même un diagnostic, et préférais cette attitude de refus plutôt que de m'en remettre au médecin.

Pendant mes études d'infirmière, on nous avait rabâché l'importance du psychosomatique, et je craignais que le médecin me soupçonne d'invention, jugement difficile à supporter. En en parlant maintenant, je me rends compte combien cette maturation personnelle était importante, sans l'aide de médecins.

Il fallait probablement que je me sente impuissante pour pouvoir accepter l'aide des autres. »

Je demandai à Bette ce qu'elle entendait par impuissante. Elle me répondit qu'il lui fallait apprendre à s'abandonner en se sentant en sécurité. Je clarifierai ce point en analysant avec elle les diverses étapes.

Chez Karen, le refus prenait la même forme d'ignorance de la douleur. Thérapeute elle-même, elle était très au fait des questions psychologiques ; mais elle finit par comprendre que ceci était aussi une forme de refus, et qu'il lui fallait aborder son problème au niveau physique. Écoutons-la : « Je crois que je n'éprouvais que du refus jusqu'à ce que je décide de me faire opérer. Je souffrais beaucoup, mais persistais à me dire que je pouvais me guérir. »

La peur sous-tend le refus, peur de ce qu'il faut affronter et traverser à cause de la maladie. Karen craignait de ne pouvoir se guérir elle-même ; elle avait peur de l'hôpital, de l'impuissance physique engendrée par l'opération. Elle avait peur d'en mourir, sans raison d'ailleurs. Cette peur lui fit refuser le traitement pendant longtemps.

Bette éprouvait la même chose : « J'avais peur d'une opération, de la dépendance que cela entraîne, puisqu'il ne s'agit pas d'une guérison naturelle. Je craignais aussi de n'être plus capable de peindre. Or c'est devenu pour moi un acte de création tellement apaisant et merveilleux que je préférais ne plus pouvoir marcher. »

Nos peurs sont souvent irraisonnées, mais demeurent réelles et fortes. Que nous les appelions, comme beaucoup de guérisseurs, irrationnelles ou émanant d'une expérience de vie antérieure, nous devons en tenir compte et agir en conséquence.

Comme l'évoque Bette : « Je craignais qu'on ne me coupe la tête si j'avais un problème au cou, et c'était absolument terrifiant. Je crois être passée par deux cycles de ces diverses étapes, refus/colère/marchandage/acceptation, l'un avant le diagnostic, l'autre après que le docteur m'eut dit de m'adresser à un neurochirurgien ; je me suis d'ailleurs exclamée : “Non, pas cela !” Je me souviens que mon mari me demanda pourquoi je craignais tant une opération, et je répondis : “Je ne sais pas.” J'en avais déjà subi deux, mais je me sentais terrifiée, car j'avais l'impression que l'on attentait à une partie vitale de mon existence, et que j'allais en mourir. Cette terreur me fit tout ajourner, et le matin du premier rendez-vous, j'étais sûre d'avoir la tête coupée. En allant chez le chirurgien, je dis à mon mari en pleurant : “Je ne veux pas y aller ; je ne peux pas. Pourquoi est-ce qu'une chose pareille m'arrive ?” Et j'ai pleuré vingt-cinq minutes. »

Bette bénéficia de l'aide de son mari et de ses amis, avec qui elle partagea

ses craintes ; il est très important de pouvoir les exprimer, qu'elles soient ou non réalistes. Le partage transforme la peur, qui devient alors colère.

DEUXIÈME ÉTAPE DE GUÉRISON: LA COLÈRE

La première étape de refus ne dure pas éternellement ; il vient un moment où vous éprouverez sans doute des sentiments de colère, rage, envie et rancune. « Pourquoi moi, et pas Untel, cet alcoolique qui bat sa femme ? » Autour de vous, chacun sera en butte à cette colère diffuse. Peut-être les réactions familiales iront-elles du chagrin aux larmes, à la culpabilité, la honte et l'éloignement. Votre colère n'en sera que plus forte et pénible, mais tenez-bon, ce n'est qu'une étape.

Après tout, vous avez des raisons d'être en colère : il vous faut interrompre vos activités, ne plus être capable de faire certaines choses, et dépenser de l'argent pour vous soigner au lieu de partir en voyage. Quiconque, soumis au processus de guérison, éprouvera un certain degré de colère, variable, qui peut aller jusqu'à l'explosion, comme chez Bette, et ceux qui n'ont jamais laissé libre cours à leur fureur. Lorsque Bette parvint à la seconde étape, sa colère ne connut plus de bornes : « Je me souviens que la colère m'envahissait. J'en voulais à Dieu, qui m'avait déjà imposé la paralysie des jambes, et ne pouvait pas me prendre aussi mes bras, liés à ma spiritualité et ma créativité. »

Pour Karen, en revanche, la colère n'était qu'une émotion parmi d'autres.

« Je fus submergée par toutes sortes de sentiments, dont la colère, liée à l'inconfort, sans plus. Souvent, j'en voulais à tous ceux qui n'étaient pas capables de me guérir, y compris les médecins. J'oscillais entre la colère et un pacte avec Dieu. » Karen évoluait donc déjà vers la troisième étape, le marchandage, que vous serez étonné de trouver, comme tout le monde, extrêmement intéressante !

TROISIÈME ÉTAPE DE GUÉRISON: LE MARCHANDAGE

La colère ne vous ayant rien apporté, vous allez probablement essayer, sans en avoir conscience, de négocier en proposant de faire quelque chose de bien pour obtenir ce que vous voulez. On fait généralement ce genre de pacte avec Dieu, à mots couverts, et il est souvent fondé sur une culpabilité latente de n'avoir pas toujours fait ce qu'il « fallait ». Il est très important de retrouver et déraciner cette culpabilité, qui accroît le marchandage et mène à la dépression.

Repensez à tout ce que vous « auriez dû faire », et imaginez-les dissous dans une lumière blanche ; ou confiez-les à votre ange gardien ou à Dieu. Lorsque vous aurez accompli le parcours des sept étapes, vous découvrirez probablement un changement que vous souhaitez dans votre vie, mais il ne sera pas dû, comme celui-ci, à la peur.

Bette négocia l'échappatoire à la maladie en demandant à n'importe qui, sauf au chirurgien, de s'en arranger : « Je ne me rendais pas compte de ce marchandage, mais je me disais qu'en faisant plus d'efforts de méditation, de bains, de massages, qu'en continuant à utiliser la lumière blanche, je n'aurais plus besoin d'opération. Je me disais qu'en vouant ma vie à la méditation, je serais guérie.

J'hésitais aussi entre accepter la chirurgie et l'espoir d'une intervention magique qui envelopperait ma colonne vertébrale de lumière dorée et résoudrait le problème. Je demandais des séances, mais n'en organisai aucune. Je me souviens qu'Ann (une étudiante qui proposait de guérir Bette) voulait venir me voir, et je trouvais mille raisons pour l'en empêcher. Je n'avais pas confiance en elle, ni en personne, simplement car je n'avais pas confiance en moi. »

Quant à Karen, elle marcha directement avec Dieu : « L'enfant interne en moi mena les négociations, en proposant à Dieu qu'il me sauve contre tout ce qu'il voudrait ; si je survivais (et le problème ne se posait guère), je vouerais ma vie à la guérison de la planète, sous n'importe quelle forme. Plus je marchais, plus je me sentais ensuite déprimée. »

QUATRIÈME ÉTAPE DE GUÉRISON : LA DÉPRESSION

La dépression est ce que nous ressentons lorsque notre énergie est très faible. Nous désespérons d'obtenir ce que nous voulons comme nous le désirons. Nous prétendons ne pas y attacher d'importance, mais c'est faux. Nous ne pouvons pas exprimer la tristesse ressentie. Nous devenons sombres et répugnons au contact avec les autres. La dépression est la réduction des sentiments. En ce qui concerne le champ d'énergie humaine, la dépression équivaut à un amoindrissement du flux d'énergie, dont une partie est liée aux sentiments. Quand nous pensons dépression, nous pensons donc sentiments déprimés.

La dépression a trois causes. La première provient de la frustration et du marchandage dont nous venons de parler ; on tente de se guérir soi-même en se rejetant et se rendant responsable, au lieu de chercher honnêtement une solution.

La deuxième cause provient de sentiments de perte. Toute maladie signifie abandon, d'habitudes de vie ou d'organe ; bloquer cette impression de perte

déprime ; ressentir la perte et en faire le deuil atténue la dépression. Or, le deuil est différent, c'est un flux libre. Toute perte doit donner lieu à un deuil, qui peut intervenir à diverses périodes du processus guérisseur. Ne refusez pas ces sentiments de perte quand ils vous envahissent, car ils vous mèneront à l'étape d'acceptation.

Enfin, la troisième cause est liée aux effets des traitements agressifs et brutaux, chimiothérapie, anesthésie et chirurgie, qui déséquilibrent la chimie du corps et induisent une dépression. Une fois l'équilibre rétabli, elle s'atténue. En ce qui concerne le champ, toutes ces invasions arrêtent, ralentissent ou bloquent son flux normal d'énergie, provoquant la dépression. Lorsque disparaît l'effet des médicaments, le flux d'énergie reprend, la dépression disparaît. La guérison par imposition des mains dégage le champ, et les patients récupèrent plus vite de l'intervention.

Pour Bette, la dépression prit la forme de rejet de soi-même. Elle se replia sur elle-même sans cesser de pleurer : « Je me sentais mauvaise ; si j'avais été meilleure, j'aurais pu me guérir. J'avais l'impression qu'il me fallait guérir mon impuissance avant qu'on ne s'occupe de moi. Qu'est-ce qui n'allait pas en moi ? Jamais je ne serais guérisseuse, et c'était terrible, car je croyais, et crois toujours, que c'était ma destinée. Mais tout me faisait peur, et je ne me sentais même plus une bonne épouse. Quelle horreur d'être entourée de tous ces sentiments négatifs ; vous repensez à votre Dieu de jadis, et vous sentez punie de votre insuffisance.

J'ai dû renoncer à beaucoup de choses ; je ne pouvais plus m'occuper vraiment de la maison, ni me concentrer sur les exercices guérisseurs. Nous avions prévu de nous absenter, et je n'ai pas pu car je souffrais trop. Je devais me forcer pour tout, depuis me lever le matin. J'étais mal dans mon lit, et encore plus mal debout ; je ne savais plus que faire. Je n'avais pas confiance en moi, ni en personne. J'essayai la thérapie physique, et ce fut pire. Il me fallut en faire le deuil et me résigner à l'opération, sachant au fond que c'était la seule solution. En plus, j'ai dû faire aussi le deuil de la peinture, ce qui a été très dur, car c'était une véritable thérapie, qui me permettait d'assumer tout en me sentant créatrice et spirituelle. Je ne pouvais plus peindre parce que je ne voyais pas, encore une lourde perte. J'étais tellement déprimée après l'opération, je ne pouvais même pas essayer de me guérir, je me forçais seulement à écouter quelques cassettes. »

La dépression de Karen n'était aussi que jugement et rejet de soi-même : « Je m'effondrais sous le poids du rejet de moi-même. Je me sentais incapable de me guérir. Je ne savais pas si aller voir un médecin voulait dire renoncer, et je m'empêtrais complètement. Un beau jour, je me réveillai avec une douleur très forte à droite de l'abdomen, et me dis que cela ne pouvait plus durer. J'ignorais

si c'était psychologique ou physique, et ne savais qui consulter. Ne pouvant voir ma gynécologue et perdant les pédales, je vous ai appelée. Et quand Heyoan m'a parlé par votre entremise, il m'a rappelé le jugement porté contre moi-même. Je n'en avais pas conscience, et dès lors, tout changea. J'ai beaucoup repensé à l'opération, comme à un abandon des jugements contre moi-même et la vraie manière de m'aider. Après notre conversation, un voile se déchira, et je pris tout de suite rendez-vous avec un médecin ; je décidai de me faire opérer, et les choses se mirent en place. » Dès que Karen cessa de se rejeter et décida l'opération, la dépression la quitta, et elle entra dans l'étape de l'acceptation.

CINQUIÈME ÉTAPE DE GUÉRISON: L'ACCEPTATION

Lorsque, à force de temps, énergie et concentration, vous avez franchi les quatre étapes précédentes, votre santé ne vous cause plus ni dépression ni colère. Vous avez eu l'occasion d'expurger vos sentiments en exprimant votre jalousie envers les bien portants et votre colère contre ceux que la maladie épargne. Vous avez fait le deuil de la perte qui vous menace. Vous souhaitez peut-être la tranquillité ou une communication non verbale, car vous êtes au seuil d'un changement. Voici venu le moment d'apprendre à vous connaître mieux, et différemment. Vous remettez en question les valeurs qui ont contribué à vous rendre malade. Vous commencez à ressentir vos véritables besoins et à rechercher une nouvelle subsistance. Vous êtes attiré par de nouveaux amis, en abandonnant peut-être d'anciens qui ne correspondent plus à cette phase de votre vie. Votre vie se transforme pour faciliter la guérison, tout va de plus en plus vite et vous êtes infiniment soulagé, même si le processus n'est pas terminé.

Une fois que Karen eut atteint l'acceptation, tout bascula, car seule comptait désormais la réalisation de ses besoins, qui lui permit de mieux contrôler sa vie : « Énoncer la vérité, ce dont j'avais vraiment besoin, me libéra. Plus de jugements, seulement des besoins, et plus je les proclamais, plus ils se réalisaient. Quelle merveille ! »

Pour Bette, la démarche fut inverse ; il lui fallut relâcher tout contrôle et capituler, ce qui l'avait terrifiée. Plus sa guérison progressait, plus son impuissance, jadis signe de faiblesse, devenait symbole de force dans le nouveau contexte de sa vie. Il faut faire preuve de foi et de solidité pour capituler, et elle s'aperçut qu'en se laissant aller, elle se rendait à l'amour et à la puissance supérieure en elle et autour d'elle. L'acceptation vint par à-coups, le premier avant l'opération : « J'éprouvai le sentiment profond de l'importance de l'opération, de cette expérience qui m'apprendrait à collaborer avec un personnel

médical, et avec les autres, sans insister pour toujours tout faire indépendamment.

L'acceptation vint par paliers ; d'abord l'opération, puis l'hospitalisation ; entretemps, je continuais à osciller entre les diverses étapes, passant du déni à la colère, détestant tout le personnel hospitalier, sauf une infirmière. Heureusement que j'avais de bons amis. » Une part importante de la capitulation chez Bette était précisément d'accepter l'aide de ses amis.

SIXIÈME ÉTAPE DE GUÉRISON : LA RENAISSANCE – L'AUBE D'UNE NOUVELLE LUMIÈRE

Acceptation et guérison mènent à la renaissance, à la découverte de votre nouvelle personnalité. Et vous l'aimerez. Il vous faut être entouré de calme et prendre votre temps ; éloignez-vous, allez à la pêche ! Accordez-vous en tout cas quelques semaines ou quelques mois de relâche complète.

Cette reconquête de la santé vous aidera à découvrir en vous des éléments enfouis depuis longtemps, voire inconnus. Vous serez inondé d'une émergence de lumière ; enivrez-vous de sa beauté, de son parfum ; réjouissez-vous de votre nouvel être, de la richesse des ressources internes que vous découvrez. C'est une véritable renaissance.

Toute votre vie, passée et présente, vous apparaît dans un nouveau contexte ; le moment est venu de réécrire votre histoire. Vous abordez enfin le passé de manière à en cicatiser les blessures, sans heurts, car votre conception de votre vie a changé, ainsi que le contexte de son expérience, et là réside la véritable guérison.

Bette vécut d'abord cette renaissance avec humilité : « Lorsque je suis devenue assez humble pour être capable de demander de l'aide, j'ai commencé à accepter de dépendre de mon entourage. Cet afflux d'amour et de soins m'est apparu si chaleureux et réconfortant. J'attribue ma guérison à l'extraordinaire travail du chirurgien, à ma propre compétence pour me guérir, et à l'aide de tous mes amis de la communauté spirituelle.

Je ne crains plus l'impuissance, n'étant plus ce navire sans gouvernail qui m'obligeait à l'exercice de ma volonté dans la solitude et l'effort. Aujourd'hui, je ne suis plus isolée, je fais confiance aux autres, en même temps qu'à moi-même, et j'en ressens une grande sécurité.

Ce que je prenais pour de l'impuissance était en fait le besoin de m'abandonner aux puissances supérieures, internes et externes. Je sais qu'il existe une puissance universelle pour subvenir à mes besoins ; je participe d'elle,

comme elle participe de moi. »

Karen put aussi replacer les expériences du passé dans le nouveau contexte de sa renaissance. Au cours de l'étape de marchandage, elle était prête à « donner sa vie » à ce qu'on « exigeait » d'elle pour guérir la planète. L'avènement de la renaissance lui apprit que la peur lui avait dicté ces exigences où elle était prête, si Dieu lui sauvait la vie, à y renoncer pour sauver la planète.

Dans son nouvel état, elle ressentit un profond besoin de s'engager à guérir elle-même d'abord, puis la planète, et c'est ainsi que cela doit être : la guérison personnelle s'intègre holographiquement à la vie planétaire. Ces engagements émanaient de l'amour. Karen sentit que toute cette expérience de guérison l'aidait à se concentrer sur ce qu'elle souhaitait et devait faire dans sa nouvelle vie : « À la suite de l'opération, je ressentis un engagement profond. Je voulais vouer ma vie, mais pas sous forme négative de marchandage. Ce qui me convient vraiment est d'aider les guérisseurs à perfectionner leur mode guérisseur. Je le conçois comme une étape importante de ce que je suis et de ma responsabilité personnelle. »

SEPTIÈME ÉTAPE DE GUÉRISON : LA CRÉATION D'UNE NOUVELLE VIE

Les retrouvailles avec la santé influenceront tous les domaines de votre vie. Des avenues que vous croyiez bloquées s'ouvriront ; plus honnête avec vous-même, vous serez surpris de découvrir en vous plus d'humilité, de foi, de vérité, et de tendresse à votre égard. Automatiquement, ces changements internes se manifestent à l'extérieur ; venus de votre force créatrice, ils envahissent holographiquement votre vie. Vous attirez de nouveaux amis, vous changez de profession ou de façon de l'envisager, peut-être même déménagez-vous. Tout ceci se produit couramment à la suite d'une guérison.

La vie de Bette a considérablement changé ; elle a été opérée il y a maintenant deux ans ; elle passa la première année à se guérir et à trouver une nouvelle orientation à sa vie. Sa peur n'est plus qu'un souvenir. Sa période de guérison lui avait fait comprendre le lien entre sa crainte irrationnelle de perdre la tête et une vie antérieure en France, où elle avait été guillotinée. Même si ce fait est improuvable, en accepter l'augure a beaucoup atténué sa peur. Au cours de cette année de remises en question, la vie personnelle de Bette s'est enrichie : elle devint plus proche de son époux, eut une vie sexuelle plus active, plus intense que jamais à soixante-sept ans, pour le plus grand plaisir de son mari !

En 1990, près de deux ans après l'opération, Bette s'établit comme

guérisseuse. Elle eut d'abord quelques clients, puis leur nombre s'accrut. J'appelai Bette après son opération pour faire le point à la suite de notre première discussion. Je lui demandai quels changements dans sa vie l'opération avait provoqués, et comment allait sa pratique.

Voici ce qu'elle me répondit : « J'ai dû subir l'opération pour dominer cette terrible peur de mourir, liée à l'épisode de la guillotine dans une vie antérieure. J'ai perdu cette terreur, acquis de la force, et suis prête à faire face. Lorsque je me sentis prête à aider les autres, ils sont venus. Maintenant les patients se suivent sans interruption.

Évidemment, j'ai moins le temps de peindre ; mais je crée des œuvres plus spirituelles. Tout a changé de dimension. On dirait qu'en m'arrangeant le cou, on a nettoyé en même temps ce que vous appelez une couche du voile qui entoure mon noyau. J'évolue dans une atmosphère différente, où tout se met en place. L'essentiel est que je commence à comprendre pourquoi je suis là – pour me guérir et aider les autres à guérir. Je ne sens plus les limites d'antan et il m'appartient d'aider les autres à ressentir la même liberté. »

La vie de Karen a également changé, différemment. Son mari et elle ont décidé de quitter la région de Washington et de s'installer dans les montagnes du Colorado. Ils prirent longuement congé de leurs amis, vendirent la maison et déménagèrent. Ils passèrent l'hiver à méditer, lire, et exister comme ils n'avaient jamais pu le faire dans la vie trop occupée qu'ils menaient sur la côte est. Au bout d'un an de calme et de réflexion, Karen s'est construit une clientèle dans le Colorado.

Les sept niveaux du processus de guérison

L'examen des expériences vécues par Bette et Karen en traversant les sept étapes vers la guérison révèle deux éléments fondamentaux qui doivent obligatoirement accompagner le cheminement personnel pour en assurer le succès.

Le premier de ces éléments est le recadrage du processus de guérison personnel dans une *leçon de vie personnelle*. Notre expérience de la maladie est trop souvent colorée par l'idée enfantine que « malade » équivaut à « mauvais ». Il est important de séparer ces reliquats d'éducation négative de l'expérience que nous impose la maladie. Si nous l'envisageons comme une façon d'apprendre, nous en sortirons enrichis. En cas de maladie, plutôt que de succomber aux vieilles images du passé, gardons à l'esprit la nouvelle structure que nous entendons donner à notre vie.

Le processus de guérison est une occasion de faire remonter à la surface le lien originel à notre être profond, de nous « resouvenir », de ressouder nos éléments éparpillés, comme si nous rétablissions l'ensemble de la plaque holographique pour avoir une image plus claire et plus nette. À chaque étape, le passé ne cessera de nous tenter par sa facilité, avec ses jugements périmés et sa vision étroite. Guérir consiste d'abord à faire taire ces voix du passé et à continuer bravement dans le nouveau chemin.

Le second de ces éléments est une honnêteté scrupuleuse envers vous-même en *ce qui concerne particulièrement vos besoins personnels*. Admettez l'existence de ces besoins, acceptez-les, prenez-en conscience. Faites l'effort de les découvrir ; tant d'entre nous les ignorent. Or, il est essentiel de les déterminer à chaque niveau et de les satisfaire, ce qui demande patience et introspection.

Cette démarche est primordiale, car la maladie est liée directement à des besoins dont nous n'avons pas tenu compte. Souvenez-vous, dans le premier chapitre, nous avons évoqué la cause fondamentale de toute maladie, l'oubli de ce que nous sommes vraiment. Ne pas nous accorder ce dont nous avons vraiment besoin est le résultat direct d'une vie qui ne correspond pas à notre être

réel. Guérir implique de revenir sur nos pas pour retrouver ces besoins insatisfaits, en faire l'aveu, même si c'est pénible, et tenter de les combler enfin. Chaque fois que l'émergence de notre processus créateur est arrêtée, il reste des séquelles : douleur et besoins insatisfaits. En découvrant ces espaces psychiques internes, on leur apporte de l'énergie vitale. Le rôle primordial de la guérison est de laisser libre cours à l'intention créatrice originelle et positive qui provient de notre noyau. Nous écartons alors le voile qui le dissimule, et vivons dans notre vérité. Combler les besoins lorsqu'ils se présentent aboutit holographiquement à la guérison de tous les besoins négligés dans le passé, et nous place devant le plus fondamental – l'expression créatrice de notre noyau.

Envisageons cette procédure d'un point de vue pratique, selon les couches du champ aurique et leurs besoins respectifs, puisqu'en travaillant avec mes patients, j'ai constaté que les deux étaient liés. Nous avons vu dans le chapitre II que le champ d'énergie humaine est directement relié, en même temps qu'il les exprime, aux niveaux physique, émotionnel, mental et spirituel de l'être. Chaque couche du champ est associée à un niveau d'expérience de vie humaine ([figure 8-1](#), résumé des besoins à chaque niveau).

Vous n'avez pas oublié que la première couche du champ est associée au fonctionnement du corps et à la sensation physique. Le besoin correspondant est de profiter d'un corps sain et des merveilleuses impressions qui l'accompagnent. La seconde couche concerne la relation personnelle que nous entretenons avec nos émotions. Nous avons besoin de nous aimer et de nous accepter tels que nous sommes. La troisième couche est celle de l'activité mentale et de sa clarté, qui nécessite un esprit délié et clair. La quatrième est liée aux rapports « Je-Toi », et requiert que nous donnions et recevions de l'amour dans les différentes formes relationnelles.

On considère la quatrième couche, associée au cœur humain et à l'amour, comme un pont entre le monde physique des trois niveaux de fonctionnement humain, et le monde spirituel exprimé dans les trois autres niveaux.

La cinquième couche du champ, celle du pouvoir du monde dans le processus créatif, sert de gabarit à toute forme du niveau physique. C'est là qu'énoncer le mot crée la forme dans le monde physique. Si vous énoncez la vérité, vous créez vérité et clarté dans votre vie ; sinon, vous créez des distorsions. Le besoin qui correspond impérativement à cette couche est donc de dire notre vérité et d'y demeurer.

Figure 8-1 :
Vos besoins à chaque couche du champ aurique

Première	Simple confort physique, plaisir, santé. Nous avons besoin de nombreuses sensations physiques agréables.
Deuxième	Acceptation et amour de soi-même Nous avons besoin de relations aimantes et positives avec nous-mêmes.
Troisième	Comprendre de façon claire, linéaire et rationnelle Nous avons besoin de clarté rationnelle en harmonie avec notre esprit intuitif.
Quatrième	Interaction aimante avec famille et amis. Nous avons besoin de donner et recevoir de l'amour dans nos relations intimes, familiales, amicales et professionnelles.
Cinquième	S'aligner sur la volonté divine interne, s'engager à énoncer et suivre la vérité. Nous avons besoin de notre vérité personnelle
Sixième	Amour divin et extase spirituelle. Nous avons besoin d'une expérience personnelle de spiritualité et d'amour inconditionnel.
Septième	Établir une connexion avec l'esprit divin et comprendre le vaste plan universel. Nous avons besoin de faire l'expérience de la sérénité et de notre perfection dans nos imperfections.

La sixième couche concerne les sentiments spirituels, l'extase religieuse, ou celle ressentie grâce à la musique, aux spectacles de la nature, à la méditation ou au regard de l'être aimé. Le besoin correspondant est une nourriture spirituelle appropriée.

Enfin la septième couche est associée à l'esprit divin. Si votre conscient parvient jusque-là, clair, fort et sain, vous connaissez la perfection divine dans tout son rayonnement, le puzzle de votre vie est reconstitué. Vous vivez l'expérience de la sérénité. Là résident vos croyances, certaines en harmonie avec la loi divine, et les autres déformées. Vos croyances négatives sont la source de tous vos problèmes, autant d'« images » dont vous vous servez pour introduire la maladie au niveau où elles apparaissent – physique, émotionnel,

mental ou spirituel. Là, nous avons besoin de sérénité ; elle naît de la compréhension du modèle parfait de vie terrestre, et de convictions positives fondées sur la vérité.

En nous appuyant sur l'exemple de Karen, nous découvrirons qu'en nous assurant des deux éléments les plus importants – accéder honnêtement à nos besoins et toujours considérer cette expérience comme une aventure de vie – la guérison devient à la fois une transformation personnelle et plus tard un processus de transcendance personnelle. Dans le processus de transformation intervient l'introspection qui dévoile notre fonctionnement inconscient.

La parfaite honnêteté envers soi-même est une tâche ardue ; il n'est pas facile de voir ses défauts, trouver ce qu'ils cachent, et décider de changer, mais cela vaut la peine. Lorsque nous mettons à nu nos aspects négatifs, nous exposons en même temps la force créatrice originelle et positive, qui, faussée, est devenue l'aspect négatif que nous voulons changer. Le processus de transformation nous livre donc en cadeau notre nature d'origine, véridique, claire et aimante.

Au-delà d'un certain degré de transformation, la libération d'énergie créatrice originelle nous amène automatiquement à l'expérience transcendantale. Les deux processus contribuent alors à notre guérison. Nous guérissons nos corps, transformons nos vies, et transcendons notre spiritualité personnelle. En transcendant le terrestre, nous incorporons peu à peu de hautes valeurs spirituelles dans notre vie pratique, spiritualisant la matière.

Pour mener à bien le processus guérisseur de transformation dans le champ aurique, vous devez effectuer une *transformation personnelle* dans votre vie quotidienne qui changera le soin que vous prenez de vous-même, à la première couche du champ ; l'amour que vous vous portez, à la deuxième couche ; la clarté que vous mettez à comprendre votre vie, à la troisième ; et vos rapports avec les autres, à la quatrième.

Quant à la guérison des trois couches supérieures, elle exige un processus personnel de *transcendance*. Il vous faut atteindre ces valeurs supérieures et, à force de courage et de foi, les intégrer à votre vie. Pour Bette et Karen, s'en remettre à la vérité les a débarrassées du refus ; elles surent se laisser aller, et au lieu d'esquiver une expérience nécessaire, faire face au blocage interne que la peur leur interdisait d'affronter. La mobilisation de leurs forces intérieures les poussa à ne plus tenter de tout contrôler et à s'en remettre aux grandes évolutions que connaît toute vie. Le renoncement mit immédiatement fin à la séparation entre l'être et le grand « Je suis » interne, source de vie, et la guérison put commencer.

Dans les trois couches supérieures du champ aurique, transformation devient transcendance ; vous avez affaire à votre nature spirituelle et non plus matérielle.

Vous entrez en relation avec des éléments de votre être négligés jusqu'alors. Vous découvrez tout un monde, votre propre valeur et l'hologramme universel. Ce processus est automatique et s'épanouit chez chacun, quoique de façon différente. Profitez-en.

Le second itinéraire du processus guérisseur suit tous vos besoins, à chaque couche du champ. Nous les déterminerons plus précisément.

TRANSFORMER VOTRE SANTÉ ET VOTRE VIE

L'élément-clé du processus de transformation est d'établir une intention positive claire et nette. C'est la première de vos responsabilités. Alignez-vous fermement sur votre bonne, ou divine volonté interne, et découvrez votre vérité, dans l'isolement et la méditation. Méditez dans un endroit spécial, et sachez reconnaître les prémices du changement. La méditation vous mènera à la volonté divine qui s'exprime dans votre cœur. Appliquez-vous. Vous harmoniserez ainsi les couches physiques du champ avec ses couches supérieures spirituelles et suivrez le schéma directeur de votre pouvoir supérieur. Dès lors, vous pouvez commencer le travail sur les couches auriques inférieures.

La recherche de vos besoins ne doit pas vous faire renoncer aux médicaments au profit de l'imposition des mains ; utilisez-les à bon escient. Ne refusez rien. Souvenez-vous de Karen et Bette qui avaient toutes deux besoin d'une opération. Des jugements hâtifs peuvent freiner la guérison. Carlos Castaneda cite Don Juan : « Suivez le chemin du cœur. » Les exemples de nos deux patientes nous ont clairement montré que le *simple acte de se juger supprime le cœur. Il accompagne le chemin que vous avez choisi, mais en questionnant votre choix, vous retirez le cœur.* En tant qu'être humain, vous avez d'innombrables besoins. En leur donnant satisfaction, vous éprouverez moins de crainte de telle ou telle situation (voir votre belle-mère ou subir une opération). Et vos réactions, plus calmes, éviteront la formation d'un autre traumatisme. Vous êtes donc en train de guérir image et système de croyance négatifs, qui sont à la racine du problème.

Une fois qu'elle eut décidé de pourvoir à ses besoins, Karen fit une merveilleuse découverte : « Je commençai à découvrir la multiplicité de mes besoins ; lorsque je décidai de me faire opérer, je compris aussi que je devais m'occuper de tous les autres, et je les voyais clairement. Il me semble que si les gens comprenaient qu'accepter une opération pourvoira à leurs autres besoins, ils en auraient moins peur, surtout ceux, attirés par la vie spirituelle, qui connaissent le processus guérisseur. Cette crainte trop courante d'une opération

me paraît inutile, puisque plus on se rend compte de ses besoins, plus on a de chance de tous les satisfaire. Je n'avais aucune idée de la créativité et de la variété de ces besoins. On les résout à force d'invention, et leur multiplicité n'a donc plus d'importance, leur résolution devient un jeu. »

Ce dont vous avez besoin dans la première couche du champ aurique

Il s'agit de simples besoins physiques. Réglez bien votre environnement et le temps et le lieu de vos activités pour ne pas perdre de vue votre processus personnel de transformation interne, et oublier les vieilles définitions de la maladie au profit de votre expérience de guérison.

Préparez-vous aux analyses et rendez-vous médicaux. Allez-y en harmonie avec votre source vitale interne. Si vous n'avez pas besoin d'être à jeun, prenez un léger repas ; exprimez-vous par les vêtements que vous porterez. Si possible, décidez de l'heure qui vous convient. Faites-vous accompagner d'un ou d'une amie si vous attendez des résultats qui peuvent être graves. Choisissez avec soin médecins, hôpitaux, laboratoires ; c'est très important.

Il est impératif de vous sentir à l'aise. *Entourez-vous de ce qui vous aidera à voir la réalité sous ce nouvel angle holographique, même quand vous êtes seul ou risquez d'oublier.* À l'hôpital, emmenez des livres qui vous plaisent et vous rappellent la réalité dans sa magnitude. Si vous avez peur, lisez un passage sur la peur. *Emmanuel's Book*, de Pat Rodegast, est excellent dans ce cas. Si vous aimez les cristaux, gardez-les près de vous ; ils vous aideront à vous concentrer sur l'essentiel. Écoutez votre musique préférée. Si on vous a donné un calmant, profitez-en pour vous détendre complètement.

Poussée par ses amis, Karen décida de prendre une chambre particulière, à laquelle elle tenait, et emporta ses cassettes et cristaux. Comme elle n'avait aucun régime, son mari put lui apporter des aliments agréables : « La nourriture de l'hôpital était épouvantable, et m'aurait rendue malade. Ron m'apportait tout le temps des aliments biologiques. Voilà un important besoin physique qui a été comblé, parce que j'en ai pris conscience et l'ai demandé. »

Lorsque vous quittez l'hôpital, si vous suivez des séances de guérison ou une thérapie, vous pouvez revivre les moments les plus violents du traitement ou de l'intervention, ce qui dégagera votre champ des reliquats des médicaments ou du traumatisme physique, qui freinent la guérison. Cela arrive souvent bien des années après, mais c'est sans conséquence, car ce qui compte est de pouvoir le revivre quand on est prêt.

Karen à sa grande surprise, le fit tout de suite : « De retour à la maison, je me trouvais bientôt sans Demerol (un calmant). Je réduisis le dosage jusqu'au dernier comprimé, et me sentis très mal le lendemain. Je respirais avec difficulté et me mis à pleurer, puis je fus envahie d'un horrible sentiment de refus de voir quelque chose, et je compris que je revivais l'opération. Physiquement et émotionnellement, l'impression était insoutenable. Mais finalement je guéris beaucoup plus vite, ce qui ne serait pas arrivé si la douleur de l'opération habitait encore mes cellules. »

Si cela vous arrive, tâchez d'avoir quelqu'un près de vous pour vous aider. N'ayez pas peur, laissez-vous aller, cela vous fera beaucoup de bien.

Posez-vous ces quelques bonnes questions

Quel environnement convient le mieux à ma guérison ?
L'atmosphère de ma chambre est-elle agréable ?
Y a-t-il assez de lumière et de plantes ?
Ai-je ma musique préférée ?
Ai-je les tableaux ou photos qui évoquent des moments heureux ?
Quels autres objets évoqueraient les aspects positifs de ma vie (bijoux, cristaux ou autres) ?
Ai-je des mementos pour qu'aucun de mes sens n'oublie qui je suis ?
Que puis-je voir et toucher ?
Quelles sont les odeurs qui améliorent mon état ?
Dans mon régime, quelles nourritures me procurent du plaisir ?

Ce dont vous avez besoin dans la deuxième couche du champ aurique

Tout ce qui concerne l'acceptation et l'amour de soi-même. Le plus grave problème de cette couche est le rejet, voire la haine de soi-même, et il faut accepter la confrontation. Faites une liste de toutes les situations de rejet de vous-même ; efforcez-vous de remplacer chaque fois le rejet par un sentiment positif ; inscrivez-les, et mettez-les en pratique plusieurs fois par jour.

Quelques affirmations positives

Je m'aime. Même dans mes imperfections.

Je suis fort, créatif et plein d'amour.

J'aime mon conjoint, mon enfant, ma famille, les animaux

J'aime mon conjoint, mon enfant, ma famille, les animaux.
J'accepte ma vie, et vais changer ce qui ne me plaît pas.
Je peux aimer ceux avec lesquels je suis en désaccord, sans me trahir en prétendant que je suis d'accord avec eux.
Je suis un être de lumière, beau et radieux.
Je suis plein d'amour.
Je sais qui je suis.

Karen s'efforça de se débarrasser de ses attitudes négatives, avec succès :
« L'opération m'a permis d'aimer mon corps ; j'ai dû changer ma façon de m'incarner, apprendre à m'apprécier. Je suis sûre que beaucoup d'opérés souffrent surtout de rupture avec leur corps au moment de cette agression. Ils l'ignorent au lieu de l'aimer, de l'accepter, de le préparer. »

Quelques bonnes questions à vous poser

Quelles sont les parties de mon corps que je déteste ? Pourquoi ?
Comment se manifeste mon rejet ?
Je déteste _____ parce que _____.
En quoi ces parties de mon corps me rappellent-elles le rejet de moi-même ?
Je déteste mon (ou ma) _____ parce qu'il ou elle me rappelle mon ou ma _____.
Quelles formes prend mon rejet ?

Ce dont vous avez besoin dans la troisième couche du champ aurique

Il s'agit ici de votre esprit, et de la nécessité de comprendre la situation de façon claire, linéaire et rationnelle. Cela implique une vision aussi complète que possible de la maladie qui assaille votre corps. Commencez par vous débarrasser de vos jugements négatifs, qui bloquent toute évolution possible. Nous nous y livrons souvent sans même nous en rendre compte. Prenez parfois la peine d'écouter l'importance des voix parentales internes qui nous alourdissent. Il y a deux façons de traiter les jugements négatifs quand ils surgissent. La première est de les exprimer à haute voix, et on en voit tout de suite l'exagération :

Tu mérites d'être malade.
Maintenant que tu es malade, tout le monde sait que tu es un _____.
Chaque fois que tu fais quelque chose, c'est un ratage, imbécile !

Évidemment tu n’y arriveras pas ; abandonne !
Tu enquiquines tout le monde ; tais-toi donc !

En disant tout cela à haute voix, en présence d’un ami, on en saisit le ridicule. Et l’ami vous aidera à rétablir la vérité. La deuxième façon de lutter contre un jugement négatif est de le laisser passer, et de retourner dès que possible à une attitude positive dénuée de jugement. Voyez laquelle des deux méthodes vous convient le mieux, selon la situation et le moment. En vous débarrassant des jugements que vous portez sur vous-même, vous ouvrirez la voie à de nombreuses manières de vous guérir, en devenant capable de vous poser davantage de questions. Les jugements vous en empêchent, en vous donnant de mauvaises informations. Débarrassez-vous-en, et vous pourrez vous consacrer aux bonnes réponses, et aborder l’étape suivante – la recherche de la modalité de traitement qui convient. Découvrez toutes les modalités possibles, faites-vous aider si nécessaire, renseignez-vous, lisez tout ce qui concerne ces traitements et leurs effets secondaires.

Karen apprit la procédure exacte de son opération, ce qui l’aida énormément : « Je posai toutes sortes de questions, et mes amis m’en suggérèrent d’autres ; mon chirurgien, une femme, répondit à toutes ; elle me décrivit l’examen, me dit que l’on me raserait, m’endormirait et me transporterait en chariot. Elle m’expliqua même le début et le réveil d’anesthésie. Elle me rendit grand service, car j’avais peur de l’hôpital, et d’être traitée comme un objet. J’étais prête à imaginer que j’étais punie d’avoir rejeté ma féminité, et serais donc privée d’utérus. En ne négligeant aucun de mes besoins, je pus éviter ce raisonnement, et considérer l’opération comme la récupération symbolique de ma féminité – ceci malgré la disparition de l’utérus. »

Quelques bonnes questions à vous poser

Quelles idées négatives ai-je de ce qui peut se passer ?
Comment savoir précisément ce qui va se passer ?
Que puis-je changer ?
Ai-je le choix de traitement ?
Quand devrai-je me laisser aller au chagrin ?
Quelle peut être la signification profonde de tout ceci ?

**Ce dont vous avez besoin dans la quatrième couche
du champ aurique**

D'échanges affectueux avec famille et amis. Au tournant entre le monde matériel et spirituel, vous avez besoin de l'aide de vos amis ; appelez-les ; parlez-leur, assurez-vous de leur constant support. Si vous êtes affaibli par la maladie, ne vous laissez pas envahir, et choisissez sans scrupules ceux qui peuvent vous aider, et pas les autres.

Si trop d'angoisses ou de conflits familiaux ou amicaux se présentent, dites-leur que c'est à vous de décider sans pourtant cesser de les aimer. Vous n'avez pas la responsabilité de leur problème, et ne devez pas souffrir de leurs peurs à votre sujet. Ne gardez le contact qu'avec des amis positifs (voir au chapitre XII, comment écarter des amis négatifs).

Vos amis peuvent aussi vous procurer les biens matériels – nourriture biologique, livres, vêtements, objets sacrés – qui vous aideront à garder le souvenir de qui vous êtes. Et il faut qu'ils vous touchent ; n'hésitez pas à le leur demander.

Les amis de Karen l'aidèrent beaucoup ; écoutons-la : « J'ai eu la chance que presque tous ceux qui sont venus me rendre visite étaient peu ou prou guérisseurs. Ils savaient comment m'aider ; le premier jour, Pam et Sheila sont venues, et nous avons médité. Mon mari était toujours présent, à tout point de vue. Pam m'a apporté des médicaments homéopathiques. Pendant le reste de la semaine, tous mes amis ont fait preuve d'intuition, sans jamais montrer de pitié, et chaque visite fut un pas vers la guérison. »

Quelques bonnes questions à vous poser

Avec qui suis-je à l'aise ?

De l'aide de qui ai-je besoin, et sous quelle forme ?

Avec qui ne suis-je pas à l'aise ?

Comment les écarter ?

GUÉRISON DES TROIS COUCHES SUPÉRIEURES DU CHAMP AURIQUE PAR LA TRANSCENDANCE

Ce dont vous avez besoin dans la cinquième couche du champ aurique

Le plus important est l'harmonie avec la volonté divine en vous, et la ferme décision d'énoncer et suivre votre vérité. Nous sommes en présence du gabarit de toute forme physique, en quelque sorte du négatif de la photographie. Le

pouvoir du mot y est très fort, car il véhicule la force créatrice. Dans cette cinquième couche, vous devez défendre ce que vous savez, car c'est le lieu de la volonté. Pour cela, alignez-vous sur la volonté divine présente en vous, et suivez-la. Le cinquième chakra correspond à l'énoncé de votre vérité à donner et recevoir. Il correspond aussi au son et à l'utilisation du son pour créer la forme.

Voici comment Karen vécut l'expérience de sa cinquième couche : « Avant d'entrer à l'hôpital, les vérités que j'énonçais concernaient tous mes besoins, plus que je ne l'avais jamais fait, et c'est ainsi que j'ai fini par me rendre. La première pensée qui me vient est l'impression d'un lien entre le blocage au second chakra de l'utérus et des ovaires et ma voix. Je découvre maintenant que le chant exprime mon noyau ; il me semble provenir d'en bas (le bas du pelvis). Or, c'est tout nouveau ; il a fallu une totale guérison avant que je puisse chanter. »

Mettez-vous à parler, et entraînez-vous à énoncer vos besoins et votre vérité. Le moment est venu d'avoir accès à la vérité profondément enfouie en vous.

Lorsque, à l'hôpital, par exemple, vous serez seul avec le personnel, qui ignore sans doute dans quelle réalité vous existez, servez-vous des mementos qui vous entourent pour maintenir cette vérité. N'acceptez pas les opinions négatives des autres ; s'ils insistent, remettez-les à plus tard. Ne leur donnez pas l'occasion de se servir de vous pour apaiser leur remords ou anxiété, qui ne sont pas vos problèmes. Ainsi vous ne renouerez pas avec vos peurs de la maladie.

Si la crainte ou le doute vous assaillent, vous avez quatre solutions :

1. Exprimez-les à des gens qui peuvent aider à les transformer.
2. Transcendez-les en les remplaçant par une formulation positive.
3. Découvrez dans votre corps la tension qui recouvre la peur, et inondez-la de la lumière rose de l'amour inconditionnel.
4. Priez pour obtenir de l'aide et capituler, laissez aller, laissez faire Dieu. En moins d'une demi-heure, vous obtenez toujours de l'aide. La peur se transformera, car votre état conscient changera.

Quand vous avez peur, ou doutez, c'est votre vérité du moment. Les sentiments passeront ; dans ces moments-là, en exprimant votre vérité à des gens qui peuvent comprendre, vous comblerez un autre besoin de votre quatrième couche. Choisissez ceux à qui vous parlez, évitez ceux qui partagent vos doutes ou ont intérêt à ce que vous conserviez les vôtres. Confiez-vous à des oreilles qui entendent et des yeux qui voient, et vous recevrez l'aide nécessaire. Votre vérité est d'une importance capitale.

Quelques bonnes questions à vous poser

Que dois-je dire ?

Que dire à des amis proches qui ne sont pas d'accord ?

Pourquoi n'ai-je rien dit pendant tant d'années ?

Pourquoi n'ai-je pas exprimé ce que je crois ?

Ce dont vous avez besoin dans la sixième couche du champ aurique

C'est le domaine de l'amour divin ou de l'extase spirituelle. Vous atteignez automatiquement la sixième couche en ne dissimulant jamais vos besoins et en les comblant lorsqu'ils se présentent. Cette couche est affaire de sentiment plus que de compréhension. Il vous arrivera de connaître des états d'extase ; ils sont intermittents, et changent en même temps que vous. La musique favorise ces états bienheureux, ainsi que les images de tout ce qui évoque la sainteté de la vie en vous. L'expérience d'extase spirituelle est indescriptible. On entend parler de « vivre dans la lumière », « flotter dans les bras de la Déesse », « être avec Dieu » ou « être amour ». Quels sont vos mots pour décrire cette expérience ? À partir de cette septième couche de notre être nous ressentons l'amour inconditionnel. Karen en a retiré d'insondables sentiments : « J'ai plongé plus profondément que jamais en ma nature divine, et me suis laissé conduire. Depuis longtemps je sentais quel était mon devoir dans la vie : aimer profondément, accepter la féminité, établir une relation harmonieuse avec les hommes.

Depuis deux semaines, nous faisons nos adieux à plus de quatre-vingts personnes que nous aimons vraiment et que nous allons quitter en partant pour le Colorado. Nous avons vécu ce départ dans la tendresse ; je n'ai eu aucun mal à accepter la multitude des réactions, dont certaines pénibles. J'étais au-delà. »

Quelques bonnes questions à vous poser

Quelle est la nature de mes besoins spirituels ?

Est-ce que je leur accorde le temps de se manifester ?

Quelle est la nature de mes sentiments spirituels ?

Quand et comment est-ce que je ressens l'amour inconditionnel ?

Dans quels domaines de ma vie en ai-je besoin ?

Combien de temps suis-je prêt à consacrer chaque jour à la méditation ou la visualisation pour permettre à cet amour d'imprégner ma vie ?

Quelle musique me conduit vers la spiritualité?

Ce dont vous avez besoin dans la septième couche du champ aurique

Là réside l'esprit divin qui vous permet d'entrevoir le vaste schéma universel. L'esprit divin vous entraîne vers la raison de l'existence – le but de l'âme dans la vie, le grand schéma qui se déroule en vous et tout autour de vous. Vous sentirez profondément un dessein de l'âme, une raison d'exister, de vivre votre expérience personnelle, une atmosphère de confiance. Les événements provoquent la curiosité plus que la crainte. En pénétrant ces niveaux de conscience spirituelle, l'expérience tout entière prend une réalité plus haute, transcendante. Vous découvrirez la bonté parfaite du monde de Dieu. La sérénité ne connaît pas le blâme ; tout se déroule comme cela doit être. Nous avons besoin de connaître et comprendre le schéma divin de toutes choses : de le voir baigné de lumière dorée, de savoir que tout est à sa place malgré les imperfections. Nous connaissons alors la sérénité.

Le processus guérisseur peut nous donner accès à la septième couche et à la liberté. Karen l'explique ainsi : « Mes possibilités internes sont riches, même quand j'oublie. Je ressens profondément le rôle de mon âme et la raison de mon existence. Tout événement est enseignement. Mais pour moi, l'essentiel est de savoir qu'il y a de l'espoir, remplaçant la peur par la curiosité. Tous mes rapports de rupture, avec clients ou autres, sont maintenant empreints de sérénité. Je vois tout de plus haut. Si, en travaillant avec des clients, je vois mon départ, je vois aussi ce que nous pouvons faire ensemble dans le temps qui nous reste. Quoi qu'il arrive, tout est et reste harmonieux. L'inquiétude d'antan m'a quittée. »

Quelques bonnes questions à vous poser

Quels sont les grands schémas tissés dans ma vie?

Quelle est la nature de l'espoir profond qui me conduit?

Quelle est ma symphonie de vie?

La quatrième partie de l'ouvrage vous aidera à créer un plan de guérison extrêmement pratique pour chacune des couches du champ prenant en considération tous vos besoins personnels.

QUATRIÈME PARTIE

L'ÉLABORATION D'UN PLAN DE GUÉRISON

« Avant de s'engager, on passe par des hésitations, on peut toujours reculer, on n'accomplit rien. Toute initiative (ou acte de création) obéit à une vérité élémentaire qu'il faut reconnaître, sous peine de voir disparaître les idées et plans les plus mirifiques : dès que l'on s'engage, la Providence intervient ; les aides les plus inattendues se manifestent en abondance. Tout découle de la décision initiale, qui cristallise cette aide miraculeuse. J'en ai conçu un grand respect pour un distique de Goethe : "Entreprenez tout ce que vous pouvez, ou rêvez de pouvoir. Génie, pouvoir et magie accompagnent l'audace." »

W. H. Murray, The Scottish Himalayan Expedition

INTRODUCTION

L'élaboration de votre plan de guérison personnel

L'expérience acquise auprès de mes patients et dans l'enseignement m'a appris que chaque personne nécessite un plan de guérison à sa mesure, fondé sur ses besoins propres, et qui lui permette d'améliorer l'ensemble de sa vie, et pas seulement de traiter telle ou telle maladie. La guérison partielle, physique ou psychologique, est évidemment très importante, mais la vision d'ensemble est essentielle. Le but du plan est la guérison de la personne, pas de la maladie. Plus on l'envisagera dans cette optique, plus la guérison sera profonde. La bonne santé ne connaît pas de limites. Qui s'engage à fond sur la voie de la guérison fera de sa vie une grande aventure enrichissante, où maturité et savoir ne connaissent plus de bornes.

En élaborant ce plan, n'oublions pas que les vérités spirituelles soutiennent notre vie physique en même temps que toutes les couches auriques. Tout désordre dans notre champ indique une carence de notre but spirituel à ce niveau. Nous manquons du nécessaire pour créer notre vie.

En abordant la guérison de toute couche du champ aurique, il nous faut nous demander si elle remplit bien son rôle. Interviennent alors les questions suivantes : Nos corps physiques nous aident-ils à discerner dans l'action notre individualité divine ? Percevons-nous dans la deuxième couche nos sentiments personnels et l'amour envers nous-mêmes ? Sommes-nous capables, à la troisième couche aurique, de diriger notre conscient, de différencier et intégrer nos perceptions, d'atteindre à la clarté et la justesse ? Connaissons-nous à la quatrième couche une relation aimante « Je-Toi » qui nous comble ? Ressentons-nous le lien qui nous relie à tous les êtres ?

Dans nos vies quotidiennes, un plan de guérison se préoccupe d'abord de nos besoins fondamentaux, ceux qui intègrent les aspects physiques et spirituels de notre être.

Je vous apprendrai dans cette partie à élaborer un plan de guérison convenant aux quatre couches inférieures de votre champ aurique, où sont répartis divers

aspects de votre humanité. La première étape du plan concerne le soin de votre corps physique et de son gabarit, la première couche de votre champ aurique.

L'un des changements qui vous frappera le plus au cours de la guérison sera votre nouvelle sensibilité aux champs d'énergie qui vous entourent et vous traversent. Nous envisagerons votre environnement sous l'angle de l'énergie qu'il vous procure. Nous commencerons au chapitre IX par examiner l'immensité de cet environnement avant de nous concentrer sur la plus petite échelle des innombrables champs énergétiques où vous êtes continuellement immergés.

Les énergies terrestres source de vie

Les combinaisons d'énergie varient selon leur emplacement sur la terre. L'ensemble du champ énergétique d'un endroit donné est d'une extrême complexité ; il comprend l'énergie de configurations géologiques locales, y compris celles de toutes les substances, organiques ou non, qui entrent dans la composition de la terre, comme les dépôts minéraux ; l'énergie de toutes les flores et faunes depuis toute éternité ; celle des diverses sociétés humaines et de leurs activités dans ce lieu depuis la nuit des temps, et enfin l'énergie humaine actuelle.

Chaque point de la terre est également sous l'influence des énergies du système solaire, interstellaire et intergalactique. Elles pénètrent, traversent ou s'accumulent de façon différente en divers points de la terre. Le champ magnétique terrestre intervient aussi dans cette configuration en dirigeant certaines bandes d'énergie cosmique vers certains endroits de la terre.

Heyoan dit que nous aurons dans le futur des cartes de ces champs d'énergie, dont on se servira pour choisir sa résidence, à l'image de la géomancie chinoise. À l'aide d'un système divinatoire élaboré, les géomanciens choisissent un site, et l'emplacement et l'orientation des maisons sur ce site, et des villes saintes, comme la Cité interdite. Ils planifient l'extérieur, l'intérieur et même l'ameublement des maisons pour contrôler le flux d'énergie qui les traverse. Ils tirent leur science d'anciennes traditions et d'une connaissance du flux d'énergie, et les Occidentaux auront beaucoup à apprendre dans ce domaine. Heyoan dit même que nous fonderons de nouvelles nations en choisissant l'endroit selon les cartes des champs terrestres ou d'autres planètes. À son avis, certains endroits sont plus sains que d'autres à habiter. Nous en parlerons en règle générale dans ce chapitre, mais il nous recommande de ne pas oublier les variations individuelles.

Il y a ainsi des gens qui se sentent mieux près de l'océan, dans la montagne ou dans un désert. Ces tendances naturelles sont directement liées à la composition de notre champ d'énergie humaine. Chacun de nous est différent

parce que nos champs auriques sont énergétiquement différents, et que nous recevons différemment l’empreinte de l’essence profonde du noyau rayonnant. Les gens connaissent d’ailleurs et expriment leurs préférences : « Je suis bien à la montagne » ou « Il me faut vivre près d’une grande étendue d’eau. » Climat ou temps déterminent parfois le choix de la résidence.

Le temps

Notre préférence pour tel type de temps dépend directement des composantes énergétiques de notre champ aurique, et varie avec ce qui leur est compatible et le flux d’énergie qui nous convient. Certains aiment les changements de saisons ; d’autres la chaleur et l’air pur du désert, sans pluie ; d’autres préfèrent un climat humide.

Orages, ozone d’avant la pluie et pluie chargent et dégagent le champ aurique. L’augmentation d’ions négatifs dans l’air l’excite et le charge aussi, accroissant la vitesse du flux d’énergie, ce qui convient à certains d’entre nous, et fait peur aux autres.

Le soleil charge l’atmosphère de *prana* ou énergie orgone. Pour la voir, cessez d’accommoder et contemplez doucement le ciel. De minuscules points lumineux apparaissent et se déplacent selon des trajectoires courbes ; en observant le mouvement d’ensemble, vous verrez que tous ces points pulsent ensemble. Ils sont brillants ou ternes ; quand il fait soleil, ils brillent et bougent vivement. Cet orgone d’intense énergie est un bienfait, qui charge le champ et vous remplit d’énergie. Quand le temps est nuageux, les petits points lumineux brillent et bougent moins ; ils peuvent finir par paraître sombres ; l’orgone s’assombrit et ralentit, votre champ se décharge, et vous vous sentez de mauvaise humeur.

En montagne par temps de soleil, l’orgone est léger, brillant et très chargé. J’en ai vu le plus bel exemple dans les Alpes suisses en hiver, dans une débauche de neige, de soleil et d’air pur. Les points lumineux en étaient particulièrement denses, et je conçois que l’on passe là des vacances revigorantes.

Les dépressions dues au manque de lumière en hiver dans les régions de hautes latitudes sont causées par une baisse sévère d’orgone dans l’atmosphère. On voit alors beaucoup d’habitants du nord des États-Unis partir skier au soleil ou rechercher les mers du sud pour se recharger.

Méfiez-vous pourtant de l’excès de soleil ; protégez-vous avec un écran, d’abord total, puis plus faible ; une fois que vous êtes rechargés, vingt minutes de soleil par jour suffisent amplement. Le degré d’exposition que l’on peut

supporter sans souffrir d'épuisement, d'insolation, de brûlure ou de maladie de peau est différent d'un individu à l'autre. Un coup de soleil brûle en même temps la première couche du champ aurique, la cassant comme du verre. Il n'est donc pas étonnant qu'un excès de radiation solaire cause le cancer. L'écran se contente d'éloigner les rayons dangereux, sans empêcher le soleil de recharger votre champ.

La mer recharge également l'énergie, et l'air salé charge le champ et le débarrasse des fréquences vibratoires trop basses pour maintenir la vie. Marcher sur une plage dilate le champ aurique, qui peut aller jusqu'à doubler de taille et s'étendre au-dessus de l'eau. En nageant et bronzant toute l'année sur des plages du sud et l'été sur des plages du nord, on reçoit une triple charge : celle du soleil, de l'air marin qui dégage le champ, tandis qu'une nage de vingt minutes dans l'eau salée évacue en profondeur le mucus stagnant accumulé pendant les mois d'hiver. Quelques jours de ce traitement font merveille pour votre champ aurique.

La nature : mer, forêts, ruisseaux, lacs, déserts, montagnes, faune et flore

Nous ne pouvons même pas imaginer ce que connurent les Indiens avant que les Européens ne rompent l'équilibre naturel en Amérique. On vivait alors en intégration avec la nature, et nous nous sommes privés de ce privilège. Nous coupons tous nos liens avec la terre, et notre planète le paie sous forme de maladies et de catastrophes naturelles.

Quand on ne la bouleverse pas, la nature demeure en équilibre avec l'immensité de l'énergie terrestre, et nous y fait participer. À notre tour, en harmonie avec notre cadre et l'ensemble de la terre, nous prenons naturellement part à tout. Nous en tirerons une nourriture enrichissante car nos champs d'énergie, équilibrés, sont prêts à l'assimiler. Pour être en bonne santé, il faut passer plusieurs heures par semaine dans un environnement naturel qui rétablira l'équilibre entre votre champ et les énergies terrestres.

Les lacs tranquilles ont sur nous un effet apaisant en calmant la tension ou les pulsations erratiques du champ dues au stress de la vie moderne. Les pulsations d'un torrent donnent au champ aurique un rythme plus rapide, mais sain et cohérent. Au pied d'une cascade, l'énergie aurique est énorme, gardant même en vie des branches d'arbres cassées. Les arbres d'une pinède puisent au même rythme que le champ humain ; pour le recharger, il vous suffit donc de vous asseoir dans une pinède ou de vous appuyer contre un pin dans votre jardin ; au

bout d'un certain temps, vous pourrez peut-être entrer en contact avec la conscience de l'arbre.

Les montagnes nous font ressentir le pouvoir du royaume minéral de la terre et nous mettent en prise avec lui pour nous élever dans les hauteurs de notre conscience. L'air pur et la lumière du désert nous invitent à dilater le champ très loin, à nous amplifier, parfois à multiplier nos possibilités. Dans la nature, auprès d'animaux sauvages, nous absorbons leurs énergies, et en concevons une compréhension instinctive (pas mentale) de synchronisation avec le monde naturel qui nous entoure. Ce lien avec l'énergie naturelle et donc planétaire nous donne accès à une grande sagesse et nous apprend à faire confiance à notre nature humaine.

L'énergie de la nature nous apporte une meilleure compréhension de la vie sous toutes ses formes. Chaque espèce a sa propre sagesse. Les animaux nous apprennent beaucoup, par leur comportement et l'intégrité de leur vie. Les guérisseurs utilisent souvent des instruments façonnés dans des corps d'animaux trouvés dans les bois ou « tués sur la route », considérés comme des cadeaux du Grand Esprit. On les traite avec honneur et respect ; on les confectionne cérémonieusement pour conserver la sagesse de leur espèce. Et ces objets ont leur place dans le processus guérisseur, donnant un lien holographique direct avec la sagesse de l'espèce.

Nos jardins, souvenirs de notre héritage naturel perdu, nous relient à la terre, mêlant la volonté naturelle et celle de l'homme. De plus, les plantes enrichissent d'énergie le champ qui nous entoure et nourrit le nôtre. Les plantes d'appartement ont la particularité de garder chargée, limpide et saine l'énergie d'une maison, et plus nous avons de contacts avec elles, plus l'échange est bénéfique.

Les potagers biologiques nous relient eux aussi aux énergies de la terre et produisent des plantes dont l'énergie correspond à nos besoins. Plus nous travaillons la terre, plus le contact est fort et enrichissant.

Densité de population

Au début des années 1980, et pendant près de six ans, j'ai eu la chance d'aller en Hollande une fois par an pour aider à l'animation de groupes de transformation intensive. Pendant les séances privées, je remarquai un phénomène étrange : les personnes présentes (Hollandais ou Européens) ne cessaient de rapprocher leur chaise de la mienne, tandis que je reculais instinctivement, me retrouvant à la fin plaquée contre le mur. Cette attitude, que

je n'avais jamais rencontrée en Amérique, me gênait.

J'arrangeai alors la pièce autrement pour me donner plus d'espace, mais sans succès. J'éprouvais des difficultés à penser et à m'abstraire du patient ; je crus que c'était de ma faute, que je manquais d'amabilité, et essayai de me forcer, sans succès. Puis je me mis à marcher, mais toujours suivie de près par le client. Je compris enfin que nos auras ne se touchaient pas, et qu'ils essayaient d'établir le contact « normal » en Europe. Les Hollandais, tout particulièrement, coincés contre la mer, avaient ajusté leurs dimensions auriques plus étroitement, par manque d'espace.

Quelques années plus tard, je remarquai une grande différence d'aura chez les Américains de la côte est et de la côte ouest. L'aura s'étend généralement moins à New York qu'en Californie du Sud ; l'extension du champ aurique serait donc fonction de l'espace disponible, plus développée dans les grands espaces et à la campagne que dans les petits espaces et les villes peuplées.

Il s'ensuit une différence dans les limites entre champs auriques ; les New-Yorkais qui assistent à mes cours de formation établissent des limites très marquées pour bien se séparer, comme si leurs auras, telles des balles de caoutchouc, rebondissaient l'une contre l'autre à la septième couche. Tandis qu'en Californie du Sud, les élèves de mes cours laissent simplement leurs auras se diffuser l'une dans l'autre ; on aurait dit qu'ils laissent les couches quatre à sept s'interpénétrer dans le même espace sans vraiment se toucher. Les Californiens, malgré leurs auras plus grandes, se tiennent donc plus proches les uns des autres que ne le supporteraient les New-Yorkais. Ceux-ci considéreront ce type de communication éthéré, tandis que leur façon de faire peut paraître dure et rigide aux Californiens.

D'autres facteurs expliquent ces différences, le principal étant que nous mélangeons dans l'interaction les couches du champ qui nous sont les plus confortables, déterminées par l'éducation et les valeurs de société. Si, par exemple, la valeur la plus prisée est la vérité, c'est la troisième couche du champ qui primera ; si l'amour tient la première place, la quatrième couche du champ sera alors plus développée. L'expression que donne chaque société à ses valeurs compte également. Dans les sociétés religieuses, où priment les valeurs spirituelles de volonté ou d'amour divin, le développement des sixième ou cinquième couches du champ le reflétera, et la communication par le mélange des champs se fera à ces niveaux.

Les Européens, avec des première et troisième couches très développées, aiment s'engager à la troisième couche ; les New-Yorkais aiment les deuxième, troisième et quatrième couches, mais ne veulent pas de mélange, préférant accoupler leurs champs pour créer une tension qui permet de distinguer les

différences ; quant aux Californiens, ils cherchent peut-être la similitude sans tension. Je fonde ces conclusions sur les élèves de mes cours de formation seulement, ce qui induit un résultat partiel.

Villes

Les grandes villes offrent une forte énergie de divers types. Heyoan dit que les grandes civilisations et villes s'établissent aux endroits de la terre où sont accumulées d'énormes quantités d'énergie vitale du cosmos, source de connaissance. Nous serions attirés inconsciemment vers ces endroits, où s'exacerbe le désir de création, édifiant une civilisation qui matérialise les connaissances accumulées dans l'énergie locale. C'est dans ces tourbillons d'énergie que naquirent jadis mathématiques et langage, disséminés ensuite par ceux qui migrèrent. Heyoan continue ainsi :

« Vous comprenez donc quels réservoirs énergétiques tourbillonnants recèlent ces vastes centres de savoir répartis sur la terre. Ils doivent leur déplacement périodique à la recherche de tel ou tel savoir (détenu dans les champs d'énergie) dominant à telle période historique. C'est là un facteur peu connu mais très important du progrès de la civilisation. Concentré sur la civilisation du moment, le monde ne se préoccupe pas de la source de la prochaine. »

En même temps que créativité, invention et savoir, les villes accumulent les déchets aux niveaux physique et aurique. Nous y vivons dans un puissant courant d'énergie qui libère des blocs énergétiques négatifs qu'il faut évacuer ; on trouve donc en même temps dans les villes le savoir le plus poussé et d'énormes quantités d'énergie négative, ou DOR.

Inventé par William Reich, ce sigle désigne l'énergie organique morte ; elle vibre à une fréquence inférieure à celle nécessaire à la vie, et peut s'avérer dangereuse pour la vie et la santé. Elle provoque la maladie dans les régions affaiblies du corps et du champ. Dans beaucoup de grandes villes, ces énergies néfastes, profondément ancrées, sont omniprésentes, et affectent tout le monde ; la bonne santé exige donc que l'on quitte régulièrement la ville. J'ai été guérisseuse et enseignante à New York pendant près de quinze ans ; avant de rencontrer et exploiter des énergies terrestres bénéfiques, il me fallait traverser quelque quarante mètres d'énergie négative stratifiée ressemblant à un magma d'un gris-noir sombre. Les fondations de la ville sont pleines de cette substance

visqueuse, inégalement répartie, qui en sous-tend toute l'activité. En dessous s'étendent les énergies terrestres normales et claires, pas encore polluées. Mais le magma gagne sans cesse, comme le prévoyait le film de science-fiction *Ghostbusters II*!

La pollution atmosphérique augmente terriblement chaque année à New York, et ses habitants en souffrent : je voyais se détériorer les systèmes immunitaires, et le cerveau particulièrement. Mes observations de l'aura m'ont appris que nos innombrables cellules cérébrales produisent en quantités infinitésimales diverses substances nécessaires au bon fonctionnement du cerveau et du corps, facteurs déclenchants du contrôle des systèmes organiques. Or je vis se déséquilibrer rapidement la sécrétion de ces substances, le moindre changement désorganisant gravement les processus normaux. Je pouvais certes rétablir l'équilibre énergétique du cerveau, mais le patient retournant à un environnement pollué, le fonctionnement cérébral ne tardait pas à souffrir à nouveau, et personne ne semblait s'en inquiéter.

Je remarquai alors l'état des personnes âgées vivant à New York ; exposées à la pollution depuis des années, elles en portaient les stigmates : une énergie pauvre et des champs beaucoup plus déséquilibrés que des gens du même âge vivant à la campagne. Ils perdaient aussi la sensibilité à force d'être exposés à cette énergie négative, comme une grenouille dont on chauffe peu à peu l'eau et qui finit par en mourir, alors qu'elle bondirait si on la plongeait tout à coup dans de l'eau chaude.

CHOISIR UN LIEU DE RÉSIDENCE

Nous avons tous un désir secret. Certains voudraient retrouver les paysages aimés de leur enfance, les multiples sensations et spectacles, sons, textures et odeurs d'une flore et d'une faune qui les a marqués, et leur rappelle le lien corps-esprit de l'enfance perdu pendant le processus de maturation. Ce lien rétablit la santé du champ aurique et apporte une détente favorable à la guérison. D'autres, dont l'enfance a été moins harmonieuse, préfèrent un changement radical de climat et de paysage, qui les aidera à guérir.

Notre préférence dans ce domaine est liée à la configuration de notre champ que nous appelons normale. Selon le confort que nous procurent la mer, les bois ou les montagnes, nous choisissons où vivre. Nous avons aussi notre propre niveau de puissance énergétique, et notre propre degré d'ouverture, qui nous aident à établir nos limites.

Nous recherchons l'endroit où nous nous sentirons « normaux », alors que

cette normalité représente le déséquilibre habituel de notre champ. Nous ne voulons rien changer, préférant le statu quo. Or, choisir consciemment nous aide dans la voie d'une vie holistique. Si nous reculons devant le nouvel environnement qui nous permettrait de changer enfin nos vies, pourquoi ne pas envisager de déménager très loin, comme Karen, qui en a retiré un grand bénéfice.

L'ancien art du feng shui

C'est l'ancienne technique chinoise pour créer un environnement harmonieux. Fondée sur la conviction que les schémas d'énergie sont générés et modifiés par tout ce que nous faisons, construisons ou créons, elle nous enseigne que nos vies et destinées s'entrelacent dans le mécanisme des champs d'énergie, universelle et humaine. Le feng shui insère la position des bâtiments et objets dans l'harmonisation des énergies environnementales et personnelles. Même l'emplacement de votre porte d'entrée a de l'importance ; si elle fait face à un mur, il empêchera le flux d'énergie dans votre maison. La présence d'un mur gênera aussi vos rapports énergétiques avec votre foyer, vous affaiblissant et vous bloquant dès l'entrée, et multipliant à la longue les difficultés de votre vie.

Le feng shui accorde aussi de l'importance au paysage, aux cours d'eau, aux étoiles, couleurs, climat, aux animaux, formes, dessins, *etc.* Tout est bon pour contrôler le flux d'énergie dans notre environnement : ainsi les miroirs servent-ils à réfléchir l'énergie et détecter les influx négatifs ; quant au son, il participe aussi à votre santé et votre prospérité en manœuvrant l'énergie positive. Vous saurez donc choisir à bon escient l'emplacement de la maison ou du bureau, de l'allée qui y mène, par rapport au site, au réseau routier et aux voisins.

Vous trouverez dans la bibliographie une liste d'ouvrages sur le feng shui. Beaucoup de ses règles peuvent dérouter un Occidental, car elles proviennent d'une culture différente et d'une très ancienne tradition, mêlée de superstition. Mais il mérite un examen attentif. Je vous propose d'envisager l'endroit où vous vivez à la lumière des diverses informations proposées dans ce chapitre. Si vous choisissez la ville, n'oubliez pas d'aller régulièrement à la campagne et de bien purifier votre champ selon les techniques décrites au chapitre X.

Quelques bonnes questions à vous poser sur votre lieu de résidence

Quel genre de paysage choisissez-vous ?

Si vous ne vivez pas là où vous le souhaiteriez, avez-vous au moins

l'occasion de vous échapper ?
Quelle région vous offre la densité de population qui vous convient ?
Où vivent les gens dont vous appréciez le commerce ?
Avez-vous toujours voulu déménager, sans le faire ?
Quel besoin insatisfait pensez-vous que ce déménagement comblerait ?
Ce besoin peut-il être satisfait dans votre lieu actuel de résidence ?
Ce besoin est-il d'une nature différente ?
Le fait de ne pas bouger cache-t-il une peur d'avoir à faire face ?
Si c'est le cas, découvrez de quoi il s'agit, pour décider sciemment de rester ou de vous en aller.

L'ÉNERGIE DES ESPACES ET OBJETS QUI ENTOURENT ET NOURRISSENT VOTRE CHAMP

Votre espace vital

Son énergie influe fortement sur votre champ aurique. Tout espace est doué d'énergie, dépendant de sa forme, de ses couleurs, des matériaux qui le composent et de l'énergie de ses constructeurs. Il accumule l'énergie de ceux qui l'utilisent, de ce qu'ils y font, qu'elle soit saine ou non. L'espace reflète l'énergie récurrente des acteurs et de leur intention, qui le charge.

Je suis sûre que vous avez remarqué la différence d'énergie dans une gare ou un édifice religieux ; chaotique, pénible, acérée, polluée et menaçante dans une gare, où l'on n'a pas envie de s'attarder, elle est au contraire pure et d'une haute vibration dans un lieu de culte, dont la spiritualité a un effet positif sur le visiteur. L'énergie accumulée pendant une célébration religieuse contient aussi celle des convictions des croyants, apaisante pour les membres de la congrégation, mais étouffante pour les non-croyants.

L'énergie est particulièrement cristalline dans les espaces dévolus à la méditation silencieuse ou la simple communion avec Dieu, tels les centres Quaker. Je me souviens particulièrement du sanctuaire de Findhorn en Écosse, où l'on privilégie le lien entre l'humain et la nature ; plusieurs fois par jour, la communauté y médite en silence, et au fil des années s'y est accumulée une merveilleuse énergie, claire et pure, synchrone avec celles de la nature.

Même la température et l'humidité d'un espace ont un effet sur votre énergie. L'air trop sec des chauffages rend cassant et vulnérable le champ aurique ; le chauffage par le plancher est préférable. Le rythme vibratoire de l'aluminium le rend inapte à la vie humaine. Je n'en voudrais pas chez moi, car il épuise

l'énergie des habitants. Le bois en revanche, aux vibrations compatibles avec celles de la vie, est très sain. Le béton a un effet neutre sur le champ. Les structures métalliques des grands immeubles gênent l'expansion du champ, surtout si les plafonds sont trop bas. Les grandes fenêtres ont l'avantage de faire pénétrer la lumière, chargeant l'air au bénéfice de la santé.

Les objets qui vous entourent

Eux aussi transportent de l'énergie ; celle de leurs matériaux, de leur créateur (consciente ou inconsciente) et de leurs divers possesseurs, sans oublier, s'il s'agit d'antiquités, des endroits où ils sont passés. Cet ensemble complète la symphonie énergétique d'une pièce. Placer des cristaux dans des endroits spécifiques pour retenir l'énergie du foyer s'avère extrêmement utile et bénéfique. J'ai remarqué la qualité de l'énergie dans la maison d'amis où chaque pièce contient de grands cristaux placés à dessein en certains endroits.

Les guérisseurs mettent des cristaux naturels dans la pièce où ils travaillent pour améliorer l'énergie, éliminer le DOR, rester en prise avec la terre, et mettre plus encore la pièce en valeur. Ils les nettoient quotidiennement en les plaçant au soleil et en les plongeant dans un bain de quatre cuillerées à café de sel marin pour un litre d'eau pendant près de vingt minutes. Chaque type de cristal émet des vibrations différentes, et chacun a les siennes propres, même si le matériau est le même. Assurez-vous que chacun correspond à sa fonction : placez-le où vous le souhaitez, et laissez-le quelques jours. Si vous aimez l'énergie qu'il dégage, il peut rester là ; sinon, mettez-le ailleurs, jusqu'à ce que vous trouviez l'endroit adéquat, peut-être dehors ; c'est à vous de choisir.

Les œuvres d'art ont un effet extraordinaire sur le champ aurique. Il est certes individuel, mais se prête néanmoins à quelques généralisations. *La Nuit étoilée* de Van Gogh, par exemple, épanouit le champ en provoquant une contemplation intime et profonde du voyage de la vie, de ses agonies et de ses extases. Les tableaux impressionnistes, tels *Les Nymphéas* de Monet, chargent la sixième couche du champ et mènent à la sérénité. Rembrandt nous accompagne dans notre désir de lumière et embellit la lumière intérieure du noyau rayonnant. L'excellence d'une œuvre d'art nous incite à donner le mieux de nous-mêmes en apportant plus de cohérence à notre champ. Le cadre convenant à un tableau doit avoir la même fréquence vibratoire, pour respecter l'intégrité visuelle de l'œuvre et la puissance dont l'a investie l'artiste. Dans l'idéal, il devrait même ajouter un supplément à l'essence de la peinture. Pour paraphraser Thomas Cole, célèbre peintre américain du XIXe siècle, « le cadre est l'âme du tableau ». Accrochez

vos tableaux pour qu'ils créent une atmosphère correspondant à votre activité dans cet espace.

Le son dans votre environnement

Médecins et guérisseurs de toutes traditions et cultures utilisent le son depuis des siècles. La vieille tradition de la mélopée, qui revient à la mode, fait évoluer l'état de conscience du champ aurique et, de nos jours, bien des guérisseurs se servent du jeu des tonalités pour améliorer la santé de leurs clients.

J'ai été témoin de l'effet, puissant et direct, du son sur le champ, et m'en suis beaucoup servie pendant mes quinze ans de pratique à New York. Ma voix passait directement dans les corps physique et aurique de mes patients ; j'enregistrais ces sons, et leur faisais écouter une à deux fois par jour la cassette, en position allongée ou en méditant. Plus l'état du patient s'améliorait, plus j'enrichissais les sons de la cassette, aidant le patient à se guérir lui-même chez lui. Je me servais de divers tons et combinaisons de tons selon les cas : pour assouplir des blocs d'énergie, charger telle partie du corps, dégager telles lignes du champ, favoriser la croissance des tissus, arrêter une hémorragie, faire circuler des fluides, débarrasser le corps de parasites, faire exploser leurs œufs, ou des micro-organismes, par leur fréquence de résonance, ou faire tourner et charger des chakras.

Mis en présence du son adéquat, un chakra déformé reprend sa forme. Je l'ai souvent tenté avec mes clients à l'aide du HSP, et l'effet est spectaculaire. Douée d'une vision très précise, je repère le son adéquat en observant simplement la réponse du chakra ; quand j'émetts la note juste, il se redresse et tournoie correctement. En quelques secondes, après ce rétablissement à la première couche, la deuxième couche reprend la bonne couleur. Cette rapidité est stupéfiante ; après quelques minutes, le chakra est stabilisé.

Figure 9-1 : Les tons des chakras		
Chakra	Couleur (Niveau 2)	Note
7	Blanc	Sol
6	Indigo	Ré
5	Bleu	La
4	Vert	Sol
3	Jaune	Fa
2	Orange	Ré
1	Rouge	Sol (sous le « do » du milieu du piano)

Les tons que j'utilise combinent de nombreuses fréquences à des harmoniques. Faute d'équipement suffisamment poussé, il n'existe pas à ce jour d'analyse de fréquence de ces tons. Les nombreux enregistrements que j'ai faits sur des sujets différents donnent des résultats généralement semblables, et j'énumère dans la [figure 9-1](#) les notes ainsi découvertes pour chaque chakra.

Un autre à-côté intéressant de cette technique est l'effet immédiat sur la capacité du patient à se représenter mentalement une couleur. La plupart des gens le font facilement, sauf si un chakra fonctionne mal, ne faisant plus l'association de couleur. Admettons que le troisième chakra seul ne fonctionne pas, le patient se représentera toutes les couleurs sauf le jaune, associé à ce chakra. L'introduction de la thérapie du son dans ce troisième chakra le rétablira, lui rendra sa couleur, que le patient sera alors capable de visualiser.

Le son influe sur la première couche du champ qui donne sa forme au chakra, mais également sur la deuxième couche, où les chakras prennent les couleurs de l'arc-en-ciel – rouge, orange, jaune, vert, bleu, violet et blanc. J'ai obtenu un effet sur toutes les couches du champ par ces techniques tonales. Le nombre de couches concernées simultanément dépend du nombre d'harmoniques que produit simultanément le guérisseur. En ce qui me concerne, dès que j'essaie d'influer sur les couches supérieures du champ, je perds peu à peu les fréquences plus basses, et l'influence sur les couches inférieures. Pour pallier ce problème, je m'y reprends à deux fois : après avoir travaillé les chakras, j'insiste sur les couches supérieures avec des sons plus hauts. La Barbara Brennan School of Healing propose deux types de cassettes pour harmoniser les chakras : le premier, verbal, décrit ci-dessus, le second composé de tons de chakras produits

mécaniquement.

De nombreuses études montrent que le son est directement lié à la création de formes dans la nature, et l'on appelle ce domaine la kymatique. Dans son ouvrage, *Cymatics*, le regretté D^r Hans Jening, de Bâle, en Suisse, prouva par des expériences le lien direct entre son et forme. Lorsqu'il déposa sur une plaque de métal de fins grains de sable ou de la poudre de lycopode et soumit ensuite la plaque à une fréquence de son ininterrompue, sable et poudre prenaient des formes spécifiques. En changeant le son, la forme changeait. En reprenant le premier son, il retrouvait la première forme. Tant que durait le son, la forme durait ; lorsqu'il s'arrêtait, la forme se défaisait, et les grains se redistribuaient lentement selon les lois de la gravitation.

Le D^r Guy Manners, ostéopathe qui possède une clinique à Bretforton dans le Worcestershire en Angleterre, continua avec Jening ces travaux dans l'espoir de créer à partir du son des formes tridimensionnelles. Ils commencèrent par utiliser quelques fréquences à la fois. Jusqu'à quatre fréquences, ils ne parvinrent à rien ; mais dès qu'ils essayèrent cinq fréquences de son simultanées, les particules sur la plaque de métal prirent une forme tridimensionnelle.

Le D^r Manners passa vingt ans à étudier ce phénomène et découvrit les combinaisons de sons qui conviennent à chaque organe. Il construisit alors une machine, l'instrument kymatique, pour produire ces sons à des fins cliniques. On les utilise aujourd'hui dans le monde entier. Rendant visite au D^r Manners à la Bretforton Hall Clinic, j'ai vu ces machines à l'œuvre, elles restructurent indiscutablement le champ, qui retrouve la santé plus rapidement.

Vous voyez donc que le son qui nous entoure a un effet direct sur notre champ aurique, qu'il s'agisse de musique, du tumulte de la circulation, du fracas des usines ou des sons intacts de la nature. Nous commençons à peine à en apprécier l'influence sur notre bien-être, et même sans en connaître tous les aboutissants, nous devons en tenir compte dans notre environnement.

Si vous vivez dans une grande ville, surveillez la pollution du bruit qui vous menace. Même si vous arrivez à dormir, c'est mauvais pour votre champ ; renforcez les vitres, et mettez des rideaux épais. Évitez le bruit au bureau, en l'isolant autant que possible. Si vous travaillez dans une grande pièce bruyante, isolez l'endroit où vous vous trouvez, et protégez vos oreilles.

La musique joue un rôle important dans la santé et la guérison. Les guérisseurs y ont souvent recours pour calmer le champ aurique ou l'amener à des sommets de vibrations qui favorisent la guérison. L'infinie variété de la musique en multiplie les effets : il en est de douces, d'autres qui chargent le champ ; certaines favorisent un changement d'état, d'autres éveillent l'esprit rationnel. Sans parler de l'abondance de musique New Age qui charge et ouvre

successivement chaque chakra, ou convient à la méditation. La formation à la Barbara Brennan School of Healing fait une large place à la musique pour mettre les étudiants en condition. Une musique de tambour, par exemple, est excellente pour se mettre en prise avec les énergies terrestres et ouvrir les premier et deuxième chakras. Le rock épanouit la sexualité, fait bien bouger corps et champ, et augmente le flux d'énergie. Les chansons d'amour ouvrent le quatrième chakra et nous aident à établir des liens réciproques. La musique de méditation produite sur synthétiseurs exalte notre spiritualité. Tout instrument bien utilisé peut nous faire traverser tous les degrés de l'expérience humaine. Nous utilisons régulièrement à la Brennan School de la musique de harpe pour atteindre l'essence du noyau.

L'habitude musicale nous conserve en bonne santé. Le genre que vous choisirez a un rapport direct avec le genre d'énergies qui composent votre champ et votre activité mentale du moment. Laissez libre cours à vos goûts, et ne vous privez pas du monde d'enrichissement qui vous est offert. Revenez sur votre antipathie envers telle musique, écoutez-la à nouveau, et découvrez si vous cherchiez à éviter quelque chose, ou si ce genre musical accompagnait une phase de développement personnel révolue.

Si votre conjoint adore la musique que vous détestez, passez dans une autre pièce, pour que chacun garde sa liberté. Peut-être l'un de vous a-t-il besoin de plages de silence ; garantissez-les. Au pire, prenez des écouteurs. Si vos enfants adolescents font hurler la musique, isolez leur chambre, ou demandez-leur de mettre aussi des écouteurs. N'essayez pas de faire changer leurs goûts, qui facilitent la transition vers l'âge adulte, mais protégez-vous.

Au cours du développement humain, à l'orée de la puberté, des énergies neuves, du moins dans cette vie, se font jour dans nos champs. Des énergies nouvelles de hautes fréquences, intellectuelles et spirituelles, inondent le champ, tandis que les chakras du cœur et sexuels en recèlent aussi d'autres. Or, nous ne les intégrons qu'avec difficulté. Nous nous éloignons de nos parents, créons avec les autres des liens nouveaux, et ressentons notre vulnérabilité dans ce processus aurique, où nous coupons le cordon avec les parents et nous nous retrouvons maladroitement amoureux d'inconnus. La musique de rock adoucit cette transition ; elle nous a aidés à nous séparer de nos parents en élevant un mur de son entre nous, et cette musique sied aux énergies de la puberté, chargeant notre goût de la vie au premier chakra, et notre sexualité au deuxième, et facilitant le passage à nos pairs (troisième chakra). Quant à la musique romantique, elle ouvre le chakra du cœur et nous libère de la domination parentale en réorientant notre intérêt vers nos camarades. Souvenons-nous que si nous ne supportons pas le bruit aujourd'hui, il symbolisa naguère notre ouverture au monde extérieur.

Stimulez votre espace de vie par la couleur

Tout ce que nous venons de dire sur le son s'applique à la couleur. Nés tous deux d'une onde vibratoire, ils sont dotés d'une structure d'onde et d'une fréquence de vibration. Son et lumière colorée diffèrent nettement. Le son est une onde de compression longitudinale qui se déplace dans une substance matérielle, l'air ou le mur de votre maison. *Longitudinale* veut dire que son trajet suit le mouvement de l'onde. Les sons que nous entendons n'existent pas dans le cosmos ou le vide ; il faut qu'une substance matérielle les transporte. Quant à la lumière colorée, c'est une onde électromagnétique qui vibre perpendiculairement à son trajet ; elle peut se déplacer dans le cosmos ou le vide. Ce sont, en fin de compte, des manifestations de hautes fréquences existant au-delà du monde physique et qui participent du divin.

La couleur est essentielle à la santé. Toutes sont nécessaires dans nos champs auriques. Si notre état est bon, nous irons vers les couleurs nécessaires. La [figure 9-2](#) recense l'effet que les diverses couleurs ont sur vous. Les rouges stimulent nos émotions, les bleus les calment.

Utilisez ce tableau pour déterminer la couleur de votre maison, bureau, ou de la pièce dévolue aux séances de guérison ; selon la fonction de chaque pièce, choisissez la couleur.

Puisque toute maladie est liée au mauvais fonctionnement des chakras, et qu'il faut leur rendre la couleur qui leur manque, elle devient alors traitement. Dans le cas d'hypothyroïdie, par exemple, on a besoin de la couleur bleue ; en cas d'hyperthyroïdie, le bleu est sans doute trop abondant, et il faut du vert, pour l'équilibre général du champ. Les malades de la sclérose en plaques ont besoin de rouge et d'orange, car leurs premier et deuxième chakras souffrent au premier chef.

Figure 9-2 : Effet général des couleurs

Rouge	Renforce votre lien à la terre et les impulsions fondamentales tel le désir de vivre dans le monde physique. Charge et protège. Bon pour tous les organes de la région du premier chakra.
Bordeaux	Allie passion et volonté.
Rosé	Apporte un puissant amour pour autrui, vous aide à aimer. Recèle une grande force de guérison dans les problèmes cardiaques et pulmonaires.
Rose	Procure un amour doux et conciliant pour autrui.
Pêche	Apporte une lumière spirituelle douce et accommodante.
Orange	Charge votre énergie sexuelle et renforce le système immunitaire. Convient à tous les organes de la région du deuxième chakra. Accroît votre ambition.
Jaune	Affine la clarté mentale et un sens de ce qui convient. Convient à tous les organes de la région du troisième chakra. Clarifie l'esprit.
Vert	Apporte l'équilibre et un sentiment de plénitude. Bon pour tous les organes reliés au quatrième chakra, cœur et poumons.
Bleu	Porteur de paix, de vérité et d'un ordre tranquille. Aide à énoncer la vérité, accroît la sensibilité, fortifie votre enseignant interne. Convient à tous les organes de la région du cinquième chakra, telle la thyroïde. Sert à cautériser des blessures en chirurgie spirituelle.
Bleu foncé	Suscite une forte résolution.
Indigo	Ouvre la perception spirituelle, procure un sentiment d'extase. Facilite le lien à l'insondable mystère de la vie spirituelle. Convient aux organes proches du sixième chakra.
Violet	Aide à intégrer la spiritualité, promeut une voie royale de direction et de respect.
Lavande	Aide à envisager la vie avec légèreté. Débarrasse des micro-organismes envahissants, allège.
Blanc	Mène à la pureté et agrandit le champ. Facilite le rapport spirituel à autrui. Promeut un flux centrifuge d'énergie ; réduit la douleur. Convient au cerveau.

Doré	Accroît l'esprit supérieur, la compréhension du plan parfait, apporte un grand sentiment de puissance. Aide au lien à Dieu et à la force spirituelle en soi.
Argent	Après la couleur lavande, purge efficacement les micro-organismes. Aide à mieux se mouvoir et communiquer. Sert à cautériser les blessures en chirurgie spirituelle.
Platine	Pouvoir purgatif intensif des micro-organismes.
Brun	Encourage un ancrage et un lien foisonnant à la terre.
Noir	Promeut le recentrage en soi-même. Apporte une paix totale. Utilisé à bon escient, ouvre la voie à de puissantes forces créatrices internes. Amène au cœur du vide, de la source de vie non encore manifestée, de la grâce. Aide à affronter la mort. Guérit les os.

L'or est nécessaire à tous ceux qui souffrent de cancer, car l'aura est déchirée à la septième couche, qui est dorée. Ces malades doivent aussi compléter par la couleur du chakra correspondant à la région lésée : ainsi, contre le cancer du foie ou du pancréas, il faut du jaune et du pêche, couleurs du troisième chakra aux deuxième et quatrième couches du champ. J'ai entendu dire que peindre en bleu la chambre d'enfants hyperactifs les calme ; on agit de même dans certains hôpitaux psychiatriques, et l'utilisation de la couleur à des fins de guérison se généralisera dans le futur. La couleur de l'herbe et le rose favorisent la charge et l'équilibre du chakra du cœur aux deuxième et quatrième couches du champ aurique ; or, ce chakra centralise le passage de toute énergie guérissante. On pourrait aussi construire de grands panneaux de verre coloré doublé de lumière halogène reproduisant le spectre complet que l'on déplacerait de pièce en pièce selon les besoins. Chaque panneau pourrait avoir la couleur d'un chakra, que le champ absorberait. On jouerait en même temps les sons correspondants, qui remettrait en place le chakra, le préparant à recevoir la couleur.

Il existe bien entendu des exceptions à la liste de couleurs de la [figure 9-2](#). Il arrive en effet qu'une couleur soit associée à une expérience personnelle pénible, altérant l'effet de cette couleur sur vous ; nous avons tous dans ce domaine des goûts et des dégoûts, et notre rapport à la couleur reflète aussi l'état de nos champs d'énergie : si nos premier et deuxième chakras, rouge et orange, sont insuffisamment chargés, traduisant une énergie vitale et une sensualité affaiblies, nous souhaitons peut-être demeurer dans cet état, et ne rechercherons pas le rouge qui nous fortifierait, mais nous rappellerait des problèmes émotionnels.

S'entourer de senteurs sereines

Notre perception est rarement neutre ; spectacles et sons suscitent joie, tristesse ou colère ; certaines odeurs provoquent l'extase car la mémoire entre ici en jeu : des arômes évoqueront des repas et l'encens une expérience spirituelle profonde. Un parfum nous rappellera une personne aimée, et l'odeur d'un corps des souvenirs érotiques. Ces états d'émotions positifs se reproduisent dans notre champ, prélude à la guérison, qui est aussi aromatique.

L'odorat se développe très tôt ; il vient du système olfactif, nourri au centre du cortex, près du système limbique auquel il demeure lié ; ce système concerne nos instincts vitaux, ces pulsions – nourriture, défense, reproduction – indispensables à la préservation de l'individu, et de l'espèce tant humaine qu'animale. Ainsi, l'odeur de la peur, que certains humains reconnaissent aussi, aide-t-elle le chien à survivre ; si le chien la sent dans sa meute, sur ses gardes, il cherche la source du danger ; s'il la sent chez l'ennemi, il attaquera. Et vous, comment réagissez-vous à l'odeur de la peur ?

Les arômes jouent un grand rôle dans nos vies. De tout temps, ils ont influé sur l'humeur. L'encens des sanctuaires incline les fidèles au sacré ; le parfum provoque le désir de l'autre ; celui des fleurs attire oiseaux et abeilles ; même dans la maison, un parfum transforme l'ambiance. Analysez vos goûts dans ce domaine, l'humeur où les parfums vous plongent, et si vous ne vous en servez pas, essayez donc, et vous serez étonné de la puissance du résultat.

L'effet physiologique des odeurs est si rapide et direct qu'utilisé à bon escient il est très utile dans le processus guérisseur. L'aromathérapie existe d'ailleurs depuis des siècles, d'abord dans l'Égypte antique, puis en Inde et en Chine. Même les Indiens d'Amérique la pratiquaient, et l'on y revient ; on se procure facilement huiles essentielles et essences de plantes aromatiques, pour se calmer ou se ragaillardir, se détendre ou se stimuler, changer d'humeur et équilibrer les chakras. Bien préparées, elles sont efficaces.

On sait depuis des siècles qu'huiler la peau fait pénétrer l'énergie guérisseuse ; la vision du HSP m'apprend même que l'effet est plus intense, que certains aromates sont en fait des essences auriques qui procurent directement au champ l'énergie nécessaire, comme les médicaments homéopathiques. Les muscles se détendent au simple contact d'un « élément nutritif calmant », avant même que l'huile ne soit absorbée par la peau ou le muscle. Je vois les énergies colorées de l'aromate pénétrer le champ ; en fait, le flux d'énergie se prépare au moment même où l'on s'empare de la fiole qui contient l'essence.

Je vous recommande donc de faire vos propres expériences, pour guérir mais

aussi pour vivre partout dans une ambiance favorable. N'utilisez que des parfums naturels ; les produits synthétiques sont inefficaces.

Créer l'espace d'une énergie bien comprise

Vous pouvez contribuer à la pureté de l'énergie de votre espace vital : recherchez d'abord la lumière du soleil, qui empêchera l'accumulation d'orgone mort ; débarrassez-vous d'une énergie vibratoire basse en brûlant de la sauge, ou un mélange d'une capsule d'alcool de grains et de soixante grammes de sulfate de magnésium. Mettez beaucoup de plantes dans la pièce, pour faciliter l'échange énergétique entre plantes et êtres. Ouvrez le plus souvent possible les fenêtres pour laisser entrer l'air frais.

Ordre et propreté purifient aussi l'énergie. Chaque chose à sa place, sinon le désordre aspirera votre énergie. Il exprime un chaos interne, et vous rappelle sans cesse ce qui demeure inachevé en vous. Si vous avez tendance à accumuler des choses inutiles, demandez-vous pourquoi, car ce n'est pas sans conséquences. L'ordre est un principe divin ; il aménage notre espace pour nous permettre d'accomplir notre tâche dans la vie, en toute sécurité, afin que jaillisse notre force créatrice.

J'ai reçu un jour une patiente qui se plaignait qu'une douleur à la hanche l'empêche de vider son appartement d'un tas de vieilleries que lui avait laissé sa mère en mourant. Je m'employai de mon mieux à la guérir, mais mon guide me disait sans cesse qu'il lui fallait vider son appartement pour guérir sa hanche, qui représentait les problèmes non résolus avec sa mère. Elle en ressentait une terrible culpabilité. Lorsqu'elle finit par s'en débarrasser et vida son appartement, sa hanche s'arrangea de façon spectaculaire.

Bien des matériaux de construction de nos maisons sont toxiques. La lumière fluorescente rend votre champ aurique incohérent, et produit un dangereux orgone mort ; éteignez-les, masquez la prise, et achetez des lampes à incandescence. Les appareils à gaz polluent l'air, les produits contre la vermine sont des poisons. Même les produits chimiques pulvérisés dans des endroits publics sont malsains à respirer. Notre corps réagit forcément à toutes ces toxines, et nous ne nous en préoccupons pas assez.

Outre la pollution atmosphérique, les villes sont envahies d'énergie électromagnétique très difficile à détecter naturellement. Dans *The Body Electric*, D^r Robert Becker décrit les études qu'il a menées sur les effets de ces radiations sur le corps. Il semblerait que les maladies auto-immunes, leucémie et cancer, se multiplient chez les gens qui vivent près de lignes à haute tension.

Nous commençons à réaliser que nous devons mettre un terme aux déchets et à la pollution. Cela se fait d'abord chez soi ; recyclez le plus possible ; c'est facile, de mieux en mieux organisé, c'est même devenu une vaste industrie créatrice d'emplois.

Quelques moyens de limiter la pollution dans vos espaces personnels

N'habitez pas près de lignes à haute tension.

Ayez un bon système d'humidification, qui évapore l'eau dans l'air, de préférence aux humidificateurs à ultrasons, qui pulvérisent dans l'air des particules porteuses de maladies.

Achetez un générateur à ions négatifs.

Filtrez l'air de votre maison.

Filtrez l'eau de toute la maison avec un bon système en trois temps, que l'on se procure facilement.

Pour pallier le manque de lumière en hiver, rajoutez des lumières, de préférence halogènes. Ou faites marcher une heure par jour une lumière d'une puissance de 2 500 lux.

Supprimez les lumières fluorescentes.

Si vous possédez des appareils à gaz, achetez un détecteur de fuites.

Créer un espace propice à la guérison

L'environnement prend encore plus d'importance en cas de maladie ; n'oubliez pas que vous êtes dans une chambre de guérison, pas une chambre de malade. Allégez le temps de la maladie en vous entourant d'objets qui vous rappellent qui vous êtes vraiment ; remplissez la pièce de vie, plaisir et joie. Pensez à tout ce que réclame votre physique : lumière, musique, nourriture et objets favoris. Voici une liste de ce que devrait contenir la pièce :

Une expression de tous les aspects de votre personnalité.

Beaucoup de lumière, si cela ne vous blesse pas les yeux.

Des verres colorés aux fenêtres.

Des cristaux aux fenêtres, faisant prismes, et transformant les rayons du soleil en arc-en-ciel.

Les tableaux et images auxquels vous êtes attachés.

Plantes et fleurs.

Un tissu vif de votre couleur favorite.

Vos objets préférés

vos objets préférés.

La musique que vous aimez à portée de main.

Des aliments, permis, qui vous plaisent.

Des objets doux à toucher en cas de solitude.

Des senteurs plaisantes.

Des photos de vos amis.

De l'air frais.

Assurez-vous que votre personnalité s'exprime complètement dans votre cadre. Même les meubles contribuent à l'apport énergétique. Votre champ réagit à la dimension d'un espace ; je n'aime pas les plafonds bas, par exemple, ils m'étouffent ; pour la même raison, je préfère les grandes pièces. Toutes les informations contenues dans les pages qui précèdent devraient vous aider à répondre aux questions ci-dessous concernant l'espace où vous vivez.

Quelques bonnes questions à vous poser sur votre lieu de vie

Vous y sentez-vous à l'aise ?

En aimez-vous la lumière ?

Les couleurs vous conviennent-elles ?

Avez-vous besoin de plantes ?

Toutes vos facettes sont-elles bien représentées ?

Comment l'endroit exprime-t-il votre santé, votre maladie ?

Que révèlent vos placards de votre psyché ?

Ce lieu de vie vous reflète-t-il, ou plutôt la partie de vous-même qui nécessite soins et amour ?

En aimez-vous la disposition, ou supportez-vous depuis des années certains éléments que vous n'avez pas eu le courage d'enlever ?

Est-il encombré ? Pouvez-vous jeter ?

Quels autres domaines de votre vie ce trait concerne-t-il ?

De quoi d'autre ne pouvez-vous vous débarrasser ?

Quelle peur maintient cette résistance ?

En quoi ce lieu influence-t-il vos relations ?

L'énergie du lieu correspond-elle à votre vraie nature ?

Tout cela est valable pour l'endroit où vous travaillez, que vous soyez indépendant ou salarié.

Quelques bonnes questions à vous poser sur votre lieu de travail

Comment en est l'énergie ?

Quelle apparence a le mobilier de bureau ?

Quelle impression retire-t-on de votre bureau ?

Est-il en ordre ?

Vous exprime-t-il ?

Renvoie-t-il de vous une bonne image ?

Que vous faudrait-il pour mieux travailler ?

L'énergie de ce bureau exprime-t-elle votre vraie nature ?

Votre corps, demeure spirituelle

Dans l'optique spirituelle, nos corps permettent l'accomplissement d'une tâche. L'adaptation psychologique à ce rôle du corps dans la réalité physique engendre une nouvelle façon d'envisager les soins à lui dispenser. Nous devons nous préoccuper de sa santé, et le préparer à l'équilibre le plus intense avec la nature, et à la meilleure réceptivité au haut sens de perception. Notre conception de la bonne santé n'est peut-être plus valable ; consommer trop de viande, sucreries ou café, par exemple, émousse nos sens ; nos vêtements jouent un rôle dans le flux d'énergie qui nous traverse ; une bonne hygiène est indispensable pour éloigner de nos champs la pollution. Des soins appropriés amélioreront votre santé et votre perception de tous les champs d'énergie, y compris le vôtre.

HYGIÈNE CORPORELLE

Votre peau est le plus important organe d'élimination du corps, et il importe d'en prendre grand soin. Utilisez des savons naturels, au pH compatible avec votre peau ; un savon trop alcalin décaperait la protection naturelle acide qui empêche les infections. Nous perdons continuellement des cellules mortes, et il faut vous frotter pour les éliminer. Les crèmes ou lotions hydratantes, ainsi que le maquillage, doivent être aussi naturels et d'un pH équilibré. Écartez les shampooings ou rinçages qui laissent des dépôts dans les cheveux ; préférez des produits naturels non toxiques.

Brossez-vous les dents deux fois par jour et passez le fil dentaire une fois. Utilisez une pâte dentifrice naturelle, ou un mélange d'un volume de sel pour huit volumes de bicarbonate de soude.

Changez de brosse à dents tous les quinze jours, ou stérilisez-la. Demandez à votre dentiste quel produit vous procurer contre la plaque dentaire.

Si votre état ne vous permet pas de vous occuper de ces détails, ou si vous n'avez pas l'habitude des produits naturels, demandez de l'aide.

ENTRETIEN DU CHAMP D'ÉNERGIE

Il en a autant besoin que le corps. Vous savez maintenant qu'une énergie stagnante et noire s'accumule dans un champ aurique qui fonctionne mal parce que vous vous accrochez à des sensations négatives, souffrez de stress, êtes épuisé, ou avez été soumis à trop d'énergie négative extérieure. Des masses nuageuses sombres encombrant la deuxième couche du champ, et un lourd magma de mucus la quatrième, et vous le ressentez, sous forme de douleur dans l'endroit concerné, ou d'un sentiment d'apathie, de fatigue, d'irritation ou de malaise. Ou bien vous vous sentirez alourdi et pollué, ou menacé d'un rhume ou d'une grippe. Voici plusieurs moyens de le débarrasser des nuages sombres ou du mucus.

Bains

Un bain de sel marin et bicarbonate de soude est presque infailible ; allez jusqu'à une livre de chaque dans une baignoire d'eau. La force de cette solution diminuera peut-être votre énergie, mais le résultat vaut la peine. L'eau doit être moins chaude que d'habitude. Surveillez votre tension, si elle est basse, pour ne pas risquer un évanouissement. En cas de vertige, sortez du bain et refroidissez l'eau. Demeurez vingt minutes dans la baignoire, puis exposez-vous au soleil de dix à vingt minutes avec une crème-écran pour recharger le champ. Vous serez étonné de vous sentir infiniment plus propre et clair.

Votre boutique de produits diététiques vous proposera d'autres sortes de bains, pour vous rendre dynamique, vous aider à dormir, ou éliminer l'acide lactique des muscles après l'effort.

Prenez ces bains en musique, à la lueur de bougies, et vous tomberez dans un état particulièrement propice à la guérison, peut-être aurez-vous quelques visualisations.

Enfumage

Procédez avec un bâtonnet de sauge, cèdre ou autre, et laissez simplement la fumée se diffuser dans votre champ aurique, qui sera débarrassé de l'orgone mort; mais faites-le dehors, ou la fenêtre ouverte. Essayez aussi l'encens.

Cristaux

Prenez en main un quartz bien pur, trouvez l'énergie vibratoire basse de votre champ, et dirigez-la dans le cristal en concentrant votre intention. Vous ne pourrez y parvenir qu'en gardant l'esprit totalement libre de toute autre pensée. Si vous êtes expert en méditation, c'est à votre portée. Nettoyez le cristal après coup.

Ce nettoyage s'effectue de plusieurs manières : la plus simple est de laisser les cristaux dehors au soleil pendant une journée. Si vous vivez au bord de la mer, enterrez-les dans le sable sous l'eau salée pendant le même laps de temps. Ou faites-les tremper toute la nuit dans une solution d'un quart de cuillère à café de sel marin et un demi-litre d'eau de source. Toutes ces méthodes sont efficaces. J'ai entendu parler de gens qui laissent les cristaux simplement dans du sel marin sec pendant une journée. Et j'ai vu Marcel Vogel les nettoyer d'un souffle d'énergie de son troisième œil et d'une gifle d'une main débordante d'énergie ; mais ceci n'est pas donné à tout le monde.

Effleurement aurique

De même que vous brossez vos cheveux, vous pouvez broser votre aura. Faites-le à deux. Une personne se tient debout, les jambes écartées à l'alignement des épaules, les bras sur les côtés, les yeux fermés. L'autre commence sur le devant du corps ; étirez vos doigts bien écartés aussi haut que possible au-dessus de la tête de votre partenaire. Imaginez vos doigts allongés de vingt centimètres, et servez-vous-en comme d'une brosse, avec de longs coups ininterrompus depuis le haut de la tête jusqu'au sol en vous étalant pour atteindre le fond du champ. Vous remarquerez que ces longs doigts imaginaires traversent le corps. Le geste ne doit pas s'interrompre, sous peine d'amoncellement d'énergie. Faites ensuite un pas autour du corps, et recommencez, ainsi de suite jusqu'à ce que tout le corps ait été « brossé », sans négliger la moindre parcelle. C'est maintenant à votre tour ; appréciez ce merveilleux apaisement.

VÊTEMENTS ET BIJOUX

Il vous est certainement arrivé, devant un placard plein, de vous dire que nous n'aviez rien à mettre ? Peut-être vous faut-il une couleur que vous n'avez pas. Votre champ réagit aux couleurs que vous portez, et vous recherchez celle qui vous manque, ou celle qui vous paraît en harmonie avec tel jour. S'il vous faut de l'énergie, vous voudrez du rouge ; mais la colère est rouge foncé ; si vous voulez éviter la colère au bureau, pas de rouge. D'autre part, le rouge vous

protège en écartant l'énergie négative. De toutes façons, la couleur a un effet sur l'humeur. Et la liste de la [figure 9-2](#) s'applique également aux vêtements. Si, malade, vous portez des pyjamas ternes, demandez que l'on vous apporte un de vos vêtements favoris pour en absorber la couleur, ou couvrez votre lit d'un tissu de coton d'une couleur bénéfique pour vous. Des ampoules colorées ou un grand spot vert sont aussi d'une grande aide, ainsi que les fleurs.

Une guérisseuse de mes amies me parlait d'une patiente atteinte de sclérose en plaques dont l'état s'améliora en portant des chaussettes rouges pour donner de l'énergie à ses jambes. Portez des fibres naturelles, coton, soie et laine, qui ont sur le champ l'effet le plus positif. Les mélanges conviennent aussi, tant que les synthétiques ne dominent pas. Évitez les tissus fabriqués à partir de résidus de pétrole, acryliques, polyester et nylon ; ils gênent le flux naturel du champ aurique. Je suis sûre que les bas nylon sont responsables de nombreux problèmes de santé chez les femmes. Évitez-les, tâchez de les remplacer par des bas de soie.

Si vous portez bijoux ou pierres, assurez-vous qu'ils correspondent au bon rythme vibratoire de votre champ. Pour le savoir, tenez-les fermement dans la paume, et analysez l'effet sur votre main : comment est leur énergie ? Lourde, légère, coupante ou douce ? Perce-t-elle ou berce-t-elle le champ ? Est-elle calmante ou excitante ? Est-elle bénéfique, ou les vibrations en sont-elles trop lentes ? Déplacez-les sur votre corps, pour trouver l'emplacement le plus confortable. Peut-être votre champ requiert-il une couleur spécifique. Demandez-vous dans quel but vous portez cette pierre ; est-elle efficace ? Demandez à votre guide qu'en faire. Et répétez cette procédure pour tous vos bijoux et pierres. On peut se rendre malade en portant des objets qui ont appartenu à des gens à l'énergie incompatible avec la vôtre. Pour éviter cela, si vous héritez d'un bijou ancien, faites-le tremper une semaine dans de l'eau salée à raison de quatre cuillères à café de sel marin pour un litre d'eau de source, et si possible, placez le bain au soleil.

L'ÉNERGIE CONTENUE DANS VOTRE NOURRITURE

L'énergie vitale imprègne toute nourriture, selon diverses combinaisons, et vous l'ingérez en mangeant. Si elle correspond aux besoins de votre champ, votre corps et votre santé s'en trouveront bien ; dans le cas contraire, vous aurez des problèmes.

Nous connaissons encore trop mal l'effet de l'énergie vitale de notre nourriture. Dans ce domaine, les deux principaux chercheurs sont le célèbre Michio Kushi, qui a mis au point la macrobiotique, et le D^r Hazel Parcelles,

naturopathe à Albuquerque au Nouveau-Mexique, auteur d'études comparatives entre l'énergie vitale de produits organiques et celles de produits qui ont poussé avec des pesticides.

La macrobiotique divise la nourriture en deux grands groupes : l'un contient l'énergie féminine, le yin, et l'autre l'énergie mâle, ou yang. Toute nourriture contient l'un ou l'autre de ces deux principes, avec un élément neutre au milieu. Selon la macrobiotique, nous avons besoin d'une combinaison d'aliments fondée sur l'énergie qu'ils transportent, et sur notre personnalité, la saison et l'endroit où nous vivons. La macrobiotique connaît aujourd'hui un grand succès ; à ma connaissance, elle a fait du bien à beaucoup de gens, mais pas à tous : certains organismes n'ont pas pu s'y habituer, ou avaient besoin d'autre chose à ce moment-là.

Quant au D^r Hazel Parcelles, guérisseuse de longue date, elle a aujourd'hui cent trois ans, et pratique toujours. Elle a été l'une des premières à mesurer l'énergie des aliments pour déterminer leur appartenance au rythme énergétique (fréquence de pulsations) « d'entretien ou d'accroissement de la vie ». Elle inventa une méthode de mesure d'énergie dans les aliments à l'aide d'un pendule. En deçà du seuil d'entretien-accroissement, elle en déconseille la consommation, qui prive le système d'énergie.

Selon elle, la dépréciation d'énergie dans les aliments est due à deux facteurs principaux. Le premier est la pollution causée par les pesticides et les pluies acides. Pour rester saine, la nourriture doit maintenir une pulsation aurique au moins égale à la pulsation énergétique humaine. Or les aliments naturels ont une énergie supérieure à celle d'aliments pollués de pesticides. La nourriture biologique possède les schémas vibratoires énergétiques nécessaires à notre santé : elle respecte le schéma du produit, et conserve une intensité et un rythme vibratoire propices à la vie ; enfin elle est emplie d'éléments nutritifs naturels, vitamines et minéraux.

Depuis des années, les Drs Patrick et Gael Crystal Flanagan, de Flagstaff, en Arizona, observent l'effet des éléments nutritifs sur le sang dans un puissant microscope à champ foncé. Ils ont découvert que fruits et légumes organiques crus et leur jus ont sur le sang un effet rapide et positif grâce à leurs oligo-éléments et enzymes vivants, forts catalyseurs du sang. Le liquide à l'intérieur des cellules des fruits et légumes organiques est doté d'un important potentiel zêta ou charge électrique négative. Le potentiel zêta est la force qui maintient la circulation des billions de cellules dont se nourrit l'organisme humain. Si ce potentiel est bas, les toxines ne peuvent être éliminées, ni les éléments nutritifs transportés dans les cellules, et tout le système se bloque.

Les Flanagan ont découvert que poisons et polluants ont tendance à détruire

le potentiel zêta de ce que nous mangeons, qui ne remplit plus les besoins nutritionnels du corps. Les graisses saturées et animales du lait, des produits laitiers, des chips et aliments transformés rendent le sang lourd et gluant, moins apte à transporter jusqu'aux cellules les éléments nutritifs et à éliminer les toxines. Certains ions à charge positive comme celui de l'aluminium détruisent l'équilibre du système biologique colloïdal, et il ne faut pas utiliser d'ustensiles en aluminium en cuisine, et éviter soigneusement les produits qui en contiennent, antiacides, levure chimique et désodorisants.

Les pesticides ne se contentent pas de ralentir le rythme vibratoire d'un produit en dessous du seuil vital, ils défigurent le schéma de son champ énergétique, et donc sa nature même. Le D^r Parcelles a trouvé un moyen de supprimer l'effet délétère de ces poisons dans les légumes, fruits et œufs. Cette formule d'une simplicité enfantine rend au produit son schéma originel et l'intensité de son champ énergétique, tant qu'il s'agit de légumes, fruits, grains complets et œufs crus ; elle ne marche pas pour un aliment dont le champ n'est plus intact – viande, volaille, aliments transformés, grains moulus, produits laitiers. Dans votre évier rempli d'eau tiède, ajoutez la valeur d'un bouchon de javel pure. Placez-y pendant vingt minutes produits maraîchers et œufs. Au bout de ce temps, rincez tout à l'eau tiède, et c'est fini. Remettez tout au frigidaire.

Le second facteur responsable de déperdition d'énergie, selon le D^r Parcelles, est la détérioration ; en s'abîmant, les aliments prennent une fréquence vibratoire inférieure à celle de la vie. En les consommant, le même phénomène envahira votre champ, et vous serez obligé d'y remédier en puisant de l'énergie à une autre source, tels les organes digestifs, ou en vous débarrassant de cette énergie inutile. Ne les consommez donc pas ; assurez-vous de la fraîcheur de ce que vous mangez ; ne cuisez pas trop, car cela entraîne aussi une perte d'énergie ; préférez des légumes légèrement cuits à la vapeur.

D'autres phénomènes ont une incidence sur l'énergie des aliments ; si, par exemple, un animal est terrorisé lorsqu'on l'abat, son aura prendra la configuration énergétique de la terreur, blanc-gris avec des pointes acérées, qui passera ensuite chez la personne qui consomme la viande, l'obligeant à éliminer à son tour l'énergie de terreur de son propre champ. Je pense que c'est pourquoi les rabbins procèdent à une cérémonie avant l'abattage du bétail pour rendre la viande cachère.

Pour garder l'énergie de la viande pure et synchronisée avec celle de la terre, les Indiens d'Amérique n'en consommaient pas plus que nécessaire, et le faisaient avec révérence et gratitude. Au cours d'une cérémonie, ils demandaient permission aux animaux qui allaient être chassés et tués de s'en nourrir, maintenant ainsi holographiquement le lien de la quatrième couche aux animaux,

considérés comme des habitants de la terre à droits égaux. Dans la même cérémonie, on acceptait le fait que l'être humain à son tour irait nourrir d'autres formes de vie, maintenant ainsi le vaste cycle où la vie mange la vie pour se perpétuer en demeurant dans le plan divin de la volonté de Dieu.

Les vitamines et minéraux synthétiques n'ont pas, comme les naturels, de champ compatible avec le vôtre, et ne combleront pas correctement vos besoins énergétiques. Quant aux médicaments, ils ne sont pas faits pour respecter le champ d'énergie, qu'ils détériorent souvent, tandis que les remèdes homéopathiques, soucieux de l'énergie, traversent directement le champ pour agir sur le corps physique ; plus ils sont puissants, plus ils atteignent les couches supérieures du champ aurique.

VOTRE FAÇON DE VOUS NOURRIR ET L'AURA

Mangez dès que vous avez faim ; un champ privé d'énergie ou de nourriture s'étiole de plus en plus, dans les régions déjà affaiblies. L'un des points les plus délicats dans la guérison de problèmes de dos est d'éviter les rechutes ; elles se produisent toujours quand le patient a faim. Je leur conseillais d'emmener un sac de noix assorties et raisins secs au bureau et de les grignoter pour maintenir le niveau adéquat de sucre dans le sang. Cela leur évitait de rechuter ; apparemment, la glycémie est en relation avec leur tonus musculaire et leur vigilance physique. Trop manger, en revanche, peut diminuer les vibrations d'un champ, et mener le sujet à la dépression. Dans ce cas, l'aura apparaît sombre et visqueuse avec un taux élevé de toxines. Lorsque vous ne buvez pas assez, votre champ se contracte ; si vous persistez, il devient cassant ; puis la déshydratation s'installe, et il se brise en éclats.

Ne mangez pas à la va-vite ; rendez la nourriture appétissante, prenez votre temps, mastiquez, et n'acceptez aucune cause de stress à ce moment-là. Le stress referme et pince immédiatement le troisième chakra, qui inonde d'énergie vos organes digestifs. N'oubliez pas que les aliments vont nourrir vos cellules et devenir vous-même. Avant de commencer votre repas, livrez-vous à une courte méditation, les mains au-dessus de la nourriture pour lui donner de l'énergie et la synchroniser. Visualisez-la en train de vous sustenter ; rendez-en grâce ; puis, tandis que vous avalez, suivez tout le parcours des aliments au travers de votre système digestif et jusque dans vos cellules ; cela vous aidera à l'apprécier.

Quelques règles générales pour bien se nourrir

À chaque personne sied un régime particulier, tributaire des saisons et des années. Si vous souffrez de problèmes digestifs, comme des flatulences, consultez pour découvrir une éventuelle allergie ou un mauvais fonctionnement de tel ou tel organe. Les allergies à certains aliments peuvent causer une grande fatigue, des vertiges, des problèmes de concentration et même un mauvais alignement de la colonne vertébrale. Les ballonnements après les repas, dont souffrent tant de gens entre deux âges, sont souvent dus à l'incapacité de l'organisme à digérer les hydrates de carbone et les polysaccharides. On peut guérir ou soulager de nombreux maux, maladie de Crohn, colite ulcéraire, diverticulite, fibrose kystique et diarrhée chronique avec un régime pauvre ou sélectif en hydrates de carbone.

Si vous êtes en bonne santé, votre régime vous convient sans doute. Je n'ose pas en recommander, car il est différent pour chaque individu ; mais je peux tout de même indiquer quelques règles générales.

Ne consommez que de la nourriture biologique

La force de son champ et de son rythme vibratoire est bénéfique pour la vie. Si vous avez du mal à vous en procurer, utilisez la méthode du D^r Parcelles pour restituer le schéma énergétique originel. N'achetez pas d'aliments ayant subi des transformations, et vérifiez toujours les additifs. Ne buvez que de l'eau de source en bouteilles de verre, ou filtrez soigneusement l'eau du robinet.

Que manger

Principalement du grain entier, des salades, des légumes biologiques frais de saison, et des légumes à racines l'hiver pour rester en phase avec les énergies terrestres de cette saison. Vous pouvez aussi consommer du poisson frais, des viandes maigres comme des blancs de poulet ou de dinde, et peut-être de l'agneau, selon les besoins de votre corps. Assaisonnez la salade d'huile polyinsaturée pressée à froid. Des études ont montré que certaines huiles, foie de morue et lin, réduisent le cholestérol ; elles sont également riches en vitamine A ; essayez-les donc. Préférez la cuisson à la vapeur ou rôtie ; et consommez le plus souvent possible les aliments crus.

Grains et céréales frais et complets sont préférables au pain et aux pâtes, car ils gardent l'énergie plus longtemps que la farine. Mélangez céréales, maïs et haricots pour obtenir le plus de protéines possibles. Et cuisez bien les haricots secs pour les rendre digestibles. Si malgré tout, vous les digérez mal, ainsi que le soja, attendez de vous sentir mieux avant d'en remanger. Et essayez le tofu, qui

est déjà prédigéré. N'achetez que des noix fraîches, qui se conservent au frigidaire ; rances, elles sont difficiles à digérer, évitez-les ; elles sont riches en huiles, n'en abusez donc pas.

Ce qu'il faut éviter

Supprimez tout ce qui contient conservateurs et additifs chimiques dont le rythme vibratoire est néfaste à la vie. Évitez les aliments riches en graisse, cholestérol, sucre, sel et les produits laitiers ; ceux qui sont trop acides, comme les tomates, et trop stimulants, café et chocolat. Les produits laitiers et parfois le blé font du mucus ; achetez plutôt les produits laitiers sans graisse et à teneur réduite en lactose. Enfin beaucoup de gens réagissent mal aux aubergines et poivrons. Ne mangez pas de poissons de fond, sole ou carrelet, ou pollués. (Renseignez-vous sur les zones et espèces contaminées.)

Lisez les étiquettes

Des informations figurent sur tous les paquets. Dans les magasins diététiques, vérifiez bien les prétendus coupe-faim protéinés, qui sont le plus souvent l'équivalent New Age des mauvaises sucreries classiques.

Équilibrez votre apport calorique

Procurez-vous un des innombrables guides des calories, cholestérol et graisses dans les aliments, et des régimes qui indiquent les quantités respectives de protéines, fruits, légumes, hydrates de carbone et graisses. Ils s'accompagnent souvent de menus et recettes. Lisez bien les étiquettes, en tenant compte que beaucoup sont mensongères.

Combinaisons d'aliments

Elles peuvent faciliter la digestion. Une nourriture indigeste alourdira le système et l'envahira de toxines ; le mucus des voies digestives est composé de longs filaments de protéine non digérée. Respectez donc le processus digestif. Céréales et légumes vont bien ensemble ; d'une manière générale, l'alliance féculents-légumes est bonne ; même chose pour protéines (viandes ou noix) et légumes ; huile et salades ou fruits acides vont également bien ensemble, mais pas avec des fruits sucrés, bananes ou dattes. Sachez que l'huile ralentit la digestion ; on digère mal ensemble protéines et féculents (viande et pommes de

terre), huile et féculents, ou fruits et féculents. Consommez le melon à part, entre deux repas. Tous les fruits sont d'excellents coupe-faim, et il vaut mieux les manger seuls ; quant aux jus de fruits, buvez-les dès votre réveil, et attendez au mieux une heure avant le petit déjeuner.

Boire à longs traits l'eau de la vie

L'eau est indispensable à la santé. Elle transporte aux cellules tous les éléments nutritifs, y compris l'oxygène. Sans eau, nous ne pouvons même pas respirer. Le cerveau est composé de plus de 90 % d'eau, et le corps d'au moins 70 %. Le genre d'eau que nous buvons prend donc une grande importance. Dans les endroits du monde qui jouissent d'une « eau spéciale », les gens vivent jusqu'à plus de cent ans. Les Flanagan ont découvert que cette eau particulière est pleine d'agréats minéraux colloïdaux naturels maintenus en suspension par une charge électrique ou potentiel zêta, ce qui a pour effet d'améliorer le pouvoir solvant et humidifiant de l'eau. Or c'est ce pouvoir solvant qui lui permet d'accomplir ses fonctions dans l'organisme vivant. Certains minéraux de cette eau particulière changent sa structure qui s'approche alors de celle des cellules des fruits et légumes.

Dans l'eau des villes, l'usage de sels d'aluminium a souvent supprimé les colloïdes organiques par précipitation ou coagulation. Cette eau contient parfois des ions libres d'aluminium, qui neutralisent le potentiel zêta de l'eau, et la rendent insalubre en diminuant l'apport d'éléments nutritifs aux cellules et sa capacité à les débarrasser des toxines. Il importe donc de boire de l'eau de source pure, ou de l'eau distillée et filtrée.

Vitamines et minéraux

N'utilisez que les naturels, porteurs d'énergie terrestre. On voit souvent de mauvaises réactions aux vitamines, causées par les additifs qu'elles contiennent. Si votre régime est adéquat, vous pouvez vous en passer. Soyez vigilant à l'apparition du stress dans votre organisme ; il y a des moments où vous pouvez en avoir besoin, et d'autres pas. Si vos aliments ont poussé dans un sol faible, les vitamines combleront les manques. Si votre profession vous met en contact avec des malades, un apport de vitamines et minéraux s'avère nécessaire ; n'achetez qu'un produit naturel, et forcez sur la consommation de calcium, potassium, magnésium et vitamine C. Absorbez le calcium liquide, qui sera digéré dans l'estomac plutôt que dans le gros intestin. Accompagnez toujours la vitamine C de vitamines A et E, en modulant le dosage selon ce que réclame votre corps.

Les algues disponibles aujourd'hui sont une excellente source de minéraux et vitamines.

Les Flanagan ont découvert que les nourritures végétariennes crues et naturelles contiennent deux fois plus de magnésium que de calcium, et cinq fois plus de potassium que de sodium. Or, le taux de sodium/potassium contrôle la mobilité sanguine par équilibre de la charge électrique, tandis que le taux de magnésium/calcium influe sur la production d'hormones qui contrôlent la mobilité de ces ions dans les os et les tissus mous. Ces hormones ont un effet direct sur l'équilibre sanguin. D'après les Flanagan, un excès de magnésium contribue à amener le calcium à sa place dans les os. Quand le calcium est supérieur au magnésium, des hormones libérées éloignent le calcium des os et l'entraînent dans les tissus mous dont il détruit les cellules. J'observe ce processus depuis des années dans le corps de mes patients, et ne peux m'empêcher de mentionner qu'il a été scientifiquement vérifié.

Pour bénéficier au mieux des éléments nutritifs, il faut leur donner le temps d'agir ; espacez donc vos prises de vitamines, pour garder toute la journée des niveaux sanguins sains.

Créer le régime qui vous convient

Si vous souffrez d'une grave maladie, le régime joue un rôle important dans votre plan de guérison. Il dépend de la maladie et des traitements prescrits. Certains médecins et guérisseurs ne sont pas au fait des régimes guérisseurs ; si c'est le cas, assurez-vous les services d'un spécialiste en nutrition, qui connaisse aussi la place de l'énergie dans l'alimentation. Travaillez en équipe avec ces divers spécialistes. Peut-être faudra-t-il changer souvent de régime, pour l'adapter à vos progrès, car votre nourriture doit être adéquate et facile à digérer. Il faut surveiller la consommation de protéines, graisses, hydrates de carbone, sel, sucre, et stimulants. Il faudra peut-être tout cuire, pour faciliter la digestion. Mais dans tous les cas, il y a moyen de manger ce qui vous plaît.

On connaît bien aujourd'hui la macrobiotique et ses bienfaits, et ses principes fondamentaux sont importants. J'ai constaté à plusieurs reprises le pouvoir d'épuration des régimes macrobiotiques sur le champ d'énergie. Si vous suivez une radiothérapie, essayez donc la macrobiotique. Michio et Aveline Kushi reconnaissent son efficacité. Il écrit dans *Macrobiotic Diet* : « À l'époque du bombardement atomique de Nagasaki en 1945, le Dr Tatsuichiro Akizuki dirigeait le département de Médecine interne à l'hôpital Saint-Francis de Nagasaki, situé à un kilomètre et demi de l'épicentre. La plupart des patients

survécurent à l'explosion de la bombe, mais bientôt les symptômes d'irradiation se manifestèrent. Le D^r Akizuki mit tout l'hôpital, personnel compris, à un régime macrobiotique strict de riz brun, soupe au miso et à la sauce de soja, wakame et autres végétaux marins, potiron d'Hokkaido et sel marin, en interdisant sucre et sucreries. Il sauva tout son hôpital, alors qu'en ville, bien des survivants succombèrent aux effets de l'irradiation. »

D'autres régimes à vocation guérisseuse, le Pritikin ou celui du D^r Anne Wigmore, ont aidé les malades. Des biochimistes en ont sauvé avec un régime protéinique. Le régime Fit for Life (En forme pour la vie), qui comprend énormément de fruits le matin, a rendu beaucoup de gens minces, légers, en bonne santé et pleins d'énergie, alors que son fort taux de fructose a rendu malades des gens atteints de Candida (mycoses dues à des levures). Consultez dans la bibliographie la liste d'ouvrages concernant ces régimes. Gardez l'esprit ouvert, mais surveillez les résultats. Certains professionnels de santé recommandent le jeûne et diverses purges et lavements, du côlon ou du foie ; mais le plus grand soin doit accompagner leur utilisation. Si vous voulez jeûner, renseignez-vous, sous peine de vous faire plus de mal que de bien.

Les lavements débarrassent rapidement l'organisme de ses toxines, mais aussi des liquides digestifs naturels, qu'il faut remplacer. En trop grande quantité, ils affaiblissent. N'en faites pas de votre propre initiative, et servez-vous toujours de canules neuves. Si vous êtes allergique au café, pas de lavement au café, mais à l'eau pure, sous peine de convulsions. Mais si vous supportez le café, vous pourrez en éprouver le plus grand bien. Une fois que vous connaissez les aliments qui vous conviennent, choisissez-les en suivant les règles générales énoncées ci-dessus.

EXERCICES D'ÉNERGIE POUR TOUS VOS CORPS

En faisant de l'exercice, vous vieillirez moins vite, et il n'est jamais trop tard. On a vu une grand-mère de quatre-vingts ans devenir ceinture noire de karaté en deux ans !

Les instances médicales recommandent trois séances par semaine, et cinq si l'on veut, d'au moins vingt minutes (type *aérobic*). Par *aérobic* on entend toute activité d'ensembles de muscles qui maintient pendant quinze minutes ou plus un rythme cardiaque de 60 à 65 % du rythme maximal, capacité de pulsation la plus élevée. Il n'est pas question de vous exercer à ce rythme, qui finirait par vous tuer. Vous pouvez déterminer votre rythme maximal en soustrayant votre âge du chiffre 220. Vous avez le choix entre gymnastique *aérobic*, danse,

marche, bicyclette, nage, canotage, saut à la corde ou ski de fond. L'aérobic entretient votre système circulatoire et ne développe guère de muscles, pas plus qu'il ne fait maigrir. On ne maigrit qu'après les vingt minutes, et d'autres genres d'exercices sont adaptés pour la musculation. Renseignez-vous auprès de votre centre de mise en forme.

La meilleure façon de maigrir est de faire de l'exercice et de se nourrir correctement, comme nous l'avons décrit. C'est une méthode beaucoup plus efficace que de cesser de manger. Le yoga est excellent pour le corps, à condition d'avoir un bon professeur, car il renforce le lien corps-esprit et inonde le système d'une énergie généreuse et régulière. Certaines des positions équilibrent et chargent les méridiens d'acupuncture. Mais il faut le compléter d'aérobic pour le cœur.

Pratiquer régulièrement la nage, la danse et l'aérobic charge bien la première couche du champ, à condition toutefois que tout le corps soit concerné. Les machines spéciales accroissent la force musculaire de la première couche, et celle des organes, mais pas autant que des exercices plus vigoureux.

Pour les trois premières couches de votre champ aurique, les énergies corporelles associées au monde matériel, tai chi et qi gong sont sources d'équilibre, de charge et de force. Correctement appliqués aux besoins individuels, ils fortifient le corps et apportent la santé. Ces arts martiaux doux accroissent merveilleusement l'énergie, le lien entre corps et esprit et le contact avec la terre. Pratiqués avec de bons instructeurs, ils offrent la meilleure formation corps-esprit possible. Si on y ajoute la méditation, ils peuvent même fortifier les couches supérieures. Tous ces exercices se font à l'aide de techniques respiratoires qui chargent et équilibrent le champ aurique.

L'exercice, échange d'énergie

L'exercice suivant d'échange d'énergie est particulièrement bénéfique à la quatrième couche du champ. On le pratique à deux ; choisissez une musique qui vous plaise, et, debout, faites face à votre partenaire. Commencez par placer vos paumes en l'air, proches de celles du partenaire, mais sans les toucher ; maintenant, bougez au rythme de la musique, en gardant les paumes face à face. Fermez alors les yeux, tout en continuant à bouger en rythme. Vous serez surpris de la facilité de la synchronisation avec l'énergie de l'autre ; une fois qu'elle est atteinte, rouvrez les yeux.

Concentrez-vous maintenant sur vous. Comment arrivez-vous à ce résultat ? Cherchez dans votre champ les sensations particulières qui vous permettront de

recréer cet état de communion. Changez de partenaire ; quelles différences ou ressemblances remarquez-vous ? Continuez aussi longtemps que vous le souhaitez. Répétez le même exercice sans musique, et voyez si cela vous plaît. Une fois que vous êtes familiarisé avec l'état de communion, vous pourrez l'appliquer à d'autres situations. Si quelqu'un a besoin d'aide ou si vous sentez venir une dispute, essayez.

Respiration et exercice

Contrôler la respiration nous permet d'ajuster et diriger le flux d'énergie dans notre corps et notre champ. Tout bon programme d'exercices inclut la régulation respiratoire. Les guérisseurs respirent profondément et avec force pour augmenter leur énergie et leur pouvoir.

La plupart des gens autour de nous ne savent pas respirer profondément, du fond de la cage thoracique, et affaiblissent ainsi le champ. Les enfants respirent automatiquement par le diaphragme, mais dès que nous commençons à bloquer nos sentiments, nous rétrécissons notre souffle, moyen idéal pour nous anesthésier. Les poumons symbolisent l'envol de la liberté ; à force de réduire notre souffle ou d'affaiblir notre poitrine, nous éprouvons de la tristesse. La respiration superficielle qui caractérise notre culture est liée à la sensation d'être pris au piège dans un monde incontrôlable, dangereux et frustrant.

Respirer amplement et profondément avec le diaphragme nous rend le pouvoir de reconquérir notre liberté et de nous débarrasser de la peur qui hante notre époque. Je vous propose un simple exercice de respiration : mettez-vous debout les genoux fléchis, dépassant les pieds, les jambes à l'alignement des épaules ; ou asseyez-vous bien droit sur une chaise, en appuyant seulement le bas du dos. Détendez-vous. De l'index droit, gardez la narine gauche fermée. Inspirez profondément par la narine droite. Après une pause, fermez la narine droite avec le pouce droit. Expirez, puis inspirez, par la narine gauche. Retenez votre respiration. Fermez la narine gauche avec l'index de la main droite. Libérez la narine gauche et expirez. Répétez cet exercice en abaissant le diaphragme de façon que le bas de votre ventre tende vers la poitrine. Emplissez d'air votre cage thoracique. Si vous le souhaitez, c'est le moment d'accompagner chaque inspiration et expiration d'un simple mantra – liberté, pouvoir, santé. Une fois habitué à cette respiration profonde, vous pouvez la répéter à loisir des deux narines.

Dans les arts martiaux, la direction de la force et de la puissance est toujours celle du flux d'énergie. Une explosion d'énergie contre l'adversaire

s'accompagne toujours d'un ahan et d'un cri. Ces arts martiaux, dialogue de champs d'énergie, chargent et renforcent la quatrième couche du champ aurique, celle de la relation à l'autre. Mais le meilleur exercice pour la quatrième couche demeure la danse, où la relation est toujours présente, à l'autre ou à la musique !

Les cinquième, sixième et septième couches du champ sont les corps d'énergie associés au monde spirituel. Pour les charger, les équilibrer et les renforcer, il faut des exercices spéciaux, kundalini yoga et kriya yoga, combinaison de postures de yoga et du « souffle de feu », que seuls enseignent des professeurs avertis.

Le souffle de feu est une respiration rapide haletante où le diaphragme sert de pompe, et qui donne à l'aura une charge aussi rapide que puissante. On prend une dernière inspiration profonde, on retient son souffle, et on expire lentement. En l'associant à diverses postures de yoga, on charge d'abord le champ, puis on envoie l'énergie là où elle est nécessaire.

Même les malades ont besoin d'exercice. Une de mes patientes, alitée depuis des années à cause de problèmes de colonne vertébrale, ne pouvait faire que quelques pas, avec de l'aide ou un déambulateur. En ayant assez de cette dépendance, elle s'assura les services d'un promeneur de chiens ! Au début, ils ne firent que quelques pas, et aujourd'hui elle effectue de vraies marches, et se sent tellement mieux qu'elle ne se sert plus de sa chaise roulante. Quel que soit votre état, faites un peu d'exercice, c'est très important. Dans son livre *The Healing Journey*, le Dr O. Cari Simonton recommande même des exercices à faire dans son lit, et je ne saurais trop vous inciter à essayer. Demandez à un professionnel d'adapter ces exercices à votre cas. Il existe des formes de tai chi et de qi gong réservées à la guérison, par l'ouverture de tous les méridiens d'acupuncture. Et la marche est toujours excellente. Quand il fait beau, sortez au soleil et prenez un peu l'air ; plus vous vous rétablirez, plus loin vous irez, jusqu'à être capable de marcher une heure d'un bon pas.

SOMMEIL ET REPOS

Quand vous êtes fatigué, votre champ aurique se rétrécit et se ternit ; ses couleurs pâlissent ; les beaux rayons brillants de la sixième couche s'éparpillent et s'affaissent. Moins vous vous reposez, plus votre champ a l'air ravagé. En cas de fatigue, il faut prendre tout de suite du repos, pour rendre à l'aura sa plénitude et son brillant naturels. Les besoins en sommeil varient, et s'amenuisent en vieillissant. Certaines personnes fractionnent leurs heures de sommeil, d'autres dorment d'un trait ; il y a ceux du matin, et ceux du soir.

Puisque le sommeil varie selon les individus, soyez à l'écoute de votre organisme. Pendant mes quinze ans de pratique guérisseuse, je me trouvais confrontée à ce problème : j'étais trop fatiguée pour travailler entre 13 heures 30 et 14 heures 45, et changeai donc mes horaires ; quatre séances entre 8 et 13 heures ; je m'interrompais une demi-heure pour le déjeuner, dormais jusqu'à 14 heures 45, et reprenais les séances de 15 à 18 heures. À 13 heures 30, je m'endormais en deux minutes, en m'enfonçant dans une lumière blanche, et me réveillais fraîche et dispose.

Il n'y a pas de règles de sommeil autres que de se reposer quand on est fatigué, et à son rythme. Recherchez ce qui vous convient, et vous aurez une énergie décuplée. N'adoptez pas d'horaires rigides, car vos besoins changeront ; suivez le mouvement qui garde votre aura brillante et chargée.

COMMENT UTILISER VOTRE TEMPS

La routine quotidienne et hebdomadaire joue un grand rôle dans votre bien-être physique, émotionnel, mental et spirituel. N'oubliez pas que chaque couche de votre champ aurique correspond à des domaines spécifiques de votre vie. Aucun ne doit être négligé. Trouvez du temps pour vous-même, votre conjoint, votre famille et vos amis, votre travail, votre vie sociale et votre détente. Tâchez d'équilibrer le tout. Si vous êtes débordé de travail, réservez-vous des plages personnelles. Reprenons ensemble chaque aspect de votre champ aurique : pour garder en bon état votre corps et la première couche, faites de l'exercice, et nourrissez-vous correctement. Pour garder une deuxième couche en bonne santé, il faut vous aimer. Prenez le temps de vous aimer en faisant ce qui vous plaît ; réservez-vous au moins une heure par jour ou un jour par semaine, où vous vous occupez de vous, et pas des autres. Écoutez de la musique, jouez à des jeux, voyez des amis, restez seul, selon vos préférences.

Pour prendre soin de la troisième couche, mettez votre esprit à contribution, lisez, faites des mots croisés, réfléchissez à de nouvelles idées. La quatrième couche rayonnera si votre vie personnelle est satisfaisante, et si vous gardez de bons amis. Quant aux trois couches supérieures du champ, maintenez-les en bonne santé en vous adonnant aux pratiques spirituelles qui vous conviennent, méditation, prière, étude de la volonté divine et intense contemplation.

Même la maladie ne vous empêche pas de rester actif dans les sept aspects de votre vie, même s'il ne s'agit plus de l'habituelle normalité. En tout cas, vous aurez plus de temps pour les activités spirituelles, ce qui est excellent pour la guérison. La maladie changera surtout votre travail et vos relations, vous

obligeant à vous occuper plus de vous-même ; cela peut paraître bizarre au début, et difficile si vous attribuez une grande importance au travail.

Si le travail était la principale expression de votre nature, cette privation d'activité vous paraîtra d'abord menaçante ; acceptez ces sentiments, réfléchissez-y, discutez-en avec des amis, qui vous aideront, et n'oubliez pas que votre travail est moins important que vous-même. La maladie vous obligera à redécouvrir des profondeurs oubliées, depuis longtemps, dans le tourbillon de la vie active. Votre priorité est devenue de vous occuper de vous, et vous apprécierez peu à peu. Mettez à contribution vos talents professionnels pour guérir ; si vous étiez cadre, organisez votre équipe et votre plan de guérison. Mais il peut être aussi préférable d'en charger quelqu'un d'autre.

La maladie va transformer vos rythmes de vie, réveil, sommeil, repas et exercice. Ne vous inquiétez pas ; ne vous forcez pas à reprendre l'ancien rythme, ce serait malsain ; acceptez de nouveaux impératifs de santé ; votre appétit va changer, vos heures de sommeil aussi ; peut-être aurez-vous enfin le loisir de dormir quand il fallait vous lever pour aller travailler. Vous serez alerte quand les autres veulent dormir, ou vice versa. Le bon rythme est devenu celui que choisit votre corps ; habituez-vous et acceptez ces changements qui peuvent être bénéfiques.

*Quelques bonnes questions à vous poser sur le soin
à prendre de votre corps et de votre champ*

Que dois-je améliorer dans mon hygiène personnelle ?

Quelle forme d'exercice me convient le mieux actuellement ?

Quel est le meilleur régime pour moi en ce moment ?

Quels vêtements et bijoux porter ?

Quelles sont les couleurs qui correspondent le mieux à mon humeur et mon état de santé ?

Ai-je le régime qui convient ?

Est-ce que je prends en considération l'énergie vitale des aliments ?

Est-ce que j'organise mon temps du mieux possible ?

Guérir par l'amour et le renoncement au perfectionnisme

Vous êtes votre principal guérisseur ; l'un des moyens les plus puissants pour se guérir est d'entretenir avec soi-même une relation émotionnelle positive, ce qui est rarement le cas. Nous refusons de nous accepter comme nous sommes, créant ainsi la culpabilité. Une fois que nous nous sentons coupables d'avoir fait, ou de n'avoir pas fait quelque chose, nous reculons devant la rectification de l'erreur, et laissons la culpabilité nous punir. Il est plus facile d'endosser la culpabilité et le rejet de soi-même qui s'ensuit que d'obéir à notre personnalité et de nous confronter à notre peur.

Notre problème de santé récurrent est la haine de nous-mêmes. Cela peut paraître choquant, surtout à ceux qui vivent dans le déni ; mais il suffit de mieux connaître quelqu'un pour découvrir, profondément enfoui, un noyau de haine envers soi-même. Plutôt que de parler de haine, appelons-le *manque d'estime de soi*. Chacun connaît cette lutte interne permanente, et tente, consciemment ou non, de prouver sa valeur propre. Les comportements le prouvent : on en fait trop, ou pas assez, on essaye, plus ou moins visiblement, de se montrer dignes de règles édictées dès l'enfance. Mais même en y parvenant, nous ne pouvons-nous en contenter, et en cherchons d'autres.

Nous jugeons notre valeur intrinsèque à l'aune de l'impossible perfection que nous exigeons de nous-mêmes. Aucune réussite ne nous satisfait. Nous ne pensons qu'à l'obstacle suivant, sans jamais nous féliciter, ni profiter de ce que nous avons accompli. Demandez à un guérisseur de comparer le nombre de guérisons obtenues pour autrui et celles qu'il s'est consacrées.

Dans ces conditions, comment s'étonner que tant de gens n'essayent même pas, au risque de tuer leur créativité, l'étincelle de leur vie, voire leur corps. Deux sortes de causes sous-tendent cet activisme ou cet attentisme : les unes, psychologiques, les autres, plus profondes, spirituelles.

LES CAUSES PSYCHOLOGIQUES DE LA HAINE DE SOI

Sur le plan psychologique, la haine de soi provient de la trahison de soi, qui remonte à la petite enfance. Dès cette époque, incapables d'évaluer ce qui est possible, nous nous sommes reproché de ne pouvoir accomplir ce que nous nous imposions, ou qu'exigeaient parents, professeurs ou autres détenteurs de l'autorité.

Nous savons pourtant que, comme tous les enfants, nous sommes nés avec un amour inconditionnel pour notre entourage, et en attendons la réciprocité. Malheureusement, ce scénario idéal se produit rarement, remplacé par le suivant. Lorsque les adultes qui nous entourent expriment leurs sentiments négatifs, nous en sommes effrayés ; et lorsqu'ils sont en colère, ou devant l'expression de nos manques, ils nous accablent, même si nous ne sommes pas dans notre tort. Un petit enfant ne peut supporter cette impression menaçante, et préfère supprimer sa réaction justifiée à une situation.

En plus de cette suppression de réactions négatives justifiées, l'enfant assiste impuissant au manque d'amour, à la peur et à la haine dans sa famille, et réagit selon sa logique enfantine, en essayant d'évacuer les blessures ; ce faisant, il dénie ses propres sentiments, et se trahit. Assumer ce genre de responsabilité générale est bien entendu impossible, mais nous persistons. Plus nous essayons de tout arranger, plus nous nous éloignons de notre élan originel d'amour inconditionnel, et ressentons l'imposture d'avoir trahi notre vraie nature. Nous nous efforçons d'obtenir l'amour espéré ; n'y parvenant pas malgré des efforts désespérés, nous nous persuadons que nous ne sommes pas dignes d'être aimés, et devenons incapables de nous aimer (voir le développement du soi masqué, décrit au premier chapitre).

Un autre élément de ce cercle vicieux envenime encore la situation : lorsque, enfants, nous recevons des félicitations, nous sentons bien, à juste titre, que ce n'est pas cette manifestation d'amour que nous souhaitions, et nous redoublons d'efforts, en nous accusant de ce décalage.

D'ailleurs, quand nous nous comportons en « bons enfants » et en sommes récompensés par de l'amour ou la reconnaissance de nos mérites, c'est le petit imposteur qui en reçoit le bénéfice, et pas le véritable enfant, enfoui et impénétrable ; et la récompense offerte à l'imposteur est une preuve supplémentaire que l'enfant véritable est indigne d'amour. Chaque fois qu'enfants, nous obtenons un succès, notre psyché nous transmet le message que notre vrai moi est indigne d'être aimé, et que nous ne pouvons obtenir ce dont nous avons besoin. Nous n'apprenons donc pas à nous aimer, et oublions qui

nous sommes. Jamais l'« enfant véritable » ne reçoit l'indispensable amour ou reconnaissance, et ce cycle douloureux persiste à l'âge adulte.

LES CAUSES SPIRITUELLES DE LA HAINE DE SOI

La seconde cause est la même que la première, mais repose dans votre vie spirituelle. Si vous lisez ce livre, vous êtes probablement engagé de votre plein gré dans une démarche spirituelle, ce qui ne vous facilite pas la tâche, car, désirant sans doute vous comprendre et vous améliorer, vous êtes particulièrement sensible à vos imperfections et à leur acceptation ainsi qu'à votre responsabilité dans les expériences négatives de votre vie.

La démarche spirituelle rend d'ailleurs les imperfections de la vie physique encore plus difficiles à accepter. Elle nous fait passer sans cesse d'un niveau de conscience à un autre ; le niveau supérieur n'est que lumière et béatitude ; retomber dans la simple humanité est décevant, et intégrer simultanément l'existence dans une réalité finie et la connaissance d'une plus vaste réalité infinie est malaisé. Il nous faut concilier la sensation de peur et la certitude qu'elle est inutile, la confusion d'esprit et la certitude de l'aveuglante clarté de notre être supérieur.

Les enseignements spirituels, dans leurs apparents paradoxes, ne nous aident pas toujours à nous accepter ni à nous aimer. On nous enseigne à la fois à nous libérer de notre prison humaine et à faire confiance à la condition humaine. Il est difficile de s'entendre dire que le monde matériel est l'œuvre de Dieu et de voir le chaos, la colère et la haine qui l'emplissent. Tout aussi malaisé de s'entendre recommander de tendre vers le spirituel et de spiritualiser la matière en acceptant le monde matériel tel qu'il est. Et particulièrement ardu d'accepter la nature fondamentalement dualiste de notre monde physique tout en essayant de dépasser cette dualité pour nous fondre avec lui.

Le chemin pour y parvenir passe par l'amour de soi et l'acceptation de l'univers tel qu'il est, de nos vies telles qu'elles sont, puisque nous sommes assurés à jamais d'être guidés et protégés, et qu'il existe une raison suprême pour tout expliquer. Lorsque votre esprit et votre vie auront incorporé cette acceptation totale, vous progresserez rapidement.

Le processus de guérison semble plus difficile à appréhender du point de vue spirituel, car sa rationalité manque d'évidence. Informés que nous sommes de ces êtres de lumière, nous nous sentons pris au piège d'un corps en butte à la douleur et la maladie. On nous dit alors d'accepter avec amour ces douleurs, le fait que nous les avons créées, et même la manière dont nous les avons créées.

Cela signifie qu'il faut renoncer à nier leur présence et la raison de cette présence ; nous aimer et nous accepter, alors même que nous en sommes responsables ; et accepter toutes les pensées et actions qui ont mené à cette responsabilité. Si nous suivons cette démarche, nous endossons la future responsabilité de notre maladie.

Quelles que soient les apparences, n'oubliez pas : *Accepter ne signifie pas s'abandonner à la maladie ou à son processus, mais bien manifester en toutes circonstances une confiance, une acceptation profonde de nos vies et de nous-mêmes.* C'est en réalité faire connaissance avec notre être intime, communier avec lui, s'y identifier et en découvrir la divinité. Nous comprendrons alors qu'un corps sain est l'expression de cet être intime, et que la maladie se déclare là où nous avons empêché notre nature divine de s'exprimer, là où confondant notre réalité avec l'imposteur, nous avons cédé devant celui-ci et créé le cercle vicieux de la haine de nous-mêmes.

BRISER LE CERCLE VICIEUX DE LA HAINE ENVERS SOI

La seule manière de le faire voler en éclats est d'identifier en nous cet imposteur et de cesser de vouloir nous remodeler pour plaire aux autres. Commencez par vous observer pour découvrir ce mécanisme destructeur : comment vous vous manipulez, trahissez et rejetez vous-même en fonction de *ce que vous pensez que les autres réclament de vous*, et comment vous avez perdu le lien avec votre véritable nature. Je suis prête à parier qu'il n'a guère varié depuis l'enfance.

*Pour découvrir l'engrenage de haine envers vous-même,
posez-vous les questions suivantes*

Pourquoi est-ce que je renonce, et laisse les autres décider pour moi ?
Pourquoi est-ce que je me méprise pour me punir de ce renoncement ?
Quel genre de haine est-ce que j'amoncelle sur ma tête ?
Ai-je tendance à me rejeter avant tout le monde ?
Quelles sont les situations où je me déteste le plus (perdre, par exemple) ?
Que suis-je capable de m'infliger lorsque je perds ?

Faites une liste. D'un côté de la page, énumérez vos imperfections ; de l'autre, en quoi vous vous en sentez responsable. Vous découvrirez alors les jugements et sentiments négatifs que vous entretenez contre vous-même, et la

bataille est à moitié gagnée, car vous êtes en possession de la clé pour pénétrer au cœur du problème. L'étape suivante sera de tolérer ces sentiments, et à l'aide du champ aurique, je vais vous montrer pourquoi et comment cela fonctionne.

L'EFFET DES ÉMOTIONS NÉGATIVES ENVERS VOUS-MÊME SUR LA DEUXIÈME COUCHE DU CHAMP

Notre lien émotionnel à nous-mêmes réside dans la deuxième couche du champ aurique, dépositaire de nos sentiments positifs ou non envers nous-mêmes. Le problème vient des sentiments négatifs caractérisés par une énergie et une conscience d'une nature opposée à la vie. Pis encore, nous bloquons tout, empêchant les émotions négatives de s'écouler. La fréquence vibratoire se réduit, tombe en deçà du seuil de vie et de santé, causant une stagnation dans la deuxième couche, qui à son tour affecte la première couche en bloquant le flux d'énergie vers le corps. Nous faisons taire ces émotions en transférant une partie de leur énergie-conscience, pour la dissiper, au niveau mental, où elle s'exprime sous forme de jugement, qui étouffe encore plus les sentiments.

Pour me résumer, je veux simplement parler de transfert d'énergie-conscience. Nous faisons passer l'énergie négative qui devrait normalement s'exprimer en termes d'émotions négatives jusqu'à la troisième couche du champ, où elle se transforme en jugements qui suppriment plus encore les émotions négatives de la deuxième couche.

Cette rétroaction en circuit fermé comprime la deuxième couche, en ralentit la fréquence à un rythme malsain pour la vie, et le sujet devient émotionnellement déprimé.

Le champ aurique d'un tel sujet présente une étroitesse de la deuxième couche ; les nuages d'énergie normalement vivement colorés qui s'écoulent le long des lignes de la première couche sont sales et sombres. Les gens qui ont une deuxième couche vivace pourront se sentir très inconfortables ; d'autres auront envie d'aider à rétablir la situation.

Dégager la deuxième couche du champ ne présente guère de difficultés ; en termes techniques, il s'agit d'y faire redescendre l'énergie-conscience et de la charger pour lui permettre de circuler. L'énergie en déplacement apportera une expérience émotionnelle qui plongera le sujet dans son être profond, à la racine du problème et enfin dans son essence et son noyau. Un guérisseur y parviendra en travaillant au dégagement de la deuxième couche du champ, et en encourageant le patient à exprimer ses sentiments.

Vous pouvez le faire seul, une fois que vous connaissez la procédure. Vous

commencez par prendre conscience des jugements portés contre vous-même et comprendre qu'ils occultent la douleur. Mais la compréhension est insuffisante ; il faut vous laisser aller et ressentir. Pour cela, ramenez votre énergie-conscience vers la deuxième couche. La sensation est nécessaire pour rendre le flux d'énergie à cette couche amorphe. Ce flux recharge le champ qui retrouve la santé.

Exercez-vous à transformer les jugements venus de la troisième couche du champ : « Je ne vaud rien parce que... » ou « J'aurais dû faire... » par des sentiments de la deuxième couche : « J'ai mal » ou même « Je me déteste ». Laissez les sensations s'écouler, quelles qu'elles soient. C'est vraiment efficace ; immédiatement, les nuages stagnants de la deuxième couche du champ aurique commencent à bouger et à se dégager, ce qui charge la couche. Bientôt, « Je me déteste » devient « J'ai mal », puis « Je m'aime », « Je suis désolé de me traiter de cette façon », et ainsi de suite. L'expression de l'émotion rend le champ à son état naturel, où ondoient les vives couleurs de l'énergie-conscience de l'amour que l'on se porte.

Un homme d'affaires que j'appellerai Jeffrey n'arrivait pas à briser le cercle vicieux de son perfectionnisme jusqu'à ce qu'il commence à exprimer ses sentiments douloureux. Depuis sa naissance sa famille le poussait sur la voie du succès. Adulte, il avait l'impression de ne jamais pouvoir faire assez. Aucune réussite ne lui apportait la satisfaction intérieure, ni plaisir ; il se sentait vide.

Son aura montrait une intense rigidité à la troisième couche, et de la stagnation à la deuxième, comprimée par la troisième. Il n'avait pas conscience d'éprouver des sentiments, et en exprimait rarement. Ce vide l'amena à me consulter. Dès qu'il sombra dedans, sa deuxième couche se mit à se charger et à bouger, et le jaune d'ambre devint rouge vif lorsqu'il commença à exprimer ses jugements et sa haine envers lui-même. Pendant ce temps-là, je déchiffrais et travaillais le champ, le guidant pour qu'il reste dans la bonne voie. Bientôt la haine se fondit en douleur.

Et pour la première fois il commença à éprouver le chagrin de l'enfant soumis au stress de la perfection. Il retournait parfois l'autocensure pour arrêter la douleur ; chaque fois, le flux d'énergie de la deuxième couche aurique s'immobilisait, pris en relais par la troisième couche, principalement à hauteur du dos, où l'activité des chakras exprime la volonté – dans ce cas, le désir de mettre un terme à la douleur. Je lui en faisais la description, et l'aidais à guider son flux conscient et énergétique vers le devant de son corps et la deuxième couche du champ. Au fur et à mesure, le mouvement automatique et naturel d'énergie-conscience revenant sur le devant du corps libérait les sensations. Plus il progressait dans la réorientation de l'énergie au travers de son corps, plus le

retour aux sensations en était facilité.

Pendant ce flux et reflux d'expression, le rejet actuel s'effaça derrière la douleur du rejet passé, qui accompagnait Jeffrey depuis l'enfance ; il avait désespérément essayé d'obéir à ses parents, et il continuait, sans même le vouloir. Il se considérait comme un imposteur, prêt à tout pour l'amour de ses parents. Il avait reçu un message précisant ce qu'il était censé faire pour être « bon », et agissait de la même façon dans le monde adulte des affaires.

Il atteignit ainsi la source du cercle vicieux, la conviction qu'il avait petit enfant que seule la perfection lui donnerait l'amour de ses parents. Il envisagea tout à coup sa vie autrement, et d'abord avec découragement ; il lui semblait s'être toujours trompé. Une dernière fois, il tenta de masquer la douleur derrière les jugements. Tandis que je l'encourageai à ne pas abandonner la douleur, il entra profondément en contact avec la réalité de cet enfant caché en lui éperdu de besoin d'amour. Il aima vraiment cet enfant, en reconnut l'essence ; il s'était retrouvé. Désormais, la vie de Jeffrey changea ; il porta sur lui et les autres un regard différent ; il décida qu'il ne repousserait plus ses sentiments, ne porterait plus de jugements ; qu'il s'efforcerait de ne plus exiger la perfection, prenant le temps de réfléchir et de consulter en lui l'enfant et ses désirs ; il avait décidé de vivre au lieu de s'épuiser.

Cependant le flux d'énergie consolidait sa deuxième couche qui reprit son aspect normal et ses brillantes couleurs, tandis que l'équilibre et la souplesse se rétablissaient à sa troisième couche entre le devant et le dos. Sa première couche se renforçait et se chargeait aussi, donnant à son corps jeunesse et énergie ; tous ces changements montèrent à la quatrième couche, améliorant ses relations avec autrui.

Ce processus d'expression émotionnelle nous prouve le traitement brutal que nos jugements ont infligé à l'enfant qui nous habite. Nous l'avons brimé, et nous avons brimé les autres. Dès que nous acceptons nos limites, les besoins de cet enfant intérieur et ses imperfections, nous les acceptons aussi chez les autres.

Cet état d'acceptation nous amène à comprendre que notre enfant intérieur n'est pas censé grandir ; son rôle principal est de vivre pleinement en nous. Il nous emplit d'éblouissement et de joie de vivre ; il nous donne un pur plaisir qu'aucune activité adulte ne saurait égaler. Cet enfant détient la clé de notre moi réel, dont il participe ; il nous ouvre la voie de l'essence de notre noyau ; soyez-en proche, et vous découvrirez qui vous êtes vraiment, une mosaïque de toutes les expériences de votre vie.

MIEUX CONNAÎTRE L'ENFANT QUI VOUS HABITE

Le jeu est un excellent intermédiaire, et vous permet aussi de retrouver automatiquement les besoins que vous avez négligés depuis l'enfance, et qui s'épanouiront en vos véritables besoins d'adulte. En jouant, vous découvrirez que vous avez une valeur unique, vous débloquerez des sentiments positifs envers vous-même et chargerez et fluidifierez la deuxième couche du champ aurique.

Je vous conseille donc de réserver chaque jour un moment où ne faire que ce qui vous plaît. Suivez votre caprice, portez ce que vous voulez, mangez ce que vous voulez, allez où vous voulez, jouez la musique qui vous plaît. Si vous n'éprouvez pas de plaisir, arrêtez immédiatement ; changez suivant l'humeur du moment ; laissez-vous aller comme dans votre enfance, et vous serez surpris des résultats.

À ce jeu, vous commencerez à entrevoir le lien entre les besoins de l'enfant et de l'adulte ; chez l'enfant, le jeu est toujours l'expression des aspirations téléologiques de l'être humain. Plus la psyché mûrit, plus ces aspirations s'expriment sur le mode adulte ; les activités qui ont leur origine dans le royaume enfantin peuvent s'adapter à l'âge adulte ou demeurer enfantines ; laissez faire, n'imposez aucune pression.

Quand ma fille Celia était petite, nous jouions beaucoup ensemble ; j'aimais la coucher le soir, et avec une marionnette, je jouais le rôle du méchant canard qui sautait dans tous les sens pour l'empêcher de dormir. Que de rires ! Nous avions aussi des séances de peinture. Elle faisait toujours des lunes et des étoiles. Un jour, manquant d'idées, je me mis à peindre des auras ; des années après, un artiste professionnel les retoucha, et je les intégrai à mon livre *Le Pouvoir bénéfique des mains*.

Le jeu active et libère l'imagination enfantine, devenue chez l'adulte visualisation créatrice. Lorsque je publiai *Le Pouvoir bénéfique des mains*, l'un de mes étudiants du Colorado, Dorian, me fit cadeau d'un superbe ours blanc, surnommé Buddha Bear (L'Ours Bouddha) ; puisque j'allais me lancer dans l'enseignement, tout le monde pensait qu'il me fallait absolument un ours, et c'était vrai ; l'Ours Bouddha a fait le plus grand bien à mon enfant intérieur, et au début, je l'emmenais même en voyage.

Lors de récentes communications, Heyoan a suggéré qu'il faut procurer à l'enfant en nous un espace vital qui lui permette de mûrir et de s'intégrer à tout notre être.

EXERCICES POUR APPRENDRE À S'AIMER

Voici quelques excellents exercices de pratique directe d'amour de soi ; si le premier ne vous convient pas, essayez le suivant ; essayez-les tous, et faites votre choix. Réservez matin et soir un quart d'heure à faire l'effort de vous aimer, ou une minute au début de chaque heure !

Ces exercices ne sont pas si faciles ; il suffit de vouloir se concentrer pour être assailli par l'analyse, les barrières, les jugements, les habituels mauvais traitements infligés à nous-mêmes, qui n'ont rien à voir avec l'amour de soi. Si vous vous sentez devenir négatif, retournez doucement au positif. Ce n'est pas là de l'égoïsme ; pensez plutôt à vous comme à un récipient à remplir ; lorsqu'il est plein, l'amour envahit votre entourage. Vous ne pouvez aimer sans vous aimer ; le mal et le bien que vous vous faites rejaillissent sur les autres.

Emplir d'amour le corps et l'être

Procédez par étapes : sélectionnez une partie de votre corps qui a besoin d'aide, que vous détestez ou rejetez, qui vous fait honte. Concentrez-vous sur cet endroit, dirigez votre amour vers lui, emplissez-le d'énergie, parlez-lui doucement ; insistez sur les endroits qui vous font souffrir. Ne vous détournes pas de la douleur, investissez au contraire consciemment l'endroit douloureux, irriguez-le de tendresse.

Faites maintenant la même chose pour tout votre être. Concentrez-vous sur vous-même, dirigez l'amour vers vous. Si les couleurs vous plaisent, emplissez-en votre corps, d'abord de vert, puis de rose, enfin d'or et de blanc.

Commencer par ce qui vous est facile

Concentrez-vous sur ce qu'il vous est facile d'aimer : fleur, animal, enfant ; engagez le processus d'amour. Si c'est une rose, appréciez-en la beauté, sentez-en la texture et le parfum ; établissez un lien avec elle, ressentez l'appréciation et l'amour.

Lorsque vous avez suscité en vous de fortes sensations d'amour, transférez-les sur vous-même, de la même façon qu'avec la rose. Regardez votre corps, sans miroir ; appréciez-le ; examinez l'endroit que vous préférez, puis tous les autres ; touchez-le, sentez sa texture, sentez-vous à l'intérieur ; caressez-le doucement ; humez-le ; ressentez le plaisir qu'il vous a donné, aimez-le ; parlez-lui doucement. Exercez-vous tous les jours jusqu'à ce que cela devienne facile, ce qui se produira.

L'exercice suivant est un peu plus ardu, mais efficace. Procédez par étapes, et vous passerez maître dans l'art de vous aimer ; commencez par quelques

minutes, et progressez jusqu'à dix.

Aimer la personne dans le miroir

Asseyez-vous devant un miroir, regardez vos yeux, et aimez-vous, sans vous juger ni vous faire mal, comme on a tendance à le faire devant son image réfléchie. Transformez immédiatement tout jugement en une pensée ou un acte aimant envers vous-même.

Parlez-vous gentiment, regardez-vous dans les yeux, et découvrez l'esprit, la nostalgie, l'amour et la lutte pour la vie. Remarquez la beauté de vos yeux, de vos cheveux et de vos traits, miroirs de votre esprit ; cherchez l'enfant intérieur, avec sa joie, son émerveillement et son amour. Recherchez maintenant tous les autres aspects de la personne que vous êtes, ses goûts et passe-temps, le savoir dont vous êtes dépositaire. Pourquoi cette personne est-elle sur terre ? Quelles sont ses aspirations profondes ? Comment l'aider ? Aimez cette personne dans le miroir, et tout ce que vous êtes. Après avoir réussi cet exercice, vous êtes prêt pour le quatrième.

Aimer la personne et le corps dans le miroir

Mettez-vous nu devant un grand miroir. Aimez et acceptez chaque partie de votre corps en vous concentrant. Coulez votre conscient en vous-même. Caressez un endroit, aimez-le, aimez la personne qui s'y trouve. Si vous êtes assailli de jugements négatifs, énoncez-les à haute voix et guettez votre réponse émotionnelle, toujours la même. Puis remplacez le jugement négatif par une constatation positive sur cette partie de votre corps, et enveloppez-la de simple tendresse. Faites de même pour tout votre corps : explicitez d'abord le négatif pour en avoir pleine conscience ainsi que des sentiments qu'il suscite ; puis remplacez-le par du positif.

N'oubliez pas, concentrez-vous d'abord sur une partie du corps, puis sur la personne qu'elle recèle. Vérifiez la façon dont vous avez traité chaque partie de votre corps : avec bonté, ou comme un tyran, exigeant la perfection sans souci des messages qu'il vous envoyait ? Vous découvrirez qu'il y a des parties de vous et de votre corps que vous rejetez continuellement, sans doute plusieurs fois par jour. Guérissez ce processus négatif par une prise de conscience et en apportant une tendresse spéciale aux endroits brimés. Remplacez tous les énoncés négatifs envers vous ou votre corps par d'autres positifs.

Aimer les parties de votre corps malades ou difformes

Quand vous en aurez terminé avec chaque partie de votre corps, reportez votre attention aimante sur celles qui sont malades ou abîmées ; acceptez-les, emplissez-les d'un amour inconditionnel et de l'essence de votre noyau ; puis ramenez-la dans l'entité que vous êtes. Pour y parvenir et aimer cette parcelle de votre corps qui vous a trahi, découvrez à quoi elle a servi dans votre vie. Vous en tirerez une leçon, car elle a sans doute assumé une responsabilité à votre place, vous aidant à survivre, à tolérer des expériences intolérables. Les tumeurs, par exemple, bouchent parfois un trou dans la vie d'une personne ; des jambes faibles permettent de s'asseoir à des gens qui ne sont plus capables de se défendre ; les déplacements vertébraux contrôlent la colère en étouffant l'énergie rageuse qui stagne le long de la colonne vertébrale. Les gens qui se retrouvent alités quelques semaines pour ce genre de problèmes avaient besoin en réalité de repos, de paix et de tranquillité. Une fois que vous avez retrouvé votre unité et une vision positive de cette partie aliénée de vous, dites-lui comment progresser, en détail ; si vous avez une tumeur, dites-lui que vous n'avez plus besoin qu'elle remplisse un vide, qu'elle peut se dissoudre et s'intégrer ; demandez au reste du corps d'accepter cette intégration. Si l'un de vos os se recolle mal, visualisez-le se ressoudant normalement. Si vous souffrez d'un déplacement de vertèbres chronique, visualisez les muscles en train de se détendre et de se raffermir pour maintenir les os en place, et évacuez la peur ou les sentiments négatifs associés au problème physique.

Un patient que j'appellerai Bob rejetait son cou ; il est vrai qu'il l'avait puissant, assorti d'un double menton. Pendant des années, il souffrit de blessures au cou, puis d'hypothyroïdie ; l'incessant déplacement de ses vertèbres cervicales provoquait des douleurs et parfois de la confusion mentale. Bob commença les exercices devant le miroir et continua le travail couché, juste avant de s'endormir. Son cou commençant à guérir, il s'efforça d'en aimer tous les aspects, même le double menton. Chaque soir avant de se coucher, il posait ses doigts à l'endroit douloureux ou faible du cou en lui parlant tendrement et en laissant l'énergie de ses doigts courir dans le cou. Le déblocage libéra des voix de peur et de plainte. La deuxième couche du champ recélait tout ce qu'il n'avait jamais pu dire aux autres, et que son blocage l'obligeait à se répéter sans fin, espérant ainsi sans succès ne pas déranger la peur logée dans son cou toujours plus bloqué.

En termes auriques, il puisait sans cesse l'énergie de la quatrième couche, niveau de l'interaction « Je-Toi » et de ce qu'il voulait dire aux autres et la déplaçait à la deuxième couche, la bloquant en se disant ces choses à lui-même. Le processus de guérison consista à remonter l'énergie à la quatrième couche et

à la libérer en criant ce qu'il s'était interdit de dire. Il libéra aussi les voix coincées dans sa gorge, et rencontra la peur, qui disparut lorsqu'il la ressentit. Elle remontait en partie à la toute petite enfance, alors qu'il n'avait pas le droit de « répondre » à ses parents. À la base était son incapacité à exprimer ses besoins. Le chakra de la gorge est lié à l'énonciation de la vérité, dans le cas de Bob, celle du besoin. Il comprit qu'enfant, il lui fallait supplier sans fin pour les combler, et que le volume excessif de sa thyroïde remplissait dans son cou un manque dû à l'interminable attente de la satisfaction. En quelques mois, il put expliciter ses besoins, dégager les blocages d'énergie de sa gorge, et son cou se fortifia. Puis il fit l'intéressante découverte de la colère ; la sentant monter le long de sa colonne vertébrale, il l'arrêtait en pressant les muscles de son cou si fortement que les vertèbres se déplaçaient ; il préférait donc s'agresser lui-même plutôt qu'un autre. Il comprit quel service ce pauvre cou lui rendait, et l'en apprécia d'autant. Il changea aussi de manière de contrôler sa rage, qu'il provoquait en s'occupant mal de lui-même. La colère jaillissait quand les autres ne respectaient pas ses besoins ; elle disparut lorsque lui les respecta. Chaque soir, Bob touchait son corps, ordonnant aux blocages de se dissoudre, à la thyroïde de retrouver une taille normale, et au cou de s'affermir. Les muscles se renforcèrent, il put bientôt reprendre des exercices qu'il n'avait pu faire depuis des années, les vertèbres restèrent en place, et quelques mois de médicaments ramenèrent la thyroïde à la normale. Ces exercices devant le miroir susciteront bien des sensations ; laissez-les agir. Voici quelques conseils pour y parvenir.

LAISSER LIBRE COURS À CE QUE VOUS RESSENTEZ

C'est l'un des aspects les plus difficiles de la guérison, si vous n'en avez pas l'habitude. Comme vous le savez, l'énergie-conscience de la deuxième couche se traduit par ce que vous éprouvez envers vous-même. Pour que cette couche reste saine, il faut permettre à ces sentiments de circuler. Au cours d'une maladie, vous connaîtrez toute la gamme, du chagrin à la joie, de la sérénité à la colère, la crainte, la terreur, la faiblesse, la culpabilité, le dégoût, l'exigence, la pitié, la solitude, le désir d'amour, *etc.* Tout cela est étroitement lié à l'énergie de la deuxième couche du champ, et plus vous leur donnerez d'exutoire, plus le champ restera pur. Une grande partie de la guérison consiste à libérer ce qui est resté si longtemps bloqué ; Jeffrey et Bob ont réussi, et vous aussi réussirez.

L'expérience m'a appris que tout le monde peut y arriver. Nous sommes tous passés maîtres dans l'art d'esquiver nos émotions déplaisantes ; nous savons mal combien ce blocage émotionnel nous prive de notre force créatrice et nous

précipite vers ce que nous redoutons, tandis qu'affronter les sensations nous libère et nous rend aptes à toute création.

Le moment est venu de les faire apparaître au grand jour ; acceptez ces sentiments qui vous purifieront en s'évacuant. N'ayez pas peur d'exprimer ceux qui sont négatifs. Les malades qui ont étudié la visualisation positive craignent que les pensées négatives ne gâchent la visualisation, les rendant encore plus malades. Ils décident donc de renforcer le déni. À ma connaissance, l'expression de pensées ou sentiments négatifs se fait sans dommage si l'on respecte certains critères : il ne faut pas en faire une habitude, pour ne pas gêner l'effet cathartique ; et il faut le faire avec une intention positive consciente dirigée vers la guérison. Si vous laissez remonter à la surface du conscient les pensées négatives tout en laissant s'écouler les sensations négatives avec *l'intention positive de vous guérir*, vous éviterez tout négativisme dangereux. Ce qui compte, c'est la clarté de l'intention. Exprimez les sensations négatives pour les libérer, laissez-les aller, et passez à autre chose ; vous aurez alors progressé sur la voie de la guérison. Si vous les niez, vous resterez malade, et ils ne disparaîtront pas seuls. Le meilleur moyen de transformer le négatif en croissance positive est d'allier l'expression négative prête à être évacuée et la visualisation positive. Débarrassez le champ du négatif, et remplacez-le par les couleurs brillantes et positives de la visualisation.

Il existe un rapport inverse entre ce que nous craignons et ce que nous voulons créer. Je vous propose pour l'illustrer le beau poème communiqué par Eva Broch Pierrakos dans la Conférence 190 du Chemin.

Derrière le portail

*Derrière le portail de la faiblesse éprouvée
se trouve votre force
Derrière le portail du chagrin éprouvé
se trouvent votre plaisir et votre joie
Derrière le portail de votre peur éprouvée
se trouve votre sécurité
Derrière le portail de votre solitude éprouvée
se trouve votre capacité d'accomplissement,
d'amour et de camaraderie
Derrière le portail de votre haine éprouvée
se trouve l'accès à l'amour
Derrière le portail du désespoir éprouvé
se trouve le véritable espoir*

*Derrière l'acceptation des manques de votre enfance
se trouve votre complétude.*

MÉDITATIONS POUR GUÉRIR

Voici quelques méditations simples qui s'avéreront efficaces pour dégager, équilibrer et charger la deuxième couche du champ aurique.

Méditation au souffle coloré

La deuxième couche contenant toutes les couleurs, il suffit pour la charger de respirer en couleurs, n'importe lesquelles. Je vous suggère d'essayer les suivantes : rouge, orange, jaune, vert, bleu, indigo, pourpre, lavande et rose, en y ajoutant par exemple blanc, argent, or et noir. Prenez un échantillon de chaque – tissu, papier, plastique ou verre, ou tout simplement le prisme coloré du soleil au travers d'un morceau de vitrail à votre fenêtre. Respectez soigneusement les instructions ; ne vous contentez pas de penser à la couleur, ou vous ferez du jaune. En pensant, vous activez la troisième couche du champ et y attirez l'énergie ; le jaune est la couleur de la pensée ; pour que l'énergie afflue bien à la deuxième couche, vous devez sentir la couleur, devenir, être cette couleur, entrer dans l'état de sensation de cette couleur.

1. Tenez la couleur à la main, soupesez-la, regardez-la.
2. Respirez-la à pleins poumons.
3. Devenez la couleur.
4. Maintenant expirez-la.
5. Inspirez-la à nouveau, en emplissant tout le champ aurique ; imaginez que vous êtes la couleur.
6. Ressentez le fait d'être la couleur.
7. Maintenant expirez-la.
8. Faites cela plusieurs fois de suite.
9. Inspirez maintenant la couleur suivante ; emplissez-en votre corps et votre champ.
10. Répétez chaque couleur plusieurs fois avant d'aborder la suivante.

Au cours de l'exercice, vous remarquerez les divers effets des couleurs sur votre humeur. Chacune est associée à un principe ou une qualité ; selon vos

besoins, la méditation sur telle couleur et son intégration vous aidera à la développer dans votre vie. Vous trouverez [figure 11-1](#) une liste des couleurs et du chakra et des parties du corps qu'elles nourrissent.

Méditations de couleurs pour les chakras

J'ai donné dans le chapitre II une description générale du champ aurique et de ses chakras. Comme vous vous en souvenez, ils servent à métaboliser l'énergie dans les endroits du corps où ils sont placés. Si telle partie de votre corps manque d'énergie, portez la couleur correspondante ou pratiquez la méditation au souffle coloré. (Pour trouver la couleur requise, voyez [figure 9-2](#) ; pour la méditation à la couleur du chakra, utilisez le dessin de la [figure 2-7](#) pour bien localiser chaque chakra.)

Figure 11-1 : Les couleurs des chakras à la deuxième couche du champ aurique et les parties du corps qu'elles nourrissent		
Chakra 1	rouge	partie inférieure du corps, surrénales, sacrum
Chakra 2	orange	bas du pelvis, organes sexuels, système immunitaire
Chakra 3	jaune	plexus solaire, estomac, rate, foie, pancréas, reins
Chakra 4	vert	cœur, système circulatoire
Chakra 5	bleu	gorge, poumons, oreilles
Chakra 6	indigo	yeux, tête, partie inférieure du cerveau
Chakra 7	blanc	partie supérieure du cerveau, yeux

Commencez par le premier chakra ; concentrez-vous sur la partie du corps où il se situe ; imaginez sa couleur sur cette partie de votre corps, devant et derrière. Formez la couleur en un disque de quinze centimètres de diamètre. Si vous arrivez à visualiser en trois dimensions, transformez le disque en entonnoir en insérant son extrémité dans votre corps jusqu'à ce que le petit bout de

l'entonnoir touche votre épine dorsale. Faites tourner le disque ou l'entonnoir sur votre corps dans le sens des aiguilles d'une montre. (1) Tirez la couleur du disque ou entonnoir à l'intérieur de votre corps en inspirant. Lorsque vous expirez, la couleur continue à pénétrer. Imaginez-la s'écoulant dans les organes de cet endroit du corps, en vous référant à la [figure 11-1](#). Passez au chakra suivant. Répétez la procédure plusieurs fois par chakra.

Faites bien tous les chakras, dans l'ordre. Au fur et à mesure que vous remontez, insistez sur les endroits de votre corps qui ne sont pas en bonne santé.

Méditation pour l'autoguérison de votre maladie

Deux excellents livres recensent les remèdes spécifiques à des maladies spécifiques. *Healing Visualizations*, par le D^r Gerald Epstein, vous permet de retrouver facilement votre problème et de suivre la visualisation ; on vous dit même combien de fois le faire. Je recommande aussi *You Can Heal Your Life*, par Louise Hay, qui donne de simples mantras à répéter pour chaque problème, liés à votre système de croyance probablement associé à votre maladie ; dans le cas de problèmes de thyroïde, par exemple, la phrase négative « Quand vient mon tour ? » changera grâce à la visualisation positive suivante : « J'ai tout le temps devant moi. »

INTRODUCTION À LA DÉCOUVERTE DU GUÉRISSEUR INTÉRIEUR

L'imagination ou le mythe sont de puissants outils de guérison qui nous plongent hors de la réalité ordinaire dans un monde de symboles où se fait plus facilement l'expérience de l'immensité du voyage de la vie. Confrontés à une maladie grave ou des bouleversements de structure familiale, nous avons besoin de cette aide. À l'intérieur de ces mythes, il devient possible de nous associer au pouvoir des dieux, nous élever au-dessus du terrestre banal et accomplir des actes héroïques. Voici une histoire métaphorique qui peut vous conférer un immense pouvoir guérisseur et résoudre des questions inaccessibles à la réalité quotidienne.

Au cours de ce chapitre, nous avons fait connaissance de l'enfant intérieur brutalisé et blessé. Nous avons joué avec lui et lui avons ménagé l'espace nécessaire à l'expression de la vie. Le moment est venu de le guérir directement ; les blessures et maladies du corps physique sont celles de cet enfant. Nous enfoncer dans ces blessures peut s'avérer écrasant, jusqu'à ce que nous

rencontrions le guérisseur intérieur. Il est là, près de cet enfant, apte à faire face à tout ce que nous réserve la vie. Il connaît notre histoire, notre devoir d'incarnation, et règle tous nos problèmes du haut de cette vaste et sage perspective. Voici une visualisation pour rencontrer le guérisseur qui vous habite, un mythe imaginaire pour votre guérison personnelle.

À la découverte du guérisseur intérieur
Transcrit d'après Heyoan

« Il était une fois, il y a des éternités, une étincelle de lumière dans le cœur du divin, qui s'éparpilla en millions d'étoiles. Chacune portait un nom écrit dans le langage de Dieu. L'une de ces étoiles est vous ; vous avez grandi et chanté dans les cieux pour les autres étoiles.

À cette époque, avant d'être né humain, vous connaissiez la lumière, l'amour et la sagesse. N'étant pas incarné, vous n'aviez pas de corps, et d'autant plus de liberté. Vous aviez pleine conscience de l'essence de votre être, et toute liberté pour arpenter l'univers. À l'aide de votre seule intention, vous avez créé ; il vous suffisait de vouloir que cela soit.

Vous avez ainsi créé pierre et terre ; arbre et fleur ; étoile et planète ; même nuage et vent. Votre essence se mouvait facilement, changeant de forme, et vous étiez tour à tour nuage, lune, soleil, poisson ou chat. Vous évoluiez à loisir d'une forme à l'autre, en créant de nouvelles, vous vous êtes lentement identifié à la forme, et l'ombre naquit. L'excitation de la création vous fit perdre la mémoire et vous avez oublié qui vous étiez. Trop occupé à créer, vous n'avez même pas remarqué que vous commenciez à vous prendre pour forme.

L'ombre s'allongea, et l'oubli que le vrai moi est essence engendra la douleur. Le vrai moi est créateur, au-delà de la forme. Vous avez ainsi créé ombre et douleur ; vous avez oublié qui vous étiez, vous séparant en deux : la partie qui a oublié, et le tout qui se souvient. Chaque être humain recèle l'étincelle du divin dans chaque cellule de son corps. C'est l'essence ; et cette véritable essence de vous-même recèle à son tour le guérisseur détenteur de tout le pouvoir créateur universel. Il porte un nom dans le langage de Dieu, et c'est votre être véritable.

Déplacez maintenant votre conscience vers votre essence intérieure, un pouvoir et une lumière uniques ; vous êtes la manifestation du langage divin... Déplacez votre conscience vers l'essence totale de votre être – là est le guérisseur qui vous habite. Toute votre vie vous l'avez senti ; les fils d'or de ce pouvoir se sont entrelacés à la tapisserie de votre vie dès avant votre naissance. Vous le saviez enfant et le savez maintenant. Sentez l'essence, le pouvoir vous

traverser. C'est votre caractère unique, votre beauté, votre amour, la douceur de votre vie d'enfant.

Votre pouvoir réside dans cette douceur, dans ces douces aspirations que vous avez cachées aux autres. Vous ressemblez à une fleur s'épanouissant au soleil. Ressentez le pouvoir et la nature de votre divinité, à nulle autre pareille. Implantez-la maintenant fermement dans votre corps ; cette partie de vous est toujours libre, libre de se déplacer dans l'espace, le temps et les autres réalités. Faites maintenant l'expérience de vous-même dans cette liberté.

Dans ce mouvement, au loin vous entendez un cri ; il s'amplifie et vous vous demandez ce que c'est. C'est un appel à l'aide ; vous l'entendez, puis vous voyez notre belle planète bleue et blanche scintillant dans le ciel. Attiré par ces appels, vous vous rapprochez de cette planète bien-aimée, en vous demandant que faire pour guérir la douleur sur la terre.

Pris d'une idée subite, vous décidez de créer une forme physique tirée de la terre et contenant la douleur ; vous voulez que cette forme physique guérisse la douleur. Vous êtes devenu un minuscule corps physique, né dans ce monde au bout de neuf mois sous forme humaine ; plus vous restiez attaché à ce corps, plus s'effaçait la mémoire de votre essence originelle.

Enfant, et même peut-être avant, vous avez accepté la douleur, et cette expérience vous a fait complètement oublier qui vous êtes. Quand la douleur s'en allait, le souvenir revenait ; quand la douleur revenait, l'oubli arrivait. La douleur que vous vouliez guérir grandit à l'intérieur de votre corps.

Repensez à votre enfance. Retrouvez la plus lourde douleur qui vous poursuit depuis lors. Vous retrouverez en même temps votre aspiration la plus profonde... Que voulez-vous être, depuis l'enfance, et que vous avez cru irréalisable ? Vous vouliez vous déplacer parmi les étoiles, soigner tout le monde sur terre, peindre ou créer de la belle musique, apporter à tous la sécurité ? Que souhaitiez-vous par-dessus tout ? Quel était votre rêve le plus fou ? Quel est le rapport entre la profondeur de votre douleur et le fait que ce rêve n'est pas réalisé ?

Penchez-vous sur votre passé : à chaque instant, portant votre fardeau, vous retrouvez le même cycle dans la spirale de la vie, où revient éternellement cette douleur incrustée de l'enfance. C'est le fil qui relie toutes les expériences que vous avez traversées. Lorsque vous l'aurez saisi, autorisez-vous à ressentir cette douleur.

Où a-t-elle atteint votre corps ? Quand vous la sentez, où votre corps se crispe-t-il ? Explorez maintenant votre corps, à la recherche des ravages de cette douleur dans toutes les composantes de votre être, du psychique au physique. Ce fil court holographiquement partout, et devient dans votre corps douleur

physique. Dénichez-la, dans le corps ou le champ aurique.

En la découvrant, dans sa manifestation la plus profonde, peur, problème intime ou professionnel ou trouble physique, demandez-vous en quoi cette difficulté est liée à votre aspiration profonde, à ce que vous voulez faire de votre vie, à l'endroit où vous souhaiteriez vivre.

Il vous faut d'abord vous atteler à la guérison de la douleur corporelle ; découvrez-la, posez vos mains sur elle, sur ce poids que vous portez, ce système de croyances qui abolit tout souvenir, cette douleur cruciale, qu'elle soit dans votre cœur, votre ventre ou votre gorge. En mettant la main dessus, rencontrez la conscience qui croit à la séparation, l'ombre qui se voit isolée sans espoir ; il lui faut se dissoudre.

Entrez dans l'ombre, dans ce donjon en vous qu'il faut guérir ; ne refusez pas l'expérience humaine de cette douleur si réelle dans le monde humain, qui a toujours été là, profondément incrustée. Passez quelque temps auprès d'elle. Puis, quand vous êtes prêt, amenez votre conscience jusqu'au guérisseur intérieur. Là est votre sagesse, votre aspiration et la lumière avec qui vous êtes venu guérir la douleur dans votre corps.

Retournez à la douleur, ressentez-la ; puis à l'aspiration, ressentez-la ; et ainsi de suite jusqu'à ce que vous découvriez le lien entre les deux, et puissiez répondre à la question suivante : "Que signifie pour moi cette douleur dans ma vie ? Que veut-elle me dire ? Quel message m'apporte-t-elle ?"

Tout en palpant la douleur de vos mains, demandez que faire à l'essence de guérisseur que vous êtes. Quelle est la cause profonde de cette douleur ? Comment la guérir ? Vous avez besoin d'aide, vous n'avez pas réussi jusqu'à présent. Si vous demandez vraiment, en détail, vous aurez la réponse. Laissez l'essence du guérisseur intérieur passer par vos mains pour guérir votre corps ; devenez le canal de votre guérison ; que la lumière vous inonde.

Après avoir reçu le plus d'informations possibles, essayez d'atteindre la plus haute réalité spirituelle, votre moi supérieur ou vos guides ; de là, essayez d'atteindre le souvenir de qui vous êtes, et vous découvrirez que la douleur en vous est précisément celle qui vous a attiré vers la terre dans l'intention de la guérir, bien avant votre naissance, quand vous étiez ce merveilleux être spirituel, votre être véritable.

Vous êtes venu pour la guérir, vous avez choisi de l'assumer depuis votre naissance et de vous incarner avec toute l'énergie, la sagesse et l'amour nécessaires pour guérir cette douleur-là.

Vous avez tous les moyens de cette guérison ; et vous avez en vous le merveilleux être spirituel. Touchez votre corps là où vous le ressentez. Tout en travaillant, faites passer votre conscient du guérisseur interne à la personne

interne qui souffre. Alors s'esquisse le rapport entre le guérisseur et la douleur. Vous avez attiré cette douleur de la terre pour la transformer ; donnez-vous le temps d'achever, d'intégrer la douleur, l'aspiration et le guérisseur.

Laissez votre guérisseur interne extirper cette douleur et vous rendre à l'unicité. Faites la navette entre l'humain et sa souffrance profonde et le guérisseur doué de pouvoir universel. Rapprochez-les jusqu'à l'union complète. Une fois qu'elle est réalisée et stabilisée, j'aimerais que vous restiez silencieux pendant au moins une heure. Gardez le silence, méditez ou allez vous promener dans les bois. »

Le passage du temps vous rendra ces démarches plus faciles. Après s'être essayé à l'amour de soi et avoir laissé s'écouler les sensations, pourquoi ne pas vérifier en quoi votre vie a changé ? Commencez par répondre aux questions ci-dessous ; puis cultivez et enrichissez ces domaines de votre vie. Si vous êtes trop malade en ce moment, demandez de l'aide pour élaborer un plan utile quand vous serez valide.

*Pour évaluer le soin que vous prenez de vous-même,
posez-vous les questions suivantes*

Quels sont les domaines où vous recevez le nécessaire, et ceux où vous êtes en manque ?

Comment et où dans votre vie vous êtes-vous privé d'un amour indispensable et mérité ?

En quoi négligez-vous votre santé ?

De quoi vous privez-vous par négligence ?

Qu'attendez-vous de la vie que vous n'avez pas encore su créer ?

Y a-t-il un savoir-faire que vous avez toujours voulu acquérir ?

Comment faire pour l'apprendre maintenant, ou du moins quand vous aurez recouvré la santé ?

La guérison par la prise de conscience

L'énergie associée à nos processus mentaux se trouve dans la troisième couche du champ aurique. Vous vous souvenez que durant toute notre vie, l'énergie venue du noyau passe au niveau harique avant de filtrer dans chaque couche du champ, où elle s'imprègne d'une facette spécifique de la vie humaine pour atteindre le corps physique. À la troisième couche du champ, c'est l'esprit individuel qui sature l'énergie créatrice, et nous rend conscients.

Selon Heyoan, notre esprit a pour tâche principale de concentrer la sensibilisation consciente, laissant nos perceptions trier et intégrer la masse d'informations qui nous arrive. Comprenant clairement et nous-mêmes et les diverses situations auxquelles nous sommes confrontés, nous en avons une vision juste. Différenciation, intégration, clarté et justesse sont essentielles au processus créateur. Si elles font défaut, nos créations seront inadéquates ou incomplètes, donc inconfortables, embarrassantes ou douloureuses. À ce niveau du champ, guérir consiste à augmenter notre sensibilisation consciente à la création dans notre vie du plaisir et de la joie ou de la douleur et de la maladie. Cela demande une compréhension rationnelle de notre être et de nos corps. À l'unisson de notre réalité, nous connaissons nos véritables capacités et les restrictions déraisonnables que nous nous imposons, et, n'entretenant pas d'espoirs fallacieux, nous ne sommes pas déçus.

L'harmonie de notre réalité dépend de la bonne santé de la troisième couche du champ, qui doit être brillante, jaune citron, claire et bien structurée, souple mais solide. Dans ces conditions, le processus de pensée englobe toute la vie ; nous intégrons aisément les informations, sensations physiques et estime de soi découlant des couches inférieures, et aussi les apports de compréhension et d'amour, provenant de la quatrième couche.

Si l'énergie descend librement des couches spirituelles supérieures à la troisième couche de l'esprit divin, de l'amour et de la volonté, elle imprègne notre pensée de principes créateurs, d'inspiration et d'un schéma intentionnel, et la rend holistique.

Dès lors, nous sommes capables, en interceptant et suivant les messages de notre système de stabilisation, d'intervertir le processus de maladie pour créer plaisir et joie.

En clarifiant vos peurs et jugements portés contre vous-même, vous les empêcherez de gêner votre choix de l'équipe chargée de vous soigner. Sinon, si vous craignez d'avoir un cancer, vous serez tenté de ne pas faire les examens, ou au contraire de vous forcer à les faire trop vite pour bien choisir. Vous choisirez l'endroit le plus commode plutôt que le meilleur. Si vous avez honte de vous, vous trouvant trop gros, par exemple, vous vous priverez de soins, en oubliant que la boulimie est une défense émotionnelle qui ne veut pas dire que vous soyez mauvais, et qu'elle n'est pas la seule raison de l'embonpoint.

Or, malgré notre obsession pour les rationalisations, sommes-nous vraiment rationnels ? Trop souvent, notre raison nous sert à inventer des excuses à un comportement malsain qui ne tient pas compte de notre système de stabilisation. Des peurs inconscientes laissent nos émotions ou notre volonté s'emparer de notre raison. Tout déséquilibre de la troisième couche ou de sa façon d'intégrer les informations mène à l'irrationalité.

Une troisième couche rigide et inflexible passe du jaune citron à la couleur ambre. Recevant mal les informations, elle devient isolée, et la pensée, étroite, perd toute animation ; de maigres flux d'énergie tronçonnent la vie, et l'esprit, jouant un rôle primordial dans l'expérience, devient irrationnel à force de sur-rationalité. Ce genre d'esprit divise et complique tout à l'infini et se prend pour le maître.

À l'inverse, la troisième couche est parfois trop pâle, faible, trop flexible et influencée par les autres couches, surtout les émotions. Noyés par l'impression du moment, nous perdons alors de vue la réalité à long terme. Nous vivons dans un fantasme, voyant le présent sous des couleurs exagérées, le confondant avec un hypothétique futur que seuls parviendraient à créer la visualisation, l'amélioration personnelle et un travail long et assidu.

Toutes les combinaisons peuvent bien sûr se présenter selon les influences que subit la troisième couche. Il nous faut découvrir la cause et les modalités de notre irrationalité et de nos rationalisations.

LES « RAISONS DE NE PAS FAIRE » DU PETIT SINGE IVRE

Il y a quelques années, je suivis un bref cours de planification. L'orateur parlait des deux catégories qui existent dans les affaires : on obtient soit les résultats souhaités, soit des « raisons de ne pas faire ». Ces dernières sont une

forme de refus particulièrement retorse et s'appliquent dans toutes les circonstances de la vie, nous fournissant les excuses, alibis, rationalisations, justifications ou inventions qui masquent notre échec et nous privent à *jamais* du succès. Et notre esprit est fertile à ce jeu.

Cette attitude nous maintient dans le refus, nous fait esquiver une partie de nous qui nous effraie. Autrement, elle n'aurait pas de raison d'être.

Les mystiques orientaux appellent cette partie de nous qui nous pousse à inventer de mauvaises raisons le « petit singe ivre ». Nous lui obéissons tous, particulièrement dès qu'il s'agit de régime, de sport ou d'apprendre une nouvelle discipline.

Ce petit animal est trop content de nous expliquer pourquoi un carré de chocolat n'a pas « vraiment » d'importance pour notre régime ; nous prétendons vouloir le suivre mais au fond ce n'est pas vrai. Les fumeurs qui disent vouloir s'arrêter font la même chose ; j'en ai même entendu dire : « Je me suis arrêté, je ne fume plus qu'un paquet par jour ! » Le singe ivre est le serviteur du refus ; il vous dira volontiers que de ne pas faire de gymnastique aujourd'hui est sans conséquence. Mais il ne vous dira pas que c'est une pente dangereuse, et quand nous oublierons la gymnastique pendant plusieurs mois, il ne se manifesterà pas. Mais si nous avons un sursaut, il nous fournira immédiatement une interminable liste de raisons pour ne pas le faire, entre autres :

Je n'ai pas le temps.

J'ai trop à faire.

Je ne sais pas comment.

J'arrêterai si tu arrêtes.

Tu ne t'es pas arrêté, alors moi non plus.

C'est de sa faute si je ne l'ai pas/l'ai fait.

Je suis trop faible.

Je m'en fiche.

Cela n'aura pas d'importance.

Je suis trop bête.

Je ne suis pas capable.

Je ne savais pas.

J'ignorais qu'il y avait une règle, ou une limitation de vitesse, ou un couvre-feu.

Nous avons tous nos raisons favorites dont nous nous resservons sans cesse. Ces raisons ont une influence holographique sur chaque aspect de notre vie, car elles s'appliquent automatiquement à tous, et deviennent une habitude. Si, dans

le domaine de l'hygiène de vie, par exemple, nous « n'avons pas le temps » de faire de l'exercice ou la cuisine, il y a gros à parier que nous « n'avons pas le temps » de répondre au courrier, rappeler les gens, surveiller notre compte bancaire, terminer un projet, et ainsi de suite.

Le refus de prendre soin de notre santé s'exprime aussi dans une multitude de raisons. Admettons que nous ne nous sentions pas bien depuis quelque temps et ne nous en occupions pas, nous pouvons avancer les motifs suivants :

Je vais très bien.

Si je ne m'en occupe pas, cela s'en ira.

Le médecin va me faire mal.

Je vais me guérir moi-même.

Mais bien sûr nous ne nous guérissons pas, car nous n'avons pas le temps. L'évasion ou le refus éloignent notre peur, ce tigre intérieur, au détriment d'un lien harmonieux avec notre système de stabilisation, et mènent en toute probabilité à la maladie. Pour rétablir ce lien, il nous faut faire face au tigre.

Un exercice pour découvrir la peur qui vous éloigne de votre système de stabilisation

Une fois que vous êtes familiarisé avec le petit singe niché dans votre tête, découvrez cette peur qu'il vous aide à masquer, et apprenez à reconnaître les messages qui viennent de lui. Voici une bonne méthode pour y parvenir.

Nous avons passé en revue au chapitre X les soins physiques quotidiens et établi une liste des questions à vous poser sur l'entretien de votre corps et de votre champ aurique. Reprenez cette liste, et prenez note des domaines qui vous causent le plus de problèmes ; faites ensuite une liste à cinq colonnes, comme dans la [figure 12-1](#). Mettez dans la première colonne les messages ou genres de soins qui vous sont les plus difficiles, et recherchez la cause de ces blocages. Indiquez dans la deuxième colonne le résultat que vous souhaitez ; en passant régulièrement le fil dentaire, par exemple, vous auriez des dents et des gencives en bon état. Inscrivez dans la troisième colonne les raisons du singe ivre pour ne pas affronter vos difficultés : le soir, vous êtes trop fatigué pour vous occuper de vos dents, et le matin vous n'avez pas le temps.

La quatrième colonne introduit la vérité holographique. L'examen des divers domaines de votre vie vous prouvera que vous reprenez sans cesse la même excuse, qui devient holographique. Il est vrai que vous n'avez pas le temps de

tout faire. Mais il vous faut apprendre à équilibrer votre vie, et je suis sûre que votre excuse vous sert à repousser bien d'autres activités et devoirs, en même temps qu'elle vous permet de ne pas vous occuper de vous, de ne pas faire face.

Avant de remplir cette quatrième colonne, remarquez quand intervient votre excuse favorite. Avec votre famille ? Êtes-vous trop fatigué pour jouer avec vos enfants, ou faire l'amour ? Notez soigneusement dans la colonne tous les domaines où vous la retrouvez.

Demandez-vous alors de quoi vous avez peur. Laissez cette interrogation pénétrer vos sentiments jusqu'à ce que vous rencontriez la peur ; notez-la alors dans la cinquième colonne, avec tous les domaines qu'elle concerne, surtout ceux que vous avez négligés et qui vous posent problème. Recherchez le lien entre ces domaines et votre peur, en vous laissant envahir par vos sentiments.

Pour illustrer le fonctionnement, reportez-vous, aux exemples de la [figure 12-1](#).

Roger, ouvrier en bâtiment, souffrait d'un mal de dos chronique causé par une vieille blessure qu'il n'avait pas pris le temps de soigner. Il savait qu'il lui suffisait de s'allonger un moment pour atténuer la douleur, mais préférait l'ignorer sous prétexte qu'il avait trop à faire. Après tout, c'est lui seul qui faisait vivre sa famille, et il en était fier.

La douleur empira ; un jour, il souleva une lourde valise et se retrouva immobilisé pendant quinze jours. Ce répit lui permit de se rendre compte de sentiments inconnus. La peur l'étreignait que sa famille ne le quitte, qu'on ne l'accuse de paresse s'il restait couché. Il avait beau savoir que cette peur était irrationnelle, elle l'envahissait pourtant. Puis il se souvint que ses parents critiquaient la paresse de son frère aîné, et qu'enfant, il avait décidé que lui serait un homme, un vrai ! La seule façon d'affronter cette peur enfantine et de guérir son dos était donc de renoncer au machisme.

Pendant ces deux semaines de repos, Roger convint qu'il devait prendre le temps de guérir son dos ; il fit régulièrement les exercices appropriés, alla voir un guérisseur, ne souleva plus rien de trop lourd et, après un effort, prit l'habitude de s'allonger dix minutes avec de la glace sur le dos. À la faveur de cette guérison, Roger se rendit compte que ses relations avec son frère étaient bien meilleures.

Figure 12-1 :
Tableau pour découvrir la peur sous vos raisons de ne pas faire

Message du système de stabilisation	Résultat souhaité	Raisons de ne pas faire	Autres domaines touchés	Peur éludée
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
<i>Exemples de santé</i>				
Roger : douleur dans le bas du dos.	Plus de douleur ; repos.	« Je n'ai pas le temps de me soigner. »	Incapable de finir quoi que ce soit.	Peur de l'échec, du succès, de la critique.
Emily : seins grumeleux et douloureux ; bilan nécessaire.	Plus de grosseurs, plus de douleur.	« Cela ne marcherait pas ; je ne fais pas confiance aux médecins. »	Sentiment général de malaise, malhonnêteté et culpabilité.	Peur du cancer et de la mort.
<i>Exemples concernant la vie en général</i>				
Pat : pas de temps libre.	Vie agréable.	« Je suis trop occupée. »	Relations intimes.	Peur de l'ostracisme.
George : créativité picturale bloquée.	Belles œuvres, talent reconnu.	« Je suis nul, et trop paresseux. »	Trouve tout mal fait ; même quand c'est faux.	Peur de la critique, et de ressentir son être profond.

Examinons maintenant le cas d'Emily, physiothérapeute dotée d'une nombreuse clientèle privée. Elle avait des grosseurs dans un sein, mais reculait devant une mammographie sous prétexte que le chemin spirituel qu'elle suivait

l'empêcherait d'avoir un cancer et quelle ne faisait pas confiance aux médecins. En réalité, elle avait peur du cancer et vivait dans la crainte et la mauvaise santé, tout ceci augmenté par un vague sentiment de culpabilité causé par son métier et qu'elle projetait sur le médecin en prétendant ne pas lui faire confiance.

Lorsqu'elle se résolut enfin à consulter, il s'avéra qu'elle n'avait pas de cancer, la peur et la culpabilité s'évanouirent, cédant la place à une énergie accrue. Elle s'aperçut alors qu'elle avait manqué d'honnêteté dans d'autres domaines de sa vie, et cessa de se tuer au travail, ce qui lui servait d'excuse pour ne pas s'occuper d'elle-même ; ses kystes à la poitrine symbolisaient la négligence de son enfant intérieur ; elle décida d'y remédier, adopta un régime pauvre en graisses, et les kystes diminuèrent. (Comme par hasard, les seins nourrissent l'enfant ; dès qu'elle prit soin de l'enfant en elle, les seins guérirent.)

Nous voyons là que la maladie et l'excès de travail résultaient d'un refus ou d'une incapacité à s'occuper de soi, qu'Emily payait sous forme de peur, de malaise et de culpabilité, sans compter que sa profession ne lui convenait pas ; négligeant l'enfant en elle, elle se connaissait mal ; lorsqu'elle apprit à mieux se connaître, elle renonça à la plupart de ses clients, et se consacra à l'enseignement avec succès.

Exercice pour se débarrasser du refus qui sous-tend les mauvaises raisons

Reprenez la [figure 12-1](#) et examinez les domaines de votre vie qui vous posent problème, dans votre profession, vos relations personnelles ou vos loisirs, en partant du même principe : dans la première colonne, énoncez le problème ; dans la deuxième, décrivez ce que vous voulez, les raisons qui vous empêchent de l'accomplir, les autres pans de votre vie concernés, et la peur que vous cherchez à éviter. Une fois la peur découverte, affrontée, ressentie et donc évacuée, le refus n'a plus d'objet.

Une femme que nous appellerons Pat ne prend jamais le temps de se détendre, sous prétexte qu'elle est trop occupée ; elle a peu d'amis et se sent seule. Au fond, elle a peur de l'intimité et d'être mise à l'écart. Petite fille, elle n'avait pas le droit de jouer avec d'autres enfants, et ressent toujours la peur du manque d'amis. En découvrant cette peur masquée par le refus, elle peut l'affronter en s'efforçant d'engager des relations amicales. Elle n'y parviendra pas tout de suite, mais elle progressera, découvrira au fur et à mesure le genre de gens qu'elle aime, ce qu'elle veut partager avec eux et le plaisir qu'elle en tire ; elle deviendra même capable d'une relation plus intime.

Quant à George, il voudrait peindre, et pour ne pas le faire s'abriter derrière l'idée qu'il n'est pas doué ou trop paresseux. De plus, il a tendance à dévaluer tout ce qu'il accomplit de positif, puisqu'à ses yeux, seule la peinture compte. En vérité, il a peur de l'échec et de la critique, et plus encore de sa nature profonde que la créativité picturale risque de faire surgir.

La création requiert un flux d'énergie sans contrainte qui n'est possible que dans une libération totale, y compris du conscient négatif retenu par l'énergie bloquée du champ aurique. Ce qui explique pourquoi tant d'artistes et écrivains passent pour excentriques ou impossibles ; ils ne s'abritent pas derrière le masque de la convention, incompatible avec la création. Souvenez-vous du film *Amadeus*, et du choc ressenti par le compositeur Salieri devant le comportement choquant de Mozart, si peu en rapport avec sa musique sublime. Salieri n'avait pas compris que les outrances de Mozart, expression de son côté négatif, lui permettaient de libérer sa force créatrice.

Grâce aux thérapies d'expression nous disposons maintenant de bons moyens de libérer l'énergie, inconnus des artistes dans le passé. On sait en quelques minutes exprimer le conscient négatif qui n'a plus besoin d'être vécu. Les patients n'ont qu'à hurler dans un oreiller, le cribler de coups de poing, ou fendre du bois en criant toutes les horreurs qu'ils aimeraient faire. La société accepte souvent mal l'expression débridée des créateurs. Elle a tort puisque cette liberté ne fait qu'enfreindre des règles qui pèsent indûment mais dont on a peur de se débarrasser car on enclenche alors le processus de transformation, la dissolution du masque et la mise à nu de la douleur enfouie. Beaucoup de gens ne veulent pas voir que la cicatrization de cette douleur leur apportera lumière et puissance mais il faut commencer par la dénuder, de même que l'on perce un abcès pour arrêter l'infection. Ils continuent à considérer ce processus comme dangereux.

George s'apprête à prendre conscience de son refus et à exprimer la peur et la rage qu'il dissimule. Après quoi il pourra commencer à peindre. Plus il approchera de la force créatrice qui l'habite, mieux il peindra, et plus il extirpera sa peur et sa rage ; en les dégageant, il libérera sa créativité.

Peut-être George redoute-t-il le succès ? Libérer l'énergie pour continuer à peindre lui demandera donc des efforts supplémentaires. Peut-être redoute-t-il aussi le pouvoir que lui conférerait le succès, augmentant considérablement l'énergie et libérant donc d'autant plus brutalement l'énergie négative ? La seule façon de bien s'adapter au succès consiste à dégager sans relâche l'énergie-conscience négative qui remonte du tréfonds du champ et du subconscient.

Ce cycle se déroulera aussi longtemps que George s'appliquera à tout mettre à nu ; il découvrira une créativité sans fin, et évacuera de plus en plus facilement la négativité en découvrant de nouvelles modalités au fil des années, car

l'habitude tue les vertus cathartiques ; mettons qu'une partie de sa rage soit dirigée contre sa mère ; si l'expression en devient habituelle, il risque de s'en servir pour se défendre de ce qui se trouve en dessous ; le moment sera alors venu de changer d'expression et de sonder d'autres régions de sa psyché, moins familières et plus effrayantes.

Le guérisseur accompagnant George dans cette démarche lui apportera l'aide de techniques inaccessibles à bien des thérapeutes. Il saura éliminer des blocages que ne révèle pas le travail d'expression, et charger et reconstruire les parties du champ qui en ont besoin. Il lui apprendra aussi à détecter les distorsions et blocages causés par son refus et ses défenses et à refaire fonctionner le champ ; tout ira ainsi beaucoup plus vite.

Chaque fois que George entre dans un nouveau cycle pictural, il apporte en même temps de la créativité à d'autres domaines de sa vie, travail ou relations personnelles. Il découvrira l'épanouissement tandis que disparaissent le refus, la peur et la rage qui faisaient écran entre le monde et lui.

Si vous n'avez jamais essayé de libérer l'énergie négative, je vous conseille de commencer avec un guérisseur ou un psychothérapeute du corps pour apprendre comment dégager le champ. Une fois que vous saurez, vous pourrez le faire seul. Fermez les fenêtres, pour concentrer l'énergie qui peut très rapidement se transformer, si vous vous y prenez bien, en une grande vague d'amour.

Exercice pour clarifier vos jugements et leur portée

Concentrons-nous maintenant sur les domaines où vous vous détestez et vous jugez. Cette fois-ci, nous aurons un tableau en six colonnes, sur le modèle de la [figure 12-2](#). Dressez la liste de tous les jugements à votre propos qui sont apparus en faisant les exercices devant le miroir décrits au chapitre XI pour apprendre à vous aimer.

[illegible]

Mettez-les dans la première colonne. Puis faites dans la deuxième la liste de tout ce que vous seriez ou des choses que vous feriez si ces jugements se révélaient faux. Maintenant imaginez que vous faites toutes ces choses ; vous vous sentirez bien ; énumérez toutes ces sensations agréables dans la troisième colonne.

Continuez l'exercice, et sombrez profondément dans vos sensations ; l'agrément disparaîtra et vous verrez poindre la peur. Même si vous ne

comprenez rien au début, persistez, et tout se clarifiera. Vous retrouverez les voix parentales intériorisées, celles des autres autorités de votre enfance ou celle de votre enfant intérieur vous donnant des avertissements négatifs. Toutes vous annoncent les catastrophes qui s'abattront sur vous si vous vous obstinez à ressentir du plaisir de vos aspirations satisfaites.

Nous avons déjà vu que ces voix de votre moi masqué étaient là à l'origine pour vous protéger, du moins dans votre interprétation d'enfant sans grand rapport avec la réalité. Si vous ne ressentez pas rapidement la peur, continuez, les voix finiront par vous effrayer, puisqu'elles vous rappellent sans cesse que la vie n'est que danger, et vous indiquent comment rester en sécurité, ce que vous êtes bien entendu incapable de faire, et vous voilà replongé dans l'insécurité. Quand vous rencontrez la peur, marquez-la dans la cinquième colonne.

Je vous ai expliqué au premier chapitre que ces voix parentales négatives offrent un autre genre de sécurité, en vous éloignant de votre blessure. Malheureusement, ces voix vous éloignent aussi de votre énergie créatrice, qui restera enfermée dans votre moi masqué si vous leur obéissez. En les ignorant, vous libérerez des énergies oubliées parfois depuis la petite enfance. Vous deviendrez peut-être comme ces artistes débridés évoqués plus haut, vous mettrez votre blessure à nu et aurez à affronter la rage et la douleur enfouies, mais vous aurez libéré votre vie !

Attention aussi aux masques des autres, car vous allez leur faire peur et les rendre furieux. Il ne s'agit pas de laisser libre cours à vos sentiments négatifs en les jetant à la tête de quelqu'un. Mais vous pouvez proclamer votre indépendance sans vous occuper de ce que pensent les autres, même si cela veut dire changer de métier ou renoncer à votre mariage.

La [figure 12-2](#) illustre par deux exemples les effets délétères des jugements portés contre soi-même et les bénéfices obtenus en y renonçant. Roberta se trouvait trop grosse ; cela la déprimait, et elle mangeait encore plus. Lorsqu'elle décida de faire un régime, une autre voix susurra : « Tu ne peux pas me forcer. » C'était sa rébellion. En travaillant cet aspect pendant les séances, elle découvrit que dans sa jeunesse, ses parents avaient voulu la mettre au régime ; ils essayaient d'ailleurs toujours de la forcer à toutes sortes de choses, et elle mangeait pour préserver sa liberté. Malheureusement en grandissant, elle cessa de pouvoir faire la différence entre ce qu'elle voulait faire et ce que voulaient ses parents.

Roberta prit le temps de s'acclimater à son enfant intérieur, et commença à distinguer ce qu'elle faisait pour elle-même et ce que lui dictait sa rébellion. Elle décida qu'elle voulait vraiment perdre du poids pour se sentir plus libre dans son corps et plus ouverte. Elle commença donc un régime. En maigrissant elle

commença à se trouver belle, pleine de force et de qualités. Puis la guérison buta sur une crise. Les voix parentales de son moi masqué l'accablaient, lui reprochant son arrogance et son goût immodéré pour le sexe. Elle prit peur, recommença à manger, mais plus elle grossissait, plus les voix s'atténuaient. Elle étudia ce problème pendant les séances de thérapie et reconnut sa peur. Alors elle se remit au régime, tout en affrontant la peur en thérapie. Cette peur en cachait de plus profondes : peur de l'attention, de son énergie et de son potentiel, et de sa sexualité (on les retrouve énumérées dans la colonne cinq), qui à leur tour réprimaient ses sentiments, sa sexualité et sa force créatrice. En affrontant ses peurs, elle put accepter sa susceptibilité aux autres, et ne craignit plus d'être le centre de l'attention ; elle prit plus de plaisir à sa vie sexuelle et perdit beaucoup de poids ; mais le résultat le plus spectaculaire fut l'épanouissement de ses dons créatifs dans d'innombrables tableaux.

Notre second exemple, Terry, s'applique aussi bien aux hommes qu'aux femmes. Ce sont des gens divorcés ou célibataires depuis longtemps. Ils sont persuadés de ne jamais trouver de partenaire. Ils voudraient pourtant tellement une vie de famille et des enfants, imaginant que cela leur apporterait satisfaction, bonheur et un sentiment de puissance. Mais ils ne rencontrent jamais l'élue(e). Chaque fois que s'ébauche une relation intime, toutes les voix parentales internes crient à la trahison et à la perte, et il s'ensuit une séparation sous n'importe quel prétexte. Si ces gens suivent une thérapie, ils découvriront une crainte profondément ancrée de l'intimité, qu'ils nient en prétendant ne jamais rencontrer le partenaire idéal. À moins d'affronter cette crainte, l'intimité leur échappera toujours.

Exercice pour découvrir la vérité sous les jugements contre soi-même

Vous avez maintenant bien compris que vous vous jugez pour éviter votre peur. Quelle feinte ! En réalité, ces jugements recouvrent des raisons de ne pas faire. Reprenez la [figure 12-2](#), et remplacez le titre de la première et de la quatrième colonnes par « Raisons de ne pas faire » et celui de la seconde par « Résultats désirés » ; et la prochaine fois que vous vous jugerez, rendez-vous bien compte qu'il s'agit de raisons travesties de ne pas faire.

On imagine assez les raisons ou jugements qui vous assaillent lorsqu'il s'agit de consulter un docteur ou guérisseur :

Je suis seulement hypocondriaque.

Je suis dévillet (te)

Je suis douillet (te).

Je suis lâche.

Je ne vais pas encore aller ennuyer le docteur avec mes minables problèmes.

Autant de manifestations de la peur d'affronter la véritable situation et d'y remédier. Ces divers exercices vous aideront à mettre un terme à la mauvaise influence de vos peurs sur vos raisonnements et à progresser dans la clarté. Une fois que vous aurez abandonné le refus, consulté et reçu un diagnostic, il faudra recommencer le processus, ce qui est encore plus difficile maintenant que vous savez qu'il y a un problème. Si vous vous sentez de surcroît mal physiquement, désorienté ou sans énergie, ce sera plus dur encore. Faites-vous donc aider d'un proche.

Servez-vous bien des tableaux des [figures 12-1 et 12-2](#) pour choisir l'équipe de professionnels de santé qui s'occupera de vous. Ils contiennent des informations très utiles dans la pratique. Une fois en possession des informations nécessaires, vous mettrez de l'ordre dans vos raisons de ne pas faire, et saurez comment traiter votre maladie.

COMMENT PARVENIR À L'INTERPRÉTATION RATIONNELLE DE VOTRE MALADIE ET DE LA VOIE DE SA GUÉRISON

Nous avons discuté au chapitre VIII de l'importance de savoir ce qui se passe dans votre corps et votre champ aurique, et de connaître les diverses modalités de traitements. Il vaut mieux le faire avant de tomber malade, mais si vous l'êtes déjà en lisant ceci, c'est le moment ou jamais de comprendre le mécanisme de votre maladie et le processus de guérison que vous allez choisir.

Si, par exemple, vous souffrez du dos et savez que vous serez alité pendant quinze jours, vous saurez utiliser ce repos forcé et plonger en vous-même pour vous guérir de la raison profonde que dissimule le mal de dos, au lieu de risquer une nouvelle alerte en interrompant le repos prématurément.

Chacun procède bien sûr à son rythme. Médecin ou guérisseur ne peuvent vous donner que des indications générales sur ce qui vous attend. C'est vous qui subirez l'expérience. Information n'est pas promesse ; donc pas de prévisions rigides qui risqueraient de vous contrarier si elles ne se réalisaient pas ; mieux vaut une idée d'ensemble du déroulement probable de la guérison, qui vous permette d'ajuster votre vie en conséquence avec souplesse.

Comment trouver les professionnels de santé

qui vous seront nécessaires

Il vaut toujours mieux s'informer sur les maladies et les traitements avant d'être atteint, ou au moins connaître des gens bien placés, pour le cas où vous en aurez besoin. Tâchez d'avoir un médecin de famille et de faire un bilan annuel ; renseignez-vous sur les hôpitaux qui desservent votre quartier, et sur des méthodes alternatives – acupuncture, homéopathie, travail sur les tissus en profondeur, psychothérapie corporelle et naturopathie – et leur disponibilité autour de vous, ainsi que sur les professions de santé en général. Vous trouverez dans l'Annexe B une liste des diverses possibilités. Si vous tombez malade, je vous recommande d'aller voir votre praticien mais aussi de prendre des conseils de diététique, thérapie corporelle, telle l'imposition des mains, et de thérapie tournée vers l'aspect psychologique de votre maladie. L'idéal serait une équipe de quatre professionnels prêts à travailler ensemble à votre guérison. La description des maladies variant selon les disciplines, je vous suggère de lire tout ce qui concerne votre mal sous l'angle d'au moins quatre disciplines principales. Maintenant que vous savez à qui demander, et la façon dont ils envisagent la maladie, mettez au point un plan de guérison avec votre équipe professionnelle. La liste ci-dessous recense les cinq domaines principaux d'aide professionnelle ; il ne vous sera sans doute pas possible de les couvrir tous, mais faites de votre mieux.

Les cinq grandes catégories d'aide professionnelle dans votre plan de guérison

1. Demandez à votre médecin un diagnostic, un pronostic et des conseils de traitement.
2. Demandez à votre guérisseur les implications de votre maladie sur votre corps et votre champ aurique, un pronostic et un programme de traitement.
3. Procurez-vous une analyse et un programme diététiques.
4. Demandez un diagnostic à un autre professionnel de santé, spécialiste de structure corporelle ou acupuncteur.
5. Voyez un thérapeute qui puisse s'occuper des problèmes émotionnels liés à votre maladie.

Il vous faudra sans doute de nombreux entretiens avec des candidats. Or, les professionnels de santé n'ont guère le temps, et vous serez peut-être trop malade ; demandez donc à l'un de vos proches d'aller sans crainte voir leur

personnel, ce qui est parfaitement normal. N'hésitez pas à requérir l'aide de vos amis ; ils connaissent peut-être très bien le milieu médical. Vous trouverez ci-dessous une liste de questions que les patients ne posent guère. La pratique guérisseuse étant relativement nouvelle dans nos pays, on me pose souvent ces questions, qui facilitent la communication et précisent l'aide que je peux apporter à mes clients. Plus ceux-ci voudront se renseigner, plus les médecins et guérisseurs accepteront de répondre à ce genre de questions, que nous poserions tout naturellement à d'autres professionnels. Votre curiosité est entièrement respectable.

*Quelques renseignements utiles
sur l'expérience de vos professionnels de santé*

Quelle est leur formation ?
Quels sont leurs talents ?
Que vous proposent-ils ?
Quels sont les traitements les meilleurs et les plus avancés pour vous ?
Depuis combien de temps pratiquent-ils ?
Combien ont-ils soigné de patients souffrant de la même chose que vous ?
Avec quels résultats ?
Quels résultats envisagent-ils pour vous ?
Quel genre d'informations sont-ils capables ou désireux de vous donner ?

La médecine actuelle est si compliquée que vous aurez besoin de spécialistes au courant des derniers développements. N'hésitez donc pas à poser des questions précises. Et observez la manière dont on vous répond, pour être sûr qu'elle vous convient, avant de vous engager plus avant. Tous les professionnels de santé s'appuient sur un réseau. Renseignez-vous en posant les questions suivantes :

*Les bonnes questions à poser sur le réseau
dont fait partie votre professionnel de santé*

À quels autres professionnels et installations a-t-il accès ?
Dans quel milieu ?
À quel hôpital serez-vous envoyé en cas de besoin ? Quelle réputation a-t-il ?
De quels équipements dispose-t-il ?
Convient-il vraiment à votre maladie ?
Depuis combien de temps traite-t-il des patients atteints de la même chose

que vous ? Connaît-il bien cette affection ?

Y a-t-il quelqu'un dans le personnel hospitalier qui comprendra et défendra votre conception de la guérison ?

Devrez-vous aller dans un laboratoire spécial pour les analyses ? Où est-il ?

Il existe toutes sortes de chimiothérapies. L'hôpital de proximité ne dispose peut-être pas de celle qui vous convient, et dans ce cas le déplacement vaut la peine. C'est particulièrement important si vous devez subir une transplantation cardiaque. Tous les hôpitaux ne sont pas équipés pour cette procédure, et le taux de succès varie ; renseignez-vous, au besoin faites-vous aider, si nécessaire, montrez ce livre.

Une fois que vous avez mis votre équipe sur pied et savez comment chacun envisage votre maladie, attaquez-vous à votre plan de guérison. Vous devrez rassembler les informations suivantes avant de choisir une modalité de traitement.

Les bonnes questions à poser sur les modalités de traitement

Quelles en sont les étapes ? Et l'efficacité ?

Où est le centre le plus proche ?

Quels sont les effets secondaires ?

En quoi l'imposition des mains les atténuera-t-elle ?

Combien coûtent ces divers programmes ?

Combien la Sécurité sociale et votre mutuelle rembourseront-elles ?

(Renseignez-vous auprès d'elles.)

Qu'aurez-vous à faire pour mener à bien ces programmes ?

Comment les supporterez-vous ?

Combien de temps dureront-ils ?

Combien de temps durera la convalescence ?

Les méthodes guérisseuses la réduiront-elles de façon significative ?

De quel genre d'aide aurez-vous besoin en rentrant chez vous, et pendant combien de temps ?

Combien de temps resterez-vous alité ?

Quels sont les divers moyens pour débarrasser votre corps des méfaits des médicaments : régime, plantes, homéopathie, vitamines, imposition des mains ?

Une fois en possession de ces informations, vous concevrez facilement un plan d'ensemble de traitement. Et n'oubliez pas l'importance de votre rôle et de

votre adhésion.

L'agencement de votre plan de guérison avec votre professionnel de santé

Après avoir choisi l'équipe qui vous suivra, mettez au point le plan le plus détaillé possible, pour chaque étape du processus. Il doit comprendre le régime, les apports en vitamines et minéraux, l'exercice, la méditation, les médicaments ou plantes, et les traitements spéciaux, avec l'appui de votre processus de transformation personnelle qui suivra les phases de guérison décrites au chapitre VII. Si vous avez trouvé un guérisseur et un médecin qui acceptent de travailler ensemble, révisez le chapitre VI. Encouragez-les à découvrir un langage commun pour vous soigner le mieux possible.

DES VISUALISATIONS POUR PARTICIPER À VOTRE PROPRE GUÉRISON

Les visualisations à des fins de guérison dont nous donnons maints exemples dans ce livre jouent un rôle presque aussi important que le traitement. Elles fonctionnent pour chaque niveau de votre être, dégagent votre champ, s'adressent aux parties malades de votre corps, et aident à l'épanouissement de vos facultés créatrices.

N'oubliez pas que ce processus, où vous devez continuellement imaginer l'heureuse conclusion des choses et la satisfaction que vous en tirerez, suscitera des réactions négatives, comme le montrent les [figures 12-1 et 12-2](#). Quand s'élèvent ces voix néfastes, il faut les laisser parler, car si vous les supprimez, elles déclencheront le refus. Or vous vous êtes efforcé de leur faire de la place ; laissez-les parler, mais pas gagner ; vous les reconnaîtrez, les privant de pouvoir. Certains jours, elles auront le dessus, ne vous en inquiétez pas, elles finiront par perdre. La ferme intention de vous guérir vous donnera l'élan de pénétrer au cœur de votre vraie nature, qui vous apportera la guérison. Les jours où les voix négatives ont l'air de prendre le dessus, cédez ; contentez-vous de prier, de vous reposer ; vous rencontrerez la paix, et le lendemain tout ira mieux.

Lorsque vous les avez identifiées, remplacez-les par une voix positive. En les couvrant d'un écran d'images bénéfiques, vous reprendrez le dessus, jusqu'à ce que toutes les voix négatives et les peurs qu'elles dissimulent aient été transformées en images positives et énergie créatrice. Pensez surtout à la

visualisation comme à un moyen de diriger l'énergie libérée par l'évacuation du refus et des sentiments négatifs. Vous mettez en place un autre comportement, positif, cette fois. L'esprit humain a l'intéressante particularité de considérer comme vrai ce qui est suffisamment répété; l'habitude des voix négatives vous a amené à les croire; l'inverse fonctionne tout aussi bien, et la visualisation vous aidera incontestablement à affronter vos peurs et faire l'expérience de vos sentiments.

CINQUIÈME PARTIE

GUÉRISON ET RAPPORTS HUMAINS

« Quand j'évoque le passé, je regrette ce que je n'ai pas fait plus que ce que je n'aurais pas dû faire. »

Malcolm Forbes

INTRODUCTION

L'importance prépondérante des relations humaines pour votre santé

Mes années de travail et d'enseignement dans le domaine de la santé et du champ d'énergie humaine ont démontré l'influence cruciale de nos relations sur notre santé. Tout est lié, rien n'est isolé, pas même nos pensées. Tout ce que nous ressentons, pensons et faisons concerne chacun, la planète et l'univers. La science nous a appris que tout événement se produit toujours par rapport à tous les autres. Nous avons un lien holographique avec tout, pas seulement avec les événements, et cela s'applique à notre santé et notre bien-être.

En étudiant cette relation à la lumière de la guérison, j'ai découvert que la cause de toutes nos maladies est toujours liée à nos relations, et ce contexte de guérison est devenu le thème central de mon travail. Aussi ai-je consacré les trois chapitres suivants à développer l'influence des relations sur la santé et montrer de quelles façons merveilleusement épanouissantes la guérison envisagée sous l'angle relationnel et du champ d'énergie humaine transforme nos vies et nos corps.

L'établissement de relations salutaires

Nous connaissant mieux, nous pouvons songer à appliquer nos découvertes aux diverses relations que nous entendons créer. C'est un domaine où entrent en jeu les raisons de ne pas faire que nous nous imposons. Nous venons d'apprendre à nous en débarrasser et à obtenir dans notre vie les résultats désirés. Apprenons maintenant la même démarche dans nos relations, à l'aide d'un outil bien simple, le concept de contrats.

LES CONTRATS TACITES QUI PRÉSIDENT À NOS RELATIONS

Tous nos rapports avec autrui peuvent se concevoir en termes de contrats définissant les règles acceptables de comportement. Le contrat, implicite et souvent inconscient, entre deux personnes régit leur mode d'interaction, y compris ce qui peut et ne peut pas être dit ou fait. Les contrats entre groupes deviennent la norme sociale. Notre propos concerne surtout les contrats entre deux êtres, mais s'applique tout autant à ceux passés par un individu et un groupe, des groupes entre eux, et aux rapports à la planète, sur lesquels je m'attarderai un peu à la fin de ce chapitre.

Pour être sains et positifs, les rapports doivent être interdépendants, et tacitement fondés sur l'honnêteté, le soutien et la tendresse entre amis. Ils laissent toute latitude à la liberté, la créativité et l'expression personnelle, ainsi qu'au respect de l'autre, et chacun s'y épanouit. Il existe en revanche des relations de dépendance, fruits de contrats négatifs et malsains, qui limitent, contrôlent et enferment les partenaires. Ils bloquent créativité, liberté et expression personnelles, et empêchent toute maturité.

Nous créons tous des contrats des deux sortes, le plus souvent sans nous en rendre compte. Les contrats positifs, fondés sur la croyance à une réciprocité universelle bénéfique, se traduisent dans les domaines équilibrés et satisfaisants de notre vie, par exemple un travail partagé bien fait où s'épanouissent une

pensée claire, le goût de l'effort et une coopération harmonieuse.

Les domaines qui nous posent problème engendrent au contraire des contrats négatifs. Gênés par une vision partielle de la réalité, nous en adoptons les attitudes, et enfermons les autres dans une relation qui les oblige à se comporter de la même façon envers nous. Au fond, nous souhaitons surtout éviter certaines sensations et expériences, et en arrivons à figer nos énergies vitales, dont celle de la créativité.

Un contrat négatif est fondé, outre cette peur de l'expérience de la vie, sur une opinion négative de la nature du monde, généralement inconsciente et remontant à un traumatisme de l'enfance. Une petite fille maltraitée par son père grandira ainsi en imaginant que les hommes sont cruels ; devenue adulte, elle ne parviendra pas à établir de relation satisfaisante avec eux, les éloignant ou retombant sous la coupe d'hommes cruels, qui renforceront ses convictions négatives.

Une fois établi, un contrat ne s'arrête plus. S'il est négatif, il consolide l'attitude tout aussi négative envers la vie et la réalité qu'il protège, et qui nous étouffe de plus en plus. D'ailleurs leur configuration aurique se déforme au fur et à mesure. Bref, un contrat négatif conforte une conviction négative.

Dans le champ aurique, l'énergie-conscience correspondant à une conviction négative prend la forme de stagnation et distorsions à la septième couche qui filtrent doucement vers le bas. À la couche relationnelle, la quatrième, ces distorsions se transforment en blocages dans le champ individuel ou en interactions négatives de champs dans un groupe. Plus cette relation négative dure, plus s'accroît la distorsion de la quatrième couche du champ, qui finit par atteindre la couche inférieure du corps physique, sous forme de malaise et maladie.

Le fonctionnement holographique des contrats fait que nous les répétons avec diverses personnes. Avant d'envisager la guérison, il faut démasquer et dissoudre tous ces contrats négatifs. En éliminant ces schémas néfastes du champ relationnel par l'imposition des mains et un travail personnel, on efface conceptions et comportements négatifs pour les rendre positifs.

ÉTUDE APPROFONDIE DES CONTRATS NÉGATIFS

Nous commencerons par examiner leur apparition, la forme qu'ils prennent, avant d'apprendre à les éliminer. Nous verrons ensuite comment créer des contrats positifs avec nos partenaires, nos amis et les professionnels de santé.

Le contrat négatif caractéristique s'amorce dès l'enfance entre parent et

enfant, surtout si les circonstances familiales sont difficiles. Voyez Gary, un petit garçon dont la mère travaille et rentre à la maison épuisée et assaillie de problèmes d'argent ; elle est incapable de donner à son fils ce dont il a besoin, et il essaye n'importe quoi pour attirer son attention ; quand il y parvient, il recommence sans cesse la même chose. Elle réagit par exemple lorsqu'il l'aide ou s'occupe d'elle ; inconsciemment, Gary confond alors l'attention qu'elle lui porte avec l'amour, et en déduit que sa mère l'aimera s'il prend soin d'elle, alors que le contraire devrait se produire. Il pousse le raisonnement inconscient jusqu'à penser que sa mère ne l'aimera pas s'il ne fait rien pour elle, et que l'amour a donc un prix. À la longue, l'habitude se forme et perdure dans l'âge adulte, où elle se traduit par une préoccupation excessive et malsaine.

Chaque fois qu'il connaît une femme, il s'en occupe trop, qu'il s'agisse de sa femme, d'une collègue ou d'une employée. Inconsciemment, il croit cette démarche indispensable pour être aimé. Ces responsabilités écrasantes finissent par l'épuiser, et il a tendance à éviter des relations qui ne le satisfont pas, entrant dans un cercle vicieux de dénuement, désespoir, rancune et finalement retraite, tournant parfois à l'isolement.

Le tableau de la [figure 13-1](#) illustre bien les diverses étapes du contrat négatif dont Gary est coutumier. Ne perdez pas de vue que ses attentions sont excessives et inutiles. La première colonne s'intitule « Si je fais/Ne fais pas » et concerne ce qu'il croit devoir faire pour obtenir satisfaction, dans ce cas soumettre toute femme à des soins étouffants, comme un enfant. Nous inscrirons donc dans cette première colonne : *Si je prends bien soin de ma mère.*

La deuxième colonne, intitulée « Il/Elle fera/ne fera pas », est celle des résultats qu'espère Gary s'il obéit à sa conviction inconsciente, à savoir l'amour d'une femme. Écrivons donc : *Elle m'aimera.*

La troisième colonne, « Conviction inconsciente », fait référence à ce qu'il croit devoir faire pour obtenir ce qu'il veut : *Je dois m'occuper de ma mère pour quelle m'aime.*

Le « Prix immédiat » de la quatrième colonne est celui qui frappe Gary à court terme car sa conviction est fausse ; tous ses soins ne lui procurent pas l'amour : *Je m'occupe de ma mère, mais n'obtiens pas son amour pour autant.*

La cinquième colonne, « Conviction négative défendue », représente la conséquence qu'il tire de son expérience : *Les relations épuisent mon énergie sans satisfaire mes besoins.*

Figure 13-1 : Le contrat négatif de Gary

Nom de la personne : La mère						
Si je fais/ ne fais pas	Il/Elle fera/ ne fera pas	Conviction inconsciente	Prix immédiat	Conviction négative défendue	Autres domaines touchés	Prix réel
Si je prends bien soin de ma mère...	Elle m'aimera.	Je dois m'occuper de ma mère pour qu'elle m'aime.	Je m'occupe de ma mère, mais n'obtiens pas son amour pour autant.	Les relations épuisent mon énergie sans satisfaire mes besoins.	Je ne cesse de payer l'amour, en donnant argent, cadeaux et mon temps.	Ce fardeau me pèse, j'évite les relations, le prix en est trop lourd.

La sixième colonne, « Autres domaines touchés », est celle de l'effet holographique de cette conséquence sur d'autres aspects de sa vie : *Je ne cesse de payer l'amour, en donnant argent, cadeaux et mon temps.*

Enfin la dernière colonne, le « Prix réel », énonce les résultats, personnels et psychologiques, de cette conviction inconsciente, et ses effets à long terme sur la vie de Gary ; tant de dons n'achèteront jamais l'amour qu'il recherche, tout au plus de l'attention et des compliments. Il en conçoit une forte désillusion et une profonde rancune envers les relations, et conclut : *Ce fardeau me pèse, j'évite les relations, le prix en est trop lourd.*

Ce pauvre Gary est extrêmement malheureux, oscillant entre l'interminable cercle vicieux d'une impression de poids, de sa rancune et de l'isolement. Pour s'en échapper, il lui faut défier sa conviction négative et affronter le résultat qu'il craint, inverser son comportement habituel envers toutes les femmes qui l'entourent, une par une. Le succès lui permettra peu à peu de transformer tous les aspects de sa vie dont il souffrait.

À l'aide de la [figure 13-2](#), remplaçons le vieux contrat négatif par une relation saine avec la mère de Gary et toutes les femmes qui l'entourent. La

première colonne, « Si je fais/ne fais pas », prend l'action à contrepied et devient: *Si je ne m'occupe pas de ma mère.*

La deuxième, « Il/Elle fera/ne fera pas », représente le résultat appréhendé de l'action en sens inverse: *Elle ne m'aimera pas.*

La mère de Gary commencera sans doute par protester, exerçant un chantage à la santé; dans ce cas, les soins de son fils étaient exagérés, mais il est vrai qu'il existe des cas de maladie où des soins assidus peuvent devenir nécessaires. (Nous en reparlerons dans la prochaine section.) Mais Gary finira par découvrir que sa mère l'aime encore, même s'il l'entoure de façon plus normale. Et la troisième colonne, « Résultat réel » d'un contrat négatif rompu, proclame le succès: *Ma mère m'aime toujours, je n'ai pas à acheter son amour!*

Figure 13-2 : Résultats positifs de la dissolution de ce contrat négatif						
Nom de la personne : <i>La mère</i>						
Si je fais/ ne fais pas	Il/Elle fera/ ne fera pas	Résultat réel	Conviction positive défendue	Autres domaines touchés	Résultats positifs pour moi	Résultats positifs pour les autres
Si je ne m'occupe pas de ma mère.	Elle ne m'aimera pas.	Ma mère m'aime toujours ; je n'ai pas à acheter son amour.	Je suis digne d'être aimé, l'amour n'a pas de prix.	Je n'ai plus à acheter l'amour.	Je donne et reçois plus d'amour et crée des relations satisfai- santes.	Ma mère se dé- brouille fort bien ; elle reçoit de l'amour, plus que des services.

Tout cela ne se fera pas sans retours en arrière, mais une fois assuré de l'amour de sa mère, Gary pourra transformer sa vie, fondée désormais sur une conviction positive que l'on retrouve dans la quatrième colonne : *Je suis digne d'être aimé, l'amour n'a pas de prix.*

Il a enfin compris que l'amour, cadeau de la vie, se donne naturellement, et tout se dénoue, touchant peu à peu d'autres aspects de sa vie. C'est ce qu'exprime la cinquième colonne : *Je n'ai plus à acheter l'amour*.

Sachant qu'il mérite d'être aimé, Gary n'a plus à vivre dans l'isolement. Il peut nouer des relations qui ne lui pèseront plus et le satisferont. Il peut dispenser librement l'amour à toutes les femmes qui l'entourent. Et la sixième colonne énonce : *Je donne et plus d'amour et crée des relations satisfaisantes*.

Le résultat est tout aussi remarquable sur les femmes qui entourent Gary ; recevant de l'amour au lieu de simples soins, elles doivent à leur tour s'assumer et décider de garder ou rompre le contrat. La septième et dernière colonne, « Résultats positifs chez les autres », révèle que la mère découvre probablement l'amour en elle-même : *Ma mère se débrouille fort bien ; elle reçoit de l'amour, plus que des services*. Et il en est de même pour toutes les autres. Quel merveilleux résultat, valable dans tous les cas.

COMMENT ÉTABLIR DE SAINES RELATIONS AVEC VOTRE FAMILLE ET VOS AMIS

Au cours du processus de guérison, les diverses interactions avec vos proches évolueront. Vous changerez d'amis et de contrats de plus en plus aisément.

Vous avez sûrement remarqué que vous jouez un rôle avec certaines personnes, preuve indubitable d'un contrat négatif, alors qu'avec d'autres vous êtes complètement vous-même, et en acceptez des remontrances ; c'est là le signe d'un contrat positif.

Un exercice pour découvrir votre contrat négatif

Pour faire le point sur vos relations, dressez un tableau sur le modèle de la [figure 13-3](#), comme celui de la [figure 13-1](#), pour faire apparaître votre contrat négatif. Il s'applique à toutes vos relations. Je vous conseille de commencer par une relation qui vous pose problème, vous rend mal à l'aise. Analysez les situations qui vous déplaisent, et dont vous n'avez peut-être pas conscience lorsque vous êtes avec cette personne, ne ressentant qu'un vague malaise. Analysez la différence d'attitude avec les gens dont la présence vous est agréable. Vous découvrirez que vos actions vous sont dictées par ce que vous croyez devoir faire, ce qui est néfaste. Écrivez donc dans la première colonne, intitulée « Si je fais/ne fais pas ».

Pour retrouver la cause de ces actions, il vous faut remonter à l'émotion sous-jacente, le plus souvent la peur. Recréez donc une situation de malaise typique avec cette personne, puis imaginez-vous faisant le contraire de ce que vous croyez devoir faire, et imaginez la réaction de l'autre. Notez le résultat dans la deuxième colonne, « Il/Elle fera/ne fera pas ». Vous comprenez alors que vous craignez la réaction de l'autre si vous ne persistez pas dans votre action mensongère, qui entend en vérité contrôler l'autre. La troisième colonne est réservée à votre « Conviction inconsciente » et traduit le résultat qui vous attend si les deux partenaires s'en tiennent au contrat négatif : *Si je fais/ne fais pas (telle action mensongère), il/elle fera/ne fera pas (son comportement supposé envers vous)*.

Figure 13-3 : Tableau pour clarifier votre contrat négatif						
Nom de la personne : _____						
Si je fais/ne fais pas	Il/Elle fera/ne fera pas	Conviction inconsciente	Prix immédiat	Conviction négative défendue	Autres domaines touchés	Prix réel
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____

Imaginons par exemple que vous ayez peur de contredire cette personne ; vous penserez alors : *Si je ne le/la contrarie pas, il/elle me soutiendra, mais dans le cas contraire, il/elle m'abaissera, peut-être même publiquement*. Ou bien vous êtes malade, et ne pouvez plus assumer votre rôle habituel de soutien et votre partenaire s'impatiente, au mépris de vos réels besoins, voilà ce que vous penserez : *Si je ne demande rien, on sera gentil avec moi ; ou : Si je demande (ce dont j'ai besoin), on sera furieux*.

La colonne suivante représente le prix que vous payez ce résultat. Sous cette rubrique, faites la liste des effets qu'a sur vous cette action mensongère qui n'est

pas votre vraie nature, et des renoncements auxquels vous avez dû consentir.

Dans le premier cas : *Si je ne contredis pas untel, je suis infidèle en paroles et en actes à ma vérité. Je ne m'exprime pas et me prive du pouvoir qui me vient si je vis ma vérité. Si je ne contredis pas, on ne me contredira pas, et je n'aurai pas l'occasion de découvrir ce qui doit changer en moi.* Dans le second cas : *Si je ne demande pas d'aide lorsque je suis malade, mon état peut empirer.*

Ces lacunes dans votre vie vous donnent une idée amoindrie de vous-même ; vous prenez pour votre vraie nature l'expression limitée que vous permettent vos actions mensongères. Demandez-vous en quoi ces actions ont étouffé votre créativité, votre vie tout entière.

D'après notre premier cas, vous risquez de vous trouver lâche, et brimez votre créativité pour éviter toute contradiction, vous privant de votre rêve. Dans le second cas, la maladie doit vous faire horreur ; vous vous sentez comme un fardeau, et pensez que le monde est fait pour des êtres artificiellement amoindris ; au nom de quoi ? Inscrivez dans la cinquième colonne l'idée négative générale que vous confortez en vous livrant à cette action mensongère.

Dans le premier cas, elle serait la suivante : *Exprimer ma vérité et ma créativité est dangereux et je prête ainsi le flanc à l'attaque publique*, et dans le second cas : *Si je suis malade ou dépendant, on m'en voudra ; je ne dois pas être malade, ni avoir besoin de rien, c'est dangereux.*

L'idée négative handicape holographiquement l'ensemble de votre vie. Faites la liste de tous les domaines concernés dans la sixième colonne. Dans le premier cas, vous évitez la confrontation à tous les niveaux. Dans le second cas, vous ne pouvez pas demander ce dont vous avez besoin.

Les véritables conséquences sont lourdes ; partout vous êtes limité et bloqué ; faites-en la liste dans la septième colonne. Dans le premier cas, vous aurez une vie de stagnation, d'ennui et d'insatisfaction ; dans le second, vous serez toujours privé, et ignorerez jusqu'à la réalité d'un besoin, le vôtre ou celui des autres.

Exercice pour effacer votre contrat négatif

Après sa rupture, vous n'apprécierez sans doute ni les réactions de votre partenaire ni les vôtres, mais ce n'est que passager. Faites encore un tableau, sur le modèle de la [figure 13-4](#), pour montrer les résultats de cette rupture. (Il ressemblera à celui de Gary, [figure 13-2](#)).

Remplissez la première colonne « Si je fais/ne fais pas », et la seconde, celle du prix que vous craignez et voulez éviter de payer. Nous obtenons dans le premier cas : *Si je contredis Untel, il me démolira, peut-être publiquement*, et

dans le deuxième: *Si je demande ce dont j'ai besoin, on sera mécontent.*

Maintenant il faut vous acquitter, sans rien laisser traîner de votre ancienne vie, et vous serez surpris du résultat. Remplacez l'action mensongère par votre *action vraie*, qui en sera peut-être l'opposé, et inscrivez dans la troisième colonne les résultats.

Figure 13-4 : Résultats positifs de la dissolution de votre contrat						
Nom de la personne : _____						
Si je fais/ ne fais pas	Il/Elle fera/ ne fera pas	Résultats réels	Conviction positive défendue	Autres domaines touchés	Résultats positifs pour moi	Résultats positifs pour autrui
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____

Pour revenir au premier cas, votre action vraie peut être précisément la contradiction; faites-le sans agressivité. Les résultats peuvent être variables: une discussion enrichissante qui vous apprendra la modération, ou une humiliation publique, à laquelle vous vous opposerez aussi. Si vous continuez à respecter votre vérité dans la tolérance, vous apprendrez énormément et ferez l'expérience de votre pouvoir. Vous libérerez votre créativité par ce défi lancé d'abord à vous-même et découvrirez une interaction profitable. Le « Résultat réel » est donc: *Je peux défier Untel sans danger, et même apprendre!*

Dans ce premier exemple, vous craignez à la fois la réaction de défi de l'autre et l'humiliation publique. Vous devrez savoir distinguer la vraie réalité de la projection de réalité imposée par votre système de conviction négative.

Dans le second cas, celui de la maladie, si vous demandez de l'aide, vous aurez peut-être une heureuse surprise; on ira au-devant de vos désirs. Si votre maladie se prolonge et provoque du ressentiment, discutez-en pour trouver des

solutions. Pendant ce temps-là, vos besoins vous paraîtront normaux et raisonnables. Le « Résultat réel » de ce second exemple est donc : *Quand je demande, j'obtiens ce dont j'ai besoin.*

Remplissez ensuite la quatrième colonne, « Conviction positive défendue » derrière vos nouvelles actions. Référez-vous à nouveau à nos deux exemples. Dans le premier cas, elle sera : *Le monde est lieu de vérité ; la vérité est sans risque, établit la puissance, épanouit la créativité.* Et dans le second : *Mes besoins sont ceux d'un être normal. Je peux les déterminer, demander de l'aide et l'obtenir. Le monde accepte et satisfait les besoins.*

Consacrez la cinquième colonne à la liste des « Autres domaines touchés » par votre nouvelle idée positive qui affronte votre peur. Vous verrez qu'ils sont innombrables. Dans le premier cas, vous passerez toute votre vie et votre entourage au crible de la contestation et vous efforcerez de respecter votre vérité et d'améliorer votre créativité. Dans le second cas, vous vous mettrez à demander, outre ce dont vous avez besoin, ce que vous voulez. Vous saurez les distinguer, et ce dans tous les domaines de votre vie.

La sixième colonne, « Résultats positifs pour moi », sera débordante : dans le premier cas, vous accumulerez confiance, liberté et créativité en multipliant les défis, et vous estimerez d'autant ; dans le second cas, vous trouverez subsistance et satisfaction en élucidant et obtenant ce dont vous avez besoin. Vos désirs vous deviendront plus familiers et vous envisagerez de les combler.

Mettez enfin dans la dernière colonne les « Résultats positifs pour autrui ». En quoi votre changement est-il bénéfique aux autres ? Pour en revenir au premier cas, le premier bénéficiaire sera la personne que vous défiez, qui apprendra à se mieux connaître. Votre famille se réjouira du développement de votre pouvoir et de votre créativité, qui leur donneront le bon exemple. À votre tour de les défier !

Dans le second cas, la personne dont vous sollicitez l'aide devra faire appel à toutes ses capacités de don et d'amour, et les développera, tout en apprenant à mieux communiquer ; influencée par vous, elle se préoccupera à son tour de ses besoins et de ses désirs.

Les bienfaits de la rupture des contrats négatifs

L'élimination de ces contrats néfastes vous ouvrira la voie de la liberté, de la puissance créatrice et de la sécurité. Votre nouveau comportement positif imprégnera holographiquement toute votre vie, et celle de l'autre ; et votre processus de guérison avancera à grands pas.

Vous serez peut-être amené à ne plus voir vos anciens amis ou des partenaires encore plus proches. Tant pis. Si vous en trouvez le deuil difficile, n'oubliez pas l'omniprésence de l'amour ; l'aspect négatif disparaît, le temps et les efforts atténuent le chagrin, mais l'amour et la tendresse qui ont existé demeurent intacts à jamais. Et si à leur tour vos amis écartés changent de vie, peut-être reprendrez-vous l'ancienne amitié.

Si vous êtes malade et engagé dans un processus de guérison, vous verrez disparaître beaucoup de vos contrats négatifs ; au cours de la transformation des sept couches de votre aura (reportez-vous au chapitre VIII), vous attirerez aussi votre entourage, dont la vie changera en même temps que la vôtre.

ÉTABLIR DES RELATIONS PROPICES À LA GUÉRISON AVEC CEUX QUI ONT LE SOIN DE VOTRE SANTÉ

Avec les professionnels de santé, il est impératif d'établir des contrats positifs, pour déterminer clairement ce qui vous est nécessaire, trouver l'aide qualifiée et créer un environnement sécurisant. Préparez tout soigneusement, car à un moment donné, *vous devrez vous laisser aller à une confiance aveugle, et vivre d'espoir.*

Avant de vous engager avec un professionnel de santé, je vous conseille de mettre en pratique les leçons des pages précédentes concernant vos relations personnelles, afin d'éviter à coup sûr les écueils d'un contrat négatif. En nous reportant également au chapitre XII, posons quelques jalons pour mettre en place les rapports les plus positifs et efficaces avec votre guérisseur, votre médecin et tout autre thérapeute. Si vous êtes trop malade, faites-vous aider. Répondez aux questions suivantes en vous servant, comme au chapitre XII, du tableau de la [figure 12-1](#).

*Les points à vérifier pour vous assurer que vous connaissez
bien votre système de conviction et vos besoins*

Quel est le résultat que je souhaite ?

Quel est le blocage qui m'a empêché d'y parvenir ?

Quelle est la peur que je fuis et qu'il me faudra affronter ?

Quel est le système de conviction négatif qui sous-tend cette peur ?

Cette conviction négative détermine votre contrat négatif. En l'énonçant, vous découvrirez qu'elle vous est familière, comme le sont les deux exemples

caractéristiques que nous avons évoqués. Le premier parle du danger d'exprimer sa vérité, si besoin est en contredisant les autres. Si vous fonctionnez sur ce mode avec un professionnel de santé, vous serez incapable d'avoir le courage de vos opinions et de rectifier le cas échéant les décisions de ceux qui vous entourent, vous privant du même coup de vos propres préoccupations, hésitations et idées, cruciales pour votre guérison.

Si vous voulez que chaque étape du processus guérisseur respecte votre vérité et l'acuité de votre conscience, assurez-vous les services de quelqu'un qui accepte cette façon de travailler, vous tiendra informé et ne refusera pas le dialogue. Beaucoup de médecins sont prêts à cette coopération. Juger un plan et le réfuter vous sera facile si vous préconisez la conviction positive d'un univers où seules la vérité et la créativité résolvent les problèmes. Ne démordez pas de cette réalité qui vous aidera à prendre clairement vos décisions.

Le second exemple dont vous vous réclamez sans doute est fondé sur la conviction négative qu'il ne faut jamais être malade ni dans le besoin, ce qui est dangereux et déchaîne la colère des autres. Elle est très préjudiciable aux progrès de votre santé et à vos rapports avec ceux qui vous soignent. C'est à vous en effet de découvrir de quoi vous avez besoin, particulièrement en cas de maladie. Efforcez-vous d'adhérer à la conviction positive que nous vivons dans un monde où l'expression et la satisfaction de besoins est parfaitement naturelle, surtout vis-à-vis de professionnels de santé. Insistez donc jusqu'à ce que vous obteniez ce que vous savez vous être nécessaire.

La lutte est particulièrement ardue dans le cas de traitements brutaux pour une grave maladie ; ne résistez à de la chimiothérapie ou de la radiothérapie qu'à bon escient, et pas parce que vous avez peur. Le bon choix dépend de la nature de votre système de conviction. Infléchissez vos réactions : si vous n'avez jamais contesté, commencez ; si au contraire, vous ne connaissez que cette démarche, renoncez à votre manque de confiance et détendez-vous ; et ne laissez jamais parler la peur, mais toujours l'amour.

Les patients sont diversement exigeants avec les professionnels de santé ; ils les voudraient surhumains, parfaits et tout-puissants ; or cette régression fœtale courante est irréaliste ; chacun de nous est humain, et donc limité. Les connaissances sont tout aussi limitées ; la médecine a beau être avancée, elle balbutie ; il en est de même avec les guérisseurs ; le premier responsable de sa santé est l'occupant du corps ; lui seul doit se prendre en charge.

Mes fonctions de guérisseuse enseignante m'ont souvent fait rencontrer chez mes élèves cette idée que je sais automatiquement tout de leur santé, puisque je suis capable de lire dans le champ et voir dans le corps ; j'en ai vu se mettre en colère car je ne les avais pas prévenus à l'avance de leurs problèmes physiques ;

une fois calmés, ils se rendent compte qu'ils refusent de comprendre le fonctionnement de leur corps par peur de savoir et d'éprouver la vulnérabilité de la condition humaine. Mais nous avons le pouvoir de progresser, en étant à l'écoute, en respectant notre système de stabilisation, qui nous permet de détecter la première alerte.

J'ai déjà parlé d'un cas de guérison de mal de dos ; j'avais dit à mon patient d'éviter l'hypoglycémie, et les risques de rechute, en ayant toujours avec lui des choses saines à grignoter ; il devint beaucoup plus conscient de l'évolution de son corps et parvint à guérir son dos en prévenant ses besoins. À la même époque, je traitais une femme qui refusait cette démarche et ne voulait pas savoir ce qui se passait dans son corps ; comme elle ne voulait pas s'alimenter quand et comme il le fallait, elle rechutait sans cesse ; en fait, elle souffrait de problèmes plus enracinés de responsabilité vis-à-vis d'elle-même, et devait s'attaquer d'abord à ceux-là.

Lorsque vous avez découvert le genre de contrats négatifs auxquels vous êtes sujet, traquez les tentations d'en établir de semblables avec les professionnels chargés de votre santé. Pour vous y aider, méditez les exemples que je viens de donner, et posez-vous les quatre questions suivantes :

Quels contrats négatifs anciens est-ce que je risque de renouveler avec ceux qui ont la charge de ma santé ?

Vers quelle conviction positive (qui devra être soutenue) vais-je me tourner ?

Quelle aide peuvent m'apporter mon guérisseur, médecin ou thérapeute ?

Quel simple mantra puis-je répéter pour exprimer cette conviction positive ?

(Vous pouvez en choisir un d'un seul mot, *santé, créativité, paix, vérité, demande, défi, abondance, plaisir, amour*. Utilisez-le quand vous voulez, ou à des moments précis, au début de chaque heure, le matin ou le soir, ou sous forme de méditation, assis en silence le dos bien droit. Vous pouvez aussi vous contenter de vous concentrer quand vous êtes couché sur un ou deux mots importants pour vous.)

Appliquez maintenant ce que vous avez appris sur vos besoins aux professionnels que vous avez choisis au chapitre XII. Imaginez le contrat avec chacun d'eux ; précisez vos désirs, affinez-les ; il faudra un contrat différent pour chacun ; revoyez les chapitres V et VI. Tâchez, si possible, de faire tout ce travail avant de tomber malade, et n'hésitez jamais à demander des précisions. Puisque les entrevues préliminaires avec médecins ou guérisseurs n'existent guère, énoncez bien toutes vos idées lors du premier rendez-vous, avant qu'il ne soit trop tard.

*Les points à vérifier avec votre professionnel de santé
pour vous assurer d'un contrat positif*

Vous donne-t-il, ou elle, des informations détaillées, y compris sur les divers traitements ?

Cette personne énonce-t-elle clairement et honnêtement ce qu'elle peut, et ne peut pas, faire pour vous ?

Quelle est la conviction qui la motive ? Est-elle compatible avec la vôtre ? (Si vous n'êtes pas encore à même de répondre à cette question, laissez-la de côté, l'avenir vous éclairera.)

Souhaitez-vous tous deux le même résultat ?

Qu'attend cette personne de vous ? Quelles responsabilités assumez-vous dans le processus de guérison ?

Lorsque votre équipe est en place, faites un programme de tout ce qu'il faudra préparer – aller aux rendez-vous, faire les courses, *etc.* Embauchez vos amis, mais gardez-vous des plages de solitude, pour apprendre à mieux vous connaître.

**ÉTABLIR AVEC LA TERRE UNE RELATION PROPICE
À LA GUÉRISON**

Il existe un lien holographique entre votre guérison et celle de la terre. Beaucoup d'entre nous s'inquiètent de la souffrance qui assaille la terre aujourd'hui et se demandent comment elle est survenue et comment participer à son apaisement. Comme je l'ai dit au début de ce chapitre, tout ce qui a trait aux relations individuelles s'applique également à notre rapport à la terre. La trace collective de nos contrats négatifs apparaît dans notre traitement de la planète. Et nos contrats personnels ont aussi une incidence holographique.

Nos rapports à la terre se situent à la quatrième couche de notre champ. Du point de vue aurique, la terre est un être vivant doué de sensation, et nous faisons partie de son corps. Insérons cette prémisse dans la métaphysique M-3, où, toute matière découlant de l'esprit ou de la conscience, celle-ci est à l'origine du corps physique de la terre, comme du nôtre. De même la terre est-elle reliée à son conscient par son champ aurique. On connaît partiellement cette aura par l'étude de la magnétosphère et des ceintures de Van Allen, qui font partie du champ magnétique de la terre. Souvenez-vous des superbes couleurs des aurores

boréales, si semblables à l'aura humaine.

Puisque nos corps font partie de la terre nous lui sommes holographiquement reliés. Elle est notre mère, et les Indiens d'Amérique ont gardé une révérence à l'égard de ce lien, que notre culture a tendance à oublier ; nous nous comportons comme si elle nous appartenait ; rappelez-vous les mots de Crocodile Dundee : « On dirait deux puces se chamaillant pour savoir à qui appartient le chien qui les héberge ! » Nous maltraitons cette pauvre terre avec notre douleur personnelle, perpétuellement recréée par nos convictions négatives. Ensemble, nous baignons dans cette douleur, et maltraitons la terre.

La théorie holographique nous ayant appris que tout ce que nous faisons a une incidence sur tout, nous pouvons en conclure que nous portons une responsabilité, même minime, pour ce qui se passe sur terre aujourd'hui. Or beaucoup d'entre nous sont accablés par cette pensée ; notre vie nous pose déjà assez de problèmes sans que nous ayons à nous charger de ceux de la planète, et nous avons tendance à nous détourner de l'immensité de ces problèmes qui confrontent notre humanité.

À ce sujet, l'on a un jour demandé à Heyoan que faire pour la paix du monde. J'ai été l'intermédiaire de sa réponse qui met en lumière notre rôle dans l'origine du problème et nous indique une façon d'aider sans reculer, écrasés. L'essentiel du discours d'Heyoan tient au parallèle entre vos systèmes de convictions négatives qui instillent la douleur dans votre vie, et leur permanence que vous contribuez à maintenir dans l'inconscient collectif de l'humanité, d'où naît sa douleur. Voici la transcription de sa réponse et un mode d'emploi détaillé pour découvrir quelle aide vous pouvez apporter.

Que puis-je faire personnellement pour la paix du monde ?

Transcrit d'après Heyoan

« C'est une grande et belle question, et je souhaiterais que plus de gens se la posent. Il faut que les gens assument nombreux leur responsabilité de citoyens du monde. La première chose à faire pour y parvenir est d'élargir votre vision de vous-même, et les décisions et actions qui en découlent.

Nous considérons que puisque vous avez participé à la création de la terre et de tout ce qu'elle contient, vous en avez fait ce qu'elle est. La douleur n'est là que parce que vous l'y avez mise. Cela ne veut pas dire que vous soyez mauvais, mais seulement que n'ayant pas appris la leçon d'ici-bas, vous êtes enfermé dans une situation créée par cette ignorance.

Envisageons la situation du monde selon la perspective que je viens d'énoncer ; posez-vous d'abord les mêmes questions que dans votre vie

personnelle : en quoi cette situation me concerne-t-elle ? Quel message le monde (miroir de soi) essaye-t-il de faire passer sur ce que je dois apprendre ? Quelle est la nature de la douleur que j'ai contribué à créer ? Que peut-on faire, que puis-je faire ? Quelle est exactement ma contribution à la situation générale ?

Vous direz peut-être que ce n'est pas votre faute, mais celle des politiciens, d'une autre nation, d'une autre race. Mais vous aussi avez contribué, en votant ou ne votant pas, en ayant des préjugés, en vous livrant à des généralisations, sur autrui et vous-même, qui vous causent une profonde douleur intérieure. Demandez-vous, chaque fois que vous êtes négatif envers quelqu'un, l'effet que cela a sur vous quand vous vous infligez le même traitement.

Les aspirations de l'âme humaine ne sauraient être enfermées dans des frontières, des langages ou des principes ; ils ne sont que des véhicules d'une infinie variété pour notre enseignement. Les nations ont été créées pour diversifier nos vies, les rendre intéressantes, et certainement pas pour se transformer en champs de bataille.

Que s'est-il donc passé ? La raison de votre présence sur terre pour vous instruire cause précisément les problèmes ; au fond, votre croyance à une réalité séparée vous pousse à retourner chaque fois sur terre, et vous fait peur ; vous êtes venu pour éliminer la peur, or elle s'accumule. Demandez-vous de quoi vous avez vraiment peur, dans votre vie personnelle et à l'échelle mondiale. Vous verrez que la peur est la même, partagée par le genre humain, à qui elle dicte sa conduite ; c'est elle qui est à l'origine des conflits dans le monde.

Vous craignez tous la perte, la maladie, la mort et le manque de liberté, et que l'on vous arrache ce à quoi vous tenez ; or, croyez-moi, vous seul pouvez ainsi vous léser. Plus vous laissez votre peur vous priver de liberté, plus vous essaieriez de priver autrui de liberté ; plus vous infligez à votre corps la maladie, plus vous favoriserez le même processus chez les autres, sans réagir ni les aider ; plus votre vie émotionnelle et spirituelle est pauvre, plus vous encouragez semblable appauvrissement chez les autres ; vous avez fait aux autres la même chose qu'à vous-même.

La paix dans le monde doit donc commencer en vous. Que l'harmonie règne dans votre foyer, au bureau, autour de vous, et vous pourrez espérer l'étendre au monde. Vous ne supporteriez pas de voir votre enfant souffrir de la faim ; alors pourquoi l'accepter chez l'enfant du voisin, l'Africain ou l'Indien ? Les limites de votre engagement sont les vôtres, celles de votre amour et de votre puissance.

Je ne saurais trop vous recommander de consacrer chacun dix pour cent de votre temps et de votre énergie à un projet que vous aurez choisi pour aider à la paix du monde, dans le domaine politique, de l'éducation, de la communication ou sous forme d'aide pécuniaire. Faites-le parce que vous êtes persuadé que vous

êtes responsable de cette situation et devez y appliquer vos pouvoirs de guérisseur, parce que vous le voulez, plus que vous ne le devez. Ne laissez pas la peur ou la culpabilité vous guider, mais bien la conviction qu'en tant que créateur, vous devez organiser votre création. Et abandonnez à tout jamais l'idée que vous êtes impuissant. Si vous n'aimez pas votre création, tirez-en les leçons, et remodelez-la.

Si la pauvreté vous fait peur, vos efforts pour en écarter le spectre ne serviront qu'à la multiplier à une échelle mondiale, car votre peur entretient la croyance universelle à la pauvreté et donc une multiplication de l'avidité personnelle dont les manifestations mènent à l'appauvrissement des ressources de la planète et au maintien de la pauvreté.

Réfléchissez, mes amis : vous créez précisément ce qui vous terrifie. En remettant en cause votre conception de la pauvreté et consacrant dix pour cent de votre temps au soulagement de la misère du monde, vous atteindrez à la fois la solution personnelle et universelle. L'avidité vient de la crainte de manquer ; celle-ci dissimule votre peur existentielle, et tout l'édifice est branlant.

Examinons d'un peu plus près cette avidité, terme peu plaisant ; parlons plutôt des nombreux manques qui existent en vous ; faites-en la liste, et vous vous apercevrez qu'ils sont censés vous apporter la sécurité, ce qui est totalement hors de leur portée. Posez-vous maintenant la question suivante : Lequel de ces besoins émane-t-il de ma conscience supérieure, étayée par un système de conviction positive ? Lequel au contraire sourd-il d'une conviction négative, pour m'apporter la sécurité ? Analysez ainsi toute la liste, et en vous concentrant sur la colonne positive, demandez-vous l'avantage que le monde, en même temps que vous, peut en tirer. Tournez-vous ensuite vers les éléments censés apaiser votre crainte, et demandez-vous quelle est cette crainte, et l'effet des actes qu'elle dicte sur le monde.

En vous livrant à cet exercice, vous toucherez du doigt l'importance de votre responsabilité dans la création de votre propre expérience et de la situation du monde. Prenez donc conscience, mes bien chers, de l'influence directe de votre système de conviction sur vos relations personnelles et l'état du monde, qui doit vous obliger à extirper vos convictions négatives et à les remplacer pour emplir l'univers de tendresse et de confiance. Allez dans la paix et l'amour. »

Quelques devoirs proposés par Heyoan

1. Dressez la liste de vos peurs, sur le plan personnel et mondial ; voyez comme elles se ressemblent.
2. Dressez la liste de vos manques. Divisez les en positifs et négatifs.

2. Dressez la liste de vos manques. Divisez-les en positifs et négatifs.
3. Découvrez la peur qui cause les aspects négatifs, et la conscience supérieure, les aspects positifs.
4. Qu'avez-vous créé sur le plan personnel à partir de ces divers manques ? Quelle ressemblance voyez-vous avec le plan universel ? Elle est votre œuvre.
5. Dans quel domaine d'intérêt général (en vous inspirant de vos créations négatives causées par la peur) souhaitez-vous donner votre quote-part à la paix du monde ?

CE QUI SE PASSE LORSQUE VOUS APAISEZ LA CRAINTE EN DISSIPANT VOS MANQUES

Pensez à un glouton qui, au fond, craint de mourir de faim ; il dévore, entasse la nourriture et maintient sa crainte dans l'inconscient collectif de la race humaine. Lorsqu'il s'attaque à son problème, il choisira sans doute d'aider ceux qui ont faim dans le monde.

C'est ce qui est arrivé à un de mes amis que j'appellerai Mark. Il était obèse quand je le rencontrai ; je ne connaissais pas son passé, mais je savais qu'il s'inquiétait de son embonpoint et de ses conséquences sur sa santé, en particulier sur son cœur. Il avait essayé toutes sortes de régimes sans succès, car il lui fallait comprendre d'abord les raisons profondes de ce problème. Il alla voir un guérisseur pour calmer sa boulimie, et me fit part de ses progrès, en m'autorisant à les divulguer.

Mark découvrit que le premier niveau de sa peur était tout simplement d'avoir faim ; il ne supportait pas cette sensation interne. Il en fut stupéfait, et en rechercha l'origine ; il s'avéra que sa naissance avait coïncidé avec les graves problèmes financiers de ses parents lors de la grande crise des années trente. Ils ne souffrirent pas de la faim, mais la préoccupation latente était là. Tout enfant, il avait donc appris l'existence menaçante de cette faim inconnue, et sa jeune psyché était incapable de distinguer le fantasme de la réalité ; la solution lui paraissait de ne jamais avoir faim, ce qu'il mit en pratique, jusqu'à devenir obèse.

La marche vers la guérison commença par de la tolérance envers la peur d'avoir faim, en faisant de solides repas sans grignoter toute la journée ; son énergie augmenta immédiatement, et il était prêt à explorer son monde intérieur, au lieu de vouloir simplement maigrir. Quand la peur le submergeait, il mangeait un petit quelque chose, sans se brutaliser ; en approfondissant son expérience de la sensation de faim, il commença à établir une différence entre faim et vide

intérieur, et à apprécier ce vide ample et paisible, comme une vie amorphe porteuse de sensations nouvelles et même, souvent, d'extase spirituelle.

Le vide engendra bientôt d'autres expériences ; assis un jour tranquillement, il sentit pointer puis éclater avec violence la peur de mourir de faim ; il était ramené à un autre siècle, dans un corps et une vie différents ; il s'éveilla de sa méditation dans la terreur. Il raconta plus tard à son guérisseur cet épisode et pendant la séance, tous deux remontèrent le temps jusqu'à l'expérience d'une vie antérieure qui avait affleuré sa conscience. Le guérisseur débarrassa son champ des débris auriques laissés par cette aventure, et il se sentit vivre à une époque de famine que ses propres abus de pouvoir avaient causée et qui décima sa famille et lui coûta la vie.

Vous m'objecterez qu'il est bien difficile de prouver la véracité de cet événement ; mais des études s'y emploient, telle celle d'Ian Stevenson à l'University of Virginia, autour d'informations fournies par de très jeunes enfants sur la vie antérieure.

D'ailleurs ce qui nous concerne ici est le pouvoir guérisseur de la catharsis de cette expérience : Mark n'éprouve plus la crainte de mourir de faim, et sa vie a été transformée.

Écoutons-le : « Lorsque mon champ d'énergie a été dégagé, j'ai enfin compris que ma peur émanait d'un événement passé et non futur, et je voulais passionnément qu'il ne puisse jamais se reproduire. Je réalisais les erreurs que j'avais commises dans le passé et essayais de les rectifier. Manger devint alors une façon agréable de nourrir mon corps pour vivre librement selon ma vraie nature et accomplir ce que je dois, lutter contre la famine dans le monde d'aujourd'hui. » Mark ne croit plus à la peur de la faim ; il enseigne la méditation sur le vide intérieur pour apprendre à se découvrir, a perdu plus de vingt kilos, et fait partie d'une organisation qui lutte contre la faim dans le monde.

Les trois sortes d'interactions du champ aurique dans les relations

L'un des privilèges les plus fascinants du haut sens de perception est le don d'observer les interactions du champ aurique lorsque les gens communiquent. À la quatrième couche du champ, tous nos rapports avec autrui transparaissent sous forme d'une lumière colorée fluide en constante évolution, le bioplasma. L'interaction bioplasmique révèle maints détails ignorés sur l'étroite interdépendance entre toutes les créatures vivantes.

Notre indépendance est un leurre, et il nous faut l'apprendre à nouveau ; les sociétés tribales du passé le savaient, mais dès le début de notre siècle, le monde moderne nous a donné une trompeuse impression de liberté. Depuis, la technologie de la communication nous a fourni une vue globale de notre interdépendance ; nous voyons bien que la somme de nos actions individuelles s'amalgame en une force puissante qui altère la planète, que ce qui se passe dans un pays peut avoir sur tous les autres un effet immédiat ; c'est vrai pour le système bancaire mondial, les Bourses, nos armements et la pollution terrestre. Il n'y a qu'à regarder les informations télévisées pour se rendre compte de l'impact grandissant du lien holographique planétaire.

Ce lien qui concerne tout ce que nous pensons, disons ou faisons s'établit avec tous par les champs d'énergie universelle. Nous commençons à en prendre vaguement conscience, et nous avons parfois des pressentiments qui se réalisent, comme à l'occasion du terrible tremblement de terre de San Francisco en 1989 ou de la chute du mur de Berlin. Nous ressentons ce lien pas seulement à cause de la télévision qui nous informe de tout, mais parce qu'il existe énergétiquement, par la quatrième couche du champ aurique, entre tous les êtres au monde. Nos cœurs battent à l'unisson de ceux qui ont soif de liberté ; prendre conscience à la quatrième couche du champ équivaut vraiment à ressentir les autres, leur présence, leur réalité profonde faite de sensations, de joies, peurs et espoirs, comme si nous étions eux ; à ce niveau, les frontières personnelles sont bien différentes de celles du monde physique. Explorons-les plus en détail.

À ce niveau, l'énergie-conscience prend la forme de ce qu'elle croit être, selon sa fréquence de vibration et son contenu énergétique. Une similitude d'énergie à la quatrième couche nous rend exactement semblable à l'autre, capable de ressentir tout ce qu'il ressent. En revanche, une différence d'énergie établit notre individualité, et au nom de ce principe, nous oscillons entre fusion et séparation. Respectant le processus de vie à la quatrième couche, nous nous fondons en une communion qui à son tour nous permet de nous séparer et de nous découvrir individu, seul accès à notre étincelle de divin interne et unique. Plus nous faisons sa connaissance, plus nous devenons aptes à la communion, et de ce cercle croissant de prise de conscience naît l'amour.

Ce processus est difficilement transposable à la réalité du monde physique, où notre limite prend la forme tangible de notre peau. J'ai déjà évoqué cette différence d'un point de vue scientifique au chapitre II. Je vais maintenant en parler du point de vue spirituel. Afin de comprendre la singularité du processus de vie à la quatrième couche du champ, explorons-en la création. Elle procède ainsi : la force créatrice du noyau de notre être se projette dans les couches supérieures du champ, puis la quatrième, en route vers le monde physique ; ce faisant, elle se scinde en deux et devient relationnelle ; une fracture se produit alors, et c'est à la quatrième couche, pont jeté entre les mondes physique et spirituel et siège de nos relations avec autrui, que nous devenons dualistes.

Nous ne connaissons pas la dualité dans les trois couches supérieures de notre spiritualité ; sa fonction est d'explorer les différenciations et de définir les frontières, et elle s'accroît en descendant vers le monde physique. Elle naît donc à la quatrième couche, dans ce mouvement oscillatoire entre les sentiments d'identité et de différence avec un autre.

Juste en dessous se trouve la couche de l'esprit, où la clarté nous permet de définir qui nous sommes : « Je pense, donc je suis ; je pense différemment de vous, donc je suis moi et vous êtes vous. » À la deuxième couche du champ, la dualité prend une autre forme : « J'éprouve des sentiments d'émotions envers moi-même, donc je suis. Ils ne sont pas les mêmes que ceux que j'ai envers vous, nous sommes donc différents, et pas la même personne. » Enfin, à la première couche, incontestablement définis par notre enveloppe charnelle, nous exprimons ainsi la dualité : « Je ressens mon corps par la sensation ; je ressens le vôtre ; ils sont différents, je suis donc différent. »

Pourquoi accorder tant d'importance à la différenciation et à l'individualité si nous ne formons qu'un grand tout ? Le dualisme nous apprend à nous approprier notre conscient, grâce à la relation « Je-Toi ». *C'est seulement en nous enfonçant dans le dualisme que nous parvenons à éveiller notre conscience à l'individualité.* Le dualisme nous tend un miroir pour bien nous observer, sans

lequel nous ne pourrions pas discerner notre individualité ; je ne saurais trop insister sur ce point. Stylianos Atteshlis, de Chypre, guérisseur bien connu, apparaît sous les traits de Daskalos dans le livre de Kyriakos Markides, *The Magus of Strovolos* ; dans ses cours, il apparente le dualisme à la filiation de l'homme et des anges ; pour lui, la conscience ne peut exister sans l'expérience humaine de la dualité et du libre arbitre ; nous serions tous des archanges ayant traversé l' « idée de l'homme » vers la dualité pour éveiller notre divinité interne et éprouver l'évolution de la conscience. Au contraire de nous, archanges et anges n'ont aucune individualité ; et le libre arbitre étant automatiquement volonté divine, il n'existe pas ; autrement dit, il n'y a pas de choix chez un être non individualisé. En revanche les êtres humains, engagés dans un cycle de naissance et de mort sur cette planète avant de se transcender vers des mondes supérieurs, sont individus, et doués d'un grand pouvoir spirituel.

L'individualisation commence par l'incarnation à la quatrième couche de la dualité se poursuivant plus profondément jusqu'à la dualité du monde physique ; ce processus de création continue interminablement au cours des siècles sur le plan physique, avant de passer à de plus hautes fréquences d'expérience de la vie qui ne semblent pas avoir de fin.

Nous avons beau nous plaindre de la dualité et de la difficulté des relations humaines, *la relation est au cœur du développement spirituel*. La quatrième couche, pont entre notre spiritualité et notre nature physique, entre le ciel et la terre, est tissée de nos relations qui nous rendent à notre complétude. Nous n'en sommes plus à l'époque où l'on atteignait la spiritualité en allant méditer sur un sommet de montagne ; une fois que Dieu nous est révélé, nous devons rapporter cet enseignement à l'humanité et l'accomplir ; après tout, il est beaucoup plus difficile de rester aimant et sincère dans les relations humaines qu'au sommet de la montagne. Beaucoup d'entre nous s'égarent sur ce pont, faute de savoir créer des relations qui satisfassent le besoin de donner et de recevoir ; or cette capacité est cruciale, puisque c'est ainsi que nous nous élèverons de notre être personnel (trois premières couches du champ aurique) au palier interpersonnel (quatrième couche) et de là à notre être d'union transcendant (trois dernières couches du champ aurique). C'est à ce niveau que nous apprenons à mieux connaître nous-mêmes, les autres et Dieu, en faisant en nous et chez les autres la part de Dieu.

C'est là également que se trouvent les corrélations d'énergie de nos interactions avec les êtres, animaux, plantes, minéraux et la planète, que naît et s'exprime l'amour pour tous les êtres doués de sensation. Cette quatrième couche du champ est le pont de l'amour, et toute interaction s'y manifeste par une grande activité. Quand la vision du HSP s'ouvre sur la quatrième couche, tout un réseau de liens se découvre. On les classe en trois grands groupes ;

induction harmonique des fréquences d'un champ à celui d'une autre personne ; banderoles d'énergie colorée fluidifiée, bioplasma, qui s'écoule entre les champs ; et cordons de lumière qui relient nos chakras réciproques.

Chacun de ces types d'interaction aurique peut s'avérer positif ou négatif. Positives, elles chargent et nourrissent nos champs, rendent nos vies pleines et heureuses ; négatives, elles endommagent le champ aurique et mènent à la maladie.

COMMUNIQUER PAR L'INDUCTION HARMONIQUE DES PULSATIONS DU CHAMP

L'un des plus importants modes de communication aurique se fait par l'influence réciproque sur les pulsations du champ. Les pulsations d'un champ modifient celles d'un autre, et le champ le plus fort l'emporte généralement. Voilà pourquoi les gens ne reculent pas devant un long voyage pour consulter leur gourou. Ceux-ci ont passé une grande partie de leur vie à méditer, développant considérablement la fréquence, la taille et le pouvoir de leur champ. Assis à portée du champ du gourou, ses disciples sentent leur propre champ vibrer intensément, et l'effet en est merveilleux. En même temps, une évolution s'amorce chez les disciples, car l'afflux soudain de puissance libère des blocs d'énergie qu'il faut alors traiter.

L'induction harmonique joue un grand rôle dans les relations ; si votre champ est plus fort que celui de votre conjoint, et votre rythme pulsatoire plus rapide, vous accélérerez le sien ; si votre champ a un rythme plus lent, mais plus d'énergie, il ralentira les pulsations du champ de votre conjoint. Chacun a un rythme pulsatoire préféré, et les couples adoptent généralement le même, ou se choisissent en fonction de cet idéal.

La communication s'établit difficilement si l'écart est trop grand, car l'intimité demande un accord des champs. La communion nécessite donc la synchronisation harmonique. Faute de quoi il n'existe pas de compréhension ; on a l'impression de parler à un mur, les pulsations n'ont aucun effet réciproque, et vos mots se perdent dans le vide. Si par ailleurs vos pulsations sont d'une trop haute fréquence, le champ de l'autre ne pourra pas suivre. Cette opposition, qui empêche toute communion, est souvent délibérée de notre part. Lorsqu'il y a communion entre deux personnes, les champs connaissent un superbe effet réciproque ; les pulsations de l'un provoquent des changements dans l'autre, qui à leur tour en construisent et créent de nouveaux dans le premier ; cette boucle positive continue, enrichissant les champs de couleurs et de fréquences, et source

d'intense plaisir pour les deux partenaires.

Nous éprouvons un malaise immédiat lorsqu'une relation s'amorce par induction harmonique de vibrations qui ne nous plaisent pas ; on voit parfois des champs s'affronter, créant une interférence hurlante, aigüe, insupportable, que nous traduisons en répulsion, aversion, crainte ou même dégoût ; en tout cas, nous n'aimons pas cette personne, à moins qu'elle ne change, ou plus exactement que son champ aurique change.

ÉTABLISSEMENT D'UNE RELATION À L'AIDE DE BANDEROLES BIOPLASMIQUES

Pendant l'interaction entre deux êtres, ils échangent de grands flots de bioplasma. S'ils se plaisent, une énergie intense passe entre eux. L'énergie-conscience de ces banderoles bioplasmiques correspond au genre de communication échangé, et formes et couleurs des banderoles traduisent la nature de l'interaction ; si elle est agréable, les banderoles flottent librement, leurs couleurs douces et vives dansant au rythme de l'énergie ; de champ à champ, elles se touchent et se mêlent. Des relations normales se traduisent par de nombreux échanges de toutes sortes de ces banderoles, de toutes les couleurs du spectre et de toutes formes. Les couleurs ont l'effet décrit dans la [figure 9-2](#). Leur vivacité correspond à la puissance positive de l'énergie-conscience. Ce type de communication s'avère très satisfaisant pour les partenaires.

À la quatrième couche du champ, le chakra du cœur est rose. Plus l'interaction comporte d'amour, plus se multiplient les vagues douces et roses d'énergie. Quand deux personnes tombent amoureuses, l'activité du chakra du cœur s'accroît, emplissant le champ aurique d'énergie rose ([figure 14-1](#)). Le nuage rose qui entoure les amoureux est bénéfique à tout leur entourage, dont la quatrième couche à son tour s'épanouit et rosit ; en présence de passion, le rose se colore d'un orangé stimulant, et les ondes se précipitent.

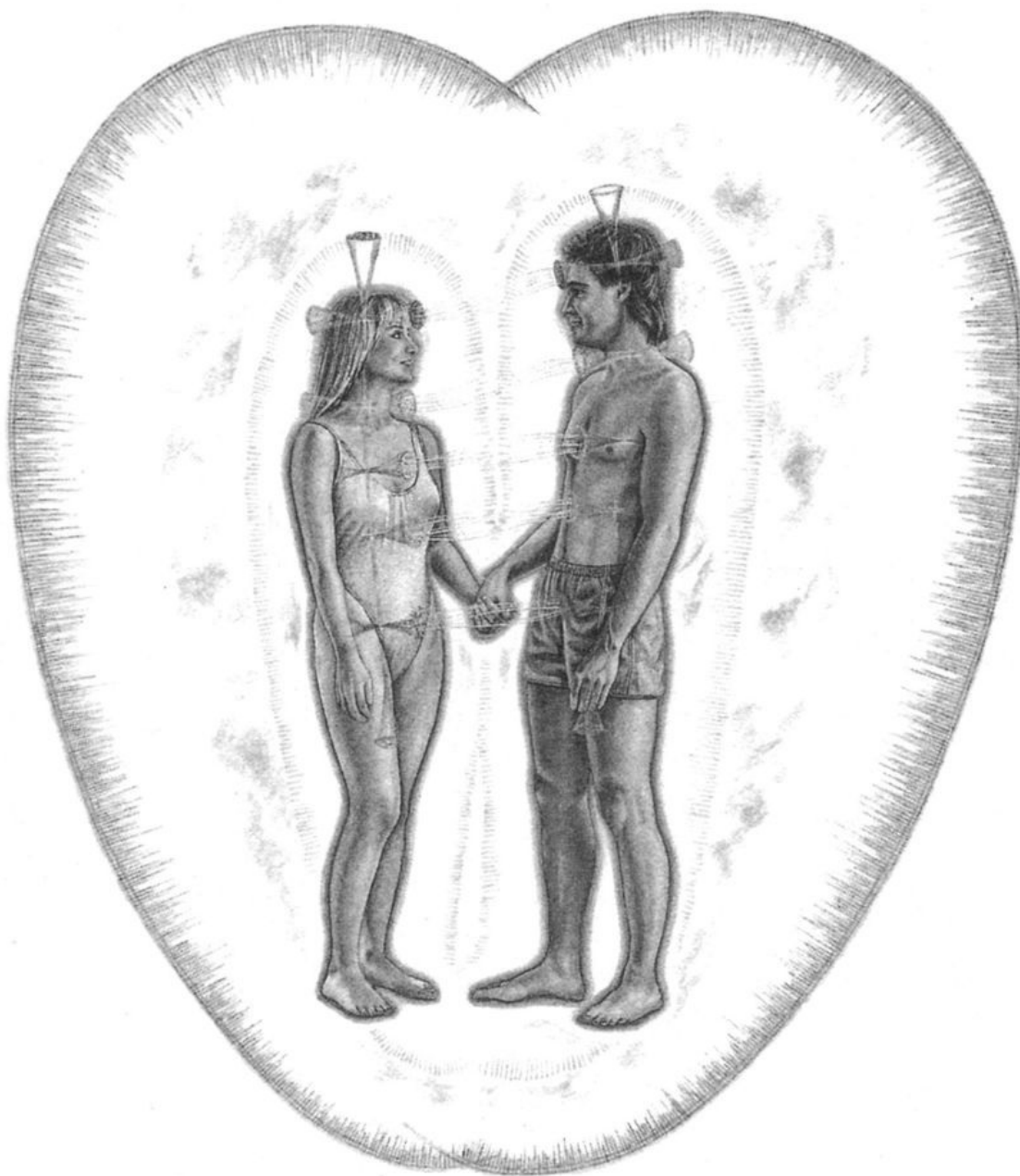


Figure 14-1 :
Champs auriques d'un couple amoureux

Le spectacle de deux personnes qui nient toute interaction est des plus divertissants : ils prétendent ne pas se regarder, mais de grands rubans de bioplasma coloré s'écoulent entre eux, et les deux champs scintillent brillamment. Rien de tout ceci n'est visible à l'œil nu, mais l'observateur doué de HSP ne perd rien du spectacle secret ! Deux personnes qui ne s'aiment pas

essaieront de ne pas échanger de flux d'énergie, parfois sans succès, et la friction menace ; puis une étincelle met le feu aux poudres, et c'est l'explosion ; dans ce type de rapports, les courants d'énergie sont aigus et sombres, et blessent le champ comme autant de flèches ; la colère est incisive et rouge foncé, l'envie vert-de-gris et gluante. Si l'on veut arracher subrepticement quelque chose à l'autre, les banderoles se transforment en tentacules ou en crochets qui ne lâchent plus leur proie. Toutes les formes peuvent être envisagées.

Les interactions négatives ont des allures de lances ou de dagues qui déchirent le champ, de ventouses qui épuisent l'énergie, ou de crampons qui l'affaiblissent, et c'est précisément ce qui se passe.

Banderoles bioplasmiques dans la famille et l'entourage pendant une maladie

Les malades ont un problème particulier avec l'énergie ; leurs besoins sont accrus, mais ils ont des difficultés à la métaboliser car leurs chakras ne fonctionnent pas bien. Leurs champs sont affaiblis, et c'est d'ailleurs pourquoi ils sont malades ; n'oubliez pas que le flot d'énergie passe du voltage le plus fort au moins fort ; une personne en bonne santé transfère habituellement une grande quantité de bioplasma sain au malade. D'autre part, le malade dans le besoin enverra une banderole de supplication dans le champ de la personne en bonne santé, qui fera le plein d'énergie. Ce processus est naturel et inconscient, il fait partie des échanges d'une vie de famille, et tous, enfants et animaux domestiques, y participent. C'est l'un des bénéfices du lien holographique, qui peut accélérer la guérison.

Au début, le malade imbibera l'énergie des autres, puis retrouvera l'indépendance, et finira par fournir à la cellule familiale sa part d'énergie. Ce processus de guérison offre de multiples variations, et je l'illustrerai par deux exemples extrêmes. Il se peut que la personne malade ait absorbé de l'énergie pendant des années avant que le mal ne se déclare ; au moment de la guérison, elle devra apprendre à métaboliser l'énergie dont elle a besoin, ce que lui permettront ses chakras réparés. Pour prendre l'exemple inverse, si le malade a toujours abondamment fourni de l'énergie à son entourage, ses besoins accrus peuvent désorienter sa famille ; il lui faut apprendre à recevoir, et sa famille à donner des soins, en le forçant un peu si besoin est. En tout cas la famille doit renoncer à ses anciennes habitudes qui sont devenues néfastes pour le malade.

Dans le cas d'une maladie de longue durée, les membres de la famille

ressentiront un épuisement psychique dans leurs champs. Le moment est venu de s'absenter pour refaire ses forces, sous peine de voir s'installer la rancune et la culpabilité, bientôt suivies de dépression et même de maladie. Tous les membres de la famille ont besoin de recharger leur énergie, par la méditation, la pratique de leurs passe-temps favoris, sports, activités créatrices, en voyant des amis, *etc.* Il n'est pas question de rester près du malade vingt-quatre heures sur vingt-quatre, ou tout le monde en souffrira. L'entourage doit se ressourcer auprès d'autres bien-portants et échanger de l'énergie capable de renouveler leur propre force.

Banderoles bioplasmiques dans le travail d'intérêt général

Le rôle d'un enseignant ou de quiconque se produit sur scène consiste à faire passer chez les étudiants ou dans le public une énergie-conscience qui les transporte à un niveau supérieur de compréhension. Le rôle d'un guérisseur est le même, et il doit maintenir le niveau énergétique de ce qu'il enseigne pendant toute la durée du cours.

Je dois ainsi, au cours d'un exercice de guérison à la quatrième couche, maintenir mon énergie à ce niveau, ou l'étudiant n'apprendra rien. Et je ne crois pas que l'on puisse enseigner ce que l'on n'est pas capable de faire ; un professeur doit pouvoir démontrer ce qu'il enseigne, et ce n'est pas toujours facile.

Nous retrouvons sous diverses formes les banderoles de supplication ; elles peuvent s'accompagner d'exigence, et absorbent alors l'énergie. Les étudiants procèdent souvent ainsi, quand ils veulent absolument parler à un professeur débordé, qui sent que quelque chose s'agrippe à son champ. Tous ceux qui ont connu la notoriété ont fait l'expérience de ces banderoles d'énergie envoyées par leur public ou leurs fans, jusqu'à s'en trouver ligotés. De plus, la quatrième couche du champ ne tient pas compte de l'espace, ces sollicitations peuvent provenir de la terre entière, et il est impossible de toujours les accueillir en débordant d'amour, tant la fatigue s'installe ; c'est sans doute pourquoi les gens connus ont un tel besoin de paix et de solitude, pour reprendre leurs forces.

Banderoles bioplasmiques et épuisement

Ce que nous avons dit du travail d'intérêt général s'applique aussi à l'œuvre moins publique des professions vouées à l'aide et à la guérison. Ceux qui les

pratiquent ont le devoir de maintenir un champ aurique sain et équilibré alors qu'ils sont constamment assaillis de banderoles bioplasmiques de supplication pauvres en énergie et en fréquence. Leur travail est extrêmement ardu, et ils doivent prendre d'eux-mêmes un soin tout particulier en se réservant des plages quotidiennes de revitalisation, en évitant l'épuisement et l'usure qui menacent ces professions.

Banderoles bioplasmiques et objets

Les liens avec des objets inanimés provoquent également le phénomène bioplasmique. N'oubliez pas que chacune de nos actions est précédée de pensée et de sensation visibles dans le champ aurique avant même le début de l'action ; en d'autres termes, nous faisons les choses énergétiquement avant de les faire physiquement. Si l'action est de nature relationnelle, elle s'exprimera d'abord dans les banderoles auriques de la quatrième couche. Même un simple coup de téléphone établit un lien bioplasmique, et tout au long de la journée, nous agissons de même avec d'innombrables objets, qui absorbent notre énergie et se relient à nous.

Le genre d'énergie-conscience que nous déposons sur un objet par les banderoles bioplasmiques, dépend de ce que nous ressentons pour cet objet : si nous l'aimons, nous l'emplissons d'amour ; sinon, d'une énergie d'aversion. Si nous sommes de mauvaise humeur en décrochant le téléphone, il en gardera des traces, et la même chose est vraie dans le cas contraire. L'objet emmagasine l'énergie dont nous l'avons rempli et la redistribue à ceux qui entrent en contact avec lui.

Les guérisseurs utilisent ce principe, lorsqu'ils chargent d'énergie guérisseuse un objet, morceau de tissu ou cristal, et l'envoient à un client, qui en absorbe l'énergie. Le guérisseur sait aussi charger l'objet à distance. C'est ainsi que fonctionnent les talismans de pouvoir ; on apprend aux chamans ou magiciens à conférer du pouvoir aux objets par des techniques claires et efficaces de concentration qui leur permettent de transférer leur énergie-conscience ; celle-ci se compose de sensations et pensées, pas de pensée pure, et je ne parlerai pas de *forme de pensée*, mais d'une forme de pensée psychonétique, par référence aux sentiments et à l'intellect ou pensée. Chacune d'elles épouse la forme des sensations et pensées qui l'ont conçue.

Des rituels accompagnent encore ces transferts, codifiant une procédure répétée à intervalles réguliers, avec des actions et des mots précis, et des objets où se fixe l'esprit tandis que l'on répète mots et actions. Au cours du rituel, il est

important de pouvoir susciter des sentiments spécifiques dont le pouvoir emplira la forme de pensée. En d'autres termes, le rituel permet de recréer à volonté et dans un but précis un certain type de banderole bioplasmique d'énergie-conscience, ou forme de pensée psycho-noétique ; le rituel est un acte conscient de création, et chaque fois qu'un individu le répète, il enrichit en énergie-conscience la forme psycho-noétique originelle, née au moment du premier rituel. Ceux-ci sont repris au fil des générations, et établissent un lien avec de puissantes formes de pensée étayées par le temps. Tous ceux qui se livrent à un rituel puisent holographiquement dans le pouvoir de la forme de pensée psycho-noétique et peuvent l'utiliser. En retour, ils renforcent l'objet des formes de pensée qu'ils créent pendant le rituel.

La visualisation créatrice fonctionne selon le même principe ; en vous concentrant, vous créez d'abord ce que vous souhaitez dans le monde psycho-noétique avant qu'il ne redescende automatiquement dans le monde physique sous forme de manifestation. Nous nous livrons sans cesse à ce jeu, sans même nous en rendre compte ; mais plus nous en prenons conscience, mieux nous choisissons nos créations.

LES CORDES QUI NOUS LIENT

Il existe un autre type d'interaction aurique dans les relations humaines, les cordes de lumière aurique qui nous relient les uns aux autres par l'intermédiaire de nos chakras équivalents, du premier au premier, du second au second, et ainsi de suite.

À l'époque où j'exerçais la profession de guérisseuse, je remarquai d'abord les cordes qui relient les troisièmes chakras ; ce sont, semble-t-il, celles que notre culture et notre vie détériorent le plus, et presque tous mes patients souffraient de problèmes à ce niveau. N'ayant jamais entendu parler de ces cordes, je ne compris pas au début leur signification, me contentant de remarquer le nombre qu'il me fallait extirper du troisième chakra, ou qui pendaient dans l'espace. Petit à petit, je compris que ces cordes reliaient mon patient à son entourage. Mon guide me donna pour instructions de les démêler, de les réparer et de raffermir les liens entre les deux personnes, et parfois de les enraciner dans le chakra du patient et même plus profondément dans le noyau. Heyoan a dit :

« Vous enracinez les cordes de ce que représente cette personne dans l'univers (fonction psychologique du devant du troisième chakra) profondément au cœur de son être, libérant ainsi un enchevêtrement malsain de dépendance. »

Peu à peu je compris, par ce qu'exprimaient mes patients, l'énorme influence de ce changement de cordes sur leurs relations, et sur les deux personnes concernées, je compris alors l'importance relationnelle de ces cordes, et l'effet obtenu sur la vie des gens en effectuant un travail direct dans le champ aurique. J'observai avec soin et travaillai les cordes reliant tous les chakras.

Ces liaisons existant à la quatrième couche et au-delà se produisent donc souvent avant même que n'apparaissent l'espace et la vie physiques tridimensionnels, et persistent après la mort, dans le monde astral ou spirituel, sans jamais se dissoudre. Souvenez-vous que la mort physique n'apporte que peu de changements aux couches supérieures du champ aurique. Selon Heyoan, il existe cinq principaux types de cordes :

Celles de l'âme, héritage de son lien originel à Dieu et de sa monade dans le monde spirituel.

Celles des vies antérieures, sur terre ou ailleurs.

Les cordes génétiques, provenant du lien avec les parents naturels.

Les cordes relationnelles développées au cours des rapports avec les parents.

Enfin celles qu'engendrent les relations avec d'autres êtres humains.

Les cordes de l'âme nous lient éternellement à Dieu, et à notre ange gardien ou guide personnel. Celles des vies antérieures nous rappellent des liens très anciens avec d'autres gens ; il nous arrive souvent, en rencontrant certaines personnes, d'être sûr de les avoir connues, de ressentir des liens indéfinis mais réels, d'aimer ou de souhaiter les mêmes choses, de travailler ensemble à réaliser ces souhaits. Nous retrouverons peut-être des bribes ou de vrais souvenirs d'une vie antérieure.

À ce propos, la prudence est de mise ; on a parfois tendance à justifier un comportement négatif en s'abritant derrière une vie antérieure, ce qui est dangereux : on blâmera l'autre pour les sentiments négatifs qu'il inspire ; on se voudra dominant, car on dominait dans le passé ; on s'autorisera des actes antisociaux, tel l'adultère ; autant d'abus du lien à la vie antérieure, autant d'accumulation de karma. Certes nous avons dans le présent les mêmes problèmes que dans le passé, mais atténués par ce que nous avons appris dans nos vies successives.

Les cordes laissées par les expériences de vie antérieure ne concernent pas seulement la vie terrestre ; outre l'incarnation humaine, nous avons connu d'autres formes de vie à d'autres endroits de l'univers. Nous commençons à habituer notre conscient à les ressentir, et il n'est pas rare, en regardant les

étoiles, d'y retrouver notre refuge d'antan.

Les cordes génétiques

Elles naissent au fond des chakras du cœur de la mère et de l'enfant *avant même la conception* ! J'ai vu flotter le champ du futur bébé juste à l'extérieur de celui de la future mère. Le premier effort de liaison émane de l'être sur le point de s'incarner. Si la mère redoute la grossesse, elle peut refuser l'épanouissement du chakra du cœur qui permet la connexion, et ne concevra pas ; c'est là une cause de stérilité féminine. Elle peut affronter sa peur en priant et méditant, la faire surgir et la guérir, ouvrant alors ce point si profondément enfoui en son cœur. L'ouverture du chakra du cœur activera le thymus, et s'il est harmonisé avec les autres glandes, en particulier ovaires et hypophyse, la conception devient possible. En renforçant ma résolution et mes observations, je remarquai des cordes reliant le chakra du cœur de la mère à l'ovule et celui du père à son sperme. Lors de la fécondation, ces cordes se relient à chaque parent et à l'enfant. Après la connexion génétique initiale, d'autres s'établissent dans tous les chakras, créant autant de liens avec vos parents et, puisque ceux-ci sont reliés à tous leurs enfants, avec vos frères et sœurs. Ce lien s'étend aux grands-parents, oncles, tantes et cousins et à toute votre lignée, rejoignant l'arbre de vie génétique jusqu'à son origine immémoriale. Il crée un immense réseau de cordes lumineuses reliant toute vie humaine aux premiers habitants de la terre, et indépendant de l'espace tridimensionnel. Vous êtes donc intimement lié à tous ceux qui vécurent sur terre et, s'il faut en croire la théorie évolutionniste, à toutes les formes de vie élaborées sur terre. Ces cordes de naissance transmettent notre héritage génétique sur le plan aurique. J'ai également remarqué le rôle des cordes génétiques dans les anomalies congénitales, tendances héréditaires à certaines maladies. On verra ainsi un enfant naître avec un trou entre les deux parties du cœur à cause de mauvais liens au quatrième chakra.

Les cordes relationnelles

Entre parents et enfant, elles sont tissées entre tous les chakras, et demeurent en place même si l'enfant quitte ses parents naturels. Dans le cas d'adoption, de nouvelles cordes poussent entre l'adopté et ses nouveaux parents, sans que s'effacent les premières cordes biologiques ni l'influence des parents naturels.

Le rôle des diverses cordes varie selon la fonction psychologique des

chakras :

Celles du premier chakra, profondément enracinées dans la terre, représentent l'ancrage du corps physique dans la terre et la relation avec l'autre.

Celles du deuxième chakra exaltent la fécondité de la vie dans la relation sensuelle et sexuelle.

Celles du troisième chakra expriment l'équilibre dans la relation entre soi et l'autre.

Celles du quatrième chakra symbolisent l'amour et la mystérieuse genèse de ce type de relation.

Celles du cinquième chakra évoquent la confiance en l'ultime valeur de la relation, et l'échange complètement sincère par le son, la parole, la musique et le symbole.

Celles du sixième chakra représentent l'extase d'une vision supérieure alliée à l'amour inconditionnel pour le partenaire de cet échange, le plaisir de voir en l'être aimé lumière et beauté, et l'accès à l'amour spirituel, tel que pratiqué par le Christ ou Bouddha.

Celles du septième chakra proclament le pouvoir d'intégration au divin esprit de Dieu pour envisager Dieu, l'univers et un autre être humain, et toute relation dans sa perfection. Elles permettent aussi d'équilibrer notre conception des mondes physique et spirituel.

L'état de ces cordes exprime la nature de notre relation à chaque parent. Elles mûrissent et s'affermissent en même temps que l'enfant. Leur nature reflète celle des relations créées par l'enfant, et les schémas enfantins se répéteront tout au long de la vie. Le modèle relationnel de l'enfant à sa mère détermine ses futures relations avec les femmes, celui de l'enfant à son père préfigurant ses relations avec les hommes.

Les cordes à gauche des chakras sont toujours reliées à une femme, et celles de droite à un homme. Il suffit donc au guérisseur de savoir de quel côté du chakra se pose le problème pour savoir si l'origine en est imputable à la relation au père ou à la mère, se répétant par la suite indéfiniment avec une personne du même sexe.

Chaque nouvelle relation occasionne de nouvelles cordes, qui évoluent au gré de la relation. Il faut l'accord des deux personnes pour que les cordes se fixent entre chakras, qu'il s'agisse de dépendance inextricable et malsaine ou d'harmonieuse interdépendance. La force des cordes épouse celle de la relation, leur nombre dépend des interactions et, plus généralement, du nombre de relations créées. L'état des cordes traduit la nature des relations et du lien ; si

elles sont saines, les cordes apparaîtront vives et brillantes, vibrantes et flexibles ; elles maintiennent intimité, confiance et compréhension, tout en laissant la relation s'épanouir dans la liberté et la souplesse.

En présence de relations malsaines, les cordes au contraire seront sombres, stagnantes et gluantes, ou raides, ternes et cassantes ; elles confinent la relation dans la dépendance et l'inflexibilité, et compriment l'individualité ; une relation avec une personne dont les cordes sont malsaines tue la spontanéité.

Des relations malsaines maltraitent les cordes qui nous relient ; si elles nous servent à freiner la relation, elles s'épaississent et s'alourdissent, tandis que la relation s'enfonce dans une rancune coléreuse et dépressive ; si l'un des partenaires essaye subrepticement d'arracher quelque chose à l'autre, il envoie un long tentacule d'énergie collant, qui s'agrippe au troisième chakra de l'autre pour pomper son énergie ; ou bien ces cordes se transformeront en crochets dominateurs. Si nous rendons les cordes raides et cassantes, ou faibles et pauvres, la relation sera la même que précédemment.

Mais lorsqu'une relation s'améliore, les cordes se mettent à briller, se chargent d'énergie, deviennent souples et solides ; à la longue, elles se pareront de belles couleurs.

Nous avons déjà mentionné qu'aux cordes de chaque chakra correspond une relation spécifique. Chaque nouvelle expérience donne naissance à de nouvelles cordes, et des relations intimes et solides, comme celles d'une mère et de son enfant, créent un réseau de liens à tous nos chakras, que n'effacent ni le temps ni la distance.

LES CORDES RELATIONNELLES DANS LES TRAUMATISMES

L'une des expériences les plus dures que nous impose la vie est la perte d'un être cher, par l'abandon, le divorce ou la mort. Les cordes en sortent très endommagées, et j'ai vu tous les chakras du devant du corps déchirés, et les cordes pendantes, après un tel traumatisme ; on parle d'ailleurs de déchirement, ou de privation d'une partie de soi-même, et bien des gens se retrouvent complètement désorientés. Dans le cas d'un divorce difficile, le partenaire qui souhaite la séparation tente de couper le plus de liens possible, déroutant l'autre et bouleversant son propre champ ; chacun souffre de ces ruptures qui concernent tous les aspects de leurs deux vies, et ont tendance à précipiter les partenaires dans de nouvelles relations hâtives où l'on retrouve les mêmes schémas négatifs, puisque les cordes n'ont pas été réparées. J'ai vu la séparation brutale de couples longtemps mariés nécessiter de cinq à sept ans pour trouver un nouvel équilibre.

Bien entendu, un guérisseur capable de travailler sur les cordes obtiendra un résultat beaucoup plus rapide. Les gens ne comprennent pas assez que toute séparation implique la dissolution de certaines cordes, et la permanence d'autres ; lorsque l'un des deux partenaires s'en va, le sort de l'autre dépend de la façon dont il ou elle se prépare à la séparation et renonce à l'ancienne dépendance ; des cordes malades résisteront à toute évolution, tandis que des cordes saines accepteront la transition, et garderont le lien, quoi qu'il arrive. Si l'amour a uni deux personnes, il demeure, ainsi que les cordes qui le représentent.

LES PROBLÈMES QUI ASSAILLENT LES CORDES RELATIONNELLES

Problèmes des cordes du premier chakra

Profondément enracinées dans la terre, ces cordes représentent le désir stable d'une vie physique en harmonie avec la terre et autrui. À ma connaissance, les principales causes de faiblesse ou blessures dans les cordes du premier chakra sont les suivantes :

Résistance d'un enfant à l'incarnation.

Traumatisme à la naissance qui perturbe le nouveau-né et empêche la connexion des cordes à la terre.

Épreuve physique dans la petite enfance qui a gêné le développement de la relation à la terre et donc l'implantation des cordes.

Mauvais traitements infligés à l'enfant qui, se sentant menacé, s'apprête à couper les cordes.

Émulation par l'enfant de parents non reliés à la terre.

Accidents ayant endommagé le coccyx et abîmé l'intérieur du premier chakra et les cordes.

Les dégâts des cordes du premier chakra se répercutent sur l'attitude du patient dans le domaine physique ; il aura du mal à se relier à la terre et à partager avec les autres une vie sportive et de plein air, et ne pourra absorber les énergies terrestres les plus denses, affaiblissant son champ et son corps physique. Un tel flottement engendre une profonde appréhension du monde physique ressenti comme hostile. Le patient se sent enfermé et torturé par son corps, se croit puni de quelque terrible méfait qu'il ne peut élucider, et dont il n'est jamais à l'abri.

La méditation n'est pas la solution de ce problème, puisqu'elle contribue à affaiblir les cordes reliées à la terre, rendant encore plus pénible le rapport au monde physique.

Maladies imputables aux cordes endommagées du premier chakra

La grande coupable est la faiblesse générale, d'abord asthénie, puis atteinte des glandes surrénales, dégénérant en cancer, sida ou maladie auto-immune telle la polyarthrite. L'évolution du mal est dépendante de l'état des autres chakras et de leurs cordes.

Exemples de guérisons et de leurs effets

J'ai eu le plus souvent affaire à des fractures du coccyx ou accidents survenus très tôt, qui avaient interrompu le lien à la terre. Pendant les séances, je restructurais le premier chakra et rétablissais l'ancrage de cordes dans la terre, permettant le réveil du système immunitaire, le renforcement du corps et l'accroissement de l'énergie physique du patient. Je me souviens particulièrement d'une femme atteinte du virus d'Epstein-Barr qui ne parvenait pas à se rétablir ; aucun de ses trois premiers chakras ne fonctionnait normalement, et son guérisseur avait concentré ses efforts sur le troisième, sans succès ; il me fallut réparer le deuxième, et surtout le premier chakra et relier les cordes à la terre, avant qu'elle n'éprouve une durable amélioration.

Problèmes des cordes du deuxième chakra

Elles symbolisent l'épanouissement de la fécondité vitale dans la relation sensuelle et sexuelle. L'harmonie dans ce domaine créera des cordes saines et fortes, mais tout désordre dans les cordes se traduira dans notre relation sensuelle et sexuelle. Tout contact sexuel fait apparaître de nouvelles cordes et le lien avec cette personne durera aussi longtemps que leurs deux vies. La multiplicité des partenaires a donc tendance à causer de la confusion ; mais il est toujours possible de purifier ces cordes, pour ne conserver que les aspects positifs de connexions qui ne se dissoudront jamais complètement.

Les causes les plus couramment observées de faiblesse ou blessures des cordes du deuxième chakra sont les suivantes :

Difficultés sensuelles ou sexuelles héritées à la naissance d'une vie

Difficultés sensuelles ou sexuelles héritées de la naissance d'une vie antérieure.

Manque d'intérêt pour ces questions dans l'environnement de l'enfant.

Rejet de l'expression sensuelle ou sexuelle de l'enfant par les parents.

Enfant molesté.

Viol hétéro ou homosexuel.

Pratiques médicales abusives sur un jeune enfant.

Mauvais traitements infligés par un partenaire sexuel.

Maladies imputables aux cordes endommagées du deuxième chakra

Sexualité languissante par suite de sévices.

Perversion sexuelle (résultant de tous sévices).

Incapacité à atteindre l'orgasme.

Stérilité.

Impuissance sélective.

Cancer de la prostate.

Infection vaginale.

Cancer du vagin.

Infection ovarienne.

Inflammation pelvienne.

Homosexualité due à des viols homosexuels répétés.

Ce qui n'implique en rien que l'homosexualité soit une maladie. Écoutons Heyoan :

« L'incarnation vise à l'accomplissement d'une tâche dans la vie qui implique tous les paramètres physiques, y compris le corps. Il arrive souvent que l'appartenance au genre féminin ou masculin ne s'accompagne pas de l'attirance classique pour le sexe opposé, inutile à l'individu dans cette vie. Aucun jugement d'ordre spirituel n'en découle, et la seule chose qui compte est d'exprimer sa sexualité avec amour, sincérité, sagesse et courage.

Nous pouvons envisager deux sortes d'homosexualité : l'une résulte d'un libre choix dans une certaine optique de la vie, et l'autre d'un traumatisme engendré par le karma d'actions passées. (N'oubliez pas que karma n'est pas punition, mais bien la conséquence du passé, qui peut ne se manifester qu'au bout de nombreuses vies.) Le traumatisme requiert un travail de guérison, qui ne débouchera pas forcément sur l'hétérosexualité, car le but recherché est avant

tout l'unicité de l'individu. »

Rappelons que les cordes endommagées ne sont pas les seules causes des problèmes de ce type dans le champ aurique ; mais ce sont celles qui nous intéressent ici.

Exemples de guérisons et de leurs effets

J'ai eu plusieurs fois l'occasion de rééquilibrer les canaux d'énergie qui relient le système endocrinien au niveau aurique pour vaincre des stérilités féminines. Il n'est pas rare que des cordes malsaines ou incrustées, reliquat de relations passées, empêchent une nouvelle connexion harmonieuse ; dans ce cas, mon rôle est de dégager et nettoyer les cordes anciennes, laissant le champ libre à la nouvelle relation, et à une conception. La collaboration des deux partenaires améliore ce processus.

Si, en revanche, cette coopération fait défaut et qu'il faut guérir les deux, la connexion des cordes ne se fait pas. J'ai reçu un jour une femme stérile dont le champ révélait un profond déséquilibre endocrinien ; au bout de trois séances, tout était arrangé. Or, à la fin de la dernière séance, son mari est venu la chercher, et je m'aperçus qu'il n'y avait aucun lien entre les cordes de leurs deuxièmes chakras ; je m'efforçai de les connecter, mais me rendis compte qu'il avait besoin d'un travail considérable, en particulier autour des organes sexuels ; ses deux premiers chakras étaient profondément endommagés, et son sperme trop faible pour féconder l'ovule. Mais il se montrait extrêmement sceptique et refusait le travail de guérison. Je ne pus donc rien faire, et ne fus pas étonnée que les analyses montrent un taux de spermatozoïdes peu élevé.

J'appris plus tard qu'ils avaient essayé l'insémination artificielle, sans succès à cause des problèmes physiques et auriques du mari. J'en suis restée triste ; peut-être aurais-je dû essayer de vaincre son scepticisme, mais j'avais trop de respect pour son libre arbitre.

Problèmes des cordes du troisième chakra

Elles représentent la clarté et le juste milieu des soins à soi et aux autres dans une relation. S'occuper d'un enfant veut dire assumer les tâches quotidiennes et dispenser de l'amour ; certains parents ne savent pas faire les deux.

Une relation traumatisante, généralement causée par un manque de soins ou un excès de contrôle d'un parent, endommage gravement les cordes ; dans les

deux cas, l'enfant aura tendance à déchirer les cordes entre son troisième chakra et celui du parent. La négligence se traduit par des bouts de cordes flottant dans l'espace, comme si l'enfant cherchait à qui se rattacher, et l'excès de contrôle incruste les cordes dans le troisième chakra de l'enfant, sans doute par mesure de protection, et le même traumatisme poursuivra l'enfant tout au long de sa vie. Plus le temps passe, plus ces cordes s'emmêlent et s'enfoncent, empêchant le troisième chakra de fonctionner; et la séquence suivante se déroule:

1. Le parent trop directif tresse des cordes étouffantes chez l'enfant.
2. Pour s'échapper, l'enfant déchire les cordes.
3. Puis il s'enroule en lui-même, et emmêle ses cordes dans son troisième chakra.
4. L'enfant est désormais incapable de connexions saines avec les autres, à cause du mauvais état de ses cordes.

Les victimes de ce processus souffrent de mauvais rapports avec leurs parents et leur prochain. L'imposition des mains par un guérisseur peut rendre la santé à ces cordes, qui resteront saines pour peu que les patients s'engagent dans des relations positives et saines, dont on prend vite l'habitude.

Maladies imputables aux cordes endommagées du troisième chakra

Elles concernent surtout les organes voisins; des cordes cassées ou incrustées à gauche du troisième chakra résultent de problèmes avec la mère et peuvent provoquer hypoglycémie, diabète, cancer du pancréas, indigestion ou ulcère. Quant aux dégâts aux cordes à droite du chakra causés par des problèmes avec le père, ils mèneront à un mauvais fonctionnement, une infection ou un cancer du foie.

Exemples de guérisons et de leurs effets

J'effectuai un jour une démonstration avec une de mes étudiantes, Carey, belle jeune femme grande et mince habitant près de Boston. Je la choisis parce qu'elle était trop silencieuse et je voulais l'aider; je voyais bien les cordes profondément incrustées dans son troisième chakra, reliées d'un côté à l'extrémité interne de son chakra, et de l'autre, également au chakra et non à sa mère. Mon travail consista à dégager les cordes enfoncées à gauche de son chakra, ce qui lui permit de respirer profondément et se détendre, et à les

replacer à gauche du troisième chakra maternel.

Ensuite je les remis en ordre et reliai certaines de leurs extrémités, signes de dépendance, au plus profond du troisième chakra de Carey, les enracinant au travers du niveau harique dans le noyau de son être, qui supervisera désormais le soin qu'elle prend d'elle-même et des autres. Puis j'ai relié le reste des cordes au chakra de sa mère, à distance, sa mère n'étant pas présente. Carey sentit ce lien maternel se recréer. L'écho de ce genre de séances est surprenant et presque toujours identique : la relation change radicalement ; le patient après la guérison éprouve le désir d'aborder le parent de façon différente et, à sa surprise, rencontre la même intention chez l'autre. Ainsi Carey et sa mère se sont-elles enfin découvertes ; la mère l'accepte comme elle est, et la relation ne cesse de s'enrichir.

La confusion s'installe parfois dans la relation à cause de distorsions dans les connexions de cordes. L'aura montre alors le contraire de ce que pense le patient : par exemple, le problème ne vient pas du père mais de la mère.

Prenons l'exemple de ma cliente Joyce ; elle comprit très tôt que sa mère ne lui procurait pas ce dont elle avait besoin, ce qui constitue pour un enfant une grave menace. Pour y échapper, Joyce arracha les cordes qui la liaient à sa mère au troisième chakra et les transféra sur son père, qui ne remplaçait pourtant pas la mère. Plus tard, Joyce essaya en vain de se faire mater par les hommes qu'elle rencontre ; elle fait appel à un thérapeute homme pour améliorer ces relations décevantes, et ne s'adresse pas à une femme, car elle n'attend jamais rien d'elles. On ne voit pas de dénouement heureux à cette situation ; Joyce va demeurer dans le transfert, et continuer à jouer les bonnes petites filles, même avec le thérapeute, qui finit par se prendre au jeu et ne voit pas l'ampleur du problème.

Un guérisseur un peu avisé sait qu'une patiente doit travailler ses relations avec les femmes avec l'aide d'une thérapeute ou guérisseuse. Il lui faut retrouver la terreur existentielle qui lui a fait rompre le contact avec sa mère, et apprendre peu à peu que les femmes peuvent lui donner autre chose que les hommes. C'est ainsi qu'elle assainira ses relations avec eux. Une guérisseuse peut démêler, réparer et rétablir les cordes déchirées entre la patiente et sa mère ; et la relation pourra s'épanouir à partir de ce blocage originel dénoué. Je me suis livrée à une autre démonstration sur une étudiante de deuxième année, Grace, en travaillant sur les cordes du premier, puis du troisième chakra ; six mois plus tard, je m'attaquai aux cordes du chakra du cœur ; et cet exemple illustre bien l'action progressive du processus de guérison.

Grace, menue, blonde et douce, est directeur financier et comptable dans un cabinet d'architectes. Les séances durèrent environ quarante-cinq minutes. Je me

concentrai d'abord sur le premier chakra, en ouvrant et enracinant les cordes dans la terre. Puis je restructurai le corps éthérique de la jambe gauche, dont mon HSP indiquait qu'il avait besoin de soins (Grace m'avoua plus tard que c'était sa mauvaise jambe). Je nettoyai ensuite le méridien vésiculaire le long de sa jambe gauche, avant de dégager et restructurer le deuxième chakra. Je consacrai plus de temps au troisième chakra de Grace, dont les cordes avaient souffert. Je les démêlai et les dégageai ; certaines étaient tellement enfoncées qu'elles s'étaient enroulées autour du conducteur vertical. Les guides enlevèrent les vieilles cordes et en remirent de nouvelles, ce que je n'avais jamais vu auparavant, car ils se contentaient de les nettoyer et les réparer. Ils insérèrent dans le troisième chakra une prothèse en forme de volant de badminton censée se dissoudre en trois mois. Six mois plus tard, j'interrogeai Grace sur les résultats de la guérison que j'avais pratiquée sur elle ; voici sa réponse :

« Ma relation avec mes parents changea à la suite de votre travail sur les cordes ; mon premier chakra s'ouvrit largement, je ressentis la force du lien. Quand j'arrivai à la maison, ma mère m'embrassa et me regarda avec une tendresse inusitée. Ses sentiments à mon égard étaient transformés, alors qu'elle ne les exprimait jamais ; elle voulut rester avec moi tout le week-end ; pendant qu'elle jardinait, je m'assis dans l'herbe et elle me posa mille questions sur la guérison. Elle était beaucoup plus à l'écoute de ma personnalité.

Je ressentis la même chose avec mon père ; un amour profond émanait de lui, et ses habituelles réticences s'estompaient. L'été fut plus détendu, sans aucune des provocations qui constituaient auparavant la base de notre relation. La stabilité du chakra dura cinq mois ; nous sommes en décembre, j'ai eu beaucoup de travail et ne fais pas assez de sport, et je sens le chakra chanceler. »

Grace me dit aussi que depuis, sa relation avec ses parents était « en sommeil », meilleure qu'avant les séances, mais moins expansive. En effet le premier chakra, plus solide qu'avant la guérison, était moins épanoui ; le troisième chakra chancelait un peu, à cause d'un bouchon, rouge sombre d'énergie stagnante en son centre. Je lui décrivis plusieurs moyens de le guérir ; je vis aussi que sa relation avec ses parents s'approfondissait et qu'elle devait faire l'effort de dégager, réparer et renforcer les liens des cordes du chakra du cœur entre ses parents et elle. Elle le fit, et constata entre eux trois une intimité grandissante.

Problèmes des cordes du quatrième chakra

On les appelle les « cordes sensibles », celles du mystérieux équilibre amour-bonne volonté dans les relations. Elles fonctionnent rarement parfaitement, et souffrent de relations amoureuses malsaines. Ce schéma commence dans l'enfance et ne cesse de se répéter en s'amplifiant.

Maladies imputables aux cordes endommagées du quatrième chakra

Elles proviennent le plus souvent de la blessure infligée dans une relation intime et vont d'une douleur au cœur à des palpitations, fibrillation et altération des tissus menant éventuellement à la crise cardiaque.

Exemples de guérisons et de leurs effets

Au cours de l'été 1991, je demandai à une jeune femme qui débutait dans notre atelier si elle me prêterait son concours pour une démonstration de techniques guérisseuses de pointe, et elle accepta. J'avais remarqué l'état de délabrement des cordes reliant le chakra de son cœur à celui de son défunt père ; elles formaient un amas, et certaines pendaient dans le vide. Je pouvais aussi voir dans le chakra du cœur des formes d'énergie-conscience psycho-noétiques venues de vies antérieures, et au lieu de tourner régulièrement dans le sens des aiguilles d'une montre, son chakra chancelait.

Cette avocate, écrivain à ses heures, qui vit dans le Midwest, choisit pour cette expérience le nom biblique d'Esther. En 1976, alors qu'elle étudiait le droit, on lui trouva une valvule mitrale défectueuse, sans véritable gravité, et aucun médicament ne fut prescrit. Il y a deux ans, Esther se mit à de violents exercices physiques, et les problèmes commencèrent : « Mon cœur s'emballa pendant plus d'une demi-heure, et l'on découvrit que je souffrais non de la valvule mitrale, mais d'une forme rare de fibrillation provoquée par le simple fait de me tourner à gauche, et occasionnant deux symptômes : tachycardie et arythmie. Le cardiologue me prescrivit un médicament pour éviter le risque d'embolie et d'attaque. »

Presque tout mon travail sur Esther fut concentré sur le chakra du cœur ; je débarrassai d'abord l'énergie stagnante, déliai et démêlai les cordes abîmées, que je nettoyai, chargeai et renforçai, avant de les relier correctement au chakra du cœur de son père. Les configurations de vies antérieures déferlèrent alors à la quatrième couche du champ. Je retirai du côté gauche de son cœur un long objet pointu qui ressemblait à une lance. Le HSP m'indiqua qu'elle avait dû être trahie et tuée dans un conflit antérieur. Il y avait aussi deux lourds boucliers sur son

cœur, placés là au cours d'une cérémonie d'un culte à une antique Déesse... À l'époque, les prêtresses se vouaient à la Déesse et au célibat, et les boucliers, couverts d'inscriptions, empêchaient de tomber amoureuse. Lorsque je pus les enlever, j'enlevai en même temps une armure d'allure médiévale.

De tels reliquats de vie antérieure demeurent dans le champ aurique sous forme d'énergie-conscience psycho-noétique non résolue et influent sur la vie actuelle ; la lance incline Esther à redouter la trahison du cœur, et les boucliers gênent sa relation avec les hommes. L'armure évoquait fortement Jeanne d'Arc et le martyr.

Une fois que ces objets eurent disparu, une puissante lumière jaillit du torse d'Esther, la plus belle et la plus brillante que j'aie jamais vue. Après les séances, Esther voulut cesser de prendre les médicaments ; je le lui déconseillai, car il lui fallait un avis médical, et je n'entendais pas poursuivre la guérison, puisque je ne prends plus de clientèle. Mais elle arrêta les médicaments de son propre chef.

Cinq mois plus tard, j'interrogeai Esther pour qu'elle me parle de sa propre expérience pendant les séances et de ce qui était arrivé depuis.

Esther : Mon souvenir le plus vif est une légèreté croissante tandis que vous enleviez les boucliers, alors que je n'avais jamais ressenti de poids... La référence à Jeanne d'Arc ne m'étonne pas, car j'ai toujours eu une tendance au martyr... Tous mes amis vous parleront de l'intensité de mon dévouement à toutes sortes de causes. Je vais parfois au-delà de mes forces. Je travaille pour la paix, pour l'aide légale, où je représente des femmes qui ont souffert de discrimination... Je suis une véritable féministe...

Le principal résultat des séances est que mon problème cardiaque a presque entièrement disparu ! Je souffre à peine d'arythmie, et lorsque cela se produit, j'ai appris à placer ma paume droite sur le chakra du cœur et à la faire tourner dans le sens des aiguilles d'une montre pour régulariser le champ d'énergie. Je me représente le chakra déficient et le calme ainsi.

Quant au médicament, j'ai cessé graduellement de le prendre, et en quinze jours, j'avais complètement arrêté. Le plus étrange et exaltant pour moi fut d'être à nouveau capable de me tourner sur le côté gauche dans mon lit sans que mon cœur batte la chamade.

Barbara : On dirait que quand vous vous tournez, vous dirigez votre conscient vers votre cœur, essayant instinctivement de changer le schéma.

Esther : C'est bien cela ; je rassure mon cœur, qui n'a plus besoin de s'emballer.

Mais le plus merveilleux fut de me réveiller un matin et de réaliser que j'avais dormi sur le côté gauche, et que je m'étais retournée au milieu de la nuit sans que mon cœur s'affole comme avant.

Barbara : Magnifique !

Esther : Je me sens tout de même un peu frustrée, car cette belle guérison aurait dû être complète... Lorsque ce miracle est arrivé, pendant que j'étais allongée sur la table, je vous ai prise pour un chaman ; vous aviez été capable de me délivrer, de m'alléger. Je me souviens que le lendemain, j'ai parcouru avec un pendule mon chakra du cœur, et il faisait toute la largeur de mon torse, merveilleusement ouvert... Mais je n'étais pas cent pour cent guérie, il y avait encore ces traces éphémères de maladie. Mon mari me dit que j'exige trop. Mais j'ai vraiment appris à établir un rapport entre mes émotions et mon corps, et que le champ d'énergie est pour moi un outil de communication des plus utiles... Cette expérience a été un vrai apprentissage. D'abord celui de ma responsabilité envers moi-même, ma guérison, mon champ d'énergie, que je maltraite souvent ; c'est d'ailleurs dans ces moments-là que mon cœur se réveille, comme s'il me disait de ne pas jouer les martyrs et de me calmer. Je me souviens que vous nous parliez de ceci à l'atelier, d'écouter nos corps, et nos maladies, et j'ai peut-être besoin d'un tout petit reste de maladie pour me servir de régulateur ; qu'en pensez-vous ?

Barbara : Mais c'est tout à fait cela. Vous avez senti qu'il vous fallait un garde-fou.

Esther : Oui.

Barbara : Et il viendra un jour où vous n'en aurez plus besoin ; vous saurez répondre à des sollicitations plus subtiles de votre corps.

Esther : Je n'en suis pas encore là. J'ai encore besoin d'être prévenue quand j'éparpille mon énergie ; je sais alors que je dois m'arrêter, recentrer le champ et travailler mon chakra, et je dispose maintenant des instruments pour le faire.

Ce que j'attends, c'est de pouvoir anticiper l'effritement de mon énergie, au lieu de le réaliser après coup. Alors, je serai tout à fait guérie.

Barbara : Bien. Et avez-vous remarqué des changements dans votre rapport à votre père ?

Esther : Et comment ! Les séances ont interrompu un voyage au mois d'avril avec un groupe de thérapie auquel je me joignais pour la première fois, et qui était consacré aux relations familiales dans la petite enfance. Après les séances, ce que j'ai fait de plus important a été de commencer à affronter l'image paternelle. Je ne me suis jamais bien entendue avec ma mère, et j'ai beaucoup travaillé là-dessus ; je ne m'occupais pas de mon père, par peur ou par colère, mais les séances m'ont permis de changer. En fait, je blâmais ma mère pour ce dont mon père était partiellement responsable. Je considérai alors ma mère avec plus de sympathie, pensant à ce qu'avaient dû être ces années de mariage avec un alcoolique, infidèle et profondément égoïste. J'ai opéré un transfert, ai pu le

confronter, et commencer à lui pardonner. Vous voyez qu'il y a eu des changements! »

Problèmes des cordes du cinquième chakra

Elles représentent la confiance en l'intention supérieure de la relation et l'échange sincère par le son, les mots, la musique et les symboles. La corrélation entre communication et intention supérieure est très intéressante. Quand le chakra de la gorge est ouvert et fonctionne bien, nous énonçons notre vérité, automatiquement alignée sur l'intention supérieure. Au début était le verbe, et le verbe était Dieu. Puis le monde est devenu manifeste ; notre parole devient manifeste dans le monde physique. Avec des cordes relationnelles saines, les vérités que nous échangeons attestent la manifestation positive de la relation, alignée sur l'intention supérieure de cette relation, qui prend alors tout son sens. Mais si les cordes du cinquième chakra fonctionnent mal, nous sommes incapables d'énoncer la vérité de l'intention supérieure de notre relation. Privée de but, elle devient douloureuse.

Toute relation a pour but d'apprendre. Elles se forment parfois uniquement pour compléter le karma, ou l'ensemble des leçons pas encore apprises, des expériences incomplètes qui nous suivent d'une vie à l'autre. Nous élaborons un plan de vie, qui intègre les relations importantes pour apprendre. Nous choisissons nos parents et nos familles. Choisissons-nous aussi nos « futurs partenaires » ? Avons-nous des âmes sœurs ? Écoutons Heyoan :

« Dans la grande sagesse de l'univers, beaucoup aspirent à une connaissance spécifique, une sagesse et un karma compatibles avec ce dont vous avez besoin, et vous pouvez les rencontrer. Plus d'une possibilité vous est offerte. En tout cas, la rencontre vous désignera votre partenaire pour tel moment de votre vie. Nous ne sommes pas loin de penser que tout être de la planète, et même ceux qui ne sont pas encore incarnés, est votre âme sœur. Mais si vous vous trouvez dans la vie investi d'une mission importante, vous serez plus attiré par celui dont la mission s'imbrique dans la vôtre. En ce sens, vous êtes vraiment âmes sœurs. Vous vous reconnaîtrez par l'harmonie des vibrations et de l'échange d'énergie, des liens, des idéaux, et par votre personnalité et vos mouvements à un moment donné. Une fois la leçon apprise, le karma est mené à bien, et la relation peut cesser d'être active, mais elle ne cesse jamais, car le lien demeure à jamais. Ou bien vous déciderez d'apprendre ensemble et pourrez passer une vie ensemble. Le choix vous appartient ; en ce qui nous concerne, il n'y a, de toute façon, pas

de séparation.

Vous pouvez aussi envisager le nombre de fois où vous avez été liés dans le passé. Si le cas s'est produit, vous vous reconnaîtrez en l'autre. Peut-être pourrez-vous croire que, vous étant rencontrés tant de fois, vous êtes vraiment des âmes jumelles. Un lien ne se perd pas, et la fréquence des liens accentue vos similitudes d'expérience, de sagesse et de cohérence de la conscience et de l'individualité.

Les relations perdurent au-delà du monde physique et entre deux individus dont l'un est libéré du physique. Il en est de même avec Dieu ; en fait, le rapport humain sentimental s'apparente de très près à l'expérience du divin, que l'on retrouve dans l'individualité de l'autre, tel un prologue des délices que nous connaissons avec Dieu. C'est la première étape des nombreuses fusions qui précéderont celle avec Dieu. »

Les cordes du cinquième chakra peuvent souffrir d'interactions brutales au nom de la vérité et de l'intention supérieure dans la relation, du souvenir des trahisons des vies antérieures, du traumatisme enfantin de n'être pas cru par les adultes, d'un parent qui assume mal sa responsabilité et maltraite l'enfant dont il a la charge, obscurcissant à jamais l'intention supérieure de cette relation.

Maladies imputables aux cordes endommagées du cinquième chakra

J'ai le plus souvent observé l'insuffisance thyroïdienne, le goitre, un mauvais alignement du cou et des maladies pulmonaires.

Exemples de guérisons et de leurs effets

Je reçus un jour la visite d'une femme d'une cinquantaine d'années que j'appellerai Lorie, et qui avait suivi une longue thérapie pour évacuer de nombreux problèmes dans sa vie. Elle souffrait alors d'insuffisance thyroïdienne, et d'une manière générale n'accordait aucune confiance aux relations. Je m'étendrai sur son cas, qui illustre bien la démarche progressive pour résoudre les difficultés des cordes de chakras héritées de l'enfance. Si l'histoire de Lorie est inhabituelle, l'état de ses cordes ne l'était pas, pas plus que la longueur de la guérison.

Lorie grandit dans le Midwest rural et conservateur ; assez solitaire, elle était bonne élève, avait peu de liens à sa mère, qui préférait le frère aîné et la jeune sœur. Mais elle adorait son père, se comportant comme le fils que le frère

refusait d'être, et ressentait une puissante jalousie envers la petite sœur trop gâtée. Ces premières expériences causèrent une distorsion des cordes la liant à ses parents : les cordes du premier chakra s'enracinèrent dans la terre. Celles du deuxième chakra se détériorèrent du côté gauche, maternel, puisque sa mère refusait toute sensualité ou sexualité ; dans ce domaine, Lorie reçut une éducation très stricte. Au troisième chakra, elle déchira les cordes maternelles, s'occupant trop de son père et en exigeant trop. Se sentant coupable d'entrer en compétition avec sa mère pour l'attention paternelle, elle avait au quatrième chakra des cordes trop enfoncées à gauche du cœur. Les cordes du cinquième chakra étaient toutes emmêlées, car Lorie ne connaissait plus sa véritable identité ; elle n'avait aucun modèle familial, et la dureté économique l'emportait sur la vie personnelle. Les cordes du sixième chakra se développaient au contraire très bien, car la famille respectait les connaissances et les idées, même si elle en échangeait peu. De même pour celles du septième chakra, car elle se sentait liée à la spiritualité religieuse de sa mère, et méditait silencieusement lorsqu'elle accompagnait son père à la pêche.

Une telle enfance suivit sa propre logique, et Lorie, s'appuyant sur les domaines où ses cordes étaient les plus solides, s'écarta de la vie de famille pour se concentrer sur ses études, où elle réussit bien, et fut admise à l'université. Tout se gâta lorsqu'elle commença à rencontrer des garçons ; elle était incapable de féminité, sa mère ne lui ayant jamais donné d'exemple.

Elle se maria ainsi deux fois. La première avec un homme plus âgé, pour ne plus être seule, et que l'on s'occupe enfin d'elle. Une semaine après la cérémonie, elle tournait en rond dans un petit appartement, se sentant complètement enfermée ; au bout de quelques mois, elle savait qu'elle n'avait rien en commun avec cet époux qui tripotait sa radio amateur toute la journée, et décida de faire une carrière. En cinq ans, elle y réussit et acquit son indépendance financière. Malgré la gentillesse du mari, le mariage vivotait, avec une vie sexuelle nulle, peu d'amis ou de distractions, et pas d'enfant. Lorie n'en voulait pas, n'ayant pas la moindre idée des soins à leur donner. Pour dissiper l'ennui, elle eut une liaison avec un collègue de bureau.

Pendant ce premier mariage, elle renforça considérablement les cordes du sixième chakra qui lui avaient procuré le succès financier, et libéra quelque peu celles de la sexualité, car son mari était tendre, sinon excitant, et elle cessa de considérer la vie sexuelle comme un devoir.

Envahie de culpabilité à cause de sa liaison, elle décida d'emménager avec son amant, avec des résultats d'emblée désastreux ; désirant sans le savoir une relation harmonieuse et incapable de communiquer, elle se montra exigeante, et son nouveau mari, enfant de parents alcooliques ; prit peur et réagit en la

maltraitant. Pendant plusieurs années, la situation empira. Lorie ne se rendait pas compte qu'elle créait ce cercle vicieux qui faisait d'elle une victime ; elle ne savait plus que faire ; si sa carrière prospérait, la vie à la maison était un enfer.

Les mauvais traitements endommagèrent gravement les cordes du deuxième au cinquième chakra. Elle n'y tint plus et chercha de l'aide. Elle commença une thérapie qui lui permit de mettre fin aux mauvais traitements en établissant des frontières nettes ; ce faisant, elle mit à contribution la connexion spirituelle du septième chakra avec son mari pour lequel elle se découvrit plus d'amour ; les cordes des chakras en bénéficièrent, mais celles des deuxième, troisième et cinquième souffraient toujours autant. Elle n'avait aucune compatibilité sexuelle avec son mari, exigeant ce qu'il se refusait à donner.

Elle était incapable de s'assumer, et son mari d'accepter ses exigences ; il l'évitait donc ou la rejetait. Le côté gauche de son troisième chakra commença à se déchirer, affaiblissant le pancréas et le système digestif. Elle dut suivre des régimes stricts. Puis le cinquième chakra empira. Elle se bagarrait constamment avec son mari, qui la menaçait physiquement et finissait par l'injurier et la maltraiter. Cependant, elle suivait une thérapie personnelle et conjugale, assortie d'un vrai travail corporel. Elle put ainsi enraciner sa prise avec la terre et consolider ses premier, quatrième, sixième et septième chakras. Finalement elle décida de mettre fin à son mariage et de s'améliorer seule. À la fin de cette expérience, les cordes de quatre de ses chakras fonctionnaient bien, tandis que celles des deuxième, troisième et cinquième avaient empiré.

Se retrouvant seule, elle se consacra à ces chakras malades, s'efforça de découvrir ses besoins, et comment les satisfaire sans se montrer exigeante. Elle renforça ainsi le cinquième chakra, le plus négligé depuis son enfance. Elle s'occupa mieux d'elle, consolidant le troisième chakra ; sa nouvelle liberté lui permit enfin d'explorer sa sexualité, qui s'avéra satisfaisante, et les cordes du deuxième chakra commencèrent aussi à guérir.

Au bout de deux ans, elle rencontra celui qui devint son troisième mari, éprouvant d'immédiates connexions sentimentales et sexuelles avec lui. Tout son travail lui permit de découvrir enfin quelqu'un de compatible ; son mari n'avait pas de problème sexuel, et s'occupait d'elle. Le second chakra cicatrisait. Pendant des années, son mari l'aida à se débarrasser de sa misère sexuelle accumulée, tout en lui prodiguant avec naturel, car il avait été élevé ainsi, des soins dont elle ignorait même l'existence. Elle se mit à l'imiter, et à consolider les liens avec sa famille, en particulier sa mère. L'assainissement des cordes du troisième chakra se répercuta sur ses relations avec son père et d'autres personnes de son entourage.

Lorsqu'elle vint me voir, Lori était en bonne voie de guérison, mais souffrait

encore du cou, de la mâchoire et de la thyroïde, et ne faisait confiance à aucune relation. Il lui était toujours impossible d'admettre une dépendance vis-à-vis de son mari. L'approfondissement de sa relation avec son mari la poussait pourtant dans cette voie ; comme toujours, elle réagit en se lançant à corps perdu dans le travail, au détriment de sa thyroïde, qui siège dans le cinquième chakra. La méfiance envers les relations commença à gêner sa carrière ; incapable de déléguer, elle travaillait entre soixante et quatre-vingts heures par semaine. Son énergie demeurait intacte, mais son corps s'épuisait.

Lorsqu'elle vint me trouver, il lui fallait affronter la nécessité de se rendre à l'intention supérieure de la relation qu'elle avait créée et de la conduire de concert avec son mari. Tandis que je dégageais les cordes de son cinquième chakra, Lorie commença à se laisser aller, rentrant plus tôt le soir, s'occupant de sa maison, faisant de la peinture. Elle passa davantage de temps avec son mari, l'accompagnant dans ses voyages d'affaires, et vice versa. En guérissant, elle comprit qu'elle avait elle-même maltraité ses employés, ne communiquant que par le blâme ou la colère, toujours à cause de sa méfiance dans les relations, liée au cinquième chakra.

Au bout de plusieurs séances, sa thyroïde reprit une taille et un fonctionnement normaux. Elle essaya d'améliorer ses relations avec ses employés et ses amis en imitant les bons communicateurs autour d'elle. Elle fit des efforts d'expression, et comprit qu'il lui fallait passer en revue toutes ses relations depuis le début, en découvrir l'intention supérieure et en tirer la leçon, afin d'atteindre l'équilibre dans ses relations ; elle consacra à cette tâche un an de méditation quotidienne, et progressa à grands pas.

Problèmes des cordes du sixième chakra

Elles représentent l'extase de l'échange avec un être où se mêlent jeu complexe des idées et amour inconditionnel, le plaisir d'aimer cet être de beauté et de lumière, l'accès à un amour spirituel tel que le pratiquaient le Christ ou Bouddha. Elles ont pu souffrir d'expériences de vie antérieure ayant imposé une religion.

Maladies imputables aux cordes endommagées du sixième chakra

Il peut s'agir de migraines, confusion, désorientation, désordres cérébraux telle la schizophrénie, ou troubles scolaires.

Exemples de guérisons et de leurs effets

J'ai eu la chance, en février 1992, dans un atelier de débutants, de travailler sur des cordes du sixième chakra. Pendant une pause au cours d'une de mes conférences, cette patiente, que j'appellerai Aida, vint me trouver et me posa une question sur sa dyslexie et celle de sa fille. Je vérifiai son sixième chakra que je trouvais, bien entendu, endommagé du côté droit ; les cordes qui auraient dû le relier au corps calleux ne reliaient rien du tout. En remontant le temps, je vis que le problème datait en partie de sa petite enfance et en partie de deux ans avant qu'elle n'attende sa fille, où elle avait eu plus de quarante de fièvre, et s'était fait enlever les amygdales. Les cordes censées relier son sixième chakra à celui de son père étaient également endommagées. Je voyais que son père l'abreuvait de ses idées négatives et qu'elle avait réagi en arrachant les cordes. Je lui demandai si elle voulait participer à la démonstration, et elle donna son accord.

Je commençai par aider Aida à prendre prise, en renforçant les deux premiers chakras affaiblis, et m'attaquai ensuite au troisième ; je dégageai leurs tourbillons bouchés et le conducteur d'énergie vertical qui court le long de l'épine dorsale jusqu'à la tête. Je retirai de sa tête et de ses épaules un sombre linceul semblable à un nuage qui était là depuis longtemps, et elle se sentit plus légère, libre et soulagée.

Les difficultés matérielles du père d'Aida l'avaient rendu pessimiste et il essayait d'inculquer cette attitude à sa fille qui savait pourtant déjà, mieux que son père, qu'il fallait élucider un problème avant de lui trouver une solution. Selon Heyoan, Aida toute enfant avait coupé au sixième chakra le lien au corps calleux pour ne pas adopter le pessimisme paternel, et se rendit ainsi dyslexique. Tout en lui décrivant ce qui était arrivé, je démêlai son conducteur vertical. Puis, Heyoan lui donna les explications suivantes :

« En s'incarnant, chacun a le choix de créer la dyslexie pour ne pas oublier l'importance d'aller jusqu'au fond du sujet avant de proférer un jugement intellectuel. Le système scolaire ne vous aurait pas permis de privilégier votre cœur ; vous avez donc temporairement renoncé à la capacité d'absorber des informations provenant d'une source dont vous pensiez qu'elle détruirait votre cœur. Vous aviez bien vu ce dont la terre a besoin et en vous incarnant vous avez décidé d'offrir le don d'enseigner aux autres afin de préserver le cœur au détriment de l'esprit rationnel. Vous êtes maintenant relevée de ce don, et nous pouvons travailler ces cordes. »

Tandis que je m'appliquais sur les cordes des sixième et septième chakras, Heyoan poursuivit ainsi :

« Toutes les cordes à l'arrière des chakras ont à voir avec des relations passées qui n'ont plus d'effet sur cette incarnation, tandis que celles de devant l'affectent directement. » Je reliai les cordes de l'extrémité interne du sixième chakra au corps calleux, puis démêlai et nettoyai celles de devant en demandant à Aida si elle acceptait de retrouver un lien profond avec son père, ce qu'elle fit. En établissant une connexion télépathique avec son père, je vis qu'il avait le cœur lourd et se sentait frustré ; mais il me dit (toujours par télépathie) qu'il se sentait mieux. Je travaillais (à distance) sur son troisième œil pour atténuer les idées négatives, et reliai sa tête à son cœur ; au même moment, certaines des cordes sur le devant du chakra d'Aida passèrent derrière. Heyoan expliqua alors : « Vous venez de vous débarrasser de certains de ces problèmes. »

Au fur et à mesure que se reliaient les cordes entre les sixièmes chakras d'Aida et de son père, se formait une nouvelle relation. Je me concentrai alors sur les cordes liant le chakra du cœur d'Aida à son père, et vis sa colère et son refus passés. Elle me dit : « Je prétendais que mon père était mort. »

Heyoan dit alors :

« Vous finirez par comprendre pourquoi il est si important d'accepter tel quel l'amour de votre père, selon son ancienne et sa nouvelle expression. Il vous faut accepter la façon qu'a chaque individu d'exprimer son essence. Vous ne l'avez pas fait dans le passé avec votre père ; que cela vous serve de leçon : c'est ce refus d'accepter l'essence individuelle d'autrui qui vous bloque dans votre relation avec les hommes, qui ne sont jamais à la hauteur de vos rêves. »

À ce moment-là, Aida arrêta l'entrée des cordes dans son cœur, et je dus lui demander si elle acceptait que son père, avec tous ses défauts, pénètre dans son cœur comme il le souhaitait, malgré la douleur qu'elle ressentirait du fait de sa longue absence. Elle laissa faire, et tandis que les cordes se reliaient à son cœur, sa respiration s'intensifia. Elle convint qu'elle se sentait autre, plus vivante. Et pendant que je travaillais, Heyoan continuait à parler :

« Amarrez profondément ce lien dans l'âme, dans l'œuvre de votre vie, l'acceptation de la réalité de l'autre, la vérité qui en découle, les points de communion ; vous n'y parviendrez qu'en admettant l'autre en votre cœur, chacun conservant sa liberté de penser ; les vérités individuelles peuvent ainsi coexister,

dans le dualisme et pourtant l'unité spirituelle. »

Je parachevai la connexion dans l'âme d'Aida au niveau harique, et passai au noyau pour en dilater l'essence. Je lui dis alors : « Sentez ce qu'il y a en vous d'unique sur la terre, la lumière qui traverse votre corps, jaillie de votre noyau rayonnant. »

Cette lumière se diffusa sur l'auditoire. On voyait bien la force de vie qui inondait Aida. Heyoan conclut ainsi : « Ce schéma particulier passe d'une génération à l'autre. Il ne représente qu'une sorte de dyslexie ; il en existe trois ; j'en reparlerai dans le futur. »

Je donne toujours suite, aussi longtemps que possible, à une guérison, pour en connaître les effets à long terme. Celle d'Aida date de cinq mois, mais je voulais en consigner les résultats dans ce livre, en ce qui concerne les relations avec son père et la dyslexie :

Aida : Ma relation avec mon père a beaucoup changé, elle est plus tendre, plus positive ; j'ai absous le passé et renforcé le lien, et la guérison m'a certainement apporté une belle expérience.

Barbara : Votre père vous traite-t-il différemment ?

Aida : Oui ; je ne pouvais jamais compter sur lui, et maintenant, il est toujours disponible. Je me sens aimée comme jamais, je communique mieux avec lui ; il m'a parlé de son enfance, des mauvais traitements infligés par son beau-père et une mère alcoolique et elle-même maltraitée. En apprenant ce triste passé, j'ai pu accepter et pardonner la façon dont il nous avait traités, sa dureté et sa rage incontrôlable.

Barbara : C'est merveilleux.

Aida : Parlons maintenant de la dyslexie. Je me sens plus organisée, mais il subsiste une zone de désorganisation, dont je prends mieux conscience. Je vois mon problème, surtout avec les nouveaux mots, et surtout je l'accepte mieux.

Barbara : Il y a donc un progrès, puisque vous êtes devenue consciente de votre attitude ?

Aida : Certes.

Barbara : C'est très intéressant, c'est le premier pas vers un changement.

Aida : Je le crois. Je sens l'ébauche d'une transformation. Au cours d'une vision, je me suis vue comme un morceau de bois mort, à qui ma lumière intérieure rendait la vie. Puis j'ai revu mon visage, mais mon corps vibrait de vitalité, et je viens seulement d'en comprendre la signification. On dirait que ma vie se réorganise, moins centrée autour de mes enfants, qui vont quitter la maison pour poursuivre leurs études. Je pense moi-même les reprendre, et suis

peut-être attirée par la guérison. Pourtant, ma peur de me laisser aller est toujours là, mais je veux être prête à accomplir l'œuvre de Dieu. Je me suis inscrite dans un cours qui traite les troubles de la communication. Puis-je être guidée ? Suis-je bien dans ma voie propre ?

Barbara : Sans aucun doute.

Et Heyoan d'ajouter : « Les troubles de la communication concernent directement ce dont nous parlons. »

Problèmes des cordes du septième chakra

Également reliées aux hautes sphères, elles symbolisent l'accès à l'esprit divin dans la relation avec Dieu, l'univers et un autre être humain, la compréhension du schéma idéal d'une relation et la capacité d'y intégrer les mondes physique et spirituel.

Maladies imputables aux cordes endommagées du septième chakra

On peut rencontrer la dépression, un défaut de maturation du développement normal du corps, des migraines et troubles mentaux telle la schizophrénie.

Exemples de guérisons et de leurs effets

Les cordes du septième chakra sont liées aux relations qui existent dans la vie de l'âme entre incarnations humaines, à notre héritage spirituel, qu'il tende vers Dieu et des êtres spirituels reconnus, ou à des créatures d'apparence plus ésotérique. Les cordes de ce chakra sont généralement abîmées avant la naissance, lors de la conception ou dans l'utérus, pour des causes toujours liées à la difficulté de l'incarnation, un corps privé de connexion spirituelle ou un esprit incapable de s'intégrer au physique.

Ainsi les enfants retardés n'ont-ils pas complètement intégré leur corps, ce qui leur cause une grande frayeur. N'ayant pas eu le privilège de travailler avec des patients mentalement attardés, j'ignore si c'est le corps qui a été blessé en premier, les empêchant de l'investir, ou si le corps a souffert de leur refus d'y entrer. J'ai tendance à penser que les causes varient. Les enfants retardés sont d'admirables professeurs et s'offrent parfois à s'incarner sous cette forme pour aider leur famille de naissance. Je connais au moins un cas où un guérisseur a pu amener un enfant retardé à un développement normal après des années

d'impositions des mains quotidiennes.

Quant à nous qui nous déclarons normaux, nous pouvons attribuer à une raison principale le fait de n'avoir pas complètement investi nos corps et les problèmes des cordes du septième chakra qui en résultent. La connexion spirituelle nous sert à échapper à l'incarnation et à l'obligation de nous comporter en êtres humains résidant sur terre, manœuvre défensive dictée par la peur.

Cette démarche est particulièrement prisée des étudiants guérisseurs ! Une fois la peur abolie grâce au travail sur les cordes, ces étudiants comprennent qu'en raison de leur condition humaine, leur spiritualité ne peut se réaliser que dans cette perspective, et ils se mettent à spiritualiser la matière au lieu de lui échapper.

Il existe un problème fréquent des cordes du septième chakra chez ceux qui se croient venus d'un autre système stellaire, hors du système solaire et d'une culture avancée. Ils se croient sur terre par erreur, regrettent leur « vraie patrie » et s'accommodent mal d'un corps physique. L'on voit au HSP que ces êtres sont liés par les cordes de leur septième chakra à d'autres systèmes stellaires et aux créatures extrêmement évoluées qui habitent ces planètes. Ils s'intitulent enfants des étoiles et prétendent n'avoir jamais auparavant été incarnés sous forme humaine. Leur guérison se présente donc sous un aspect différent, car ils refusent leur connexion non seulement à la terre mais aussi à l'autre endroit, et ont même arraché les cordes qui les y liaient, tout en désirant y retourner, ce qui est impossible ; toute connexion stable leur est dès lors pratiquement interdite.

Car ils résistent aussi à l'incarnation. J'ai découvert que la meilleure façon de les aider à intégrer leur corps et se relier à la terre est de réparer ces cordes rompues et de renforcer leur lien à l'autre système stellaire, en les rattachant à l'élément en eux qui a accepté en tout amour et puissance de venir sur terre. Les cordes réparées les sustentent, et une fois la connexion complètement établie, ils intègrent leur corps et revendiquent leur humanité au point d'admettre qu'ils ont déjà été incarnés.

Certains de mes lecteurs seront peut-être abasourdis, et je leur rappellerai ma devise : « Ne demandez pas si c'est pour de vrai, mais seulement si c'est utile. » Et cela marche ! Les conseils qui accompagnent généralement ces guérisons visent à apprendre aux patients à accepter leur origine holographique universelle et non réduite à un système stellaire spécifique. Étant tous reliés holographiquement à tout, nous avons théoriquement la possibilité de nous souvenir de toutes les vies partout, comme si nous les avions vécues nous-mêmes.

J'ai eu maintes fois l'occasion de travailler sur des cordes du septième

chakra ; le processus est toujours le même : bien dégager, démêler, nettoyer et rétablir la connexion. J'ai vu dans un de mes cours une étudiante reliée par les cordes de tous ses chakras aux habitants planétaires d'un système stellaire particulier. Je procédai à la guérison en commençant par le septième chakra jusqu'au corps, réparant et reliant toutes les cordes qu'elle avait sectionnées. Par la suite, elle intégra beaucoup mieux son corps, et a atteint l'harmonie.

Une autre fois je tentai la guérison d'un patient déprimé en réparant les cordes de son septième chakra. Ce patient se sentait bien relié à la race humaine, mais considérait la vie comme un passage absurde et limité vers le néant, sans le moindre rapport à Dieu, et cela le déprimait. Au bout de plusieurs séances de réparation de ses cordes, il commença à éprouver le lien universel, y compris au divin, oublia la dépression et profita d'une vie devenue plus significative. Il changea de vie professionnelle, abandonnant la comptabilité pour devenir thérapeute et se vouant à aider les autres à donner un but à leur existence.

Parvenue à la fin de ce chapitre et devant la masse d'informations recueillies, je ne peux que m'étonner de l'importance de nos relations, passées et présentes, dans notre développement personnel, notre santé et notre guérison. La mode veut que chacun de nous crée sa propre réalité, et il s'ensuit une vague d'isolationnisme dans certains groupes spirituels, alors qu'en réalité, dans la perspective holistique, notre réalité est tressée avec les autres, par nos connexions et interactions auriques, par nos relations passées et nos cordes génétiques. Nous sommes l'aboutissement d'une évolution physique et aurique remontant à des millions d'années, et nos cordes auriques ont incontestablement suivi le même développement, puisque notre capacité de relation ne cesse de se modifier.

Certes nous créons notre propre expérience de la réalité, mais qui est donc ce « nous » ou « je » créateur ? La meilleure façon d'envisager ce concept d'une réalité créée dans un contexte de travail de transformation et de guérison est sans doute la suivante : *ce ne sont pas nos relations qui nous rendent malades, mais nos réactions énergétiques et psychologiques à ces relations*. Aucune interaction aurique ne saurait intervenir sans l'accord des partenaires, mais elles sont le plus souvent automatiques et inconscientes.

Nos interactions négatives dans une relation mènent à des cycles de guérison où nous réfléchissons profondément et progressons vers l'individuation, dont j'ai dit au début de ce chapitre qu'elle est l'objectif principal de l'expérience de vie à la quatrième couche du champ. Envisagés du point de vue le plus large, le développement de l'être par lui-même ou l'individuation par incarnation fonctionnent. Les maladies imposées par nos réactions négatives dans la relation nous aident à déterminer qui nous sommes et ne sommes pas. Les relations

réussies nous enseignent qui nous sommes, même si elles sont douloureuses et mènent à la maladie. Si une relation ne nous fait pas progresser par une meilleure connaissance de nous-mêmes, elle n'est pas réussie.

Nous ne prétendons pas pour autant qu'il faille persister dans les relations pénibles, qui nous permettent en tout cas de découvrir que nous méritons et pouvons obtenir un sort plus heureux. Plus nous nous connaissons et allégeons notre dépendance réciproque, mieux nous saurons approfondir cette connaissance dans une relation harmonieuse. Plus nous progressons dans l'individuation, plus nous acquerrons d'interdépendance.

Observations d'interactions auriques au cours des relations

L'amour naît de nos rencontres, communion et séparation. L'effet en est immédiatement positif, et la joie envahit notre vie. Lorsque la rencontre est orageuse, elle est l'occasion de leçons de vie ou de cycles de guérison qui peuvent être mal acceptés, mais connaîtront une issue positive une fois que les leçons sont apprises et les guérisons menées à bien. Ces divers mouvements apparaissent dans les interactions du champ aurique.

Nous avons longuement discuté au chapitre XIV des trois manières principales d'influencer les champs réciproques ; elles s'avèrent positives ou négatives. Dans le premier cas, tout va bien ; nous établissons des connexions positives grâce aux cordes des chakras, échangeons de l'énergie positive par nos banderoles bioplasmiques, exalons nos vibrations et nous offrons réciproquement clarté et légèreté par induction harmonique. Chacun accepte l'autre sans s'efforcer de le manipuler, sait ne pas se faire maltraiter, garde un bon équilibre et communique bien.

INTERACTIONS AURIQUES NÉGATIVES DANS LES RELATIONS

Mais nous cultivons aussi, par peur et ignorance, et le plus souvent inconsciemment, interactions et manipulations réciproques négatives par nos champs. Nous essayons d'aligner les inconfortables pulsations de l'autre sur les nôtres par induction harmonique, tirillons en tous sens les banderoles d'énergie bioplasmiques ou bloquons le flux énergétique, et cherchons à enlacer l'autre des cordes qui nous relient. Ces mouvements invisibles à l'œil nu n'ont pas de secret pour le haut sens de perception.

Les interactions obéissent à quatre directions : poussée, traction, blocage ou passage d'énergie, diversement maniées par les partenaires. Examinons le schéma-type d'une relation intime : elle réclame son amour, et s'efforce de le lui

arracher ; or, il veut la paix, et l'écarte d'un puissant souffle d'énergie, ou referme son champ, pour qu'elle n'y ait pas accès.

Pensez maintenant à vos propres interactions ; confronté à une poussée d'énergie, la repoussez-vous ou l'acceptez-vous ? La bloquez-vous ou la laissez-vous passer ? La plupart d'entre nous repoussent ou bloquent. Nous avons tous élaboré nos interactions types fondées sur les contrats dont nous avons parlé au chapitre XIII, de façon routinière et inconsciente, avec des résultats variables. Toutes participent d'un système de défense érigé contre des dangers imaginaires, et nous supportons parfois mal les défenses d'autrui.

Si nous ne parvenons pas à contrer l'énergie négative de l'autre dans un esprit positif de guérison, alors s'enclenche le cercle vicieux de la négativité, l'escalade des distorsions défensives qui aboutit à la domination totale de l'imagination et de la projection. Les interactions peuvent alors devenir douloureuses et dangereuses, entre couples, groupes ou nations, et dégénèrent trop souvent en guerres. Le jour où nous aurons réussi à éviter ces dangers sur le plan personnel, nous pourrons envisager de les juguler sur le plan national.

Des interactions négatives trop rudes risquent de dévaster le champ ; certaines de ces blessures cicatriseront toutes seules, d'autres dureront des vies entières, parce que les victimes n'auront pas le courage d'en faire l'expérience directe et les enfouiront sous un bloc d'énergie. Mais il est possible de les guérir par l'imposition des mains et une démarche personnelle.

Vingt ans d'observation des champs auriques m'ont appris que toutes les blessures profondes ont pour origine des interactions relationnelles négatives au cours de nos vies présente et antérieures ou un traumatisme physique de naissance ou accidentel. J'ai même découvert que des réactions tardives à une mauvaise interaction sont responsables de la plupart des accidents survenus à mes patients. Autrement dit, la bonne santé est inséparable de bonnes interactions, et le contraire ne mène qu'à la maladie et aux blessures.

Il m'est arrivé récemment de me livrer à une démonstration de guérison sur une jeune femme venue d'Allemagne dont le genou gauche avait été endommagé quelques années auparavant. La vision interne me permit de voir qu'un des ligaments sous la rotule était un peu arraché, et affaibli. En remontant le temps avec le HSP, je la vis à bicyclette, faisant un vol plané après avoir heurté un objet qu'elle n'avait pas vu, toute préoccupée par une dispute récente avec un jeune homme. Elle me confirma le lendemain l'exactitude de ces renseignements.

L'importance primordiale d'une expérience relationnelle négative sur notre santé devrait nous inciter à apprendre l'art de l'interaction saine et porteuse de guérison. Je présente dans ce chapitre les systèmes les plus caractéristiques de

défense énergétique et leurs réactions négatives préjudiciables à nos champs et à notre santé. J'enchaînerai ensuite avec l'exposé des réponses positives qu'il convient d'apporter pour que chacun parvienne à la bonne santé.

À LA DÉCOUVERTE D'UNE ORGANISATION APTE À RÉSOUDRE LES INTERACTIONS NÉGATIVES

J'aurai recours pour classifier les schémas de défense énergétique usuels aux cinq *structures de caractères* de base utilisées en bioénergétique. Vous y trouverez plus ou moins de ressemblance avec votre propre cas.

Les psychothérapeutes corporels font souvent référence au terme de structure de caractère pour décrire certains types physiques et psychologiques. Certes, la génétique détermine notre physique mais le développement de nos corps dépend de l'enfance, et du rapport avec les parents. Il existe d'ailleurs des similitudes corporelles entre les gens qui ont eu une enfance semblable, puisqu'ils ont la même dynamique psychologique de base. Ces diverses dynamiques dépendent aussi de l'âge auquel l'enfant a ressenti le traumatisme qui a abouti au blocage de ses sentiments, conséquence du blocage d'énergie dans le champ aurique et de l'édification d'un système de défense. Le traumatisme ressenti par le fœtus s'exprimera différemment de celui ressenti au stade oral, à l'apprentissage de la propreté ou à la puberté. Les individus et les champs évoluent en effet aux diverses époques de la vie.

Je suis moi-même persuadée que les circonstances et expériences de notre enfance sont déterminées par les systèmes de croyance hérités de vies antérieures et d'autres niveaux de réalité. C'est bien avant notre naissance qu'ont été initiés les événements de notre vie ; d'aucuns parlent de « karma » et de « mauvais karma » punissant nos actes ; or karma n'est pas punition, mais la simple loi de cause à effet, des circonstances présentes résultant de nos actions passées.

La portée de ces événements sur nous dépend entièrement de la vision que nous en donnent les systèmes d'images et de croyance que nous transportons de vie en vie jusqu'à leur assainissement. Chaque fois que la vie nous replonge dans ces événements spécifiques, une nouvelle chance de guérison nous est offerte ; s'ils ne nous parlent que de négativité, nous en ferons une expérience terriblement douloureuse, que nous prendrons peut-être pour la punition de choses passées et oubliées. Mais si nulle croyance négative n'accompagne un événement, nous l'aborderons sans nous accuser, et si douleur il y a, elle ne sera pas écrasante.

Selon Heyoan, nous sommes sur terre de notre plein gré, et pouvons nous en aller de même, sans l'implication d'aucun jugement. L'impression de punition provient uniquement de notre système de croyance. Ainsi ai-je souvent entendu des gens qui se déniaient tout pouvoir prétendre qu'ils en avaient abusé dans le passé et en étaient désormais privés. Ces abus sont plausibles, comme le sont leurs répercussions dans le présent, qui donnent précisément l'occasion d'apprendre enfin à utiliser le pouvoir à bon escient. L'univers est trop efficace et équilibré pour avoir recours à la punition, et se contente de nous apporter les leçons précises dont nous avons besoin.

La structure de caractère est donc la trame de distorsion du champ et le déséquilibre physique résultant d'images et systèmes de croyances négatifs mis en place depuis un temps immémorial. Bref, c'est l'effet de ces images et croyances sur nos psychés, nos champs et nos corps. Nos parents ne sont pas responsables ; ce sont les circonstances et relations de notre enfance qui ont évoqué et cristallisé ces éléments négatifs qui nous suivent pour être guéris. Voilà pourquoi c'est nous qui avons choisi ces parents et ces circonstances.

Les cinq structures de caractère principales en bioénergétique sont les suivantes : schizoïde, orale, déplacée ou psychopathe, masochiste et rigide, qu'il ne faudrait pas concevoir en termes purement freudiens ; cette nomenclature a été élaborée par le D^r Alexander Lowen, élève du D^r William Reich, lui-même élève de Freud. Versés dans la psychologie freudienne, ces pionniers se sont alors voués aux rapports entre les découvertes de Freud, le corps et sa bioénergie, inventant ces nouveaux termes. J'ai longuement parlé dans mon livre *Le Pouvoir bénéfique des mains* de la structure aurique de chacun de ces caractères et du développement du champ. J'insisterai ici sur de nouvelles visions de chacune de ces structures et du système de défense qui les sous-tend.

Qu'entend-on exactement par structure de caractère ? Trop souvent, après une rapide étude, les gens se définissent pleinement par simple caractérologie, annonçant fièrement « Je suis un schizoïde » ou « Je suis un rigide ». Je dirai donc d'emblée que la structure de caractère ne vous aide en rien à vous définir ; elle balise plutôt ce que vous n'êtes pas, ce que vous craignez d'être. Mais elle vous montre comment vous empêchez l'essence de votre nature de se manifester, les déformations que vous vous imposez, le reniement de ce que vous êtes vraiment ; à chaque structure de caractère correspond un schéma défensif qui vous déforme puis vous exprime en conséquence.

Cette expression est immédiate, trop rapide pour permettre à notre esprit de prendre une décision. À un certain niveau de stress, la réaction sera toujours dictée par le système de défense habituel, mis en place dans l'enfance pour faire face, et qui protège obstinément l'enfant vulnérable en nous d'un monde hostile

inventé par nos images et croyances négatives. Mais ce système de défense contribue aussi à créer ce monde hostile en impartissant à nos croyances le manteau de la réalité, nous renvoyant éternellement à nos expériences négatives.

Une structure de caractère érigée en défense résulte d'un sentiment d'insécurité, d'une peur spécifique. Les faiblesses du champ aurique et du corps procèdent directement de la distorsion habituelle imposée par la défense. Caractère et actions défensives se conjuguent pour créer une façon de vivre qui à son tour génère des expériences qui authentifient notre peur. Cette façon de vivre engendre aussi une relation négative au temps, tandis que chaque défense déforme la relation au noyau. La guérison implique que soient satisfaits les besoins physiques et spirituels afférents à ces défenses.

La [figure 15-1](#) recense les particularités défensives de chaque structure de caractère, et toutes seront étudiées plus longuement. Nous explorerons les moyens d'une interaction sereine porteuse de sécurité et apte à nous faire renoncer aux conséquences catastrophiques de nos tortueuses défenses habituelles. N'oubliez pas que le but d'une parade apaisante contre la défense est d'aider les deux partenaires à recouvrer le plus vite possible le sens de la réalité et de la communion. Derrière l'armure de la structure de caractère, l'autre exigera votre acquiescement à ses vues faussées; en acceptant, vous renforcez sa défense. De même ne devez-vous pas vous laisser dominer par la défense de l'autre, ce qui l'enfoncerait dans ses illusions sur le fonctionnement du monde.

Vous rencontrerez partout ces schémas défensifs auriques, en vous et dans vos relations intimes, et vous découvrirez l'arsenal varié de défenses auquel vous faites appel selon les circonstances. Il est même possible de le quantifier, trente pour cent de schizoïde, dix pour cent d'orale, cinq pour cent de psychopathe, quinze pour cent de masochiste et quarante pour cent de rigide, par exemple, traduisant le pourcentage d'aspects majeurs de chaque structure de caractère en vous.

Figure 15-1 :
Aspects défensifs des structures de caractère

	Schizoïde	Oral	Psycho- pathe	Masochiste	Rigide
Motif central	Terreur existentielle	Subsistance	Trahison	Invasion et vol	Authenticité, déni de sa véritable nature
Peur	Habiter le corps humain en tant qu'individu	De manquer	Se laisser aller à la confiance	D'être contrôlé, de se perdre	Imperfection
A fait l'expérience	Agression directe	Privation, abandon	A été utilisé et trahi	A été envahi et humilié	Refus de la réalité psychologique et spirituelle
Action défensive	Quitte le corps	Aspire la vie	Contrôle les autres	Exige et résiste en même temps	Agit comme il convient, au détriment de l'authenticité
Résultats de l'action défensive	Corps affaibli	Incapacité à métaboliser sa propre énergie	Agression et trahison tournées vers soi-même	Dépendance ; incapacité à différencier soi et les autres	Incapacité à faire l'expérience de soi-même ; le monde est faux
Rapport à l'essence du noyau	À l'expérience de l'essence d'union, redoute l'essence d'individuation	Ressent l'essence d'individuation comme insuffisante	Craint que l'essence ne représente le mal	Pas de différenciation de l'essence d'individuation	Ignore l'existence et le fonctionnement de l'essence d'individuation

Besoin humain	L'individuation ; accepter d'être humain	Assurer sa propre subsistance en sachant que c'est suffisant	Faire confiance aux autres ; se tromper sans renoncer à la sécurité	Être libre de se ressentir et de s'exprimer	Prendre sa place dans la vie ; sentir sa véritable nature
Besoin spirituel	Faire l'expérience de l'essence d'individuation	Ressentir l'essence d'individuation comme une inépuisable source interne	Accepter et respecter l'essence et la volonté supérieure des autres	S'approprier l'essence de son noyau et sa divinité interne	Ressentir en soi-même l'essence d'union et d'individuation
Distorsion du temps	Fait l'expérience du temps universel mais pas du temps linéaire ou de l'instant	N'a jamais assez de temps	Se précipite dans le futur	Le déroulement du temps apparaît bloqué	Ne reconnaît que le mouvement perpétuel et mécanique du temps en marche dans le monde physique

Vous passerez d'une structure à une autre selon les étapes de votre vie, ce qui est absolument normal. Hommes ou femmes, nous tendons à favoriser un certain type de défense au long de notre existence, avec parfois un certain assouplissement.

LE SYSTÈME DE DÉFENSE DU CARACTÈRE SCHIZOÏDE

Le motif central de la défense schizoïde

C'est la terreur existentielle. Les caractères schizoïdes ont sans doute subi maintes vies dans la douleur physique et les chocs, et sont morts sous la torture au nom de leurs croyances. Ils ont réagi en essayant d'échapper au corps. Nantis d'un tel passé, ils sont persuadés que la vie dans l'enveloppe physique est une

expérience dangereuse et terrifiante. L'incarnation ne les tentera guère, pas plus que les contacts avec les autres humains dont ils n'attendent que de l'hostilité. Ils sont programmés ainsi ; mettons qu'une mère mécontente pour une raison quelconque regarde à ce moment-là son enfant dans son berceau, l'enfant prendra la colère maternelle à son compte, et se sentira attaqué par une rage mortifère qui en vérité ne le concerne en rien.

Le choix de ses parents s'avère pourtant quelquefois dangereux ; il y a des parents qui se mettent en rage contre leurs enfants et les maltraitent. La formulation initiale du caractère schizoïde naît de la façon dont l'enfant fait l'expérience de la réalité, et pas nécessairement de faits. Quoi qu'il en soit, les gens affligés d'une défense de type schizoïde ont peur des autres et ont du mal à établir des connexions. Les cordes des troisième et quatrième chakras les reliant à leurs parents ne s'étant jamais développées, ils manquent d'un modèle ; ils ont peur d'une incarnation complète qui ancrerait fermement conscience et énergie dans leur corps.

L'action défensive du caractère schizoïde contre la peur

Elle consiste à évacuer le corps physique, en scindant et tordant l'énergie-conscience qui s'échappe par le haut ou l'arrière de la tête. Le processus commence parfois avant la naissance et aboutit à force de répétition à la déformation du corps énergétique, disproportionné et protégeant mal l'aura dont la coquille d'œuf de la septième couche est très faible.

Les effets négatifs de l'action défensive schizoïde

Elles accroissent l'insécurité du monde physique. Mal défendus, les caractères schizoïdes sont aisément envahis par les autres. Leur corps traduit les torsions de leur champ, particulièrement l'épine dorsale. La faiblesse des couches inférieures du champ résultera sans doute dans un corps fragile encore plus malmené par l'action défensive qui les persuade du danger de la vie physique. Les voilà pris en tenaille dans un cercle vicieux.

Pour éviter l'incarnation dans le monde physique qui les terrifie, les gens qui ont recours à la défense schizoïde se réfugient autant que possible dans les hautes sphères spirituelles dans un état diffus d'unité qui ne les contraint pas à faire l'expérience de leur individualité. Comme nous l'avons déjà dit, la vie du monde physique nous renvoie notre image, afin que nous apprenions à

reconnaître en nous la divinité dans l'individuation. Or la défense schizoïde permet à ceux qui la pratiquent d'esquiver l'incarnation par individuation qui les mettrait en contact avec leur noyau. Ils connaissent donc leur importance, mais pas le Dieu interne fait individu. Et leur notion du temps est celle des hautes sphères, où il n'est pas divisé ; elle reste donc linéaire, et ils habitent confortablement le temps tout entier. Voyez à la [figure 15-2](#) la défense schizoïde par retrait énergétique.

Comment détecter l'utilisation d'une défense schizoïde

On le voit aisément dans le regard vide des sujets ; ils n'habitent pas leur corps ; ils respirent la peur et leur posture peut être déformée.

Besoins humains et spirituels dans la défense schizoïde

Les tenants de cette défense ont besoin de sécurité dans le monde terrestre physique. Il leur faut aussi apprendre à nouer des relations humaines, à fragmenter le temps en moment présent, passé et futur. Dans le domaine spirituel, ils doivent savoir qu'il existe un Dieu interne, l'essence divine de chacun.

Nature de votre réaction négative à la défense schizoïde

Analysez votre réaction au cours d'une interaction avec un caractère schizoïde qui vous abandonne ; est-ce la colère de n'être pas pris en compte ? Dans ce cas, votre partenaire aura encore plus peur de vous et s'éloignera jusqu'à se trouver hors de portée. La [figure 15-3](#) illustre ce qui se passe dans votre champ lorsque vous vous livrez à la colère, et la réaction correspondante. Peut-être, vous sentant abandonné, vous accrochez-vous ; cela aussi éloignera le partenaire, ne vous laissant d'autre recours que de chercher à l'attirer plus fortement. Regardez à la [figure 15-4](#) ce qui se passe dans ce cas.

Vous pouvez aussi bloquer le flux d'énergie, vous rétractant à l'intérieur, loin du caractère schizoïde ; ou vous attendez impatiemment un retour improbable. Pour les résultats, consultez la [figure 15-5](#).

Adoptez-vous une attitude de refus tout en laissant faire ? Vous perdrez simplement votre temps sans rien accomplir ; voyez la [figure 15-6](#).

Ou prenez-vous aussi la fuite, laissant une communication inexistante,

illustrée à la [figure 15-7](#)?

Les caractères schizoïdes auront tendance à faire preuve d'arrogance, vantant leurs mérites spirituels pour vous intimider et vous éloigner. Quelle est alors votre réaction ? Vous éloignez-vous sous prétexte que sa « spiritualité » rend l'autre insupportable ?

Vous gonflez-vous de colère ? Ou gardez-vous le statu quo ? Dans ce dernier cas, il vous faudra tout de même changer votre champ. Si vous voulez vraiment aider le caractère schizoïde à baisser sa garde, redescendez sur terre et commencez à communiquer.

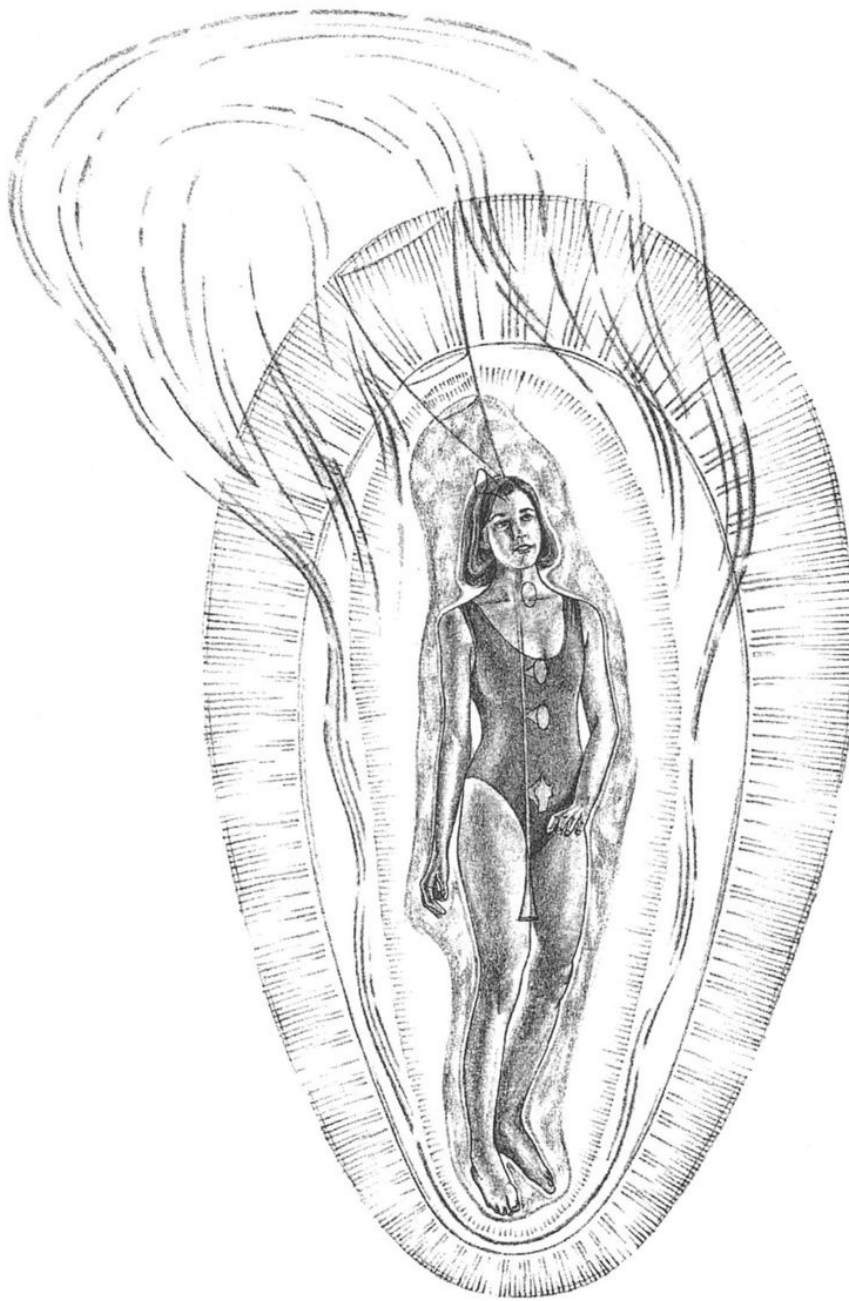


Figure 15-2:
La défense aurique du caractère schizoïde

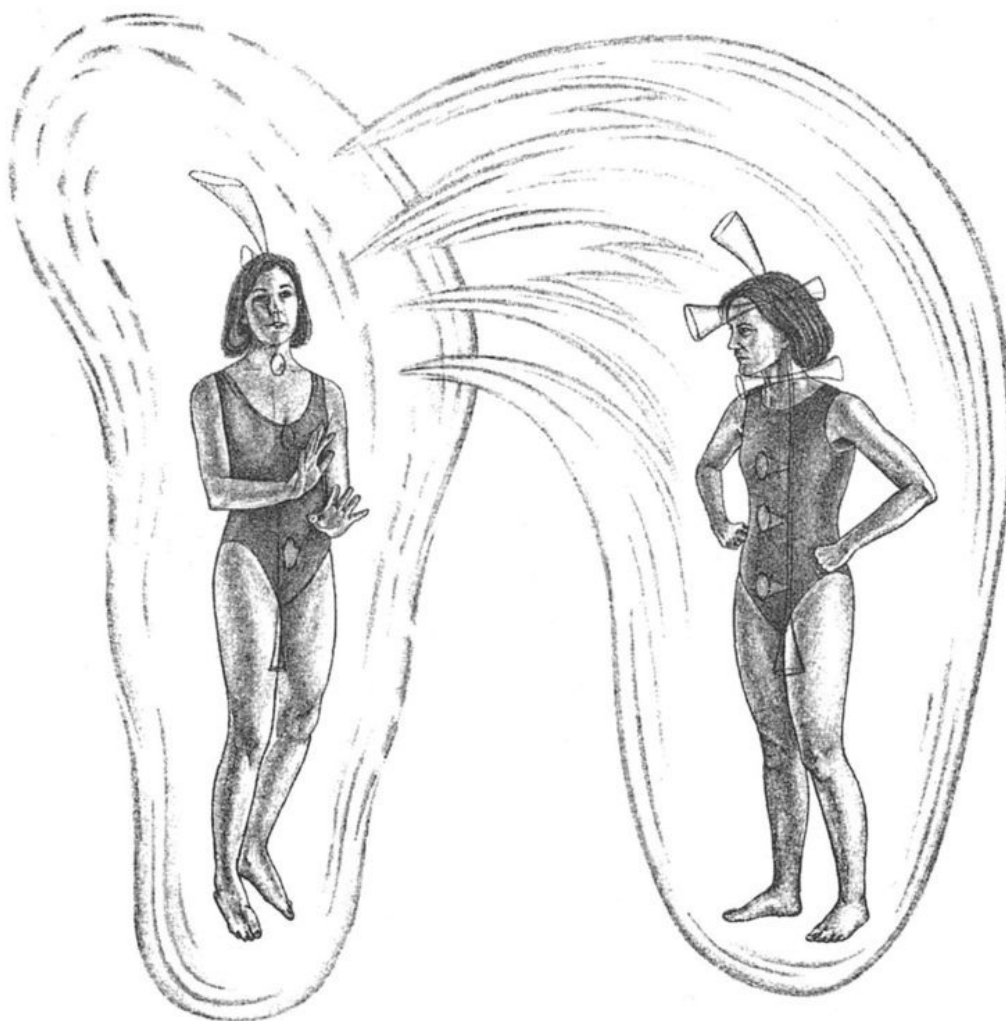


Figure 15-3 : Défense schizoïde et réaction de poussée

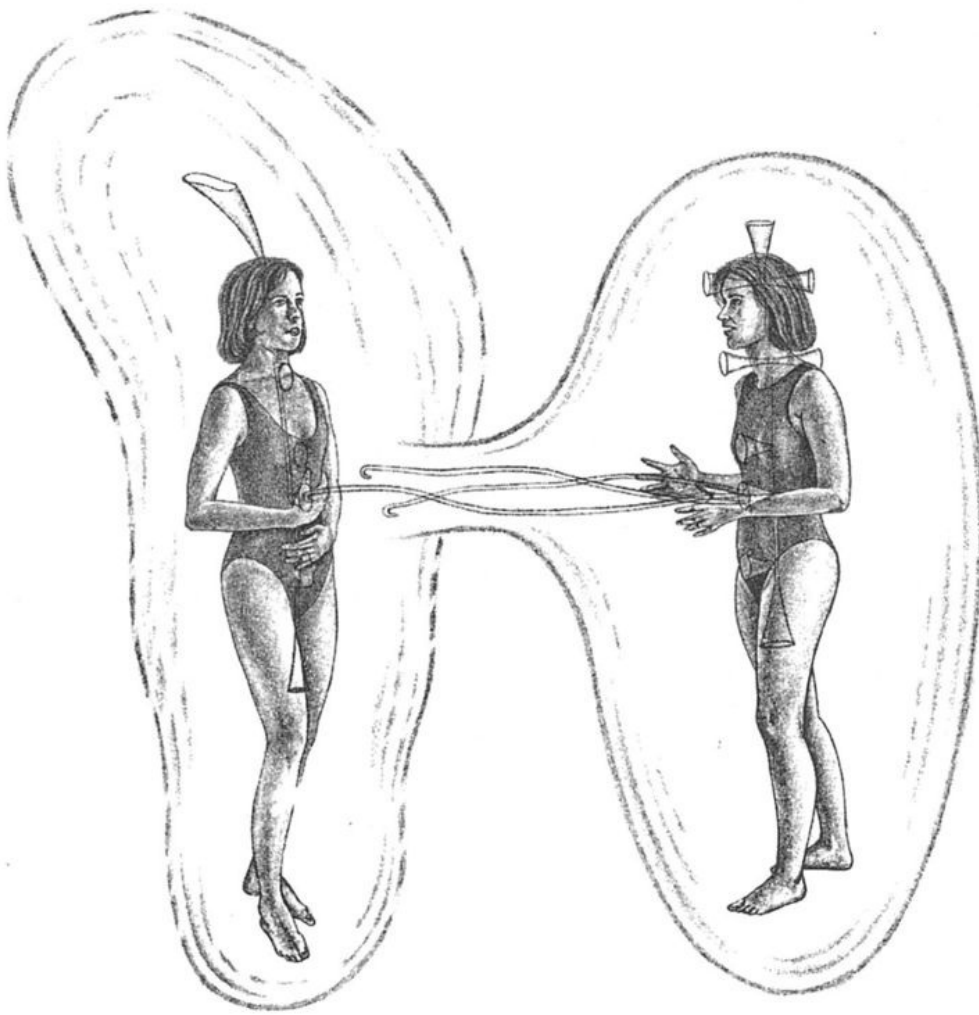


Figure 15-4: Défense schizoïde et réaction de traction

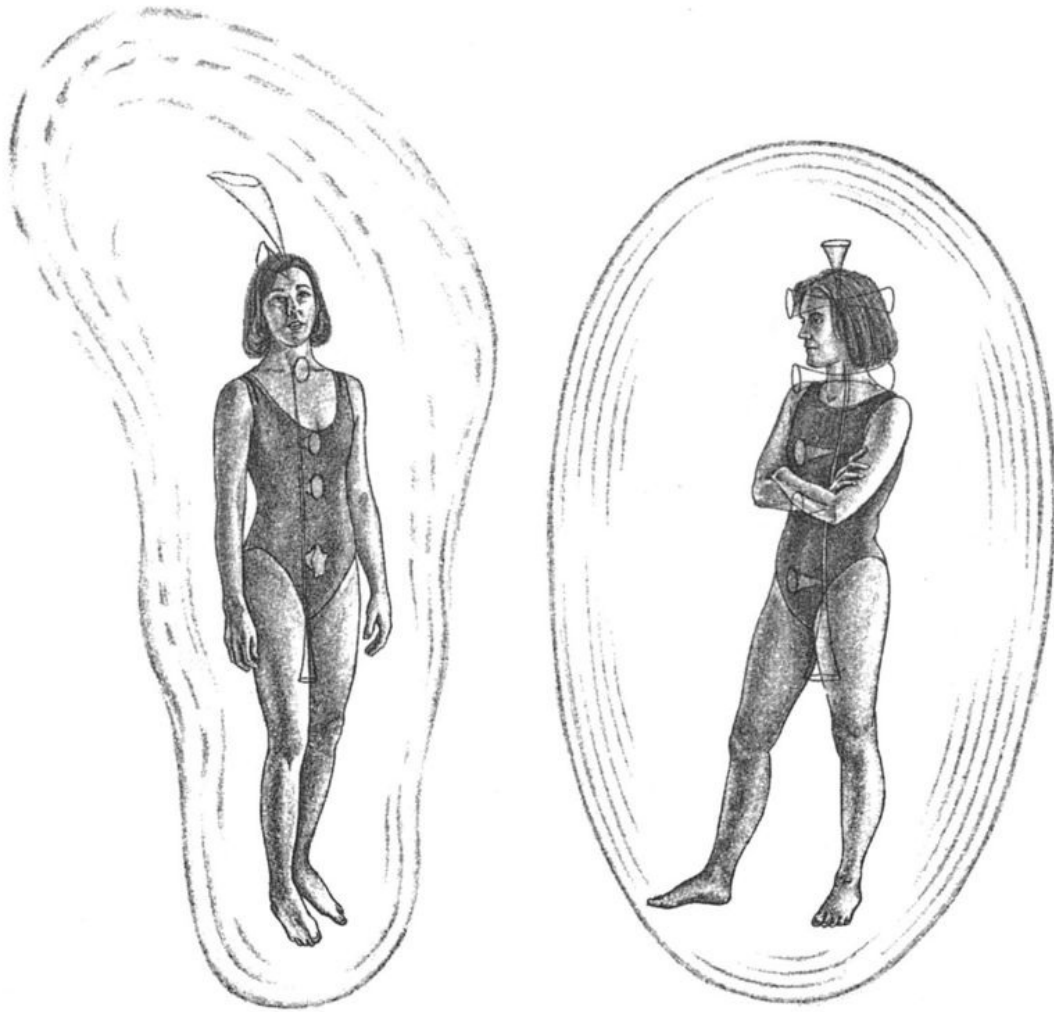


Figure 15-5 : Défense schizoïde et réaction de blocage

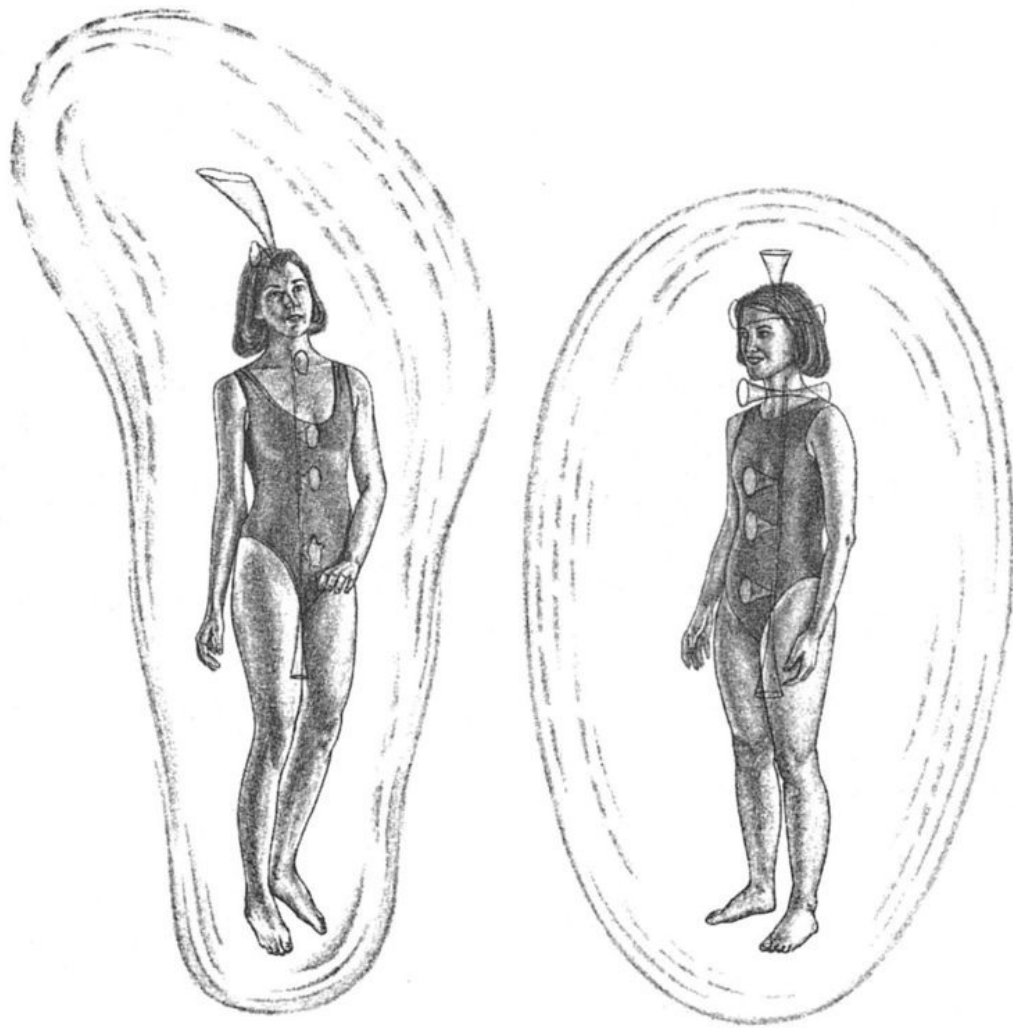


Figure 15-6 : Défense schizoïde et réaction d'admission ou de refus

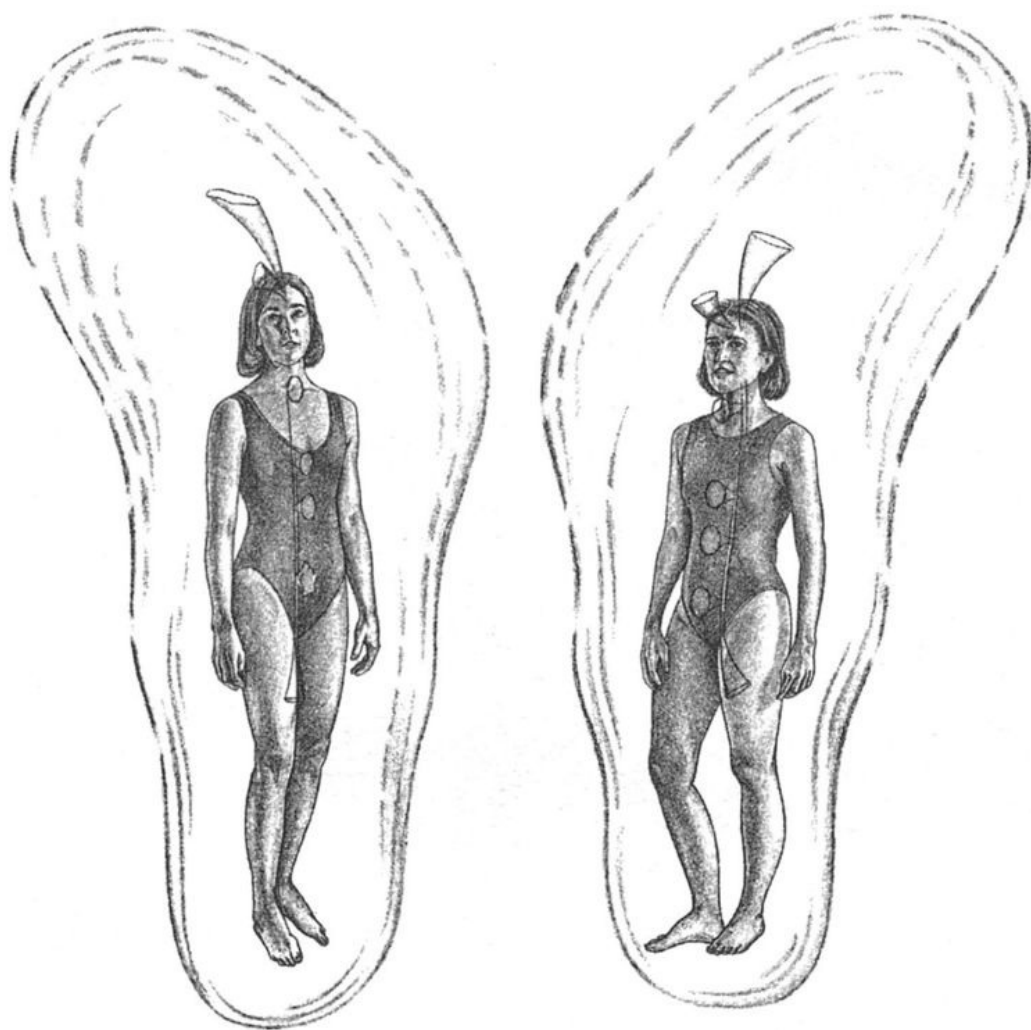


Figure 15-7 : Défense schizoïde et réaction de retrait

Comment opposer une attitude constructive à la défense schizoïde

La figure 15-8 vous montre comment réguler votre champ pour parvenir à une interaction rassurante avec des gens en état de défense schizoïde. Cette façon de répondre a pour but de vous débarrasser tous deux de la peur et de la défense et de vous ramener prestement à la réalité et à la communion. Nous aurons recours à des variations sur les trois principaux types d'interaction du champ (induction harmonique, banderoles et cordes) et les quatre modes de flux énergétique (poussée, traction, blocage et passage) pour apprivoiser notre schizoïde.

La première règle est de ne pas traverser de banderoles bioplasmiques une enveloppe vulnérable ; pensez à la septième couche du champ de cette personne comme à une coquille d'œuf brisée, incapable de retenir une banderole. Deuxièmement, n'oubliez pas que chez les schizoïdes, l'énergie-conscience adopte les hautes fréquences des couches supérieures du champ ; pour les atteindre, mettez vos propres vibrations en haute fréquence, elles les atteindront par induction harmonique.

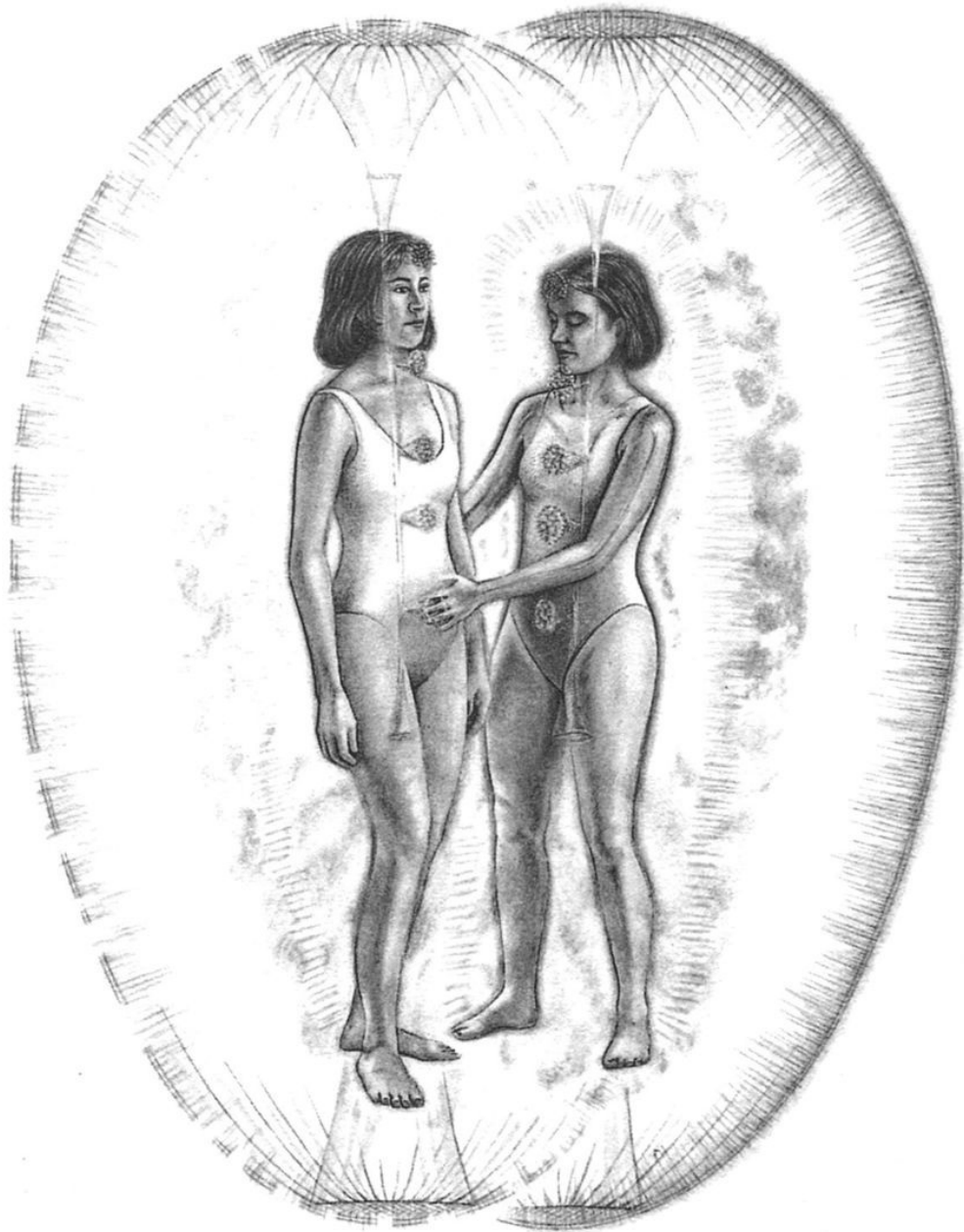


Figure 15-8 :
Réponse de guérison à la défense schizoïde

Pour ce faire, fixez votre attention sur la plus haute réalité spirituelle à votre disposition ; faites-en l'expérience consciente la plus complète, l'imaginant, la voyant, la sentant, l'entendant, la respirant, la goûtant. Si vous y arrivez tout en empêchant l'émission de banderoles bioplasmiques, l'autre commencera à se sentir en sécurité. Pour bloquer les banderoles, gardez l'esprit fixé sphériquement dans toutes les directions à la fois. Éprouvez la sensation de cette forme d'œuf sur votre champ, de ses pulsations, des bords de votre enveloppe que vous contenez. Évitez de vous fixer sur une seule chose.

Il est possible, et normal, que vous ne puissiez pas regarder l'autre en face pendant ce temps-là. Une fois que l'induction harmonique vous aura rendus synchrones, diminuez doucement la fréquence des vibrations de votre champ ; l'induction poussera l'autre à faire de même ; vous n'avez qu'à vous détendre complètement et rester calme, ce qui calmera l'autre. Imaginez que vous foulez une herbe verte dans une futaie et votre fréquence baissera jusqu'à rejoindre celle de la terre.

L'interaction suivante exige un contrôle beaucoup plus affiné de votre champ, et ne vous découragez pas si vous n'y parvenez pas. Je la mentionne pour ceux de mes lecteurs qui, maîtrisant parfaitement leur champ, sauront l'utiliser. Une fois la sécurité installée, demandez l'autorisation de toucher ; si on vous l'accorde, faites tenir la personne debout, les genoux fléchis, puis posez doucement votre main droite derrière le deuxième chakra, tout en maintenant une vibration calme et en vous abstenant d'envoyer des banderoles. Puis laissez prudemment s'échapper de votre main un courant bioplasmique. En concentrant votre intention, dirigez-le vers la terre au travers du centre de son corps. Ce courant le reliera à la terre. Laissez ensuite s'établir par les cordes un lien de votre cœur et troisième chakra aux leurs. Les cordes doivent provenir du fond de vos chakras et plonger profondément en l'autre qui ne sait pas se connecter.

Résultats d'une réponse positive porteuse de guérison

Si vous avez accompli tout ou partie de la démarche ci-dessus, vous aurez mis votre partenaire sur la voie de la sécurité. N'oubliez pas que la défense schizoïde l'a très probablement privé d'interactions humaines sécurisantes ou de connexions solides. Or c'est précisément ce que le caractère schizoïde doit apprendre à établir car seule la relation peut remplir sa profonde aspiration

spirituelle à ressentir l'essence divine de son individualité. En lui offrant un espace sécurisant, vous l'aideriez énormément.

La prochaine fois que la personne que vous aimez s'en prend à vous, ne vous étonnez pas de suivre votre réaction habituelle, mais pensez que la peur dicte cette double conduite. Fléchissez les genoux, ancrez-vous dans la terre, respirez profondément et commencez à aider, comme le montre la [figure 15-8](#). Vous rattraperez votre partenaire et la communication sera rétablie ! Vous aurez du mal au début, le recours à la défense est automatique ; mais vos efforts finiront par porter leurs fruits et au lieu d'engloutir un temps et une énergie précieux dans la défense, vous connaîtrez une expérience beaucoup plus riche de vie et de communion.

Comment vous soustraire à une défense schizoïde

Quand vous vous retrouvez perdu, commencez par accepter le fait, et pensez qu'il est dû à la crainte. Pour cesser d'avoir peur, changez ce que vous êtes en train de faire. Pliez les genoux, respirez profondément, gardez les yeux ouverts et concentrez-vous sur le haut de votre tête. Amenez-y votre conscient, et faites-le descendre le long de votre corps jusqu'au bout de vos pieds, puis enfoncez-vous dans la terre, en répétant ce mantra : « Je suis en sécurité. Je suis là. » Lorsque vous sentez la terre ferme sous vos pieds, analysez la personne qui converse avec vous ; si elle paraît amicale et chaleureuse et s'efforce de vous atteindre, coopérez. Essayez de garder votre cœur et votre plexus solaire ouverts et disponibles, pour que votre ami (e) puisse s'y relier dans un rapport humain de cordialité.

LE SYSTÈME DE DÉFENSE DU CARACTÈRE ORAL

Le motif central de la défense orale

C'est la subsistance, dont les caractères de ce type, tout au long de leurs vies, ont terriblement manqué, connaissant la famine ou mourant d'inanition. N'ayant pas connu l'expérience de la satiété, ils craignent de ne jamais avoir assez.

Les caractères oraux sont sur terre pour corriger cette certitude et puisent dans les circonstances de leur enfance tout ce qui la conforte. Très tôt ils ont connu l'abandon, le plus souvent parental, et craignent qu'il ne se reproduise. La réalité de cet abandon est d'ailleurs moins importante que l'acuité de leur

perception.

L'exemple-type de l'édification d'une défense de caractère oral est celui de la mère qui sèvre trop tôt son enfant, avant qu'il ait eu le temps de connaître la satisfaction. L'allaitement opère une fusion matricielle nostalgique entre le bébé et sa mère, où l'essence de la mère, de Dieu et de l'enfant ne font qu'un. Un bébé ne ressent sa propre essence que s'il est empli par un allaitement suffisant de celle de La mère/Dieu, assez pour prendre à son tour son envol, réussir son individuation et faire l'expérience de son noyau divin.

Si la mère vit mal l'allaitement, sèvre trop vite ou se montre impatiente, en un sens elle abandonne le nouveau-né, qui finira par devenir nerveux et tétera mal, aggravant la situation. L'enfant apprend d'ailleurs à abandonner la mère avant qu'elle ne le fasse, mais il aura mal vécu la fusion avec l'essence maternelle précédant l'individuation, et grandira sans la connaissance claire et entière de sa propre essence, source du divin qui l'habite, dont il n'aura qu'une expérience faible et insuffisante.

Ces enfants ont également perçu les parents comme dévoreurs d'énergie, ce qui a sans doute été le cas si la mère ou les deux parents ont utilisé à mauvais escient les liens des cordes du troisième chakra et les banderoles bioplasmiques, prenant au lieu de donner. À cause de cela, les enfants n'ont pu apprendre à se relier à la terre.

L'action défensive du caractère oral contre la peur

Elle consiste à absorber l'énergie des autres, inconsciemment et de plusieurs façons : en tissant un lien par les cordes du troisième chakra, à l'exemple des parents ; en se servant des banderoles bioplasmiques établies par leur regard qui happe l'autre, ou par d'interminables et assommantes conversations à voix trop basse, obligeant l'interlocuteur à envoyer lui-même de l'énergie bioplasmique pour capter le son des banderoles qui se transforment en réservoir d'énergie. La [figure 15-9](#) montre cette défense de succion.

Les effets négatifs de l'action défensive orale

Ceux qui ont recours à la défense orale ne trouvent pas leur subsistance dans le monde physique, parce qu'ils la refusent sans s'en rendre compte ; tout occupés à absorber l'énergie des autres, ils n'ont pas les chakras largement développés qui empliraient aisément leur champ d'énergie ; leur source intérieure

est inaccessible ou trop faible, et leur champ reste étique et éternellement dépendant d'énergie extérieure, créant un cercle vicieux d'insatisfaction dépendante. On redoute leur compagnie, et leur crainte d'abandon se trouve ainsi réalisée, leur faisant sans cesse recréer des expériences prouvant qu'ils seront toujours en état de manque.

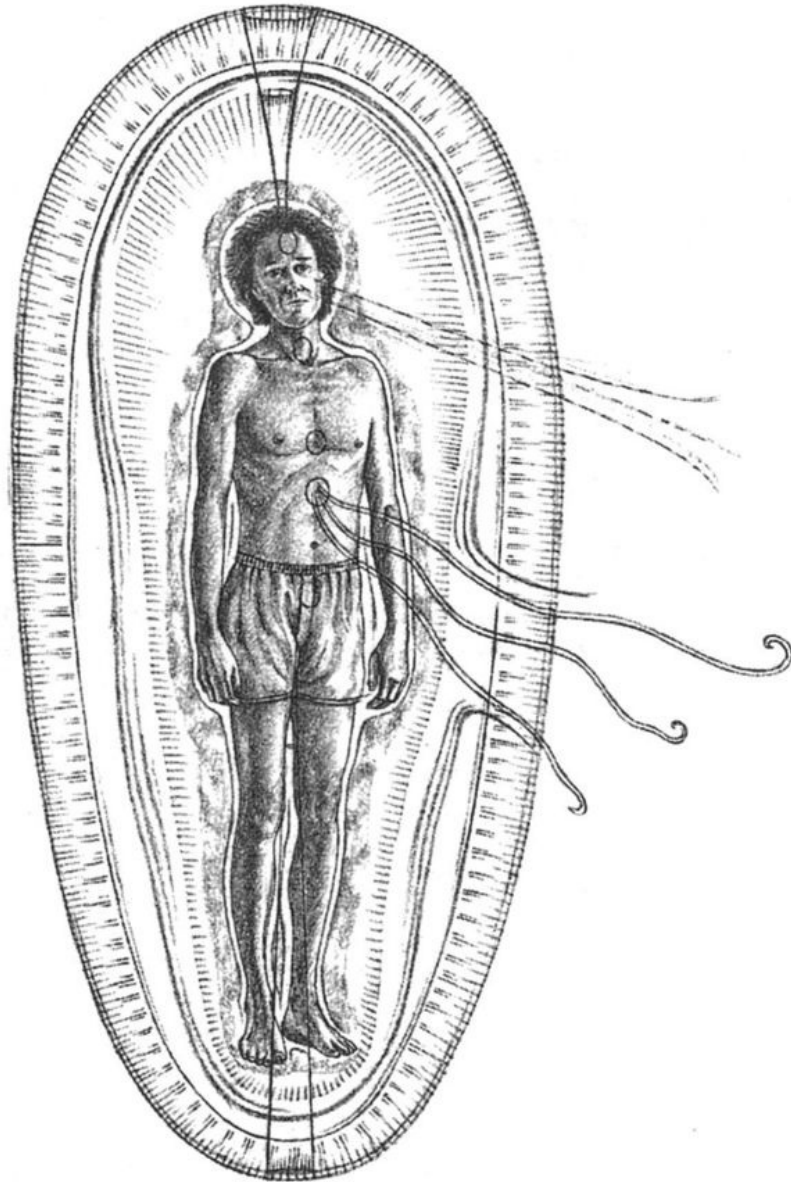


Figure 15-9 : La défense aurique du caractère oral

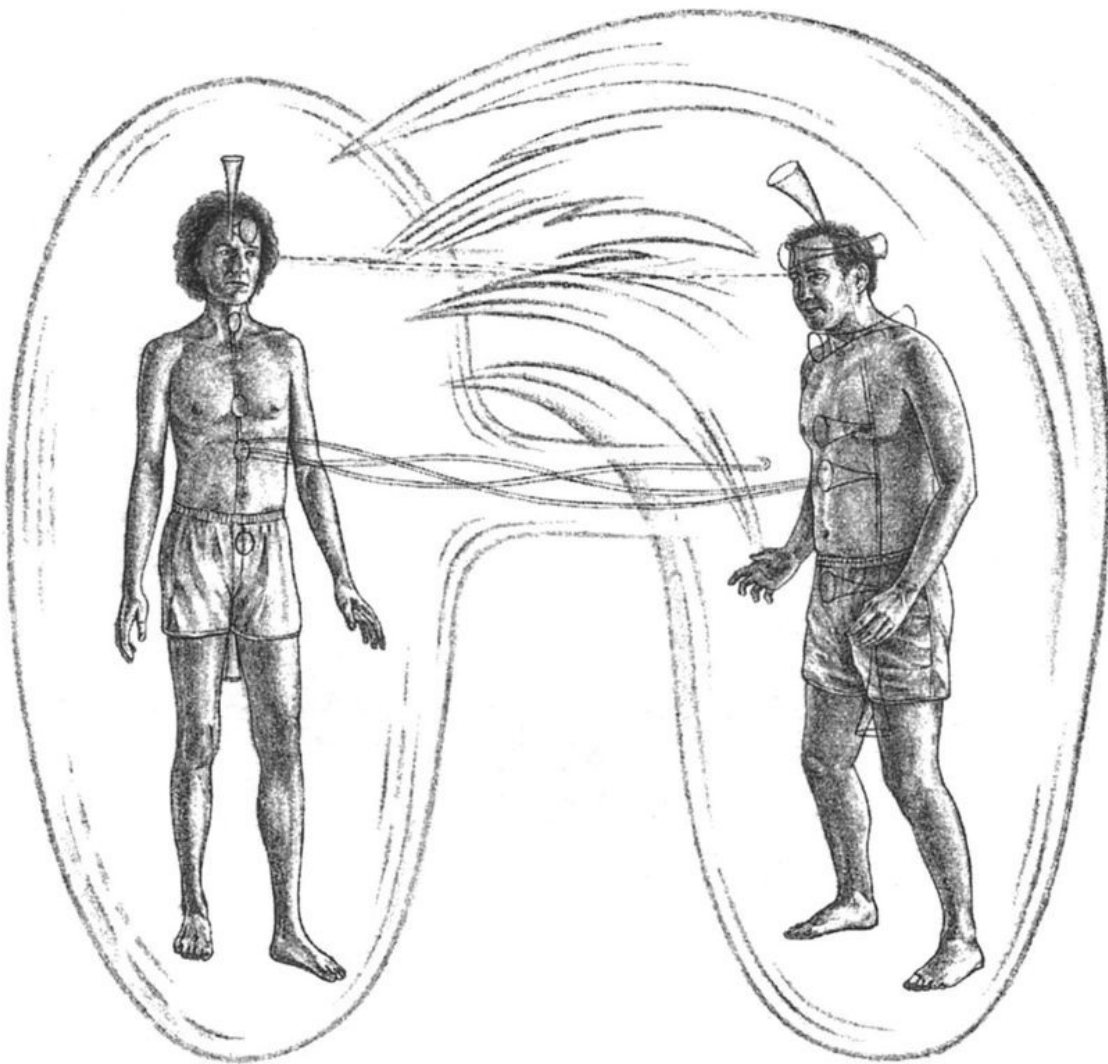


Figure 15-10 : Défense orale et réaction de poussée

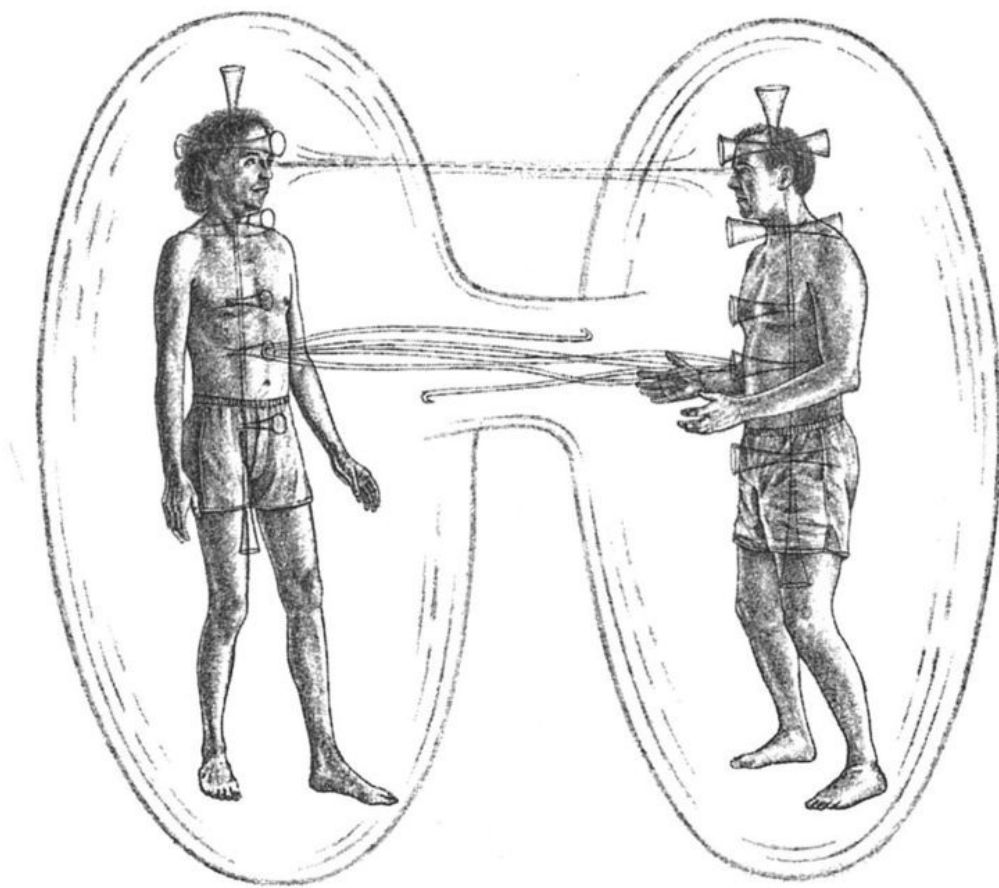


Figure 15-11 : Défense orale et réaction de traction

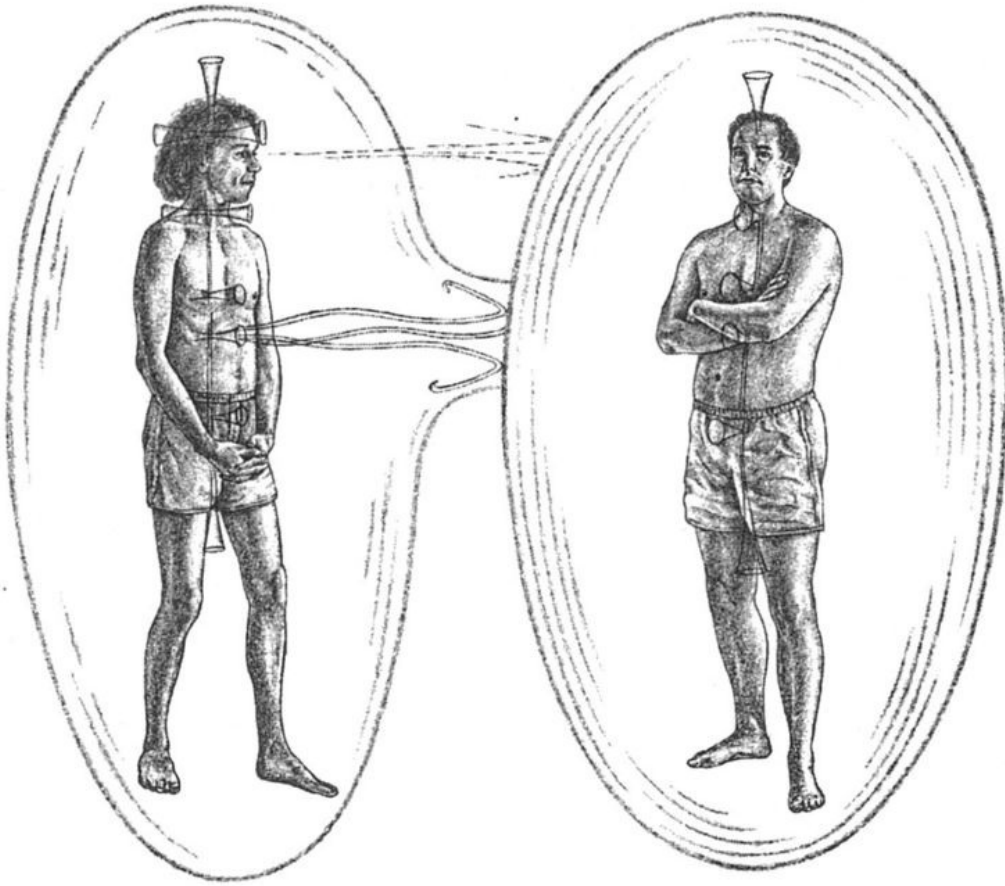


Figure 15-12 : Défense orale et réaction de blocage

Comment détecter l'utilisation d'une défense orale

On le voit très vite car les victimes se prétendent sans défense et demandent une aide anormale de la part d'un adulte. La voix peut être basse, le regard implorant une prise en charge.

Besoins humains et spirituels dans la défense orale

Ils doivent, eux-mêmes, faire l'expérience de la source de vie jaillissante qui existe en leur noyau rayonnant qui seule peut les combler.

Nature de votre réaction négative à la défense orale

Reprenons une fois de plus les grandes catégories de réactions dans le cadre des quatre modes de flux d'énergie, poussée, traction, blocage et passage.

Comment réagissez-vous dans une interaction avec des gens qui jouent la faiblesse et prennent sans jamais donner ? Si c'est avec colère, en essayant de les arrêter par des bouffées d'énergie, ils n'en seront que plus geignards et inaccessibles dans l'avenir ; regardez à la [figure 15-10](#) l'illustration d'un éclat de colère et de la réaction orale.

Si vous réagissez en essayant de les agripper, ils exerceront une traction plus forte que la vôtre, ou s'effondreront complètement ; voyez-en l'illustration à la [figure 15-11](#).

Si vous bloquez votre énergie et vous rétractez en vous-même, vous regardant tous deux en chiens de faïence ou avec impatience, vous n'obtiendrez rien. Voyez les résultats de votre blocage à la [figure 15-12](#).

Ou choisissez-vous plutôt de laisser faire, d'adopter une attitude de refus tout en continuant une conversation superficielle ? Cela vous fatigue-t-il ? Si vous jouez les pourvoyeurs, laissant pomper votre énergie par les cordes du troisième chakra, vous le sentirez certainement. Acceptez-vous de les inonder d'énergie par banderoles bioplasmiques interposées, comme ils l'exigent ? Vous penchez-vous pour les entendre, leur regard perdu leur permet-il de capter toute votre énergie ? Croyez-vous vraiment les aider ainsi ? Non, puisque vous laissez perdurer leur attitude d'enfance, ce qui n'est pas la solution. Voyez à la [figure 15-13](#) l'illustration de cette réaction à la défense orale.

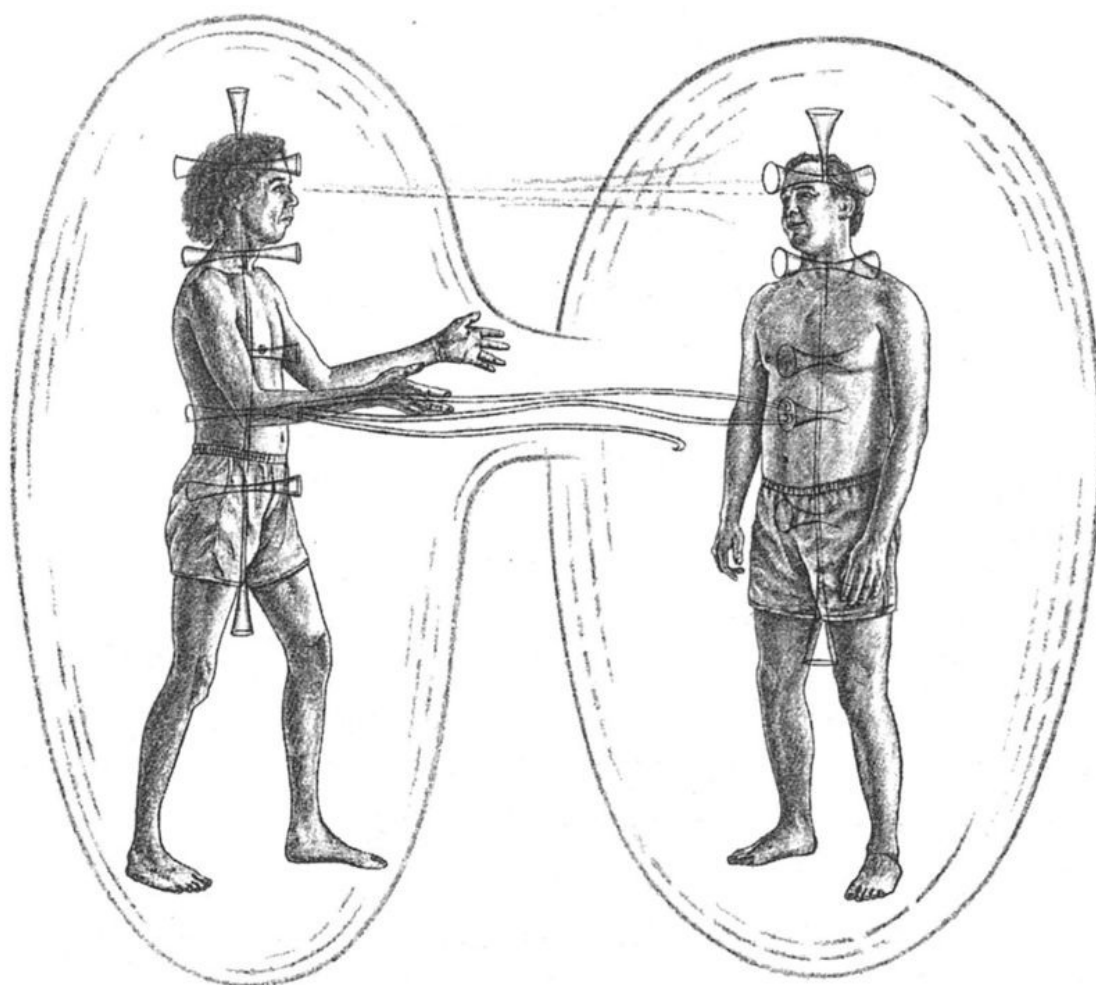


Figure 15-13 : Défense orale et réaction d'admission ou de refus

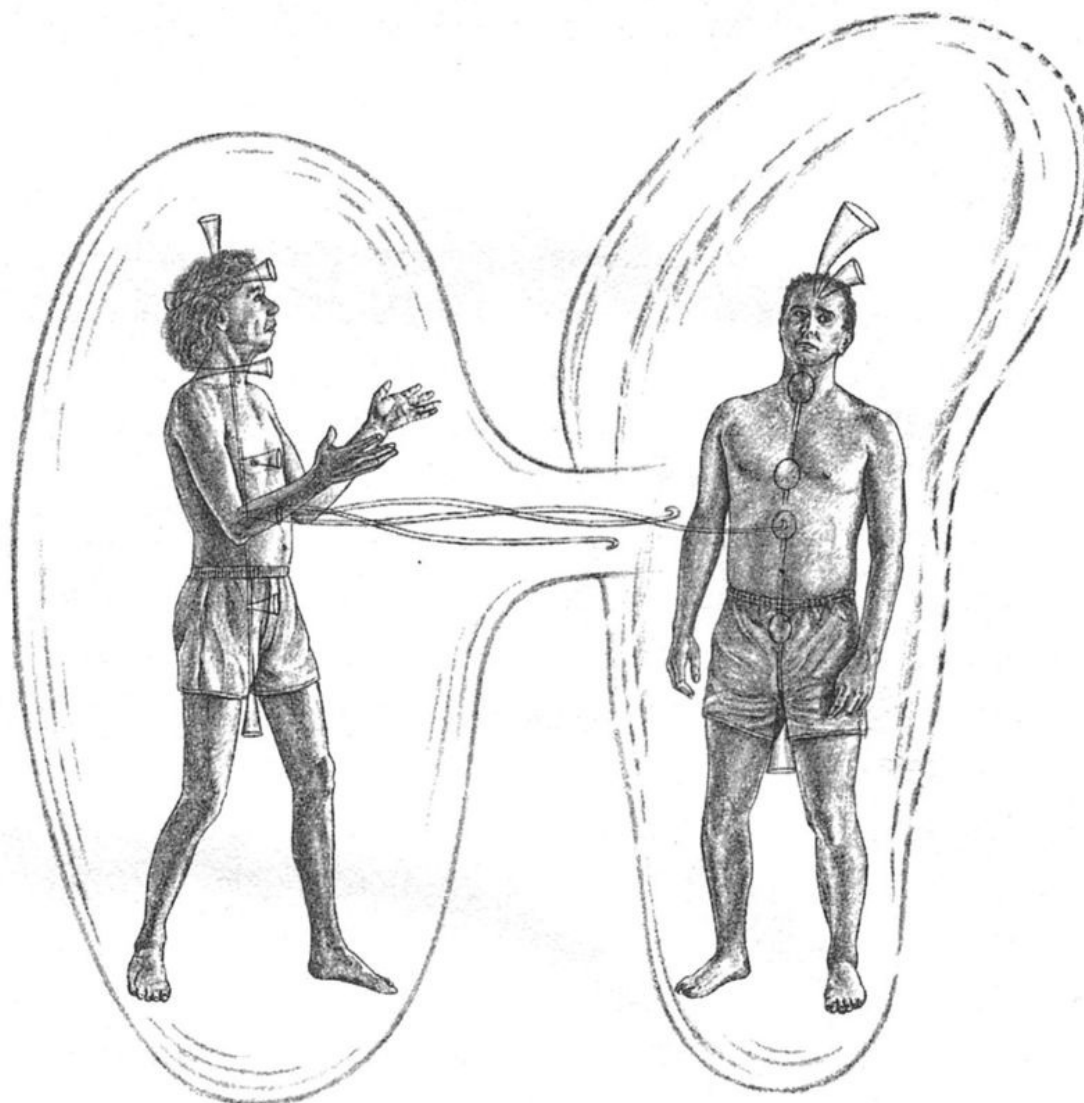


Figure 15-14 : Défense orale et réaction de retrait

Si vous réagissez enfin en évitant la personne ou en vous retirant exsangue d'énergie, cela reviendra à un abandon qui confirmera ses pires craintes, et elle risque un effondrement total. Voyez à la [figure 15-14](#) cette combinaison de défenses.

Comment opposer une attitude constructive à la défense orale

La [figure 15-15](#) vous montrera comment ajuster votre champ pour rassurer par l'interaction vos interlocuteurs en défense orale, les aider à se sentir comblés et à y parvenir seuls. La première règle est de les empêcher de dévorer l'énergie

comme à leur ordinaire ; ne les laissez donc pas relier les cordes de leur troisième chakra au vôtre en ne vous plaçant pas directement en face d'eux ; restez côte à côte, et pensez qu'un solide écran protège votre chakra convoité. Ne laissez pas vos regards s'accrocher et ne libérez pas vos banderoles bioplasmiques pour leur plaire. En revanche vous pouvez vous en servir pour remplir leur champ aurique : détendez-vous simplement et imaginez de belles banderoles colorées déversant l'énergie de vos mains dans le troisième chakra de l'autre ; mais évitez de le toucher et incitez-le à rester debout, tout en lui prodiguant des encouragements sur la force de ses jambes et de sa source de vie interne. Assurez-les qu'ils peuvent réussir, et vous leur permettrez de se sentir comblés sans recourir à la défense habituelle qui les laisse sur leur faim.

À ce stade, un autre problème se présente ; la défense orale ne survit qu'en aspirant l'énergie de façon contrôlée ; si elle reçoit d'une autre source, le sujet tombe dans le blocage et l'énergie passe mal ; déçu, le sujet retombe dans le blocage, vous abandonnant avant que vous ne l'abandonniez, et s'abandonnant du même coup.

Ce mouvement de balancier peut durer fort longtemps ; votre frustration provoquera un blocage, et tout s'éternisera. Pour les pratiquants de la défense orale, le temps est l'ennemi à combattre, et ils n'en ont jamais assez. On vous défiera de rester disponible jusqu'à ce que le processus de comblement soit terminé.

Une fois que le champ de votre interlocuteur est convenablement chargé, fixez votre esprit et votre intention sur un mouvement d'énergie de votre champ à la terre qui établira une solide connexion.

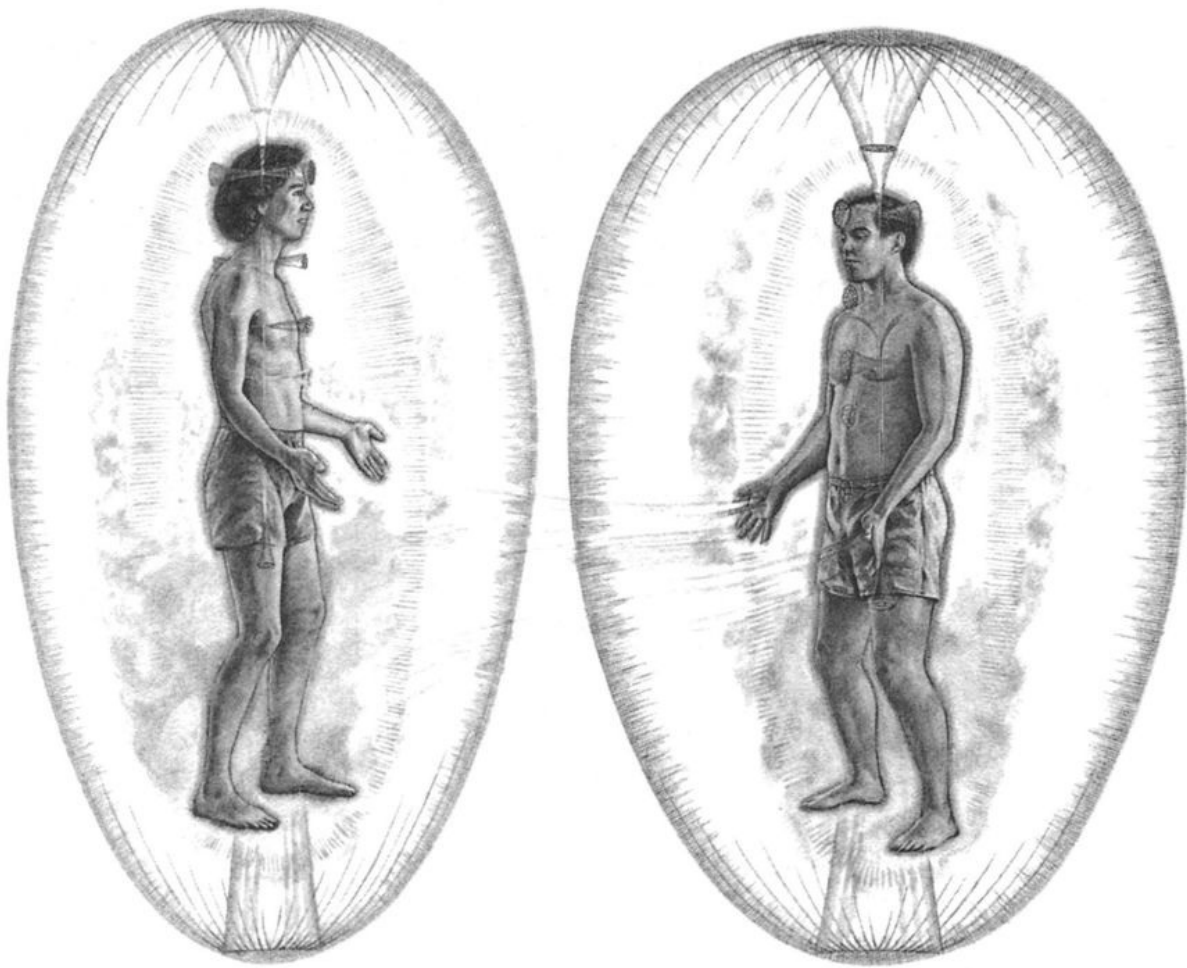


Figure 15-15 :
Réponse de guérison à la défense orale

Imaginez son premier chakra laissant pénétrer à flots l'énergie terrestre. Ce ne sera pas difficile si vous gardez le lien avec vos banderoles bioplasmiques en fixant la partie du corps qui vous occupe. Si l'autre arrive à s'ancrer dans la terre, l'énergie jaillira dans son corps comme un puits artésien ; il n'aura plus besoin de l'aspirer ; arrêtez alors l'action bioplasmique et le contact énergétique et votre partenaire continuera seul le processus.

Résultats d'une réponse positive porteuse de guérison

Si vous arrivez à accomplir en partie l'interaction que nous venons de décrire, vous aurez apporté une aide précieuse à vos amis au caractère oral dans leur quête pour leur subsistance ; c'est d'autant plus important qu'ils

découvriront que leur crainte de manquer cache la certitude de leur propre insuffisance, remontant à un âge tendre.

Apprendre à se combler revient à reconnaître son insuffisance, étape indispensable pour nouer une relation sans dévorer l'énergie d'autrui, qui deviendra un échange de pair à compagnon ; du même coup, le temps cessera d'être l'ennemi, ils en disposeront en abondance pour vivre.

Sur le plan spirituel, les caractères oraux doivent s'efforcer de découvrir leur divinité individuelle interne, et seule la relation leur démontrera que leur noyau brille aussi intensément que celui des autres et que leur essence éternelle est source de vie.

En présence d'un proche au caractère oral jouant les sans-défenses ou dévorant votre énergie, souvenez-vous de sa peur d'être insuffisant ; votre réaction à la peur est normale, mais plutôt que d'adopter une défense, respirez profondément et appliquez-vous à vous détendre ; pliez les genoux, mettez-vous en prise avec la terre, recentrez-vous et respirez ; c'est le moment d'aider, et vous le pouvez !

Comment vous soustraire à une défense orale

Si vous vous sentez sans défense et prêt à tout déléguer, respirez et détendez-vous ; dites-vous que vous avez tout le temps. Levez-vous, pliez les genoux, ancrez-vous dans la terre, concentrez-vous sur votre noyau, source de tout ce qui vous est nécessaire ; vous n'êtes pas sans défense, tout vous est possible ; répétez le mantra suivant : « J'ai tout ce qu'il faut. »

LE SYSTÈME DE DÉFENSE DU CARACTÈRE PSYCHOPATHE

Le motif central de la défense psychopathe

Trahison est le maître mot. Ceux qui ont recours à la défense psychopathe ont sans doute connu des vies de guerriers luttant pour une grande cause. Ils ont consenti des sacrifices personnels, se sont battus et ont gagné, sûrs de leur bon droit. Mais ils furent trahis, terrassés et tués par ceux en qui ils avaient toute confiance, car pour gagner il faut un adversaire. Diriger un pays implique une autre sorte de domination, collégiale et consensuelle, dont le caractère psychopathe est incapable ; il n'est donc jamais devenu roi, et livre encore une guerre inexistante, en se méfiant de chacun.

La famille où il a choisi de naître devient alors un champ de bataille, et les proches des traîtres en puissance. Certes la trahison leur est familière, et ils l'ont subie de l'un ou l'autre des parents. Dans la petite enfance, gagner est un impératif, mais c'est un parent qui gagnait, s'établissant comme le bon en face du mauvais, le perdant. Il arrivait souvent que le parent du sexe opposé, malheureux avec son conjoint, s'appuie sur l'enfant et use de séduction pour le contrôler ; l'enfant, bon, prenait insidieusement la place du parent du même sexe, mauvais ; chargés d'une trop lourde responsabilité, ces enfants se vouaient au parent du sexe opposé, sans connotation sexuelle.

Mais à la puberté, tout se gâte ; féroce ment jaloux, le parent du sexe opposé empêche toute nouvelle relation, et le jeune adulte bloque sexualité et sentiment. Il craint de trahir le parent, de devenir mauvais, et a peur généralement des gens du même sexe. Malheureusement, la véritable trahison émane des parents, qui ont utilisé l'enfant. Une fois de plus, les tenants de la défense psychopathe ont défendu une cause, celle du « bon » parent du sexe opposé contre celle du « mauvais » du même sexe, et sont censés avoir gagné l'amour du « bon » parent ; en réalité, ils se retrouvent trahis, puisque le parent est resté avec son conjoint ou en a changé. Ils vivent donc dans la peur et conçoivent le monde comme un inévitable champ de bataille ; leur méfiance envers leurs proches ajoute à leur crainte, et ils se sentent écrasés sous leur fardeau.

L'action défensive du caractère psychopathe contre la peur

Elle consiste à essayer de se dilater pour pouvoir endosser trop tôt les responsabilités d'un adulte, au prix d'une perte de sécurité. Leur champ est déséquilibré, plus chargé en haut qu'en bas. Les cordes qui les relient au parent du sexe opposé étant viciées par la trahison, ils ont peur du lien. Puisque la vie n'est qu'une lutte pour le bien, les caractères psychopathes l'abordent avec agressivité ; craignant une attaque, ils projettent leur énergie au centre de la volonté à l'arrière du corps puis la lancent au-dessus de leur tête vers l'agresseur supposé, avec une force qui proclame : « C'est vous le mauvais. » La [figure 15-16](#) illustre cette défense.

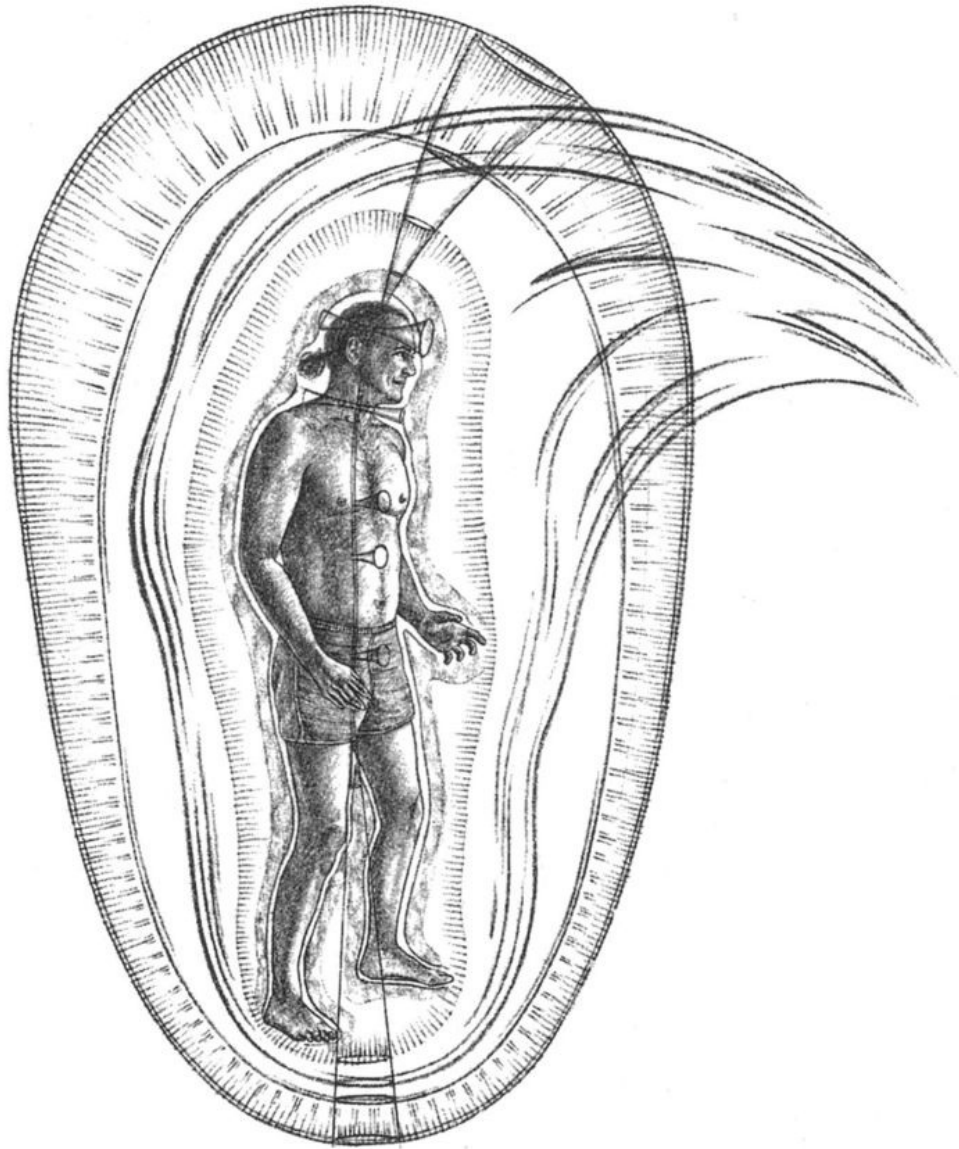


Figure 15-16:
La défense aurique du caractère psychopathe

Les effets négatifs de l'action défensive psychopathe

Le monde apparaît d'une insupportable insécurité à ces agresseurs sans le savoir qui suscitent en retour l'agression, même de leurs amis les plus proches. Leur manque d'ancrage à la terre les prive de cette force énergétique, et ils se sentent faibles et solitaires. Leur tendance à déplacer l'énergie vers le haut, vidant leur premier et deuxième chakras, renforce leur vulnérabilité.

Ils vivent mal leur sexualité à cause de la faiblesse du deuxième chakra,

s'arrêtant à la séduction et vivant dans l'expectative de la trahison de la personne du sexe opposé, qu'ils invitent lorsqu'ils ne la provoquent pas. Plus ils éprouvent consciemment leur expérience de vie, plus s'intensifie la lutte pour gagner au nom du bien. Leur vision manichéenne du monde leur fait craindre d'être les mauvais ; de plus en plus, il leur faut gagner, et ils multiplient les conflits, sans jamais vraiment gagner, puisque cette construction n'est qu'une projection.

Programmés depuis l'enfance, ils se chargent d'un fardeau trop lourd, au prix de sacrifices personnels, et finissent par s'effondrer sous le poids d'une trahison. Ils accumulent les responsabilités pour contrôler les autres, condition de leur survie, et présentent physiologiquement le risque de crise cardiaque, et des maux de dos ou des articulations.

Ils dévorent le temps, négligent le moment présent et vivent dans un futur inexistant. Ils créditent leur essence de vérité, et sont capables de faire l'expérience du principe d'union d'une cause qu'ils épousent, mais pas de l'individualité divine de l'autre. Ils vivent dans l'illusion qu'ils mènent le combat pour une grande cause. Nous allons voir qu'il n'en est rien.

Comment détecter l'utilisation d'une défense psychopathe

Le signe qui ne trompe pas est de voir quelqu'un chercher la bagarre et prouver que vous avez tort et êtes donc profondément mauvais. Il brûlera aussi de vous aider à résoudre vos problèmes, lui-même n'en ayant pas, car le problème est le mal ; même si vous êtes guérisseur, il croira vous laisser le soigner pour votre bien, et ne ménagera pas la critique...

Besoins humains et spirituels dans la défense psychopathe

Tout ce que nous venons de décrire n'est qu'un masque dissimulant une profonde terreur que les victimes ont besoin d'éliminer.

Pour ressentir la sécurité, il leur faut renoncer à contrôler les autres, apprendre la confiance, et que la terre n'est pas un champ de bataille, mais bien un lieu de communion, où chacun reflète l'autre. Il leur faut renoncer à la lutte et à leur fardeau, cesser de se ruer dans le futur et se laisser aller à la divine expression de l'univers, c'est-à-dire la vie sur terre dans le présent. Il leur faut accepter l'imperfection humaine et en découvrir la sécurité, accepter la faute sans déchoir du bien, afin de reconnaître le divin chez les autres.

Nature de votre réaction négative à la défense psychopathe

Pour la déterminer, adressons-nous encore une fois au rôle des quatre modes de flux d'énergie dans ce type de défense.

Lorsqu'un caractère psychopathe, pour prouver que vous avez tort, vous noie sous l'énergie agressive jaillie de sa tête, si vous réagissez par la colère et un éclat d'énergie, vous enclencherez l'escalade, et l'adversaire deviendra redoutable, tel un animal aux abois, fou de méfiance et de peur ; consultez le résultat à la [figure 15-17](#). Si, au contraire, vous vous agrippez, vous serez repoussé, et une plus forte traction ne servira à rien. Voyez la [figure 15-18](#).

Si vous bloquez votre flux d'énergie, l'autre se battra pour vous atteindre ; en vous renfermant en vous-même, vous resterez menacé, privé de contact ou l'espérant avec une inutile impatience. Voyez le résultat à la [figure 15-19](#).

Adoptez-vous une attitude de refus ou de dédain, continuant la conversation comme si de rien n'était ? Laissez-vous l'autre gagner ? En souffrez-vous ? Avez-vous l'impression de l'aider ? J'en doute fort. Voyez la [figure 15-20](#).

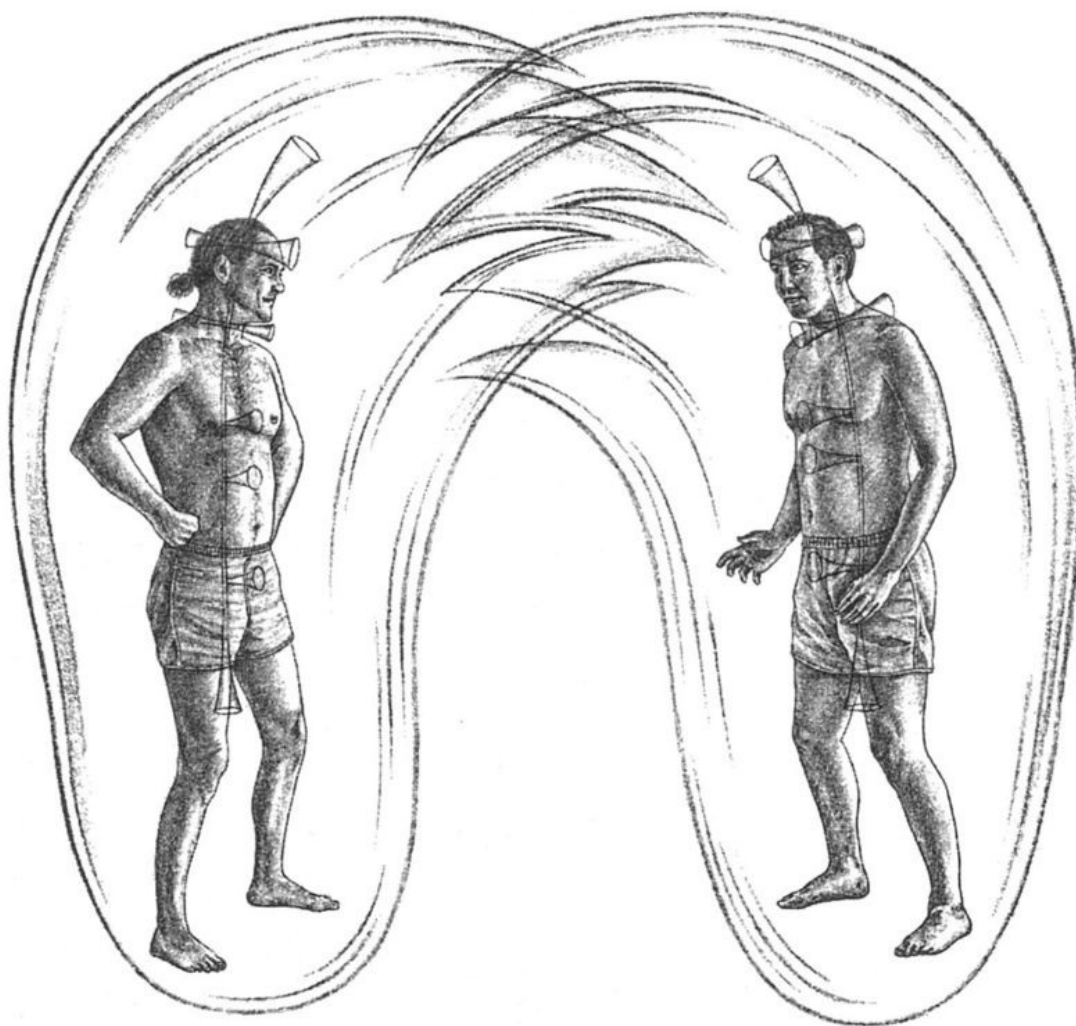


Figure 15-17 : Défense psychopathe et réaction de poussée

Si enfin vous vous retirez complètement, vous risquez d'accroître l'agressivité de l'autre qui se mettra à hurler en exigeant que vous le regardiez et cessiez de feindre la peur. Voyez à la [figure 15-21](#) l'illustration de cette combinaison.

Comment opposer une attitude constructive à la défense psychopathe

Gardez à l'esprit que le but d'une réponse constructive à la défense est le retour réciproque et rapide à la réalité et la communion. La défense psychopathe exige votre adhésion à une vue du monde faussée ; ne vous laissez pas faire sous peine de la renforcer, et ne cédez pas à la tentation de la dispute.

La [figure 15-22](#) vous montre comment utiliser votre champ pour donner à un être, homme ou femme, en état de défense psychopathe, un sentiment de sécurité, et l'aider à se connecter en vue d'une communion. Je sais qu'il est difficile de répondre d'emblée positivement à une attaque ; mais une fois passée votre première réaction négative, res, haut. Pour ce faire, concentrez-vous sur vos jambes et le sol derrière vous, que vous imaginez, sentez et voyez ; évitez la lutte, répétez le mantra : « Pas de lutte ; pas de lutte. »

Efforcez-vous de découvrir le grain de vérité perdu au milieu d'accusations abusives qui ne reflètent que la peur chez celui qui les profère. Continuez d'écouter, en laissant couler dans la terre l'énergie négative qui glisse de votre aura protégée.

N'oubliez pas la peur d'être trahi, la haine de soi niée qui terrifie l'autre ; laissez-le finir, puis montrez-lui par vos gestes et paroles que vous ne le trahirez pas ; parlez-lui de sa bonté, de votre confiance en lui, du plaisir que vous éprouvez en sa compagnie, de votre désir d'améliorer la situation pour vous deux.

Baissez ensuite la fréquence des vibrations de votre champ que les disputes rendent criardes et aiguës. Vous y parviendrez en vous concentrant sur la douceur de la terre sous vos pieds, ou sur des images apaisantes, une promenade dans une belle nature, votre musique préférée ou une personne qui vous apporte la sécurité et pourrait être votre guide. Calmez la fréquence jusqu'à ce qu'elle rejoigne celle de la terre, et maintenez-la.

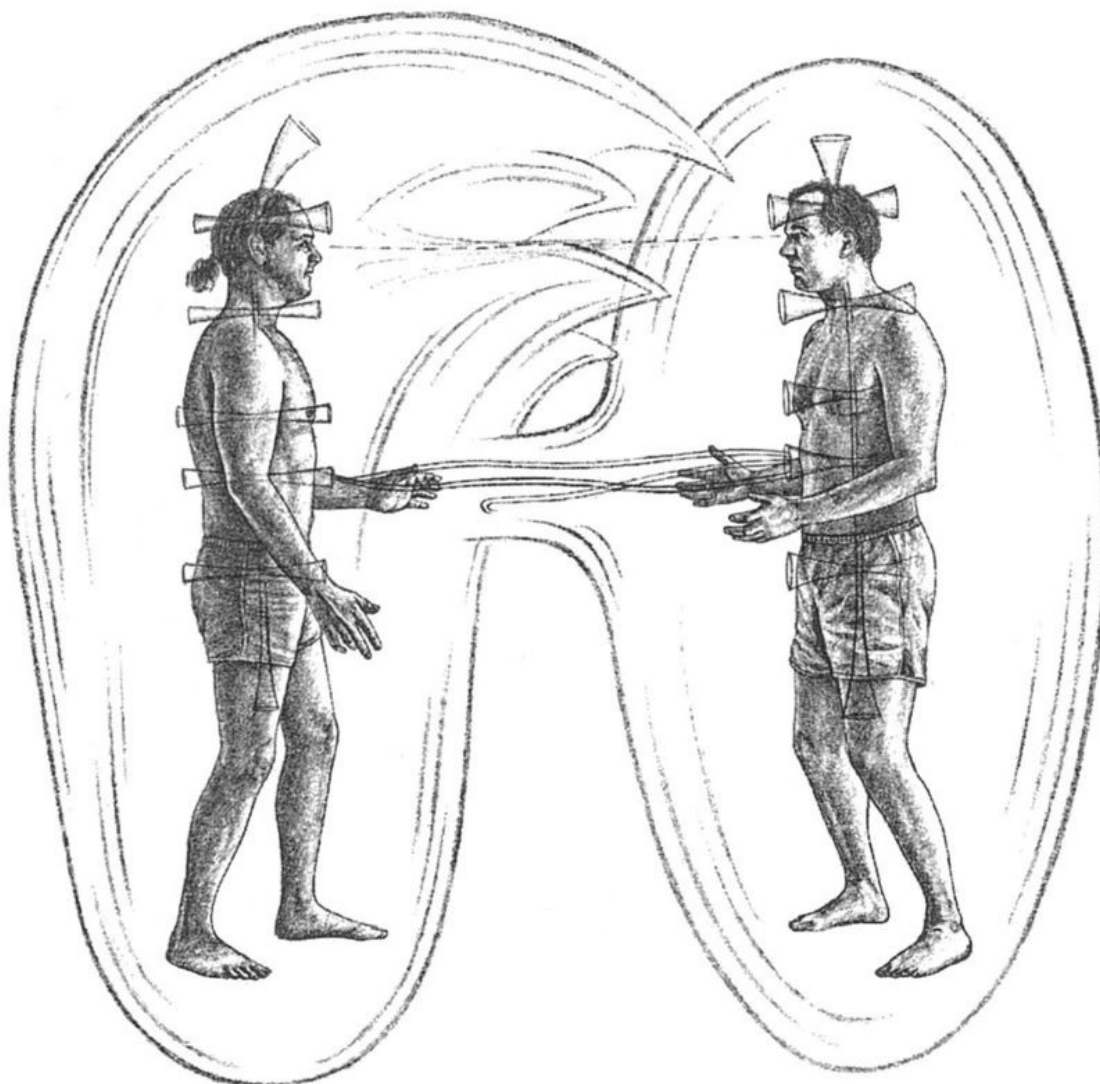


Figure 15-18 : Défense psychopathe et réaction de traction

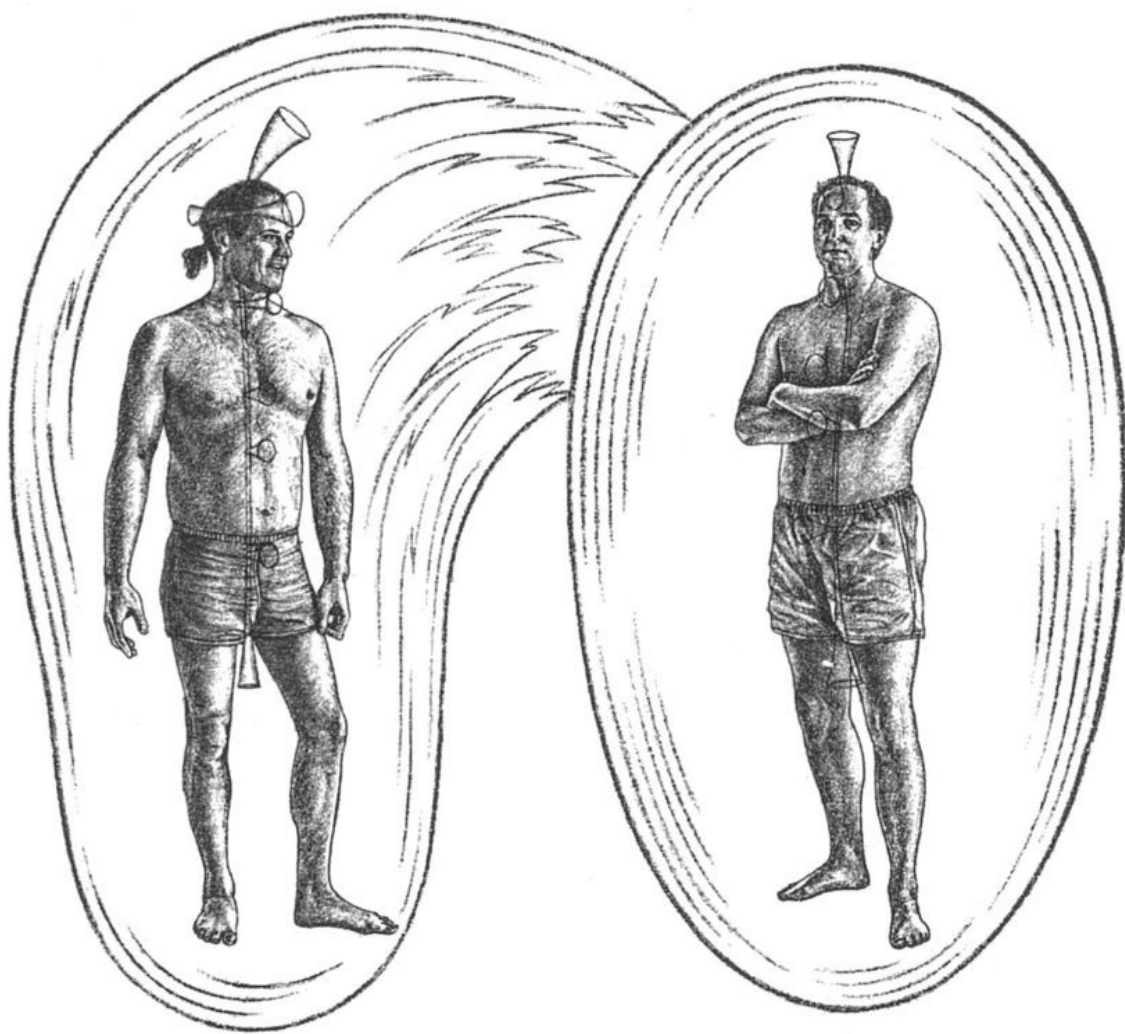


Figure 15-19 : Défense psychopathe et réaction de blocage

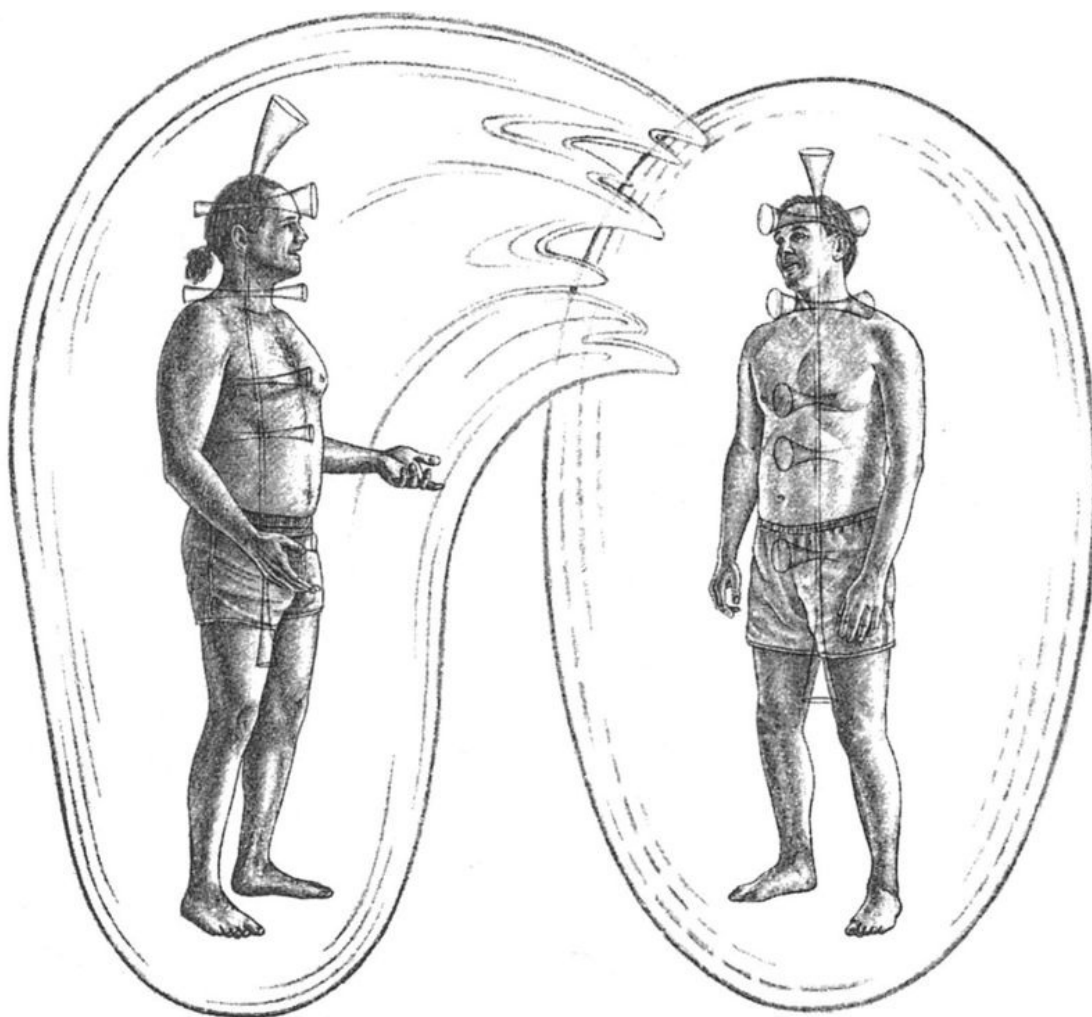


Figure 15-20 : Défense psychopathe et réaction d'admission ou de refus

Laissez l'induction harmonique lier contact avec le psychopathe en pulsations douces comme des vaguelettes. Pensez à une barque balancée sur un lac au soleil tout en restant à l'écoute de l'autre ; cherchez son splendide noyau, reconnaissez-le ; tandis qu'il se calme et que vous ne vous sentez plus menacé, mêlez peu à peu à vos vibrations terrestres l'énergie de votre cœur et acceptez l'autre tel qu'il est.

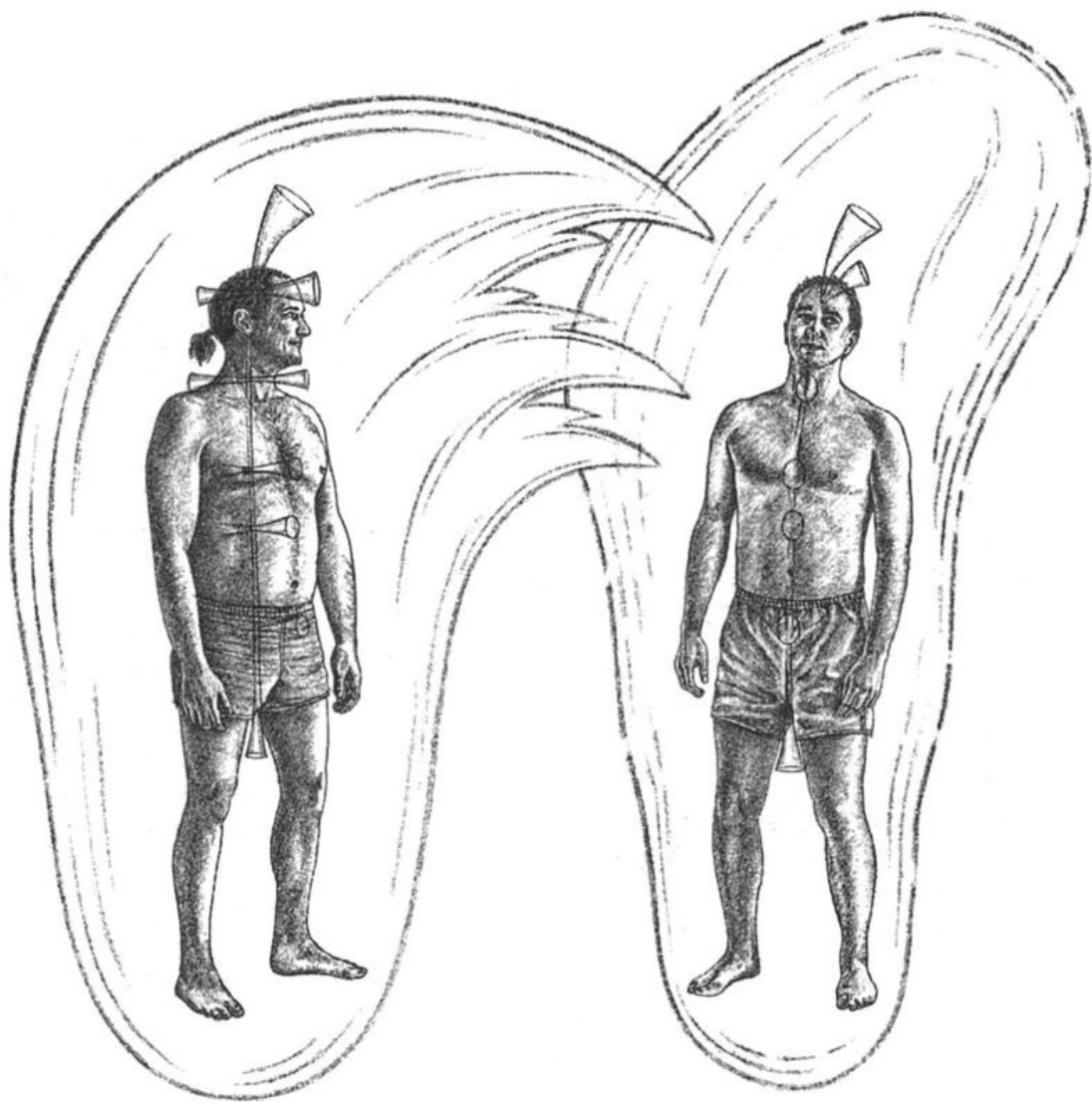


Figure 15-21 : Défense psychopathe et réaction de retrait

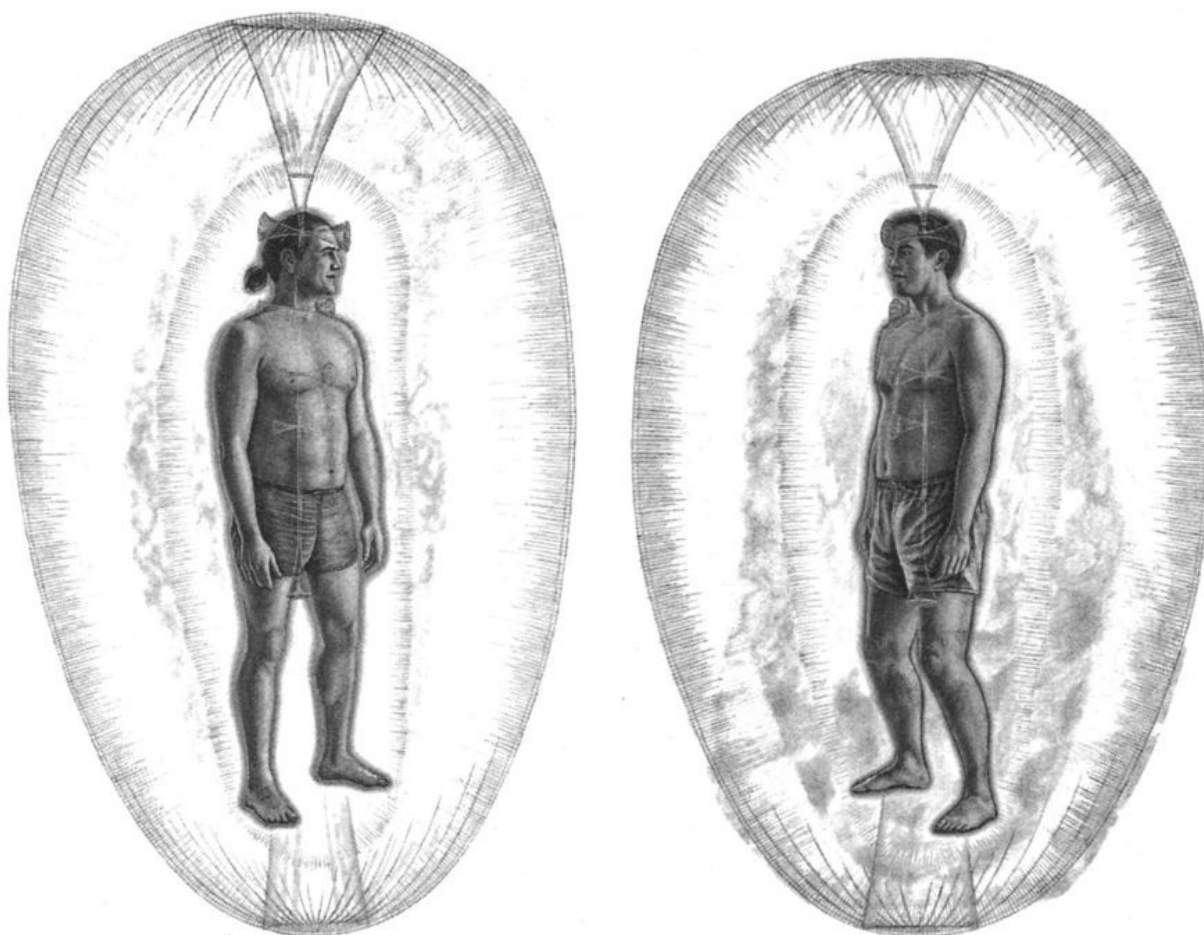


Figure 15-22 :
Réponse de guérison à la défense psychopathe

Résultats d'une réponse positive porteuse de guérison

En réussissant même partiellement ce que nous venons de décrire, vous aiderez l'autre à découvrir que lutter est moins important que d'être accepté, ce qu'il n'arrive pas à faire, ni pour vous ni pour lui-même. Voyant que vous l'admettez, il va se sentir entendu, ce qui lui est nécessaire et le mettra sur la voie de la sécurité ; vous admettez du même coup qu'il n'est pas mauvais, et vous non plus ! Et il fera la toute nouvelle expérience de la communion.

À partir de là, il deviendra capable de reconnaître votre essence divine et de s'y fier, puis d'avoir confiance en vous et en l'intention supérieure de votre

relation. Peu à peu, son désir de vous contrôler desserrera son emprise, puisqu'il a découvert un autre moyen de se sentir en sécurité. Il va alors commencer à envisager la tâche de sa vie au plan personnel comme un abandon à la bonté intrinsèque qui l'habite comme les autres, et à l'échelle mondiale, il se vouera à une grande cause, mais n'accomplira sa tâche qu'en coopérant en toute égalité avec les autres. En exaltant l'étincelle de divin chez les autres, il opérera la mutation de guerrier à roi ; le roi n'est-il pas le serviteur de tous ? Donc, la prochaine fois que l'être cher s'empporte contre vous et vous accable, pliez les genoux, cuirassez-vous et jouez l'idiot, et vous réintègrerez tous deux sans tarder les bienfaits de la réalité.

Comment vous soustraire à une défense psychopathe

Si vous poursuivez de votre vindicte quelqu'un qui vous aurait trahi, calmez-vous et demandez-vous si votre réaction n'est pas excessive ; faites appel à votre humanité et à celle de l'autre. Pliez les genoux, respirez et concentrez-vous. Avez-vous peur ? Vous sentez-vous blessé et trahi ? Est-ce la première fois, ou habituel ? Vous faites-vous le défenseur de votre propre bonté ? Votre énergie est-elle ramassée au haut de votre corps ? Si c'est le cas, n'insistez pas, plantez vos pieds par terre en vous concentrant, chauffez-les, sentez l'énergie dans vos jambes, centrez-vous sur votre noyau rayonnant en répétant : « Je suis en sécurité ; je suis toute bonté. »

LE SYSTÈME DE DÉFENSE DU CARACTÈRE MASOCHISTE

Le motif central de la défense masochiste

N'oubliez pas que la conception freudienne du masochisme n'est pas celle de la bioénergétique. Le motif dominant de la défense masochiste est l'invasion et le contrôle. Ceux qui la pratiquent ont vraisemblablement pendant de nombreuses vies été bloqués dans des situations dont ils ne pouvaient s'échapper, emprisonnés, mis en esclavage ou dominés par les autorités politiques ou religieuses. S'écarter de la « norme » était dangereux, il fallait se soumettre.

Ils ont soif de liberté, mais n'osent pas la réclamer et ne savent comment l'obtenir. Ils en conçoivent une forte rancune et accusent les autres de la dépendance qui les écrase.

La famille où ils ont choisi de naître devient leur nouvelle prison et leurs parents les nouveaux geôliers. La mère est du type dominateur qui se sacrifie, et ne leur consent aucune zone de liberté, pas même leur propre corps ; tout est contrôlé, jusqu'à leur nourriture et leur digestion. L'enfant est culpabilisé chaque fois qu'il tente de s'affirmer, humilié quand il manifeste des sentiments, ou sa sexualité ; l'individuation est brimée.

Les parents ont utilisé des banderoles bioplasmiques pour étouffer l'enfant dans leur énergie ou le harponner, et les cordes du troisième chakra pour le contrôler. Cela ne les empêchait pas d'être aimants et loyaux et de tisser de bonnes connexions entre les quatrièmes chakras. L'un ou les deux parents ont traité l'enfant comme un appendice d'eux-mêmes, contrôlant tout ce qu'il apprenait, mais aussi ses pensées, ses idées et ses créations, et n'hésitant pas à intervenir dans le processus créatif en ne laissant pas l'enfant définir lui-même ce qu'il avait créé. Or nous savons que le but spirituel de ce que nous créons est de nous renvoyer notre image et de nous faire reconnaître notre essence ; mais cet enfant n'a pas eu l'opportunité de suivre cette étape primordiale où l'objet créé reflète ouvertement son créateur, puisque les parents s'en sont emparés. En vérité, ils ont volé l'essence de l'enfant, qui ne sait plus faire la différence entre la leur et la sienne, et il n'en faut pas plus que de terminer systématiquement les phrases de l'enfant à sa place.

L'action défensive du caractère masochiste contre la peur

Craignant le contrôle, l'humiliation et le vol de son essence, le caractère masochiste s'abrite au fond de son corps transformé en forteresse inexpugnable. Il ne laisse rien filtrer, et son champ énorme se surcharge, mais ses frontières auriques sont restées atrophiées, et le champ est poreux, n'offrant qu'une illusoire protection que l'énergie psychique traverse aisément, forçant le malheureux à se rétracter encore plus. À un moment ou à un autre, il essaiera de détruire les cordes du troisième chakra avec lequel ses parents l'avaient ligoté, en faisant une boule qu'il pousse dans le chakra.

La défense masochiste prive les gens d'autonomie ; craignant d'agir seuls, ils restent cachés ou sollicitent la permission de sortir, en envoyant des banderoles bioplasmiques ou en essayant de relier les cordes du troisième chakra au plexus solaire de leurs amis pour les impliquer. Ils diront volontiers « *vous et moi* avons à discuter », au lieu de « j'ai un point à éclaircir avec vous. » Dans une thérapie de groupe, ils voudront toujours travailler avec quelqu'un. Voyez à la [figure 15-23](#) l'illustration de cette défense.

Les effets négatifs de l'action défensive masochiste

Elle transforme le monde physique en prison, d'où l'autonomie est bannie. La passivité et l'appel à l'aide de ceux qui la pratiquent les ramènent sans cesse à l'expérience trop bien connue du contrôle...

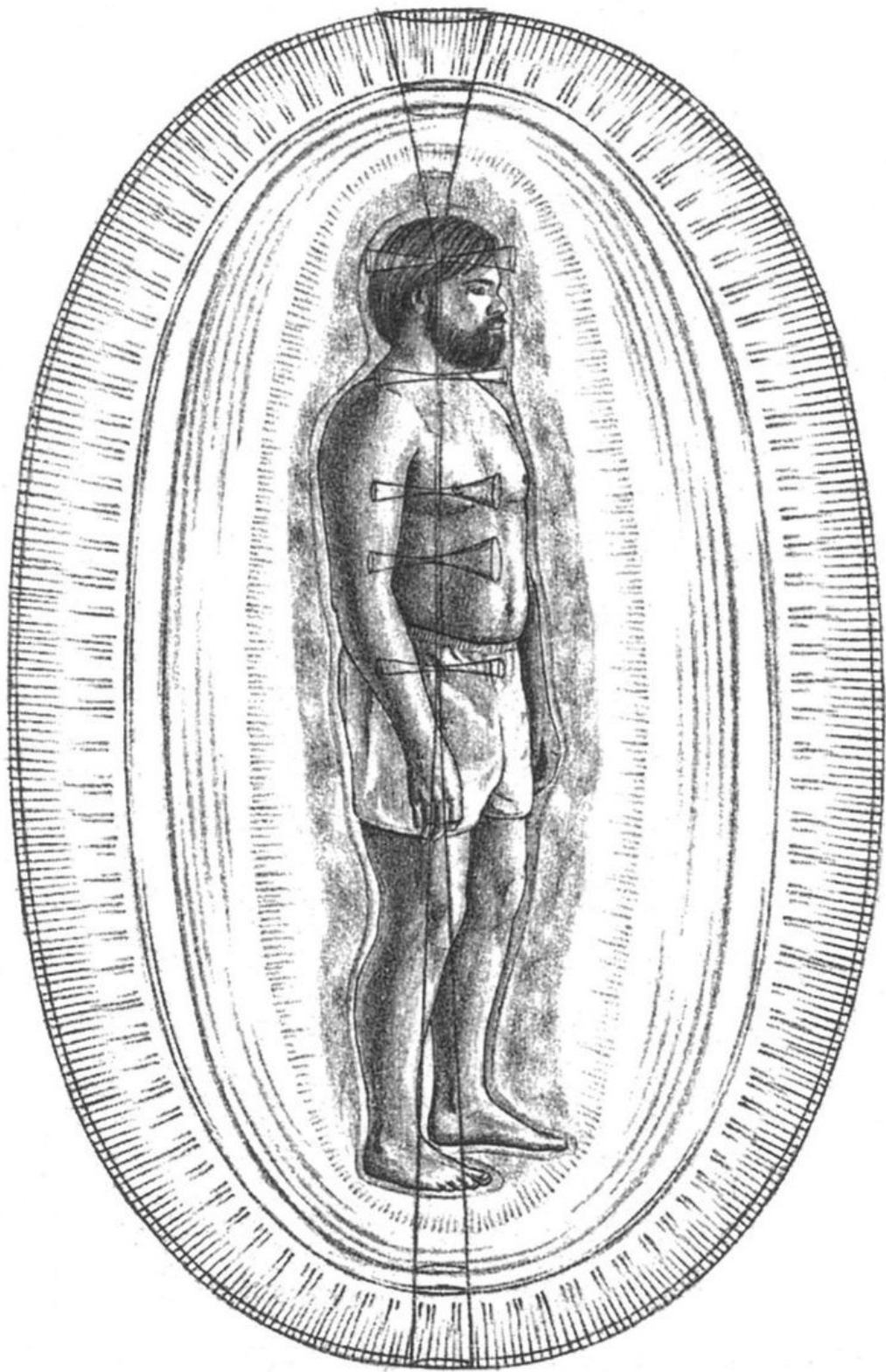


Figure 15-23 :
La défense aurique du caractère masochiste

Pour eux, le temps n'évolue pas, et ils vivent dans le présent, sans espoir de futur. Ils ne savent pas s'exprimer et cachent ce qu'ils créent, laissant les autres intervenir à leur place. Dans un groupe, on remarque vite les caractères masochistes ; quand vient leur tour d'émettre des idées, elles sortent en phrases hachées suivies de pauses qui traduisent la phase créatrice naguère interrompue par les parents. Il n'est d'ailleurs pas rare de voir quelqu'un dans le groupe, ne supportant plus ce silence, s'interposer. Le masochiste se recroqueville encore plus, ses idées n'ont aucune chance de voir le jour, et ce processus douloureux les replonge une fois de plus dans une situation de contrôle. Malheureusement, avec le temps, il oublie ce qui est caché à l'intérieur et se crée un univers interne de vagues idées et fantasmes qui ne se clarifient qu'en s'exprimant. Mais il le fait mal, et reste enfermé, seul et humilié, en voulant au monde entier. Il n'arrive pas déclencher une dispute pour donner libre cours à sa colère, si bien que même la provocation demeure soumise et ne mène à aucune autonomie.

Comment détecter l'utilisation d'une défense masochiste

Les idées s'expriment en phrases entrecoupées de longues pauses, et le sujet cherchera inconsciemment à vous les faire compléter ; il vous implique sans le reconnaître, dit « notre » problème, au lieu de « mon » problème ; discours et interaction montrent son incapacité à se différencier de vous. Surveillez votre plexus solaire ; ne cherche-t-on pas à s'en emparer ? Remarquez le sérieux excessif de la conversation. Sentez-vous l'inertie et l'humiliation, le contrôle que vous exercez sur le sujet ? Il ne peut rien faire sans vous, mais refuse vos suggestions ; c'est là une réaction masochiste typique, alors que le caractère oral absorbera tout ce que vous lui donnerez et réclamera encore.

Besoins humains et spirituels dans la défense masochiste

N'oubliez pas que toutes ces incitations à se faire aider dissimulent en réalité un désir d'indépendance. Les masochistes ont besoin de s'affirmer comme êtres humains libres de vivre et de s'exprimer à leur guise, mais il leur faut apprendre à le faire, en s'aménageant un espace personnel sécurisant où se redécouvrir dans le miroir du monde physique. (J'ai longuement évoqué au chapitre XIV ce rôle de miroir matériel qui reflète des aspects de la personnalité.) Il leur faut

articuler et formuler des idées restées vagues, et les appliquer à leur vie personnelle. Sur le plan spirituel, ils doivent s'approprier l'essence de leur noyau et l'individuation divine en eux.

Nature de votre réaction négative à la défense masochiste

Revenons à nos quatre modes de flux d'énergie. En présence de gens qui pendant une interaction se replient sur eux-mêmes tout en vous agrippant puis vous repoussent et vous attaquent, réagissez-vous par la colère, en les bombardant d'énergie ? Le seul résultat sera d'augmenter leur peur et de les bloquer dans leur comportement au détriment de futures interactions. La [figure 15-24](#) illustre ce cas.

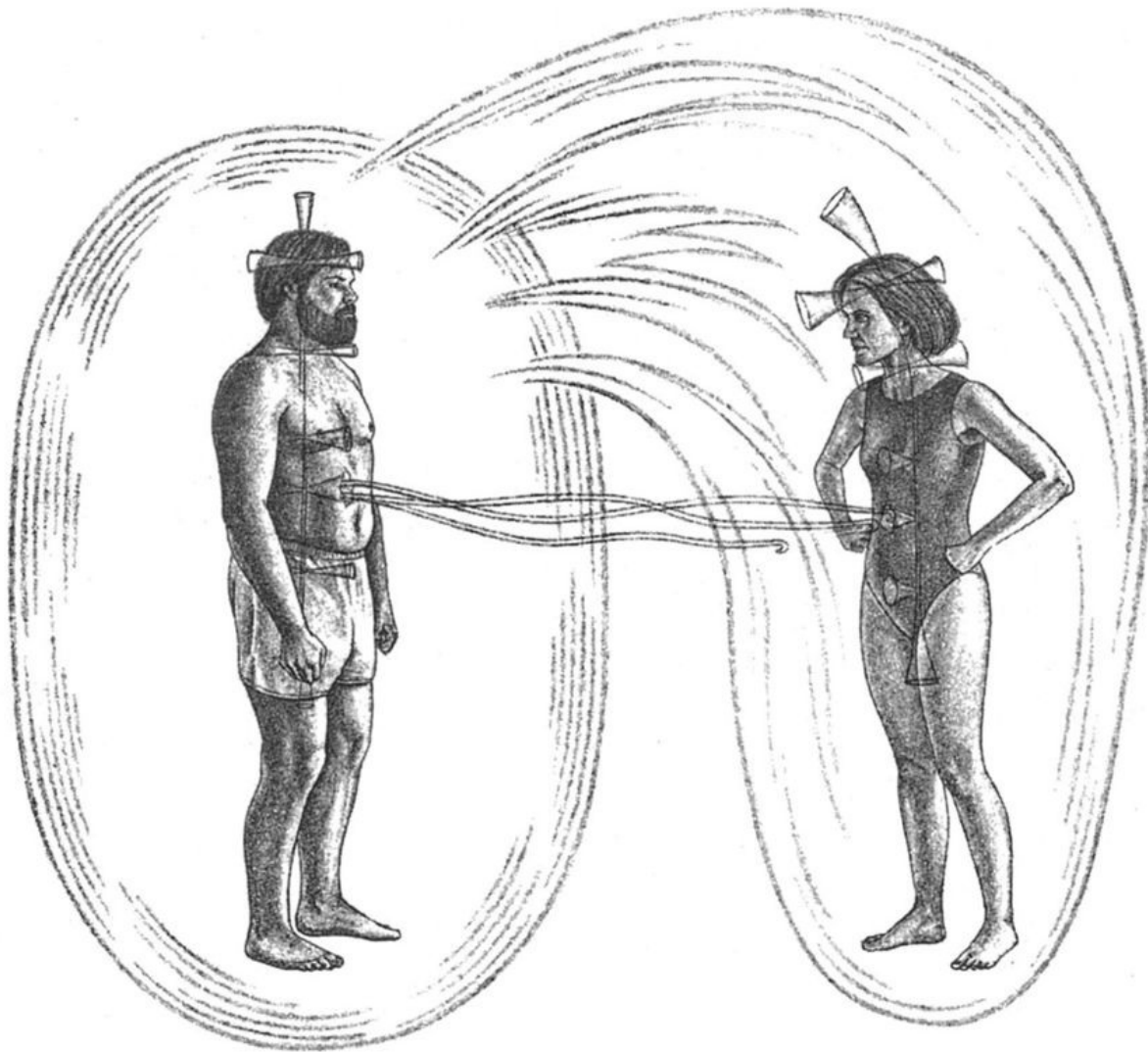


Figure 15-24 : Défense masochiste et réaction de poussée

Votre réaction à leur retraite est-elle de vous sentir abandonné et de chercher à les faire sortir, comme jadis leurs parents ? Ils iront se cacher encore plus loin, hors de votre atteinte. Voyez à la [figure 15-25](#) ce qui se passe lorsque vous les agrippez.

Décidez-vous de bloquer votre flux d'énergie, en vous enfouissant en vous-même, comme eux ? Quel genre de communication espérez-vous ? Ou attendez-vous impatiemment qu'ils ressortent ? Vous serez déçu, comme le prouve la [figure 15-26](#).

Vous avez également la possibilité de laisser faire en adoptant une attitude de refus et en continuant la conversation comme si de rien n'était. Comment vous sentez-vous alors ? Fatigué, sans défense, troublé, alourdi ? Avez-vous accompli

la moindre chose ? Permettez-moi d'en douter, et méditez sur la [figure 15-27](#).

Peut-être enfin, décidez-vous d'évacuer votre corps ; vous êtes loin, ils sont enfermés et la communication est nulle, comme le montre la [figure 15-28](#).

Comment opposer une attitude constructive à la défense masochiste

Reportez-vous à la [figure 15-29](#) pour apprendre à préparer votre champ d'énergie à rassurer et ramener à la communion un masochiste en état de défense. Le premier impératif est de vous souvenir que sa démarche inconsciente pour provoquer votre invasion dans l'espoir de vaincre l'invasion de l'enfance est inopérante ; ne jouez donc pas ce jeu.

De tels êtres ont été complètement envahis, et vous ne devez pas refaire la même erreur ; n'envoyez pas de banderoles bioplasmiques, ne vous mettez pas en face d'eux et ne reliez pas vos cordes du troisième chakra ; protégez votre plexus solaire en l'imaginant solidement recouvert ou en le couvrant de vos mains si nécessaire ; s'ils vous envoient des cordes bioplasmiques, imaginez-vous pourvu d'une aura inattaquable et les cordes glisseront à terre. Une fois que vous contrôlez la situation des banderoles et cordes, faites de même pour la fréquence de vibrations de votre champ. Mettez-vous près d'eux, sans les gêner et sans que les septièmes couches de vos champs s'interpénètrent, à au moins un mètre de distance. Accordez votre fréquence sur la leur, en imaginant que vous êtes devenu eux ; puis dilatez légèrement votre champ jusqu'à ce qu'il effleure le bord extérieur du leur ; ils sentiront ce mouvement, et s'ils se rapprochent, vous saurez que vous êtes un peu loin ; mais ce n'est pas grave ; laissez-les décider de la distance qui leur convient ; demeurez passif, et le sentiment d'espace et de similitude avec vous les rendra plus sûrs d'eux, prêts à émerger. Restez debout, les champs synchrones, dans le respect réciproque de votre essence. Sentez la vôtre, laissez-la emplir votre champ. Il est alors possible que votre situation d'égalité fasse croître et se rencontrer les cordes de vos troisièmes chakras, signe de véritable communion, d'une connexion automatique et sans contrôle que vous ressentirez tous deux.

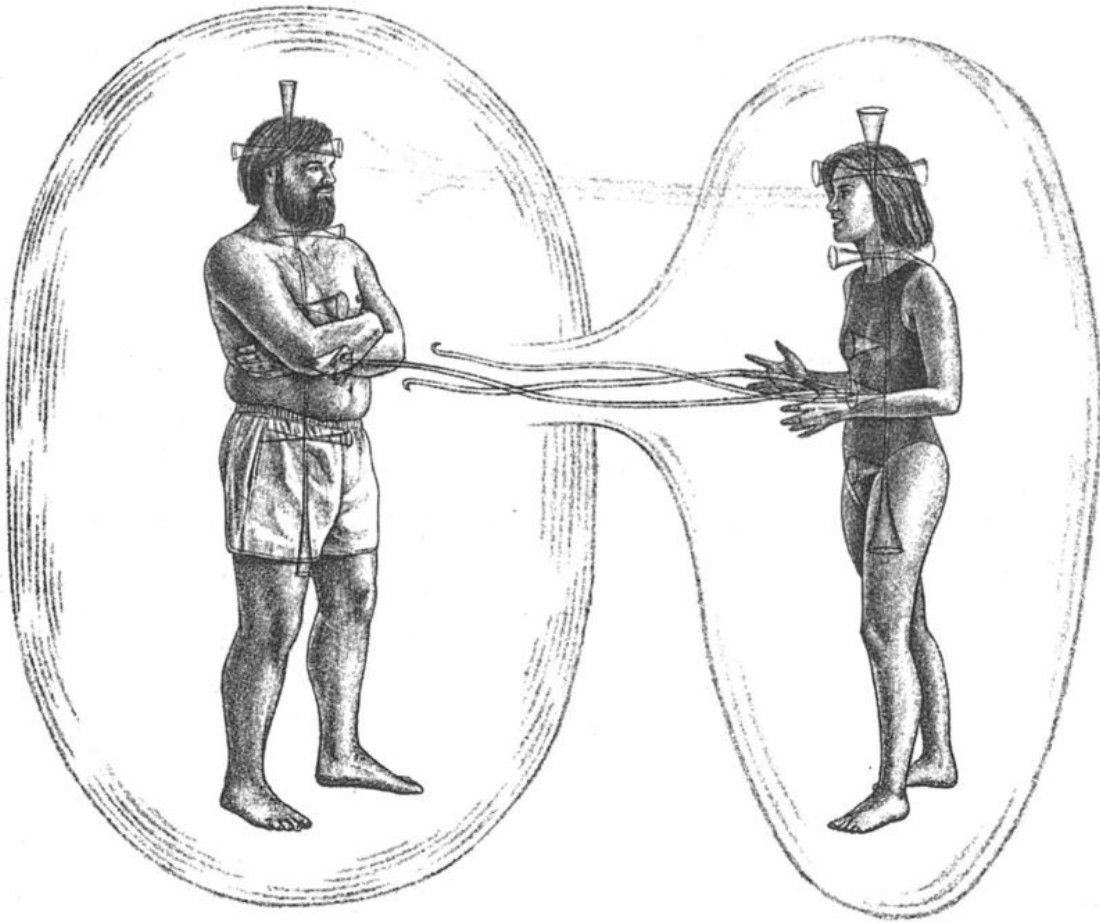


Figure 15-25 : Défense masochiste et réaction de traction

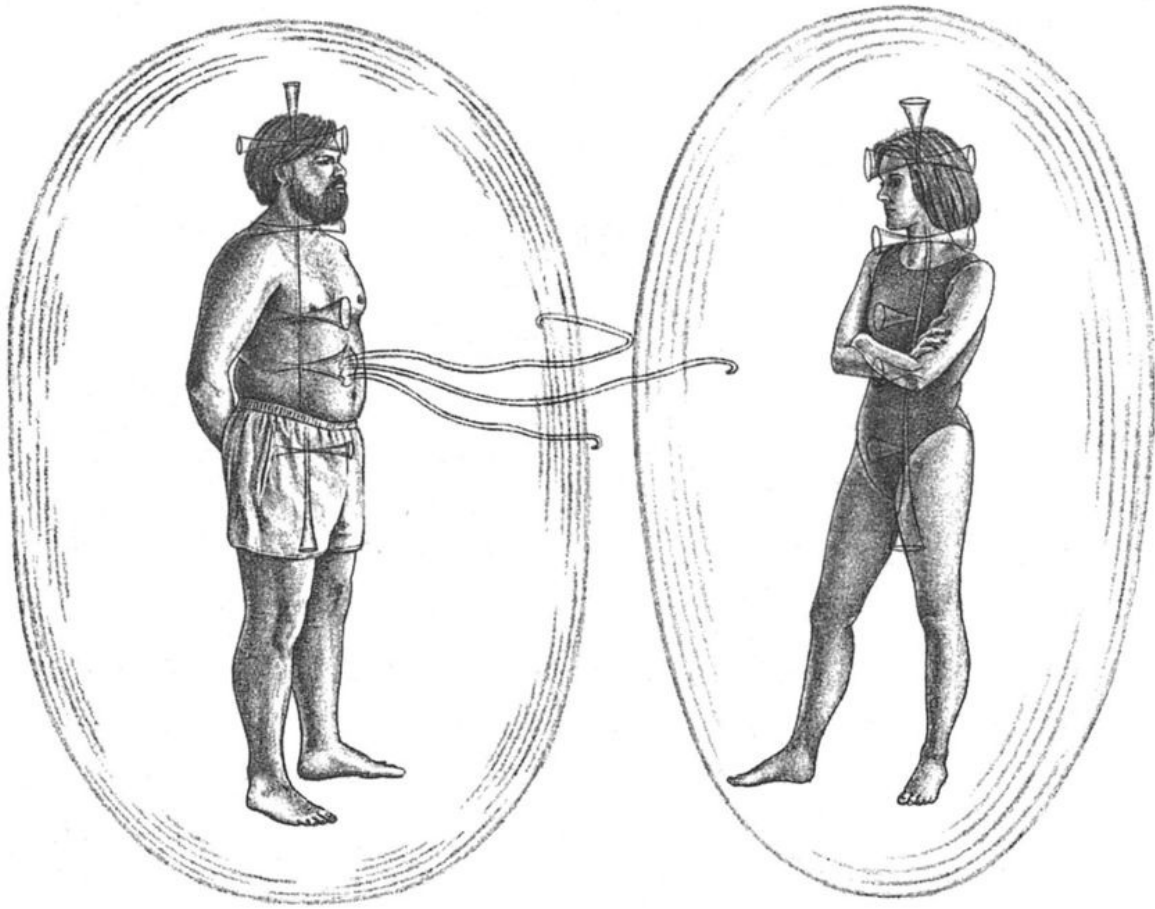


Figure 15-26 : Défense masochiste et réaction de blocage

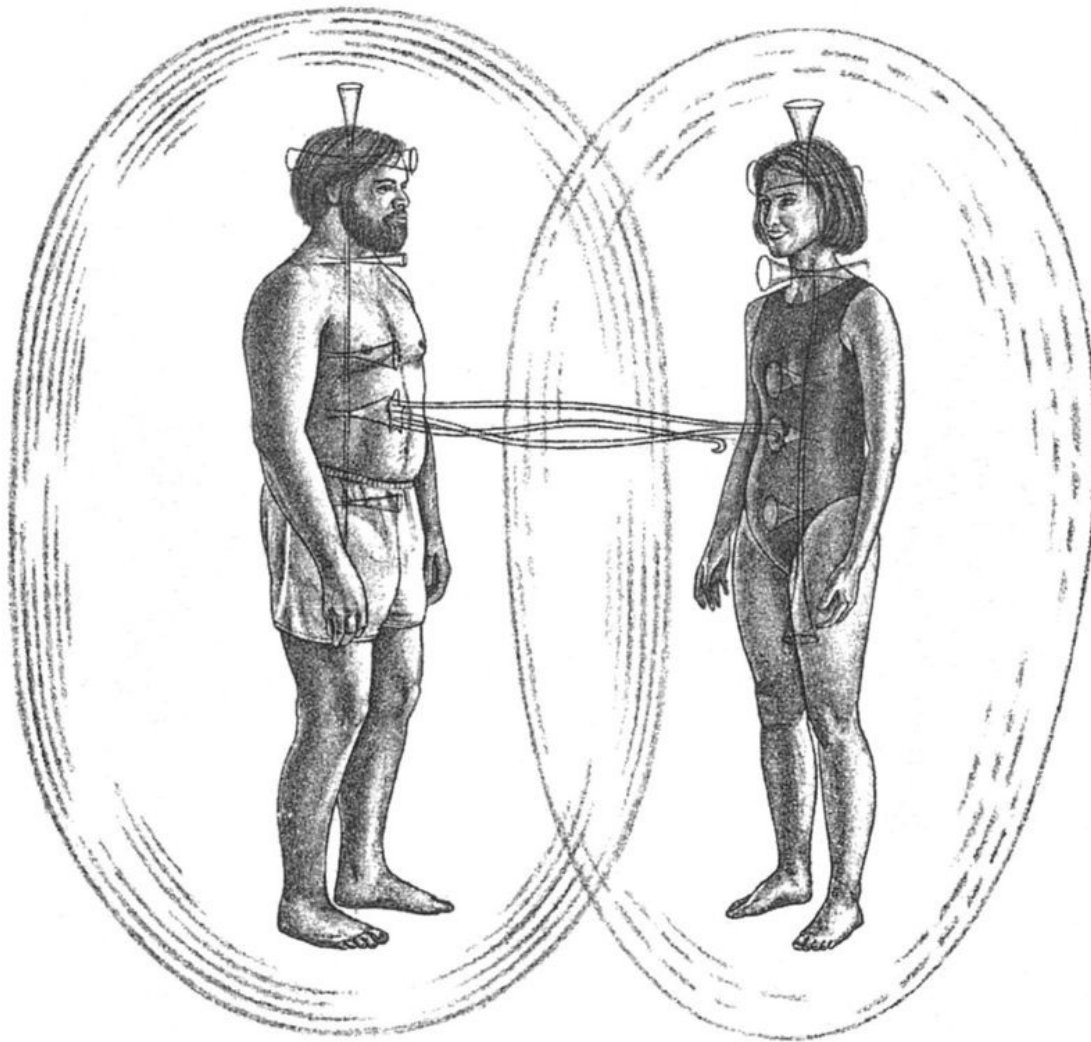


Figure 15-27 : Défense masochiste et réaction d'admission ou de refus

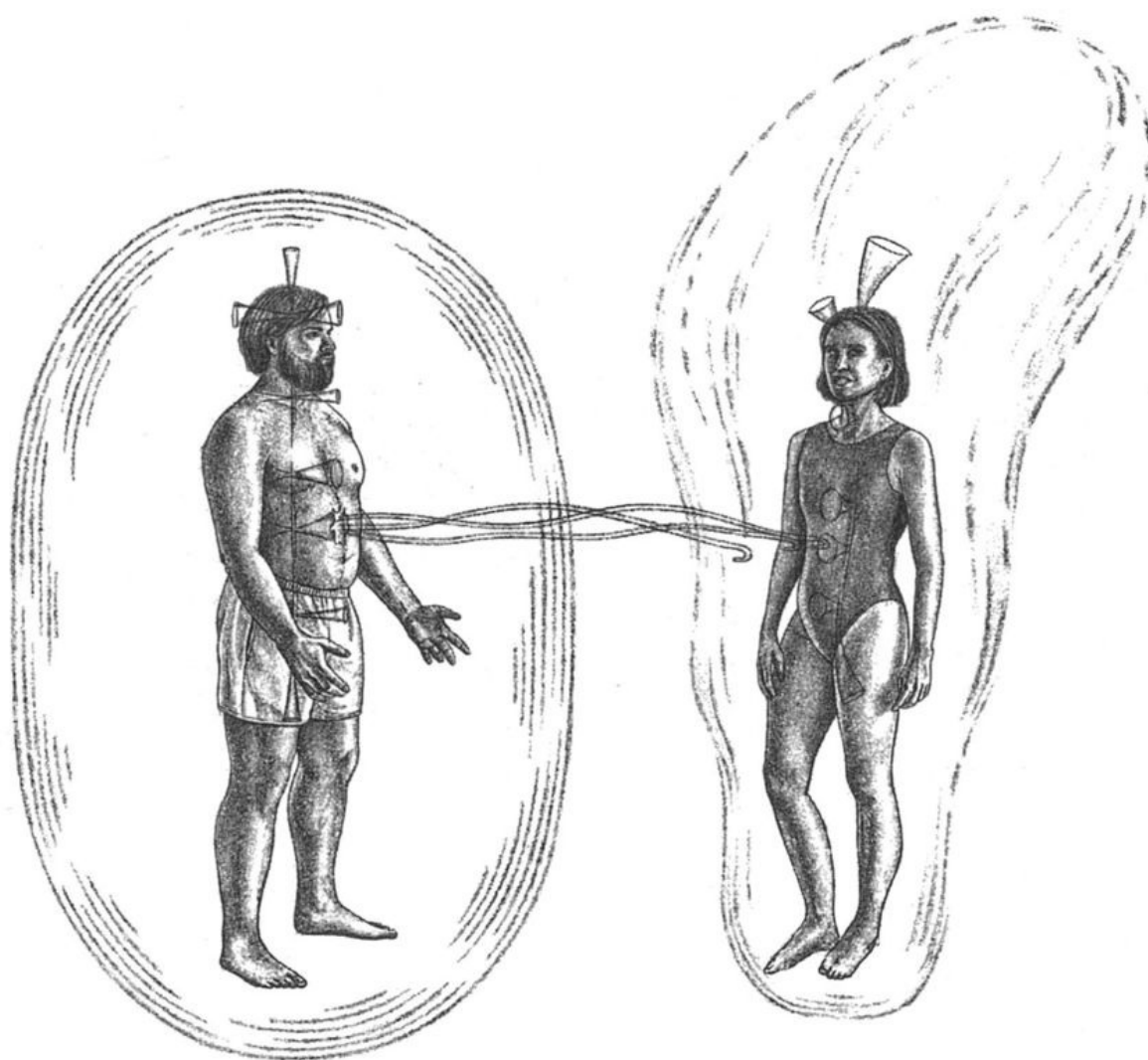


Figure 15-28 : Défense masochiste et réaction de retrait

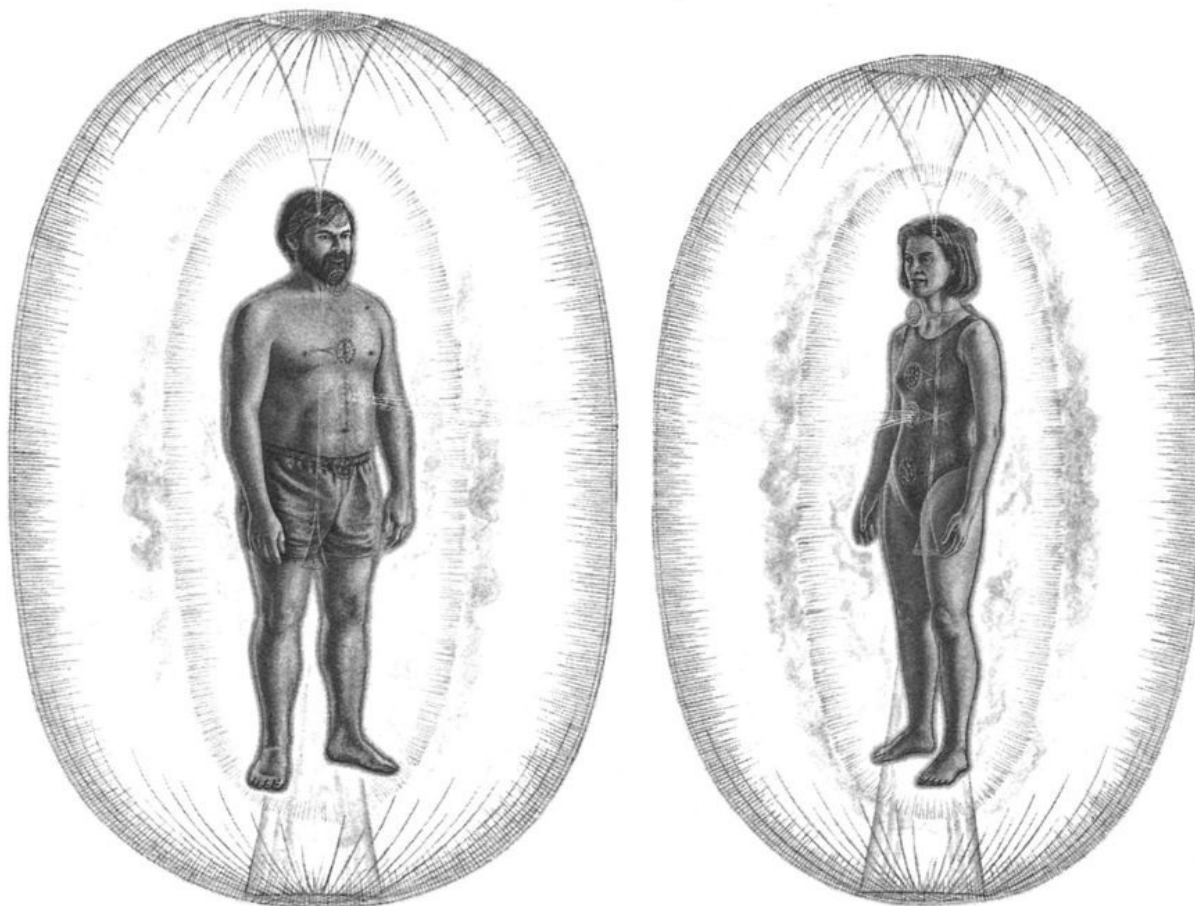


Figure 15-29 : Réponse de guérison à la défense masochiste

Résultats d'une réponse positive porteuse de guérison

En réussissant au moins partiellement la démarche ci-dessus, vous prouverez à votre ami au caractère masochiste que le monde n'est pas qu'un lieu de contrôle, et l'aidez à faire l'expérience de son essence, bien distincte de la vôtre. Il aura enfin le sentiment d'être respecté, puisque vous lui avez laissé tout l'espace nécessaire à son expression. Il peut donc entrevoir le processus créatif qui se déroule en lui et s'apprête à se libérer et à obtenir enfin la vie qu'il désire. La prochaine fois que votre partenaire vous malmène pour se libérer, offrez-lui tout l'espace dont il a besoin, le plus précieux des cadeaux, la voie vers la découverte de sa vraie nature et de son essence. Vous lui permettrez ainsi d'échapper au présent qui l'engluie et d'aborder son futur sous-tendu par les leçons du passé, découvrant un présent vivant et fluctuant. Seule la relation, en lui tendant un miroir, lui permet de se réconcilier avec le caractère unique de son

noyau.

Comment vous soustraire à une défense masochiste

Si vous tombez dans cette défense, respirez, pliez les genoux, ancrez-vous dans la terre et canalisez son énergie jusqu'à votre deuxième chakra. Libérez l'énergie qui bouillonne en vous en vous aventurant peu à peu dans un lien avec tout ce qui vous entoure. Recouvrez de la main votre troisième chakra pour le protéger, dénouez ses cordes et plongez-les dans votre noyau rayonnant en visualisant le cheminement ; concentrez-vous sur votre essence et votre force intérieure, tout en répétant les mantras suivants : « Je suis libre » ou « Je décide de ma propre vie. »

La complexité de votre nature et de vos idées exige que vous leur laissiez le temps de venir à maturation, d'affleurer peu à peu. Je ne saurais trop vous recommander de consigner ces idées au fur et à mesure dans un journal. Ne cherchez pas à les déchiffrer tout de suite ; elles apparaîtront sur un mode holographique plus que linéaire, et il vous faudra peut-être plusieurs années avant d'obtenir une vue d'ensemble. Alors seulement vous pourrez songer à partager cette découverte de vous-même.

LE SYSTÈME DE DÉFENSE DU CARACTÈRE RIGIDE

Le motif central de la défense rigide

Il a nom authenticité. Les caractères rigides, séparés de leur essence dont ils ont oublié jusqu'à l'existence, ne se préoccupent que de la perfection de leur apparence, et cela pendant de nombreuses vies où ils étaient surchargés de responsabilités. Ils ont grandi en ignorant leur monde intérieur, niant farouchement toute expérience négative et présentant au monde une façade positive mensongère. Les pires problèmes familiaux ne devaient jamais apparaître, et n'empêchaient pas la bonne tenue de la maison ni celle des écoliers tirés à quatre épingles que l'on exhortait à être les premiers. La philosophie générale consistait à ne voir que le bon et gommer le moins bon, ce qui est exécrable pour la perception des enfants, obligés de nier le moi qui affronte les événements négatifs ; si ces événements n'ont pas eu lieu, la personne qui en a fait l'expérience n'est pas réelle et a tout imaginé. En d'autres termes, rien ne sert de ressentir ce qui n'a aucune réalité.

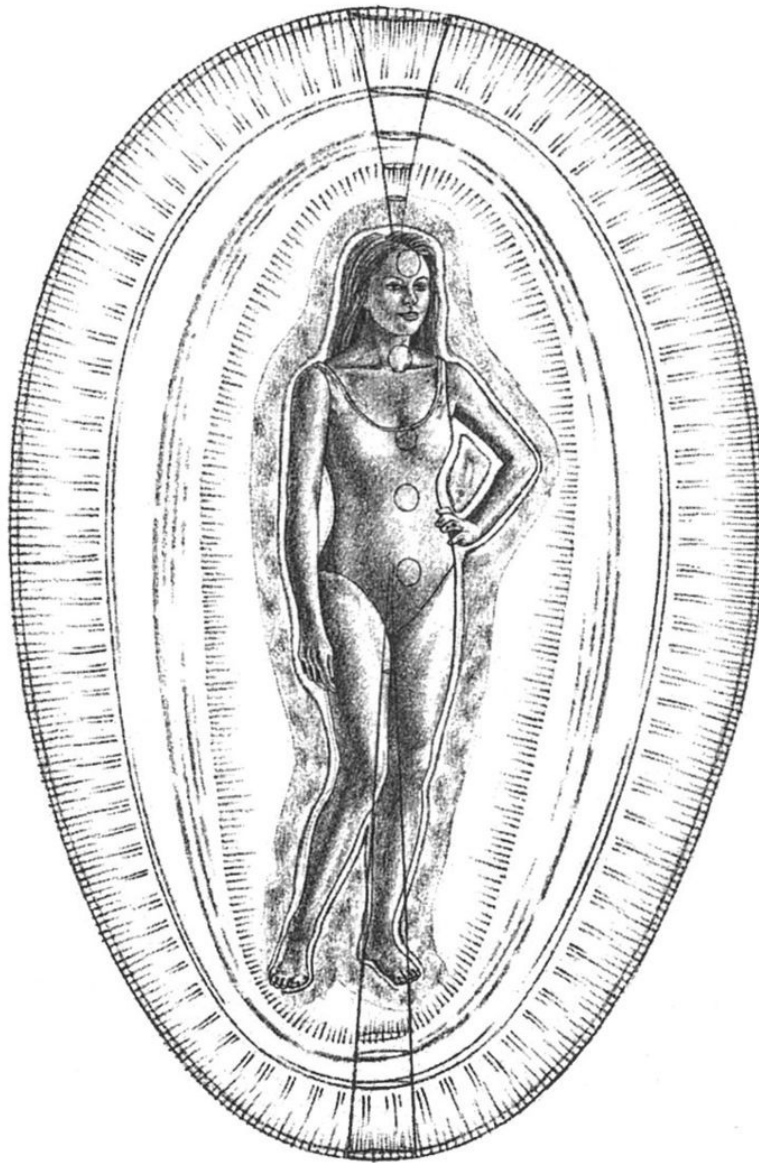


Figure 15-30 :
La défense aurique du caractère rigide

Les parents parviennent à ce résultat sans recourir à l'invasion ou l'humiliation ; il suffit de transformer l'environnement extérieur en une illusion de perfection où doivent se couler les enfants : ils s'habillent convenablement, se brossent les dents, font leurs devoirs, se couchent à l'heure, se nourrissent correctement, et ainsi de suite.

En fait, le caractère rigide vit dans un monde extérieur parfait, qui n'admet ni le monde psychologique intérieur ni l'essence. Cette façade lisse dissimule la

vague crainte que la vie véritable se déroule ailleurs.

L'action défensive du caractère rigide contre la peur

Cette peur d'un monde dénué de sens et frustrant exacerbe la recherche de la perfection ; les caractères rigides réussissent parfaitement leur carrière et leur vie de famille, gagnent de l'argent, s'habillent avec élégance et donnent une image de santé et d'équilibre. Chakras et champ aurique fonctionnent bien, et des liens convenables mais ténus s'établissent avec les autres par les cordes de chakras ; mais ils n'éprouvent pas le besoin de lancer des banderoles bioplasmiques. Pour maintenir cette impossible perfection, ils s'imposent deux failles profondes : les émotions sont tellement jugulées que le domaine psychologique est séparé du monde extérieur, et l'essence profonde est elle-même séparée du reste. Voyez l'illustration de cette défense rigide à la [figure 15-30](#).

Les effets négatifs de l'action défensive rigide

Ce système de défense renforce l'aspect artificiel et creux du monde où évoluent les caractères rigides. Leur apparente perfection provoque l'envie et l'on vient leur demander de l'aide qu'ils donnent avec efficacité mais sans y trouver de satisfaction. Pour eux, le temps n'est qu'une longue ligne droite sans aspérités, dont ils ne sont que des témoins impuissants ; ils sont incapables d'exprimer l'intensité de leur vie psychologique, et en viennent à en douter. Leur essence demeure lettre morte et, sans aide, ils ne la rencontreront pas, puisque leur éducation leur en a caché la réalité. Leur vie parfaite se déroule donc sans eux. Cette absence de sens de leur réalité les empêche d'intégrer cœur et sexualité, qui fonctionnent à part ; ils aiment un être idéal qui n'existe pas et multiplient les aventures à court terme dans cette quête impossible. Ils sont en réalité incapables d'une relation profonde puisqu'ils sont privés de leur essence, et doivent se contenter d'une accumulation de distractions.

Comment détecter l'utilisation d'une défense rigide

La meilleure façon de s'en assurer est de mettre à l'épreuve l'authenticité de vos interlocuteurs. Vous verrez rapidement s'ils sont personnellement impliqués dans la conversation ou complètement absents, s'ils donnent l'impression de faire face à toute situation sans qu'apparaisse aucune réalité humaine, si leur vie

est lisse mais leur personnalité inatteignable, si ce que l'on vous montre n'est qu'une petite facette d'un ensemble caché.

Besoins humains et spirituels dans la défense rigide

Les caractères rigides ont un criant besoin de remplacer le convenu par le réel, d'échapper au déni et d'exprimer ce qu'ils ressentent, d'abandonner la quête de la perfection pour atteindre et guérir la peur qu'elle dissimule. Ils craignent de ne pas exister, et doivent découvrir leur vraie nature, l'expérience du temps présent et surtout leur essence, dont ils ignorent jusqu'à l'existence, et dont la découverte les libérera.

Nature de votre réaction négative à la défense rigide

Pour l'élucider, nous aurons une dernière fois recours aux quatre modes de flux énergétiques, poussée, traction, blocage et passage.

Si vous réagissez à une interaction dépourvue d'authenticité par la colère et une poussée d'énergie, vous affolerez votre interlocuteur qui niera sa peur en accentuant la perfection de façade et en faisant dévier la conversation sur vos problèmes. Voyez l'illustration de ce processus à la [figure 15-31](#).

Si au contraire, dans un sentiment d'abandon, vous vous agrippez, l'interlocuteur se réfugiera derrière ses inexpugnables défenses, ne vous offrant qu'un modèle de raison et d'efficacité. Et une traction plus forte de votre part restera sans effet, comme le montre la [figure 15-32](#).

Admettons maintenant que vous bloquiez votre flux d'énergie, échappant à la fausseté de la conversation et prétendant écouter alors que vous êtes très loin ; vous voilà tous les deux dans le mensonge, chacun de son côté ; voyez les résultats à la [figure 15-33](#).

Si vous laissez faire tout en vous réfugiant dans le refus, vous perdrez votre temps dans une conversation stérile et n'accomplirez aucun progrès dans la compréhension de l'autre et la communion ; voyez la [figure 15-34](#).

Si enfin vous vous retirez complètement, il y aura en présence une personne dénuée d'authenticité prônant la raison à un interlocuteur absent ; la [figure 15-35](#) illustre cette étrange situation.

Comment opposer une attitude constructive à la défense rigide

La [figure 15-36](#) vous explique comment aider les caractères rigides à éprouver la réalité de leur essence ; c'est une entreprise ardue, qui exige de vous une grande maîtrise de l'essence, mais en vous appliquant, vous progresserez vite.

Gardez surtout à l'esprit que le système de défense du caractère rigide implique un champ aurique bien équilibré, aux limites nettes, si bien que vous pouvez vous approcher. Vous n'avez pas non plus à vous préoccuper des banderoles bioplasmiques ni de la fréquence vibratoire du champ. Ce qui importe ici, c'est l'esprit de tendresse et de tolérance, et d'emplir votre champ de votre essence. Vous trouverez au chapitre XVII des exercices qui vous apprendront à inonder le champ de l'essence ; suivez-les soigneusement.

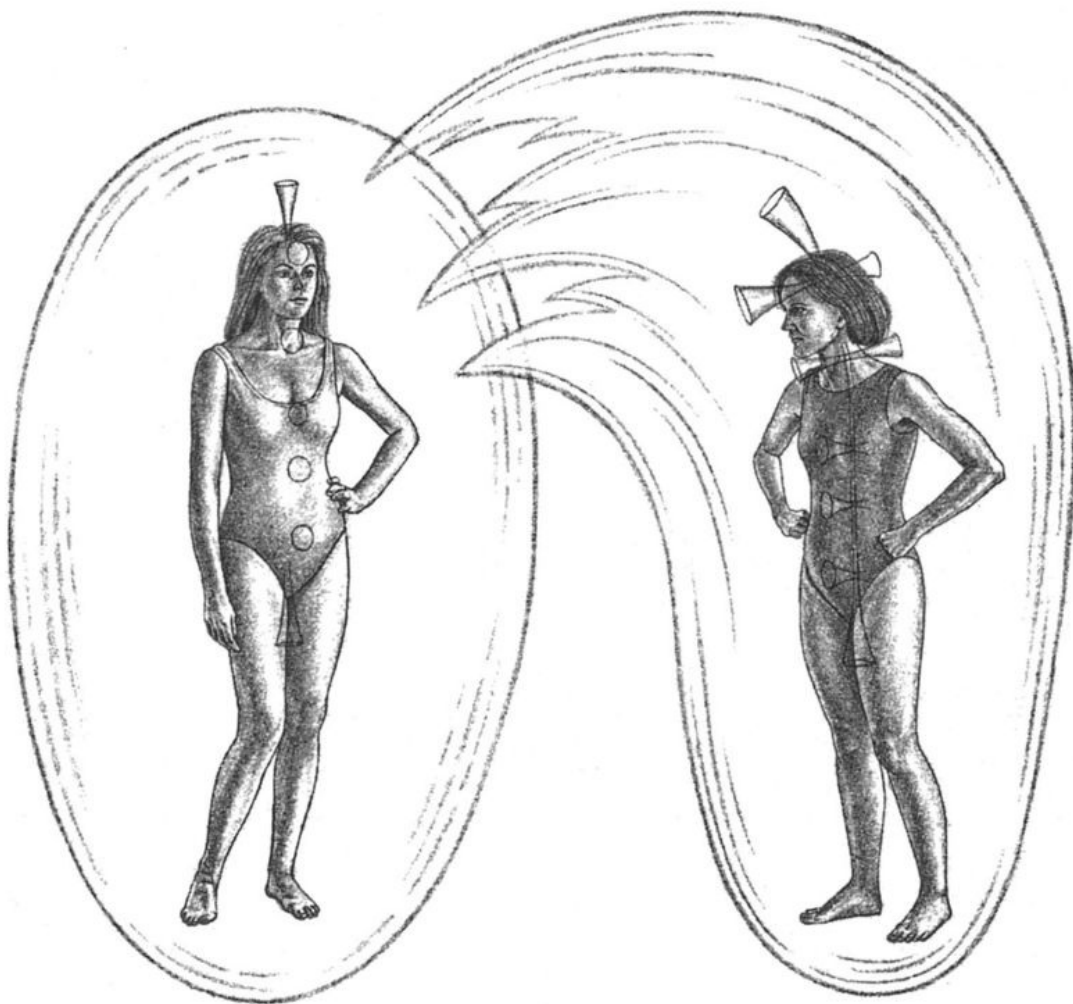


Figure 15-31 : Défense rigide et réaction de poussée

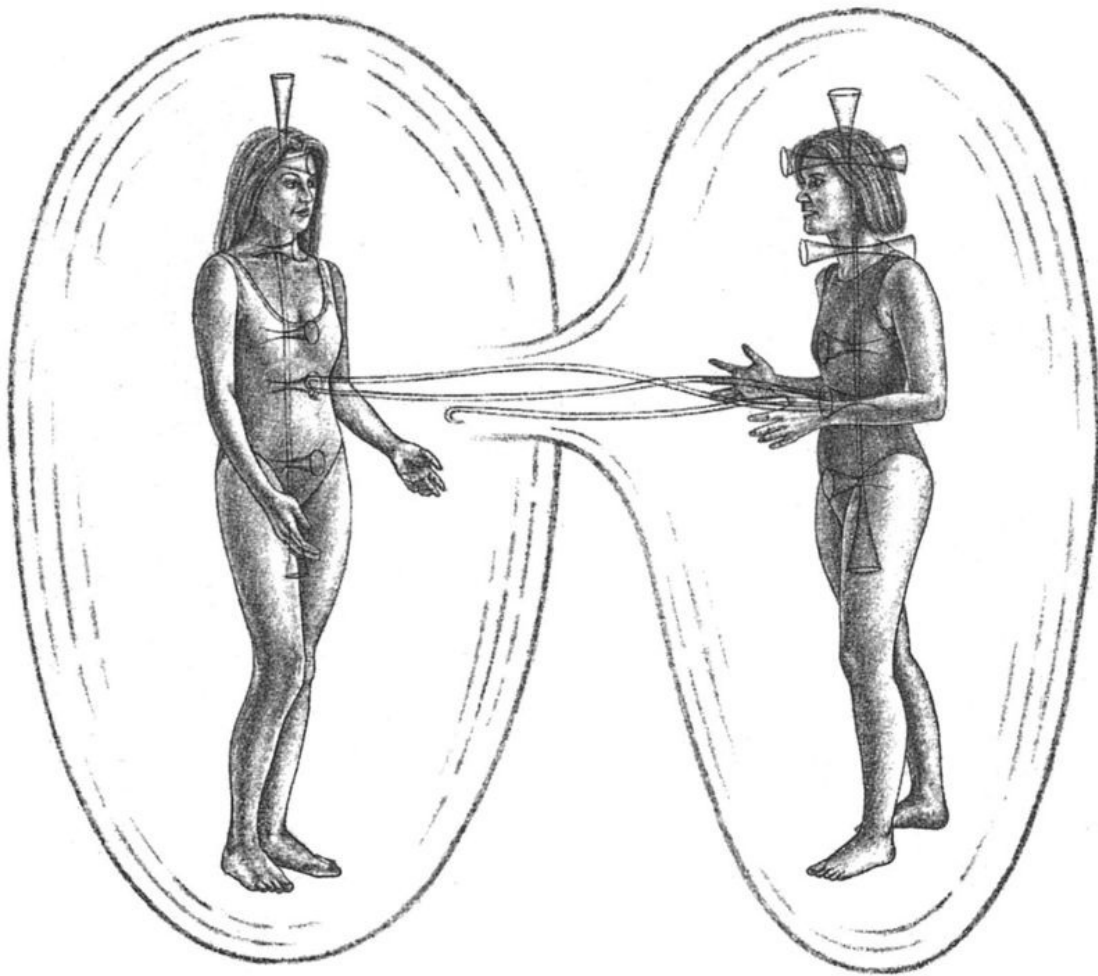


Figure 15-32 : Défense rigide et réaction de traction

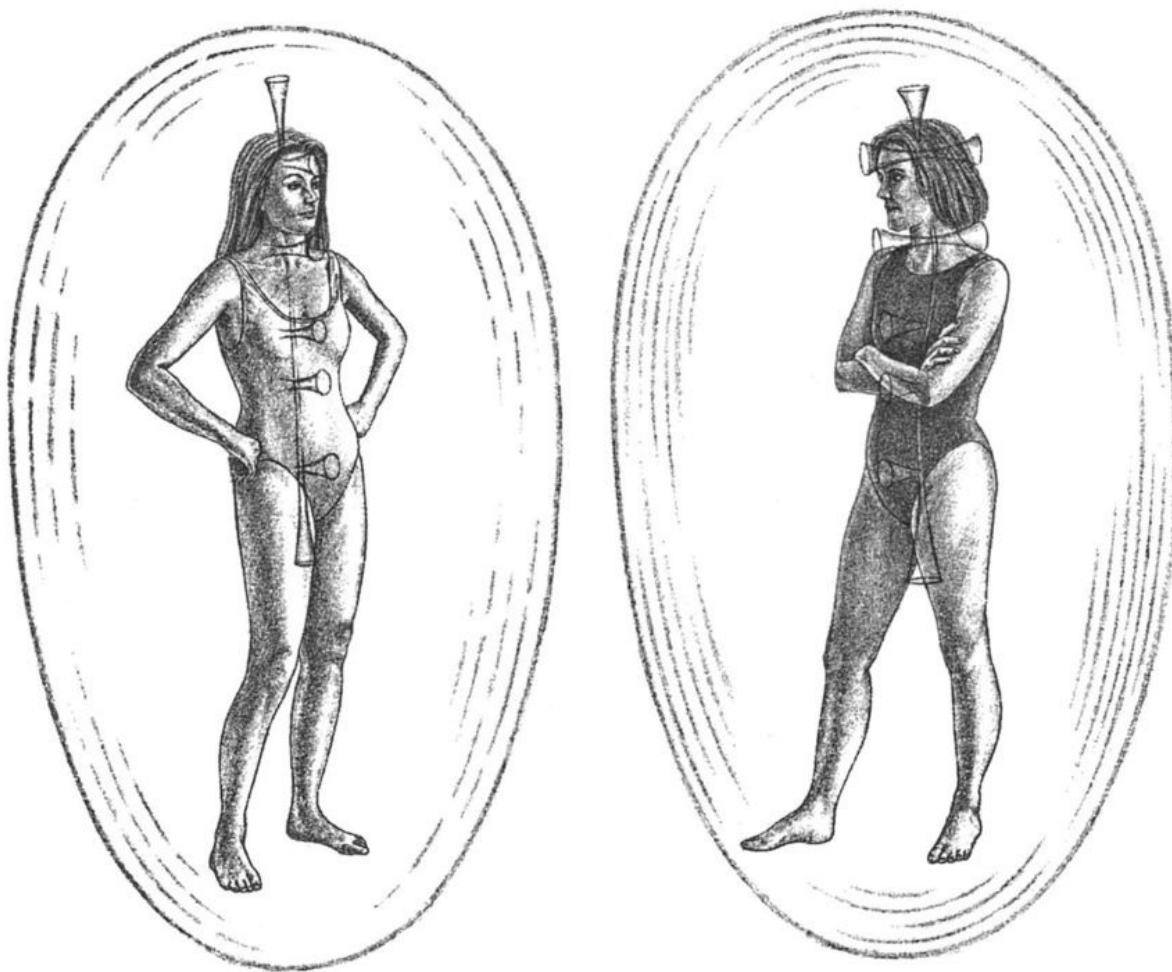


Figure 15-33 : Défense rigide et réaction de blocage

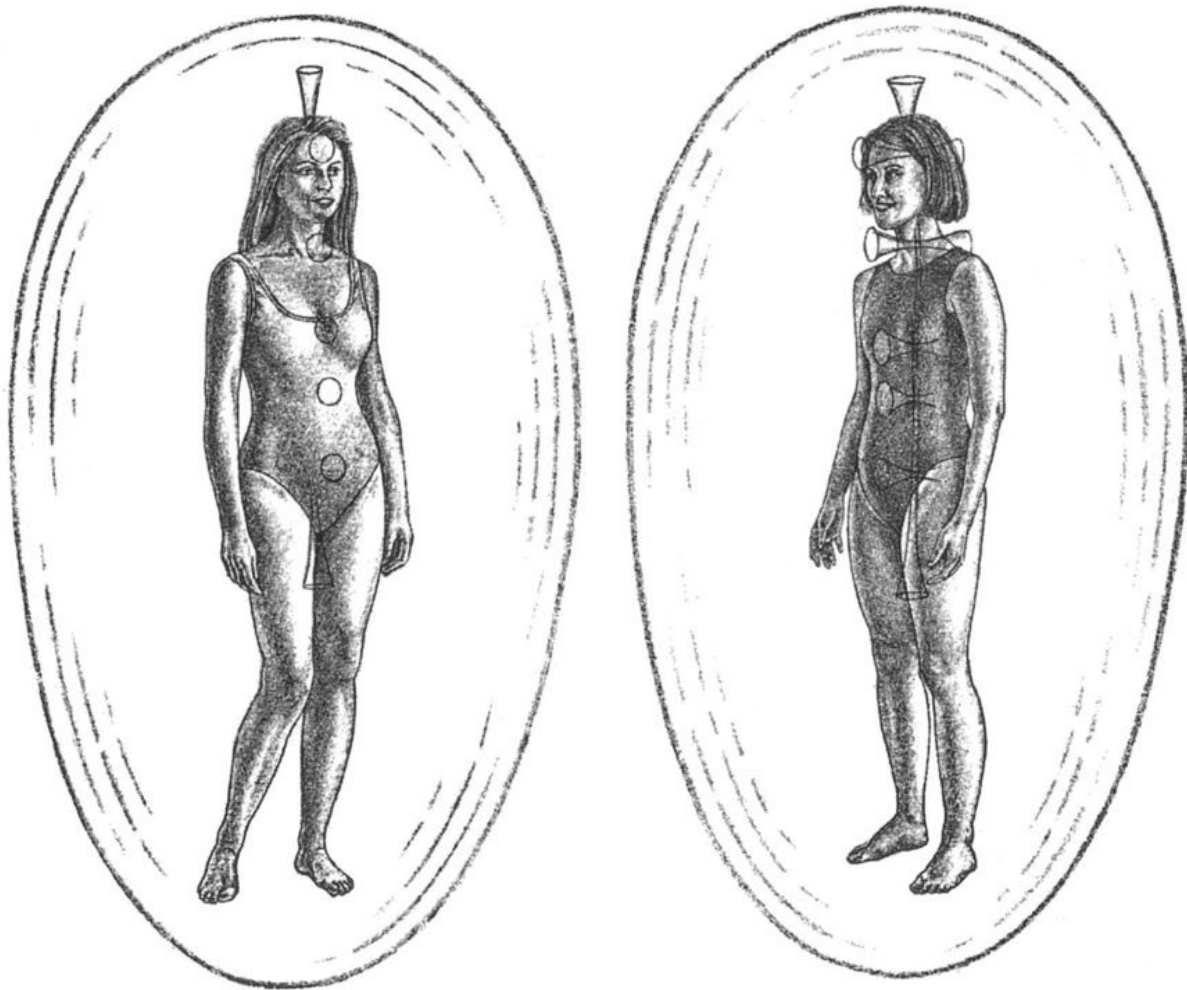


Figure 15-34 : Défense rigide et réaction d'admission ou de refus

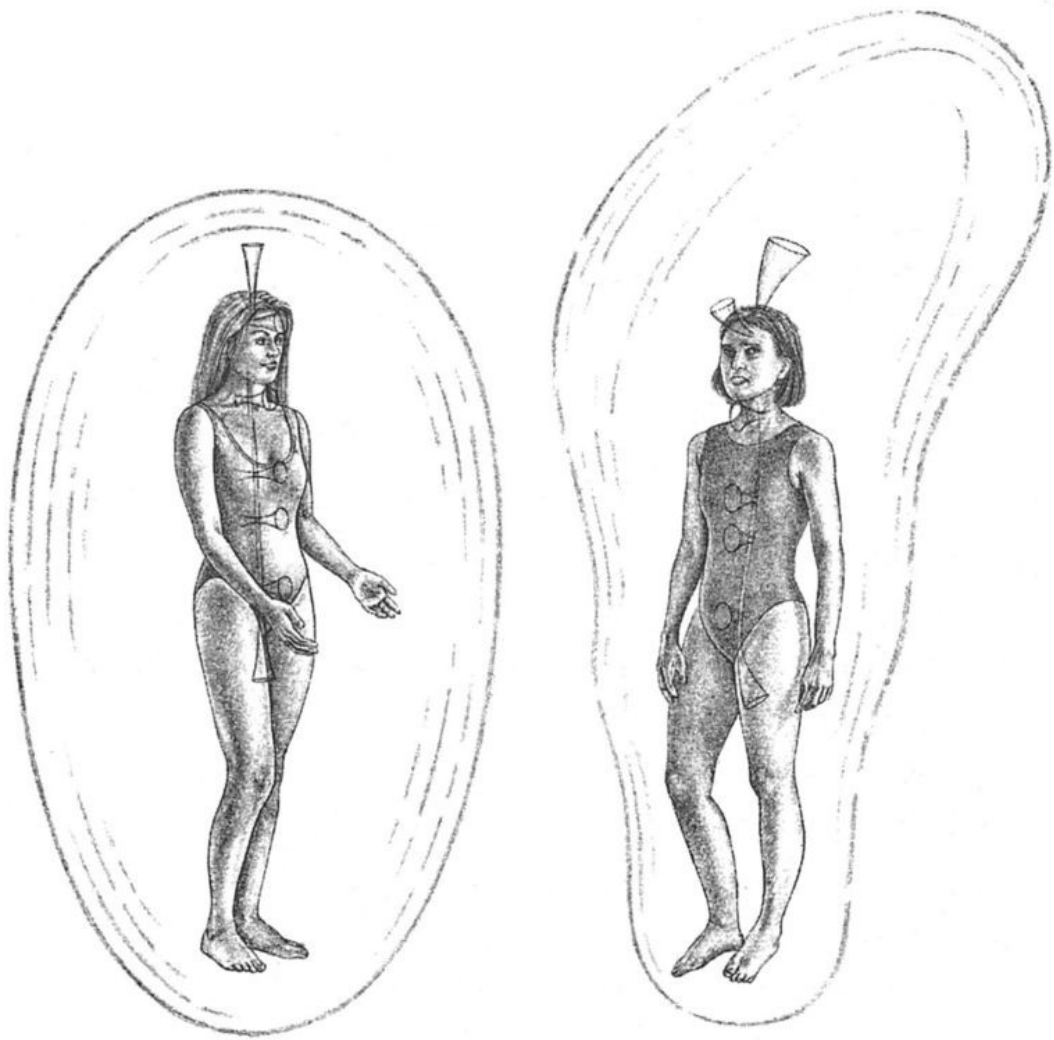


Figure 15-35 : Défense rigide et réaction de retrait

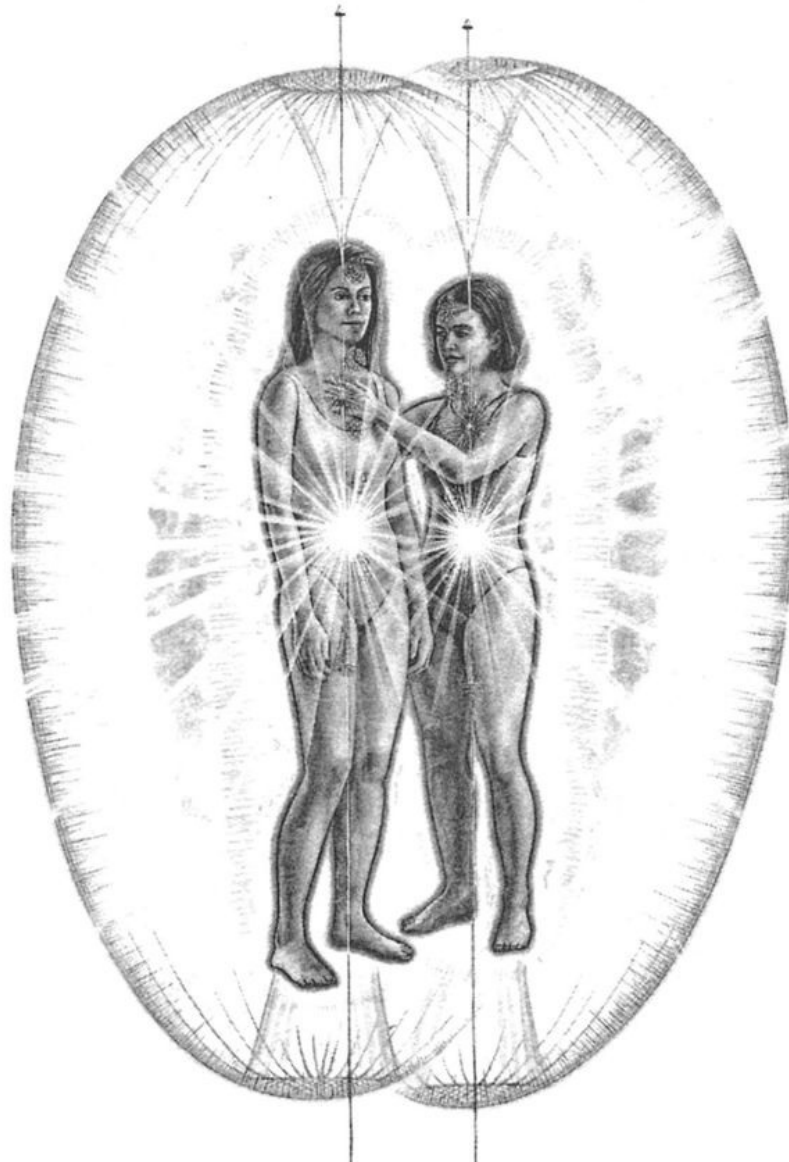


Figure 15-36 :
Réponse de guérison à la défense rigide

Appliquez-vous ensuite à ressentir l'essence de votre interlocuteur en même temps que la vôtre en vous concentrant sur l'emplacement de son noyau rayonnant, quelque trois centimètres au-dessus du nombril sur la ligne médiane du corps. Cet effort conscient vous mettra en rapport avec son essence ; une fois que vous en aurez pris l'aune, placez vos mains sur le haut de son torse et ressentez son essence, ce qui passe obligatoirement et automatiquement par la vôtre. Maintenez-la au bord de celle de l'autre pour la sentir. Décrivez maintenant vos sensations, tout en gardant la main sur sa poitrine ; encouragez l'autre à différencier vos deux essences, manœuvre délicate et subtile ; vous devez être entièrement disponible et patient, sans esquisser le moindre

mouvement de retrait, et à ce prix, vous réussirez.

Résultats d'une réponse positive porteuse de guérison

En menant à bien même partiellement l'exercice ci-dessus, vous aiderez votre ami à reprendre contact avec son essence, peut-être pour la première fois depuis la petite enfance. Dans cette découverte, il lui faudra tout improviser, et vous lui tendez un miroir réfléchissant qui lui révèle son individualité en lui faisant expérimenter l'essence.

Vous verrez alors un remarquable changement ; le caractère rigide échappera à l'inexorable marche du temps pour découvrir un présent éternel ; ses sentiments, reconnus et authentifiés, viendront éclore à la surface et le convenu cessera de régner en maître ; cœur et sexualité seront reliés par l'essence dont tous deux participent ; il aura découvert et accepté sa nature.

La prochaine fois que vous verrez l'être cher, abandonnant votre conversation, se réfugier dans le perfectionnisme, ne vous inquiétez pas de votre réaction négative, mais dès que possible, respirez profondément, fléchissez les genoux et ancrez-vous dans la terre ; imprégnez-vous de votre essence, emplissez-en votre champ ; rapprochez-vous, demandez l'autorisation de toucher et décrivez ce que vous souhaitez faire ; vous offrirez à l'autre le plus précieux des cadeaux ; car seule la communion induite par le contact des essences lui permet d'accomplir sa véritable tâche : rencontrer Dieu en lui.

Comment vous soustraire à une défense rigide

Si, au cours d'une conversation, vous sentez que vous vous échappez, faites une pause, concentrez-vous sur votre noyau rayonnant, trois centimètres au-dessus de votre nombril le long de la ligne médiane de votre corps, et restez-y jusqu'à vous sentir comblé ; puis introduisez doucement ce moi dans la conversation, tout en répétant ce mantra : « Je suis réel. Je suis réel. Je suis lumière. » Les résultats vous surprendront.

OBSERVATIONS AURIQUES D'UNE DISCUSSION DANS UN COUPLE ET DE SA SOLUTION ÉNERGÉTIQUE

J'ai eu un soir chez des amis l'occasion de voir un excellent exemple de l'heureux dénouement d'un choc entre deux systèmes de défense transformé en

un synchronisme apaisant. J'arrivai au beau milieu d'une dispute qui durait depuis plusieurs jours ; pendant que chacun m'exposait sa position, j'observais l'interaction de leurs champs ; la scène suivante se déroula :

Le mari, tout à l'action défensive orale, se plaignait d'un manque de contact et d'intimité. Sa femme, se réfugiant dans la défense psychopathe, répondit qu'ils n'en manquaient pas et se comporta assez habilement comme si c'était son problème à lui, l'amenant à se défendre de plus en plus ; tout en l'écoutant, elle s'écartait, reculant d'abord son champ puis déconnectant les flux d'énergie bioplasmique qui reliaient leurs cœurs et leurs troisièmes chakras.

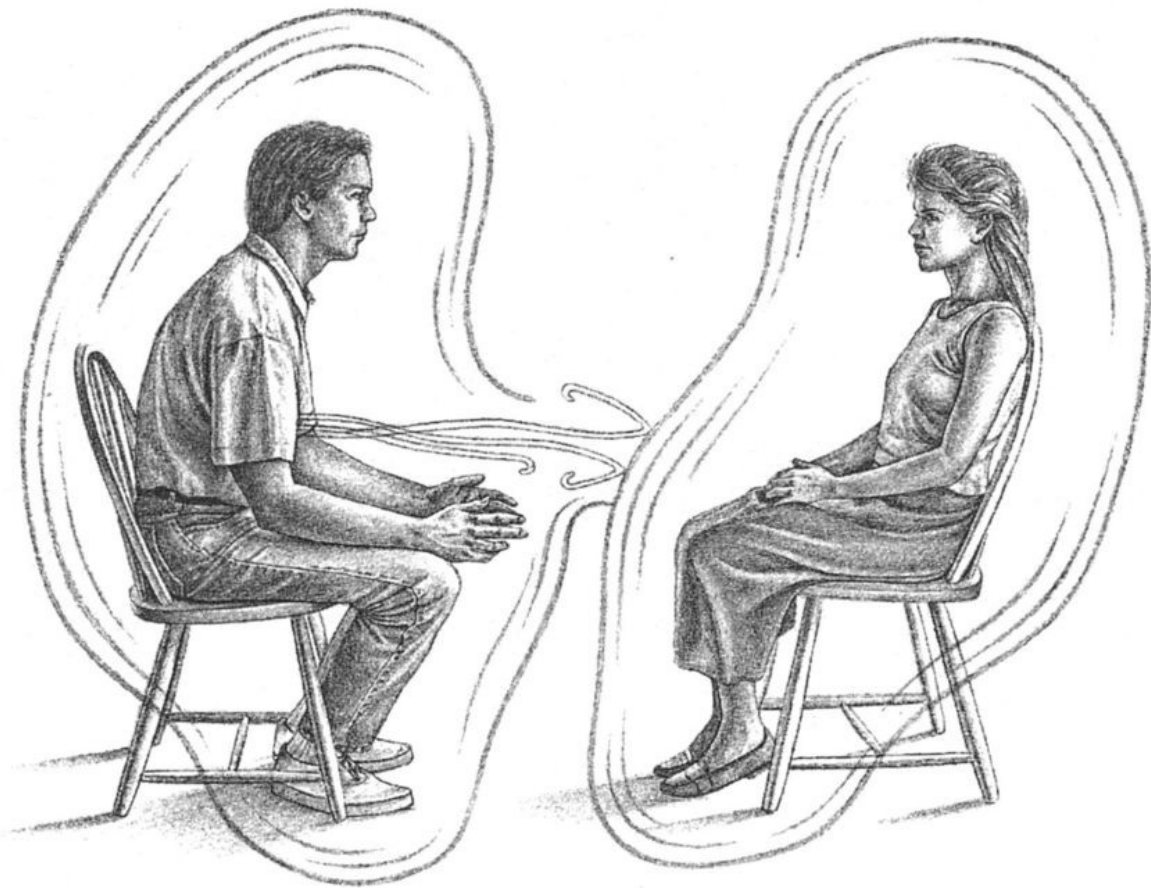


Figure 15-37 :
Le champ aurique d'un couple en état de défense

Son mari en fut déconcerté ; elle semblait écouter avec sérieux mais lui refusait l'énergie qu'il essayait d'obtenir d'elle (figure 15-37). Empêtré dans ses explications, le mari s'enfonçait plus profondément dans la défense orale, perdant pied et tout sentiment de réalité. Cependant sa femme renforçait la défense psychopathe, séparant son champ du sien, rassemblant dans le dos son

énergie et envoyant une banderole bioplasmique agressive au-dessus de leurs deux têtes afin de le contrôler, de nier sa réalité tout en maintenant inconsciemment le lien rassurant de la combativité.

Ses réactions auriques au discours de son mari prouvaient qu'elle en avait peur, ainsi que de son désir d'une intimité renforcée ; obéissant à la défense psychopathe, elle tentait de le tenir à distance en retenant son énergie tout en ayant l'air disponible, le tout pour dissimuler sa peur. Quant à lui, il se mit à douter de la réalité de ses arguments et même du problème qui les opposait ; c'était ce qu'elle souhaitait, puisqu'elle réprimait ses propres perceptions, sachant au fond qu'il n'avait pas tort, mais bloquant ce fait tout en prétendant demeurer « compréhensive ». En rassemblant son énergie dans le dos et les chakras de la volonté, elle bloquait ses sentiments et sa vulnérabilité en gardant une apparence de disponibilité. Si elle les débloquait, elle se trouverait projetée dans l'intimité, s'abandonnant à des profondeurs qu'elle redoutait.

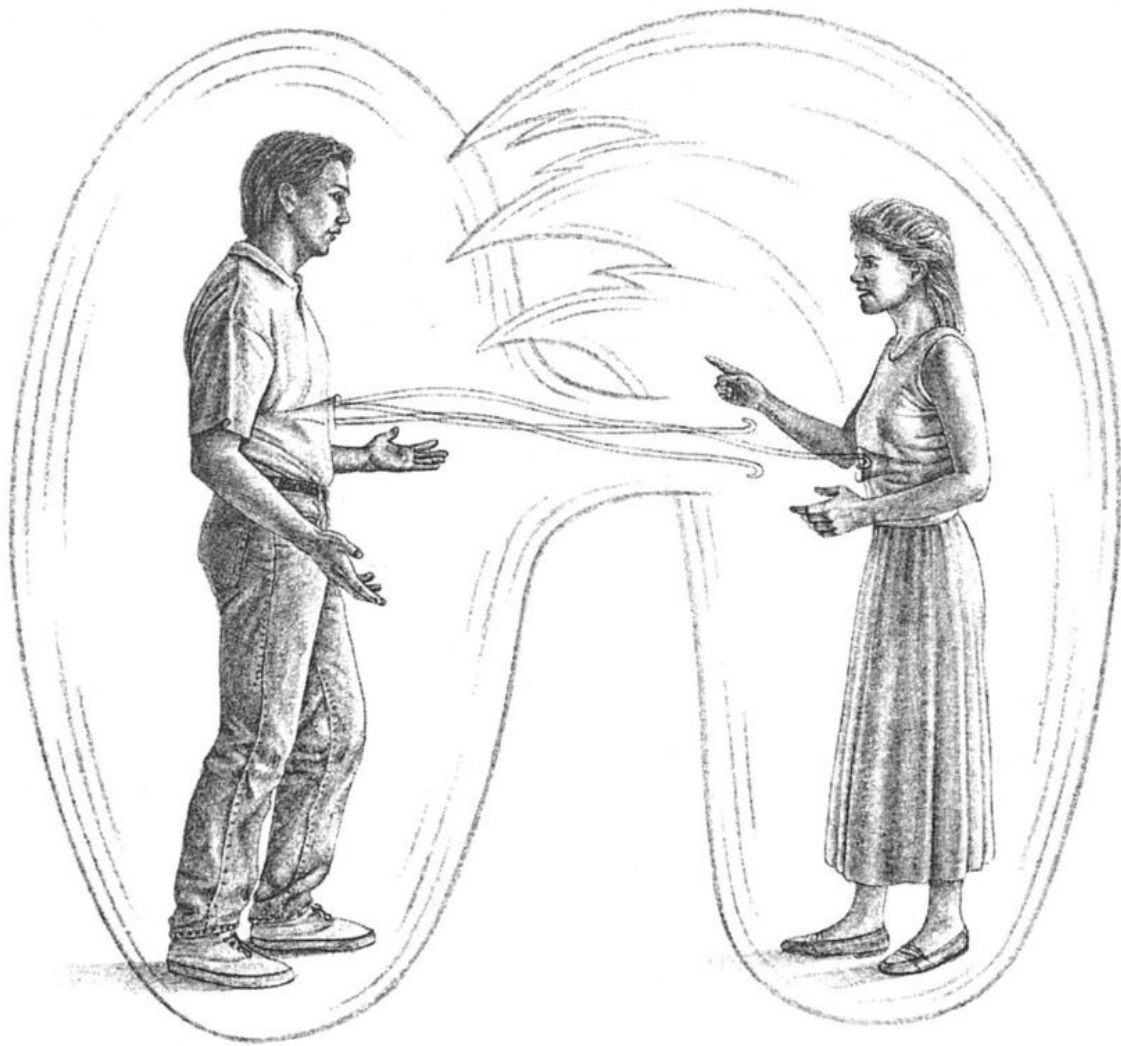


Figure 15-38 :
Le champ aurique d'un couple aux défenses exacerbées

Finalement, son mari prit peur ; il envoya un long crochet de son troisième chakra dans celui de sa femme pour agripper son énergie et l'empêcher de l'abandonner ; elle se défendit encore plus vigoureusement, comme le montre la [figure 15-38](#), et leurs deux champs se déformaient de plus en plus.

Or, la déformation d'un champ entraîne une image négative de la réalité, une présence plus floue, une perte de contact avec l'événement actuel. Dans le cas de mes deux amis, plus ils renforçaient leur défense, plus la vraie nature s'estompait, laissant triompher un blocage douloureux.

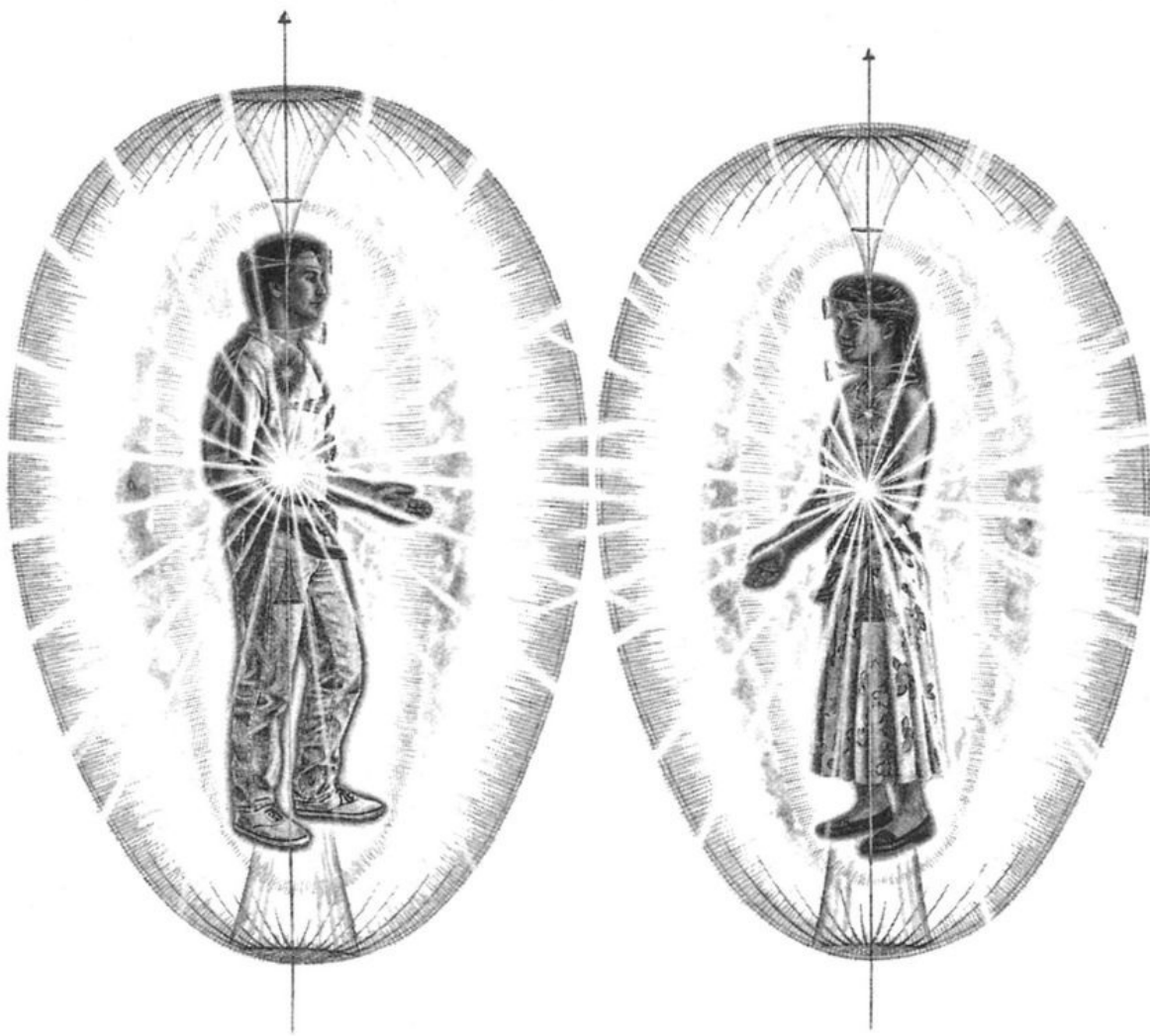


Figure 15-39:
Le champ aurique d'un couple en communion synchronique

C'est alors que j'intervins, décrivant leurs luttes auriques ; tous deux s'efforcèrent de récupérer leur champ, de se concentrer sur leur noyau et de s'ancrer dans la terre. Lorsqu'ils y furent parvenus, ils alignèrent et améliorèrent leur ligne harique ; enfin ils travaillèrent ensemble sur chaque couche du champ, dégageant, équilibrant, chargeant.

Je lisais leurs champs et les guidais, les aidant à élever l'essence du noyau rayonnant jusqu'au niveau harique. Une fois ce travail accompli, les défenses étaient dissipées, les champs cohérents et leurs deux essences flottaient dans la pièce.

Sous mes yeux se produisit alors le plus beau miracle que j'aie jamais vu entre deux champs. Je vis s'effiloche tous les grands arcs de bioplasma coloré

qui affluaient entre eux. Seuls demeuraient deux êtres aux champs cohérents, puisant à leur rythme, synchrones et capables de communion sans échange de flux d'énergie, sans l'ombre d'une dépendance, dans une atmosphère d'expression libre, de tolérance et d'enchantement mutuel. Cette merveilleuse danse lumineuse continua quelque temps, plongeant tout le monde dans l'extase, et vous pouvez la découvrir [figure 15-39](#).

Jamais je n'ai revu un tel spectacle, rare aperçu d'une relation exceptionnelle à laquelle nous aspirons tous et qui se généralisera peut-être dans le futur si nous apprenons à croire en nous-mêmes, à respecter l'autre et à nous réjouir de notre diversité.

INTRODUCTION À LA GUÉRISON PAR LE PARDON

J'aimerais clore ce chapitre sur l'une des plus puissantes méditations de guérison jamais livrées par Heyoan, consacrée à la « guérison par le pardon », qui vous plongera dans un profond état contemplatif idéal pour cicatriser les blessures héritées de relations passées et vous démontrera la toute-puissance du pardon.

La difficulté de pardonner à autrui nous est plus familière que l'impossibilité de nous absoudre. Mais nous connaissons tous l'effet du pardon, car nous connaissons aussi la douleur de la blessure et l'imputons automatiquement à l'autre. C'est là une accusation superficielle, et au fond de nous-mêmes nous avons conscience de notre part de responsabilité. Nous sommes en fait enfermés dans la dualité ; le pardon nous en délivre et nous élève vers l'amour. Cette méditation nous livre une large vue du pardon, nous aide à transcender le vieux blocage : « c'est de sa faute » et son cortège de culpabilité, et nous explique le fonctionnement global du pardon.

Avant d'en prendre connaissance, je vous conseille de dresser la liste de tous ceux que vous n'avez pas pu vous résoudre à pardonner ; puis entrez dans la méditation ; faites-vous-la lire ou procurez-vous la cassette à la Barbara Brennan School of Healing, ou enregistrez-la vous-même. La cassette rend ce texte beaucoup plus personnel et vous en ressentirez tout l'effet en l'écoutant allongé et les yeux fermés.

La guérison par le pardon. Transcrit d'après Heyoan

« Sentez en vous une colonne lumineuse, une étoile de lumière au centre de vous-même, juste au-dessus du nombril. Votre présence ici n'est pas l'effet du

hasard ; c'est vous qui en êtes cause, et cette aspiration profonde et sanctifiée qui habite votre cœur. Plus vous lui obéirez, plus vous découvrirez votre voie dans une vie heureuse et comblée, créatrice et clément.

Pensez maintenant à une personne qui vous pose problème et préparez-vous au pardon et à la guérison ; vous n'obtiendrez pas l'un sans l'autre. Comme vous le savez, guérir concerne tous les aspects de toutes vos vies. Votre royaume outrepassa le physique et ses limites de temps et d'espace, lieu d'apprentissage que vous avez vous-même mis en place. Malgré cette structure scolaire, vous êtes les maîtres de toute cette création ; vous êtes sur terre pour accomplir ce qu'exige votre aspiration sacrée.

Je vous demande maintenant d'examiner, pensant à la personne que vous venez de choisir, en quoi vous avez trahi cette aspiration, vous obligeant à vous pardonner ; la réponse n'est sans doute pas évidente ; mais concentrez-vous, priez pour l'obtenir et reliez-la à l'ensemble de votre travail de guérison, et vous serez en bonne voie. Votre expérience de vie fera jaillir de la source qui est en vous une plus parfaite compréhension de ce que je développe ici.

Car il est vrai que vous créez l'expérience de votre vie, à partir de la suprême sagesse en vous. Si vous ressentez de la douleur, recherchez-en le message, car la douleur naît de l'oubli de ce que vous êtes, de la confusion entre l'ombre de la réalité et sa vérité ; l'ombre de la réalité est aussi enfant de l'oubli, de la certitude d'être séparé de Dieu.

Je vous le dis, mes bien chers, toute maladie résulte de cet oubli. Vous voilà retournés sur cette terre pour recouvrer la mémoire ; ne vous en affligez pas ; concentrez votre force vitale à vous ressouvenir, et ses éclairs réveilleront les zones de votre psyché enfouies sous l'ombre et la douleur.

Cette irradiation divine, dont chacune de vos cellules est dépositaire, illuminera l'ombre qui retrouvera la mémoire, réunissant les morceaux épars de votre être dissociés et donc endommagés. Une nouvelle ère s'annonce, et la douleur que vous éprouvez est porteuse de guérison. Les larmes purifieront votre âme comme une rosée bienfaisante. Vos cris libéreront ce qui, depuis des siècles, attend de s'exprimer. Tous les blocages se transformeront en vie nouvelle. Vous déborderez d'énergie, connaîtrez la créativité et la joie, entraînés avec ceux qui vous entourent, avec tout l'univers, dans une danse naturelle.

Mais vous n'aurez rien de tout cela sans pardon, d'abord envers vous-même. Qu'avez-vous à vous pardonner ? Si vous ne passiez que cinq minutes – et je vous demanderai de le faire à la fin de ma petite homélie – à dresser la liste de ce que vous avez à vous pardonner, vous seriez étonné de sa longueur. Mais ne vous découragez pas ; entraînez-vous quelques minutes plusieurs fois par jour à méditer et vous pardonner chaque point de la liste, et vous verrez combien votre

fardeau en sera allégé. Le pardon est d'essence divine ; en le recherchant, en priant pour l'obtenir, vous vous reliez au divin en vous, vous devenez ce divin.

Posez-vous ensuite les questions suivantes : chaque fois que vous vous pardonnez, quels changements observez-vous dans votre psyché et votre corps ? Et dans votre champ ? Suivez-en les manifestations dans ses sept couches.

Où dans votre corps est cette douleur liée à votre refus de pardonner, à vous ou à l'autre ? Car c'est en vous que doit s'amorcer la guérison.

À l'intérieur de vous, près de quatre centimètres au-dessus de votre nombril, se trouve une merveilleuse étoile, le noyau rayonnant, essence de votre divine individualité, centre de votre être dans la paix éternelle. Sentez-la en vous. Vous existiez avant cette vie, avant le chaos, la douleur et les conflits qui déchirent cette terre, et vous existerez après.

Ce centre de votre être est celui de votre divinité ; il vous place au centre de tout l'univers ; c'est par lui que vous guérirez, vous rappelant qui vous êtes et aidant les autres à se souvenir de ce qu'ils sont. De ce centre proviennent toutes vos actions ; s'il y a déconnexion entre ce point central et vos actions, vous n'êtes plus en harmonie avec votre divin but et devenez la proie de la douleur et de la maladie. Donc, mes bien chers, recentrez-vous dans votre noyau et découvrez le pardon.

J'aimerais maintenant que vous apportiez à votre noyau le premier point que vous devez vous pardonner ; c'est votre création, viciée par sa séparation d'avec le centre, et les actions qui en découlent ont glissé dans l'ombre et l'oubli. Prenez donc ce qui doit être pardonné, déposez-le dans le noyau rayonnant, insufflez-lui l'amour et il renouera avec la lumière. Vous retrouverez le but originel qui émanait de votre centre, et du même coup la création originelle. En découvrant, protégeant, emplissant d'amour et de lumière, vous trouverez en vous le pardon. Je vous laisse quelques instants pour faire apparaître ainsi ce pardon que vous vous accordez à vous-mêmes. Inondés de pardon, vous le dispenserez automatiquement aux autres. »

SIXIÈME PARTIE

GUÉRIR PAR NOS PLUS HAUTES RÉALITÉS SPIRITUELLES

« À chaque instant, nous avons la liberté de choisir, et chacun de nos choix détermine la direction de nos vies. »

Olivia Hoblitzelles

INTRODUCTION

Comment intégrer à votre plan de guérison les profondeurs et les envolées spirituelles de votre personnalité

Mes années d'enseignement et de pratique m'ont permis de découvrir l'importance capitale dans notre processus de guérison de l'aspect spirituel et de notre lien à nos réalités profondes sans lesquels notre vie est singulièrement limitée. Nous ne saurions comprendre qui nous sommes, quel est le but de notre vie, et faire de cette vie un passage tout d'amour et de sécurité si la communion humaine ne s'accompagne d'une communion spirituelle.

L'inclusion dans mon travail des sphères spirituelles du champ aurique et des abîmes qu'il recèle ont bouleversé ma conception de la santé, de la guérison, en fait de la vie dans le monde physique ; la guérison m'est apparue comme un merveilleux processus créatif totalement naturel et universel. Et nous ne sommes jamais seuls sur ce sentier où nous découvrons notre individualité et notre universalité, et la sécurité d'un monde d'abondance bienfaisante où se confondent la vie et la guérison.

Nous étudierons d'abord l'expérience et la place des guides spirituels dans nos vies, qui nous mènera le plus naturellement du monde à l'intense spiritualité des hautes sphères du champ aurique, avant d'aborder les dimensions profondes, substrat de tout notre être.

L'établissement des guides spirituels dans votre vie

Se vouer sereinement à une vie centrée autour de la spiritualité oblige à une profonde réorientation consciente vers les réalités transcendantes des couches supérieures – cinq, six et sept – du champ aurique, où prolifèrent des mondes d'êtres spirituels immatériels. Or ces niveaux de conscience sont lettre morte pour bien des gens qui les taxent de spéculation hasardeuse sinon absurde. Mais si, au cours du processus de guérison, vous persistez dans votre ascension, vous aurez inmanquablement des expériences à ces niveaux supérieurs et finirez par rencontrer ces êtres immatériels.

L'accès aux trois couches supérieures de votre champ vous livre les hautes sphères de votre volonté, de vos émotions et de votre raison. Chacune de ces couches est le gabarit de la couche inférieure correspondante : la volonté interne préfigure le désir de vie physique de la première couche ; le niveau de l'inspiration ou de l'amour divin détermine la deuxième couche, celle de vos sentiments envers vous-même, et l'esprit divin de la septième couche, où devient intelligible le parfait modèle de toutes choses, préfigure la troisième couche, du niveau mental. Comme on a coutume de le dire : en dessous égale au-dessus.

Ces passerelles entre septième et troisième, sixième et deuxième, et cinquième et première couches permettent aux valeurs des couches supérieures d'aller guérir les couches inférieures, pour peu que nous soyons capables d'atteindre les couches supérieures par le processus transcendantal. En nous appropriant nos réalités suprêmes, nous transformons notre raison en vérité, nos émotions en amour, notre volonté en courage. Si nous poursuivons cette démarche, notre vérité devient sagesse, notre amour inconditionnel et notre courage puissance. Nous avons investi notre réalité spirituelle et découvert Dieu en nous.

La meilleure introduction au processus transcendantal consiste à se faire guider. Tout être humain peut en bénéficier, par l'intermédiaire de son moi supérieur, de son ange gardien ou guide spirituel, généralement dans cet ordre.

Se faire guider et transcrire les instructions d'un guide spirituel est devenu une activité très à la mode dans certains milieux ; on demande des conseils pour mieux conduire sa vie ou sa journée, ou résoudre un problème ; on y a même recours pour guérir une maladie, gagner à la loterie ou... trouver une place de stationnement ! Inévitablement, des abus s'ensuivent, en s'abritant derrière le guide et au mépris de sa véritable et remarquable fonction.

Se faire guider est partie intégrante du déroulement de votre vie, la clé de son développement ; plus qu'une communication et un transfert d'informations, c'est un mode de vie qui vous apportera à la longue le HSP et l'accès à des connaissances précises. Je vous livre ici les résultats de ma propre expérience sur son fonctionnement.

QUELQUES RÈGLES CONCERNANT LES GUIDES SPIRITUELS

1. Ne croyez pas qu'il y ait délégation d'autorité : c'est vous qui conservez la responsabilité de ne pas vous trahir et de respecter vos engagements.

2. Votre karma ne sera pas effacé ; il doit être apuré (sans qu'il y ait punition), c'est-à-dire que vous devez apprendre ce que vous n'avez pas appris pendant vos vies antérieures et qui pèse négativement sur votre vie actuelle sous forme de conceptions fausses ; dans cette démarche, le guide peut être un instrument salutaire.

3. Suivre les guides vous permet de faire des expériences de vie nécessaires à l'accomplissement de votre tâche ou de votre guérison.

4. Vivre selon l'Esprit et découvrir sa tâche assignée suppose de s'en remettre aux guides et à la vérité, quel qu'en soit le prix.

5. Au fur et à mesure, les efforts personnels paraissent plus ardues et le prix plus élevé.

6. Pour se laisser guider, il faut la foi, accepter d'explorer des parties de soi-même jusqu'alors interdites, affronter ses plus terribles peurs ; mais vous en sortirez renforcé.

7. L'état de foi équilibre et charge le champ aurique et le prépare à la guérison, relie l'infime part de vous-même, l'ego, à l'immense, le Dieu interne, selon un processus holographique qui vous lie à l'univers.

8. Ne craignez pas d'interférence entre les guides et la volonté parcellaire de votre ego, vos réactions étant souvent automatiques.

9. En renonçant à la volonté de votre ego en faveur de la volonté divine impartie par les guides, vous constaterez que les autres vous accordent plus de confiance.

10. Vous laisser guider vous apportera automatiquement et systématiquement l'endurance physique et spirituelle nécessaire à la poursuite de votre tâche.

11. Avec l'endurance viendront l'amour, la puissance et l'aide, et vous vous découvrirez de plus en plus fort et capable, résolvant mieux les embûches de votre vie.

12. En écoutant les guides, en livrant votre ego au Dieu interne, vous appareillerez vers des terres d'énergie guérissante, vers votre tâche divine, sur le solide vaisseau du principe créateur involontaire ; cette force vitale involontaire représente tout ce qui vient de vous quand vous ne bloquez pas votre flux d'énergie, et peut s'avérer positive ou négative ; or grâce aux guides, la négativité disparaît.

13. La force de vie qui jaillit du principe créateur divin est indépendante de l'ego ; elle assume seule bonté, sagesse et amour, et l'ego n'a le pouvoir que de la bloquer.

14. Accompagné par les guides, laissez-vous envelopper dans votre vulnérabilité humaine ; vous comprendrez alors que cet ego ne contrôle pas votre vie ; renoncez-y donc, abandonnez-vous à la force qui vous habite ; pour moi, se faire guider aboutit à renoncer à un ego décevant et à retrouver votre pouvoir originel, à devenir enfant de Dieu, son instrument. Ce renoncement vous livrera toute la puissance, l'amour, la sagesse de votre Dieu interne.

15. Ne craignez pas de punition si vous ne suivez pas les guides ; vous avez tout le temps, puisqu'il n'est qu'une illusion ; mais si vous les suivez, vous vous enrichirez spirituellement et serez plus à même d'accomplir votre tâche dans la vie.

16. L'acceptation des guides, en imprégnant votre essence de l'esprit saint, vous donnera une puissance qui n'est pas accumulée dans votre ego, mais contribue à relier cette essence, votre étincelle divine individuelle, à la Déité universelle.

17. Les guides renforceront votre liberté et votre indépendance en vous apprenant à diriger votre vie d'après la réalité de votre divinité interne et non pas celle de valeurs externes.

18. Dans la vie, le meilleur est gratuit.

COMMENT J'AI LAISSÉ GUIDER MA VIE

Je dois reconnaître que tous les grands changements dans ma vie m'ont été dictés précisément par un guide. Il m'est arrivé d'obéir à des directives apparemment insensées.

À l'époque où je vivais à Washington pour devenir thérapeute bioénergétique, j'ai connu un extraordinaire épisode de guidage. De nouveaux amis me proposèrent d'aller assister à un miracle qui devait se produire en West Virginia le matin de Pâques. Je revêtis un pantalon blanc, une chemise et des sandales et nous partîmes pour cinq heures de route, arrivant dans un verger de pommiers avant le lever du soleil. Des caméras de télévision étaient déjà en place. La femme qui avait prédit le miracle avait arrangé diverses stations représentant la vie du Christ, dont le jardin de Gethsémani ; nous figurions les pèlerins, apportant des roses pour déposer dans le jardin.

Tout le monde attendait impatiemment le lever du soleil, où devait se produire le miracle ; lorsque enfin il se leva, je le regardai et vis s'en échapper une quantité de banderoles rouges, tandis qu'il bougeait un peu dans le ciel. Je pensai à Fatima, où des milliers de pèlerins avaient vu le soleil tourner dans le ciel, et l'attribuai à un effet optique sur la rétine. Autour de moi fusaient des cris : « Regardez ! Le soleil tourne. Vous le voyez ? » ou des plaintes : « Je ne vois rien ; c'est trop brillant. » Quelqu'un d'autre vit une croix dans le ciel, mais je ne la vis pas. C'était fini, je déposai ma rose dans le jardin et nous nous en allâmes ; en chemin, je me demandai pourquoi je me sentais réticente, puisque j'ignorais à quoi un miracle devait ressembler, et décidai de me livrer à une expérience. Le lendemain matin, je me levai à la même heure pour fixer le soleil et vérifier ma théorie de l'effet sur la rétine ; mais je ne pus regarder le soleil qui brillait trop fort. Intriguée par cette impossibilité, je décidai de patienter, dans l'attente d'un éventuel miracle ?

Des phénomènes nouveaux ne tardèrent pas à se manifester ; je les assimile au miracle, puisqu'ils marquèrent pour moi un début d'éclaircissement du mystère de la vie. En bref, chaque fois que le soleil occupait une certaine position dans le ciel, j'entendais une voix me donnant des instructions précises, par exemple « Du calme, votre esprit s'emballe », ou « Votre instructrice guérisseuse est malade, et c'est vous qui la soignerez aujourd'hui. » La voix que j'entendais semblait provenir du soleil, dont l'éclat attirait mon attention, par les moyens les plus détournés ; un jour j'étais assise, berçant ma petite fille ; le soleil brillait de l'autre côté de la maison, mais son reflet vint me frapper par la fenêtre de la maison voisine et la mienne. Cette communication solaire dure depuis des années.

J'éprouvai d'autres manifestations à l'époque où ayant terminé mon apprentissage de thérapeute bioénergétique, je pratiquais à Washington. Je commençais à voir des vies antérieures, et ne sachant qu'en penser, je me mis à prier pour obtenir de l'aide. J'étais partie camper à Assateague Island ; il pleuvait, et j'étais étendue sur la plage sous une bâche, lorsque je me réveillai au

milieu de la nuit à l'appel de mon nom répété trois fois avec force. J'écartai la bâche transparente pour repérer cette voix ; le ciel était entièrement dégagé, et je fus frappée de stupeur en entendant le chant des étoiles emplir le ciel. Je sus alors que mes prières avaient été exaucées ; j'avais été appelée, et la réponse viendrait.

Un peu plus tard, je découvris le Center for the Living Force (aujourd'hui Pathwork Center) à Phœnicia dans l'État de New York, et le temps d'un atelier, je sus que là se trouvait ma réponse, et que je devais m'y installer. Il me fallut un an pour y parvenir, car mon mari ne voulait pas déménager, mais j'emmenai ma fille de quatre ans, tant était forte l'impulsion des guides, et il nous suivit plus tard.

Une fois installée à Phœnicia, je m'intégrai à une équipe de travail pour parfaire ma compréhension du canal de communication, car je recevais énormément d'informations médiumniques, détails de vies antérieures, dont je ne savais que faire. Un jour, m'étant cassé la jambe, je claudiquais sur mon plâtre tout en criant que je n'étais pas en colère, sur quoi la directrice du centre, Eva Pierrakos, qui nous donnait les cours de transcription des directives des guides, me dit : « Votre canal de communication s'est ouvert tellement vite, et vous bouillonnez d'une telle colère, que vous êtes démunie ; il faut refermer ce canal. » Les voix me le confirmèrent. Ce don de médium m'apportait un grand plaisir, mais j'en faisais un écran contre les problèmes de ma vie. Je ne devais plus m'en servir que pour mon travail personnel, et ce, pendant le temps nécessaire.

Peu de temps après cet engagement, je subis une épreuve. Un beau jour, je commençai à m'échapper de mon propre corps ; je vis de superbes guides aux vêtements incrustés de pierreries. Malgré ma vive curiosité, je me souvins de mon engagement et me forçai à regagner rapidement mon corps. Renoncer au don de médium était difficile, mais je me concentrai uniquement sur mon travail et, pendant six ans, sur ma transformation personnelle. Les deux premières années furent consacrées à la volonté divine, en m'assurant que chacun de mes actes était bien en harmonie avec la volonté de Dieu. Chaque matin en me levant, je priais et méditais dans ce but. J'approfondis cette volonté au cours de séances. Cela n'allait pas sans résistance, car l'ombre de l'esclavage se profilait. À force de ne prendre en compte que cette divine volonté, je finis par comprendre qu'elle correspondait à ce que je souhaitais du plus profond et plus clair de mon cœur, à l'unisson de cette volonté de Dieu.

Les deux années suivantes furent vouées à l'amour divin dans tout ce que j'accomplissais, accompagnées de nouveau de prières et méditations. À cette occasion, je découvris que beaucoup de mes actes manquaient singulièrement

d'amour, et m'efforçai de changer, avec succès. Enfin les deux dernières années furent consacrées à la divine vérité. Comme d'habitude, j'eus recours chaque matin à la prière et la méditation, et à explorer le rôle de cette vérité dans ma vie. Immergée pendant ces années dans une communauté spirituelle, j'eus de multiples occasions de pratiquer sur place ces trois aspects divins de notre personnalité.

Tous les membres de cette communauté se livraient à cette quête personnelle de la transformation, dans une atmosphère de lutte et de spiritualité, et nous avons tous beaucoup appris. Nous pensions inventer une cité de lumière, et comprîmes plus tard, lorsque les circonstances nous éparpillèrent dans le monde entier, que chacun de nous avait rempli sa mission, et que nous vivions désormais selon les principes spirituels suprêmes auxquels nous croyions. Au bout de six ans de travail et de luttes acharnés, je sus que j'étais en droit de rouvrir mon canal de communication, car j'étais devenue fiable. Je méritais la confiance car je n'obéissais qu'à la vérité. Ma transformation personnelle n'en continuait pas moins, et à ce jour, elle n'est pas achevée ; mais je savais que j'avais atteint une étape importante, et que rien ne serait plus jamais pareil.

Je savais que je devais me rendre à Findhorn, et y allai. Une fois arrivée, je me tins debout à Randolph's Leap, haut lieu de force naturelle près de Findhorn où les druides passaient pour communier avec les esprits. Je demandai le même privilège, mais ne fus pas exaucée, et partis pour la Hollande pour un travail d'atelier intensif, puis pour la Suisse où j'allai skier, et j'oubliai complètement ma requête. Près d'un mois après mon retour, je commençai à me réveiller tous les matins à cinq heures et demie, et à écrire des pages et des pages d'informations fournies par des guides. En même temps je voyais partout des petits esprits naturels qui me suivaient, restant timidement derrière moi et pouffant.

Ces petits esprits m'apprirent beaucoup sur le Center for the Living Force, par exemple l'emplacement où bâtir le sanctuaire. Les informations me parvenaient, par petites doses, au cours de mes méditations quotidiennes. Je me rendais un jour à la cuisine lorsqu'une voix prononça mon nom ; je l'ignorai, mais la voix recommença ; je lui dis que j'étais en retard à mon travail et continuai à marcher. La voix appela une troisième fois ; je cédaï et lui demandai ce qu'elle voulait ; elle me mena dans un pré, sur un rocher, et m'enjoignit de m'asseoir ; je m'assis et méditai.

Pendant toute cette année, chaque jour j'allai méditer sur ce rocher. Et chaque jour je recevais des bribes d'informations sur la terre alentour ; j'appris que j'étais assise sur l'ancien autel, et la voix m'indiqua trois autres rochers dont la position déterminait des lignes se croisant au milieu du champ. À

l'intersection, deux petits arbres étaient tombés en croix. Un an plus tard, au moment de construire le sanctuaire, on choisit un emplacement dont je savais qu'il n'était pas le bon, mais je ne dis rien. On me demanda d'indiquer le lieu de mes méditations secrètes ; à contrecœur, j'emmenai le groupe à ma pierre d'autel ; tout le monde s'y assit, commença à méditer, et sut immédiatement que c'était là l'endroit. Peu à peu, je livrai les informations que j'avais accumulées au cours de cette année de méditation. Plus tard, un géomètre amené sur les lieux révéla que les lignes déterminées par ces rochers-jalons indiquaient très exactement l'angle du soleil propice à un bâtiment solaire, tandis que les arbres tombés marquaient précisément l'intersection de deux grands murs de verre à la façade de l'heptaèdre. Je fis partie du comité chargé du plan du bâtiment. Dans ce terrain montagneux, il fallut dynamiter le sol pour asseoir les fondations, et je ne parvins pas à éloigner les cerfs qui assistèrent à l'explosion et se remirent à brouter tranquillement !

Pendant ces années passées au centre, je subis de longues périodes d'épreuves sur des choses très simples ; les guides me disaient par exemple d'aller scier la branche morte d'un arbre. Je mettais parfois des mois à m'acquitter de tâches que je trouvais stupides, par esprit de résistance, sans doute, mais finissais par le faire. Je remarquai d'ailleurs que je ne recevais aucune instruction nouvelle avant d'avoir accompli la précédente, et que dès que j'avais terminé, un nouvel ordre suivait ; l'on m'apprenait à suivre avec précision les instructions, et cette confiance croissante me permit de participer avec les guides à de la chirurgie spirituelle de la cinquième couche ; cette procédure, décrite dans *Le Pouvoir bénéfique des mains*, aboutit à la restructuration de la cinquième couche du champ aurique, et est presque entièrement réalisée par les guides. J'en fis pour la première fois l'expérience à l'époque où j'étais masseuse.

J'étais en train de pratiquer un massage suédois quand un guide m'apparut et m'enjoignit de « tenir deux bandes vertes », pour éloigner mes mains du corps de ma patiente ; je restai assise quarante-cinq minutes, les mains au-dessus de son corps, tenant mes deux bandes vertes, pendant que les guides, passés sous ces bandes, opéraient ma patiente, qui pas un instant ne se plaignit de l'absence de son massage. Elle revint la semaine suivante en se plaignant de douleurs post-opératoires, et je voyais effectivement sur sa rate des points de suture posés par les guides. Je fus à nouveau priée de tenir les deux bandes vertes tandis qu'ils retiraient les points et que la patiente s'émerveillait de l'effet de mes soins ! C'est ainsi que j'appris à pratiquer ce genre de chirurgie.

Un matin, après mon habituelle séance d'écriture à cinq heures et demie, je reçus l'instruction d'acheter une machine à écrire ; je ne savais pas m'en servir, mais le rythme des instructions s'accélérait tellement que je ne pouvais plus

écrire à la main ; j'appris donc à taper, mais la cadence m'obligea cette fois à faire l'acquisition d'un magnétophone, et je commençai à enregistrer, jetant sans le savoir les bases de mon premier livre.

Cet ouvrage, *Le Pouvoir bénéfique des mains*, est le fruit de quinze ans de travail. Douze éditeurs en ont refusé le manuscrit, et je ne savais plus que faire, lorsque je reçus l'instruction de le publier à compte d'auteur. Je vendis ma maison pour 50 000 dollars, à la réprobation générale, et investis la somme dans un millier d'exemplaires, me retrouvant avec quelques centaines de dollars et une fille à élever. Je sollicitai tous les gens que je connaissais, leur proposant le livre à prix coûtant ; le premier tirage fut épuisé en trois mois, et les éditions Bantam achetèrent les droits. Aujourd'hui traduit en neuf langues, le livre est distribué dans le monde entier.

Dans les premiers temps de ma communication avec les guides, je ne faisais aucune différence entre ceux qui m'accompagnaient sans cesse et ceux qui ne se manifestaient qu'épisodiquement pour m'enseigner de nouvelles techniques. Au bout de plusieurs années, les guides commencèrent à diriger mon travail avec mes patients. Tandis que je passais du massage et de la thérapie à la guérison, ils me montraient que faire de mes mains, et me renseignaient sur mes patients, ce que je n'aurais pu faire par moi-même, m'indiquant les causes psychologiques et physiques de leurs maladies et l'influence de relations passées et présentes. Je commençai timidement à faire part de ces informations aux patients en séance.

Mais la masse d'informations et la pression médiumnique m'obligèrent bientôt à canaliser et transcrire directement, sans mentionner au patient l'interférence d'un guide ; mais ma voix évoluait légèrement ; au bout de quelques années, un patient se rendit compte de ce qui se passait et me demanda le nom du guide, que je ne connaissais pas. Je me préoccupais beaucoup plus des guides de mes patients, mais cette multiplicité finit par me gêner, et je demandai à ne canaliser qu'un seul guide, et en gardant ma propre voix.

Je travaillais entourée de cinq guides, et ils m'accompagnent toujours. C'était devenu la grande mode, et j'eus envie de connaître le nom de mon guide principal. Au cours d'un travail d'atelier avec Pat Rodegast, spécialiste de canalisation et auteur d'*Emmanuel's Book* et *Emmanuel's Book II*, je posai la question, et entendis le nom « Heyoan » ou « Heokan », qui me déplut, mais que je ne pus changer. Rien ne se passa pendant six mois, puis, au cours d'un autre atelier avec mon amie Pat, où nous essayions toujours d'en apprendre plus, je m'énervai et exigeai de connaître enfin le nom de mon guide. Au cours de la séance, Heyoan se pencha comme d'habitude pardessus mon épaule et dit :

« Je m'appelle Heyoan, comme je te l'ai dit il y a six mois ; cela vient

d'Afrique et signifie: le vent qui murmure la vérité à travers les siècles. »

Je me sentis un peu embarrassée d'avoir oublié, mais après cette rencontre officielle, nous sommes devenus de grands amis. Dans mon état conscient que j'appelle Barbara, je « vois » généralement Heyoan debout à ma droite, légèrement en retrait, haut de plus de trois mètres, bleu pâle, doré et blanc. Lorsque je canalise et transcris ce qu'il me dit, nos deux consciences ne font plus qu'une, et je « deviens » Heyoan. Mon aura s'élargit alors jusqu'à un diamètre de près de six mètres. Bien souvent, après une séance d'une heure ou deux, je me retrouve dans une pièce de lumière avec de nombreux guides autour d'une longue table. Ils me montrent les plans du futur, que je comprends mal, malgré mes efforts; mais je pense que j'apprendrai peu à peu à les déchiffrer.

Au fil des années, j'ai eu affaire à plusieurs groupes de guides. Il y a environ cinq ans, je suis devenue le canal d'un être spirituel très féminin, que j'avais baptisée la Déesse, à l'aura blanche et or qui se développe à tel point que je n'en connais plus la taille. En compagnie de ma grande amie Marjorie Valeri, harpiste de son état, il m'arrive de tomber dans une transe; c'est Marjorie qui canalise la harpe; un gigantesque mur de lumière blanche jaillit derrière nous et transporte nos consciences. J'entre en transe et parcours la pièce en multipliant transcriptions et conseils de guérison, avec une telle puissance qu'il m'est arrivé de traiter 280 personnes en une heure.

Cette force guérisseuse est telle que les effets en durent plusieurs mois. Le cas le plus remarquable est celui d'une patiente d'un atelier de l'Omega Institute qui ne se déplaçait pas sans oxygène, en attendant une transplantation cardiaque et pulmonaire. La Déesse lui consacra près de cinq minutes, qui, alliées à son désir de guérir, suffirent à atténuer sa maladie; le taux d'oxygène dans son sang s'améliora de façon spectaculaire, elle se passa d'organes de remplacement, et j'appris plus tard qu'elle s'était mariée, vivait sur la côte ouest, où ses médecins jugeaient seulement la transplantation d'un poumon nécessaire. Or, depuis trois ans, la Déesse ne l'a plus touchée.

Depuis quelques années, cette force que nous appelions la Déesse équilibre plus également l'énergie masculine et féminine, et les guides m'ont appris qu'il s'agissait en réalité de l'Esprit-Saint; l'idée de le transcrire blesse ma modestie! mais la féminité de Dieu me convient. Au cours d'un récent atelier à Santa Fe, j'ai eu affaire à un nouveau groupe de guides, le Conseil de lumière, qui paraît très puissant; assis en rond avec chacun une bougie à leurs pieds, ils ont de vastes plans de construction de centres de guérison dans le monde entier; j'en entendrai certainement parler dans le futur.

Voilà donc l'histoire du rôle des guides dans ma vie; même si certains de ces

épisodes apparaissent bêtes ou bizarres, c'est ainsi que s'est édifiée ma foi ; j'ai été mise à l'épreuve, on a exigé de moi une aveugle obéissance, mais grâce à cela mes possibilités ont atteint un haut niveau ; les guides m'ont amenée peu à peu au haut sens de perception, au maniement de la canalisation, à la connaissance des trois couches supérieures du champ aurique, et jusqu'à la réalité du monde spirituel. J'ai vécu de merveilleuses expériences et comprends mieux ma propre divinité.

Tout ceci ne se fait pas sans peine ; suivre les guides jusqu'à nos réalités spirituelles suprêmes constitue un défi, la reddition à notre volonté divine supérieure, qui nous familiarise avec les cinquième, sixième et septième couches de notre aura. Examinons-les maintenant.

VOLONTÉ DIVINE, OU LA CINQUIÈME COUCHE DU CHAMP

La cinquième couche du champ, associée à la volonté divine, est constitutive de toute forme et symboles. En y pénétrant par votre haut sens de perception, vous verrez une lumière bleu cobalt, et serez peut-être dérouté, car ce schéma projecteur de toute forme évoque un négatif photographique où le vide est plein, et le clair, foncé. Mais l'on s'habitue rapidement. Gabarit de la première couche, elle-même gabarit de votre corps physique, la cinquième pourrait être considérée comme un assemblage de sillons où s'imbriquent les lignes de la première, ou comme le lit d'une rivière.

Notre culture, où prime la raison, conçoit mal cette cinquième couche ; nous avons toujours besoin d'explications, mais elles demeurent forcément limitées par notre définition de la réalité, qui intègre mal les réalités spirituelles supérieures. Il nous faut apprendre pas à pas à fouler ce territoire inexploré en oubliant toute idée préconçue.

Je n'aurais pu progresser dans le monde spirituel que décrivent mes livres si je n'avais suivi aveuglément la volonté divine. La compréhension est venue plus tard. Pour apprivoiser ma raison, l'on m'a d'abord demandé des choses très simples, et la progression est venue lentement ; je me suis laissé faire en toute confiance.

Les idées négatives que nous avons de la volonté divine

Dieu sait qu'elle donne lieu à de fausses conceptions. Nous pensons trop souvent à la volonté de Dieu comme à une manifestation autoritaire opposée à la

nôtre, qu'il faut défier pour conserver une liberté qui ne nous est pas contestée, nous plaçant dans un inutile dilemme. Nous invoquons alors une autre image, celle d'une volonté divine redoutable, qui nous apportera la punition si nous ne la respectons pas ; mieux vaut donc l'ignorer, pour atténuer la transgression. Ou bien la volonté divine nous parle de résignation en face d'une situation douloureuse que nous n'avons pas l'envie ni le courage de changer.

Enfin la volonté divine excuse commodément tout ce qui nous échappe ; et ce serait un sacrilège que d'essayer de dévoiler le mystère ! Nos religions se sont emparées de la volonté de Dieu pour exercer un contrôle sur les peuples par l'entremise de quelques initiés. Transformant leur volonté en celle de Dieu, ceux-ci commandent, et les masses doivent obéir. Cette utilisation abusive, peut-être inconsciente, de la volonté de Dieu, est responsable de ce que se sont mutuellement infligés les peuples tout au long de l'histoire.

Si nous avons l'impression que nos souhaits ne coïncident pas avec ceux de Dieu, celui-ci devient le bouc émissaire de nos problèmes. Nous n'avons plus qu'à renoncer à toute responsabilité et nous montrer obéissants, dans l'espoir de complaire aux exigences de notre religion, et d'en être récompensés. Le bien, comme l'éducation parentale, devient une image d'ennui, de difficulté et de manque de liberté, qui n'est certes attirante pour personne. Toutes ces conceptions négatives brouillent aussi notre idée de la volonté, en faisant un acte permanent de résistance et de conquête sur l'extérieur. Elles nous séparent des autres et de nous-mêmes, et nous lancent dans des luttes sans fin. L'écart apparent entre la volonté de Dieu et la nôtre implique que cette dernière est viciée. Or ces vestiges religieux d'abus de pouvoir n'ont plus de raison d'être. Nous ne dépendons pas de Dieu pour nous montrer bons et responsables. Écoutons Heyoan :

« Tout ceci, mes amis, n'est qu'illusion. C'est vous qui, en poussant, créez la résistance. Sans la résistance, que ferait la volonté ? »

Comment se relier du fond du cœur à la volonté divine

Sens de la responsabilité et puissance internes nous ouvrent une nouvelle voie. Essayez d'envisager le fait que la volonté n'a rien à voir avec une quelconque victoire sur la résistance, et ne concerne que notre propre découverte. Pour ce faire, examinons une métaphysique d'un autre ordre.

Si nous nous faisons crédit d'un élément interne divin tout de bonté et de responsabilité, en synchronisation holographique avec le grand Dieu universel, il

s'ensuit que notre volonté et celle de Dieu ne font qu'un. Dès lors, il n'y a plus lieu de résister, mais seulement de mettre en œuvre la volonté, qui devient synonyme d'action.

Il nous faut apprendre à reconnaître notre bonne volonté, son origine et ses manifestations. Revenons-en donc au système métaphysique M-3, dont nous avons déjà parlé au chapitre III, qui stipule que le physique procède de l'esprit ou de la conscience, qui le précède. Si c'est bien l'esprit qui a créé nos vies physiques, il répondait à un but ; le but de l'esprit universel est un but divin, et le but divin qui a présidé à notre création est la tâche de notre vie. La volonté divine conduit la raison divine à l'action. L'esprit universel ou divin ne cesse de créer le monde physique. Notre but est évolutif, vivant ; il concerne toute notre vie et le moment présent ; cette fonction holographique de notre volonté divine interne englobe la moindre parcelle de temps ou d'action.

Le rapport entre libre arbitre et volonté divine

La confusion s'installe si nous oublions qu'à tout instant notre libre arbitre est mis au défi d'obéir à notre volonté divine interne, émanation de notre véritable nature. Il s'agit d'une volonté dénuée d'affrontement, de blâme ou de désir de contrôle, fondée sur la responsabilité envers soi-même et la liberté pour tous.

Douleur et problèmes dans notre vie surviennent lorsque nous laissons parler la peur et étouffons notre volonté divine interne. Nous dirigeons souvent mal nos vies, dominés par la peur et cherchant à plaire aux autres. Une fois de plus, c'est faire bon marché de ce que nous voulons vraiment accomplir ; nous luttons contre nous-mêmes en transformant les autres en épouvantails, et ce comportement ne nous apportera pas le bonheur.

Pour moi, par exemple, la rédaction de mon premier livre s'est avérée très pénible. Envahie par le doute et les réticences, je m'arrangeais pour ne pas avoir le temps d'écrire ; je me dissimulais l'importance de ce travail. Je savais pourtant qu'il me fallait créer cette œuvre pour accomplir ma volonté divine, et je finis par prendre confiance et le réaliser. Cet acte de foi m'a apporté une grande puissance et a changé ma vie, car c'était aussi un acte d'amour.

À chaque instant notre but divin est en harmonie avec le tout universel. Et nous devons faire ce que nous croyons devoir faire, en surmontant toutes les difficultés.

*Quelques questions pertinentes pour savoir si vous êtes en accord
avec votre volonté divine*

Ma volonté empiète-t-elle sur la liberté d'autrui ?

Est-ce que j'essaie de contrôler quelqu'un ?

Ma volonté est-elle fondée sur le blâme, et donc rebelle à une autorité imaginaire ?

Opposée à celle d'autrui, ma volonté est-elle l'expression d'une résistance interne ?

Si vous avez répondu par l'affirmative à l'une ou plusieurs de ces questions, vous fonctionnez encore selon le système métaphysique M-1.

Ma volonté actuelle est-elle liée au but de ma vie ?

Ma volonté m'oriente-t-elle vers ma propre responsabilité, partant ma liberté ?

Ma volonté m'aide-t-elle à épanouir mon cœur dans l'amour ?

Me donne-t-elle le pouvoir de réaliser l'aspiration la plus profonde de mon âme ?

Si vous avez répondu par l'affirmative, vous suivez désormais les préceptes du système métaphysique M-3, et vous vous en trouverez bien.

Affirmations quotidiennes pour rester en accord avec votre but

Pour garantir l'harmonie de votre santé et de votre vie, prenez l'excellente habitude de réitérer consciemment votre accord avec votre volonté divine ou positive. Ne perdez pas de vue le but de votre vie, synchronisé à chaque instant selon un lien holographique.

Admettons que le but de votre vie soit de devenir guérisseur ; le soin immédiat que vous prenez de votre santé a des répercussions sur votre champ d'énergie et votre capacité à guérir les autres. Si votre vie est vouée à l'expression verbale, énoncer d'emblée votre vérité vous garantit l'harmonie. Si vous vous consacrez à nourrir les démunis, votre relation à la nourriture en général est capitale et touche directement toute votre tâche de vie. Si vous n'êtes fait que pour profiter de la vie, votre attitude à chaque instant participe de ce but, comme nous l'apprend la vieille métaphore du verre à demi plein ou vide. Si vous vous sentez l'âme d'un meneur, votre attitude actuelle envers les faibles qui vous entourent est d'une grande importance ; en les maltraitant, vous vous éloignerez de votre vocation. À chaque instant vous devez vous appliquer à insuffler à tout ce que vous faites des principes supérieurs, le but suprême de votre vie n'étant en réalité que la somme de ces efforts continuels. Si votre but du moment déforme votre but originel, rendant votre vie douloureuse et malade,

remettez-le à l'alignement, et vous retrouverez équilibre et santé. Les affirmations aident à rétablir l'alignement. Si vous avez du mal à suivre la volonté de Dieu qui vous paraît une imposition extérieure, c'est que vous souscrivez à l'image négative d'un Dieu autoritaire et exigeant, alors qu'en réalité la volonté de Dieu existe en votre cœur ; écoutez-la. Voici l'affirmation que j'ai répétée plusieurs fois par jour pendant deux ans, après avoir reçu l'ordre de fermer mon canal et de me concentrer sur ma transformation interne. Elle m'a aidée à passer de la volonté étriquée de l'ego à l'ampleur de la volonté divine, et nous rappelle que la volonté de Dieu n'a rien d'une règle imposée de l'extérieur. Elle est extraite d'une conférence Pathwork transcrite d'après les guides par Eva Pierrakos.

Affirmation pour s'aligner sur la volonté de Dieu

*Je m'en remets à la volonté de Dieu,
Je me donne cœur et âme à Dieu.
Je mérite ce qu'il y a de mieux dans la vie.
Je sers la plus grande cause de la vie.
Je suis une manifestation divine de Dieu.*

Le processus à suivre pour vous faire guider

Il est assez simple ; commencez seul ou en groupe, vous ferez de toute façon l'expérience des deux. Asseyez-vous avec papier et crayon, prenez une pose de méditation et alignez toute votre conscience sur la volonté divine. Il n'est pas mauvais de vous tenir silencieusement le discours suivant : « Je m'aligne sur la volonté de Dieu. Je veux connaître la vérité, quelle qu'elle soit, sans tenir compte de moi-même. Au nom de Dieu (du Christ, Bouddha, Allah ou de l'entité spirituelle que vous respectez), je veux savoir. » Écrivez votre question et attendez la réponse. Vous ne verrez pas bouger le crayon ; il ne s'agit pas d'écriture automatique, mais plutôt d'une écoute télépathique. Écrivez tout ce qui vous vient à l'esprit, même si cela vous semble bête ou faux. Puis rangez le papier sans le lire pendant au moins quatre heures. Après quoi vous pourrez le lire et l'analyser.

Au début, il importe de tout écrire ; à force de pratique, vous distinguerez ce qui sort de votre esprit et ce qui procède de l'écoute télépathique, à la différence d'informations, de langage et de ton. Ce qui émane des guides sera toujours empreint d'amour, de soutien, de tolérance et de vérité, et ne trahira ni votre

intégrité, ni votre honnêteté, ni votre honneur. Si vous vous exercez en groupe, qu'une seule personne pose une question ; chacun obtiendra une réponse ; partagez-les, comparez-les ; vous serez surpris de leur harmonie complémentaire. N'hésitez pas à vous interposer si vous trouvez une réponse fausse. C'est au début qu'il faut apprendre à garder un canal dégagé. Si l'on vous critique, découvrez le noyau de vérité dans cette critique et faites-en part lors de la séance suivante. Extirpez de vous tout ce qui a trait à cette critique en le soumettant chaque fois à une séance. Ce travail difficile requiert l'aide d'une personne versée dans la psychologie et la découverte de la vérité spirituelle ; on ne progresse pas seul, et plus vous ferez preuve d'honnêteté envers vous-même, plus votre canal sera libre.

Les années passées à suivre les guides ont été pour moi enrichissantes et m'ont fait connaître l'extase spirituelle ; à l'époque où j'étais guérisseuse, je pensais souvent au privilège de travailler constamment avec des anges dans une atmosphère d'amour. C'est ainsi que j'ai pu m'élever jusqu'à la sixième couche de l'aura, l'amour divin.

LA SIXIÈME COUCHE DE L'AURA : L'AMOUR DIVIN

Contrairement à la cinquième couche, la sixième nous est familière. Qui ne s'est extasié devant la beauté d'une aube ou d'un coucher de soleil, d'un reflet sur l'eau, des étoiles sur le ciel bleu nuit ? Qui n'a connu l'extase et un immense amour en entendant de la musique dans une église ? De tels sentiments demeurent uniques et inexprimables.

La sixième couche de l'aura ressemble à un faisceau de beaux rayons de lumière vifs et opalescents qui s'étale en forme d'œuf ; parée de toutes les couleurs du spectre, elle offre le plus beau spectacle de l'aura, et en sa présence, votre conscience connaîtra l'extase spirituelle. Nous avons tous besoin d'en faire régulièrement l'expérience, mais trop de gens ignorent que l'âme humaine, comme le corps, réclame sa subsistance, sous peine de tomber dans un cynisme inconfortable. Aucun bien matériel ne saurait remplacer ce que seules les expériences à ce niveau peuvent nous apporter. Encore faut-il faire l'effort de s'y élever, et y consacrer du temps et de l'énergie dans nos vies quotidiennes.

Réservez du temps à la méditation ; allez marcher à l'aube dans le silence des montagnes ou sur une plage ; assistez à un office religieux, allez au concert, lisez de la poésie. Laissez-vous du temps et de la concentration, et si la méditation silencieuse ne vous tente pas, accompagnez-la d'une musique qui vous inspire. Ce genre de nourritures spirituelles est indispensable à votre processus de

guérison. Efforcez-vous donc de découvrir celle qui vous convient, et vous éveillerez en vous un florilège de beauté et d'amour qui s'intégrera bientôt à votre être. À ce niveau, vous ferez l'expérience de l'amour inconditionnel envers vous et les autres, du désir total du bien-être de l'autre, sans contrepartie ni conditions. Autrement dit, vous acceptez l'autre tel qu'il est, dans un esprit d'honneur et de respect, de tolérance envers sa différence, de soutien dans sa quête de l'excellence ; vous saluez en lui la source de vie, source divine.

L'importance du désir

Les couches paires de l'aura, toutes consacrées au sentiment, portent nos désirs. La deuxième couche, qui nous concerne, englobe nos désirs de nous sentir bien, de nous aimer et d'être heureux. Les désirs de la quatrième couche sont centrés sur nos rapports avec autrui ; ils parlent d'intimité, d'un foyer et d'amis aimants. À la sixième couche, nous éprouvons des désirs de communion spirituelle, avec l'univers, avec Dieu.

Or les religions ont tendance à se méfier du désir, à vouloir le supprimer, qu'il s'agisse de sexualité, de l'envie d'un contact direct avec Dieu, de nous connaître vraiment, de nous ressouvenir du passé, de communier avec les anges, de distinguer le bien du mal ou de lever le voile sur la réalité – sa création et notre rôle. Elles ont toutes censuré ces désirs. Ce n'est pas l'avis d'Heyoan. Pour lui, le problème vient non pas des vrais désirs, mais de leur distorsion ou exagération. Tous participent d'un désir plus profond, de notre aspiration spirituelle qui nous donne une dimension accrue (dont je reparlerai au chapitre XVII). Cette aspiration est le fil conducteur de nos vies ; elle nous maintient dans notre voie, nous aide à accomplir notre but sur terre. Au cours d'une récente méditation, Heyoan m'a fait savoir qu'il faut écouter, clarifier et suivre nos désirs personnels. Vous trouverez ci-dessous une exhortation émanant de lui où il explique les causes de la distorsion et de l'exagération de nos vrais désirs, nous apprend à les distinguer et à guérir ceux dont la déformation nous frustre et nous empêche de nous sentir comblés.

Établir un lien entre le désir personnel et l'aspiration spirituelle.

Transcrit d'après Heyoan

« Déterminez votre objectif de guérison personnelle en fonction de ce que vous souhaitez et rattachez-vous au vaste plan que supervise le monde spirituel. Tant que vous restez en harmonie avec votre tâche, synchronisée à celle du

monde spirituel, vous n'aurez aucun mal ; vous aurez une compréhension profonde de tout ce que vous rencontrez au cours du processus de guérison ; vous suivrez la voie que vous vous êtes tracée en vous détachant des désirs qui ne participent pas de votre but.

Ne croyez pas que tous les désirs soient négatifs ; mais il est vrai que certains sont une déformation ou exagération du désir originel au cœur de votre plan de vie. La frustration que vous éprouvez provient directement de ce que ce désir fondamental n'est pas exaucé et ne concerne en rien les désirs superficiels qui affleurent votre conscient. Il vous faut donc découvrir à la racine ces désirs déformés ou aspirations spirituelles, et les expliciter.

Partez donc, mes bien chers, à la découverte de vos véritables besoins. Emplissez tout votre être des sentiments et aspirations qui vous permettront de les accomplir. Tout d'abord, faites une liste, simple mais approfondie, de ce que vous entendez réaliser. En la précisant, *ne nous l'envoyez pas comme si tout dépendait de nous, ancrez-la plutôt au tréfonds de votre être pour qu'elle jaillisse de la source enfouie en vous*. Chaque fois que se présente un désir clairement en harmonie avec la tâche de votre vie, immergez-le dans cette fontaine de créativité. En développant votre conscience, vous vous familiariserez avec l'ordonnancement d'un vaste plan de salut, qui ne cessera de se dérouler et de se clarifier.

Tout ceci vous paraît peut-être difficile à comprendre, et il vous faudra des années pour y parvenir ; en attendant, conservez-le précieusement. Tenez un journal sacro-saint et privé, qui vous servira de référence lorsque tout s'éclairera au fil des années. Il vous sera également utile dans votre évolution personnelle. Notre but est de vous aider à reconnaître le pouvoir et la lumière, et à réaliser qu'ils sont déjà en vous.

Nous voulons maintenant vous amener à mieux comprendre la blessure que vous portez, dont nous avons parlé au premier chapitre de cet ouvrage, et votre refus de la ressentir. Cette attitude négative accroît la douleur qui pèse sur votre vie. Il vous faut découvrir le chemin de votre transformation personnelle en plongeant en vous à la recherche de votre paysage intérieur. Vous avez déjà parcouru de sombres tunnels qui débouchent sur la lumière ; vous allez trouver en vous amour, intégrité, puissance et innocence, un monde aussi vaste que celui de l'extérieur, et vous pourrez à nouveau vous poser la question « Qui suis-je ? ».

Au début de votre vie, une douleur inattendue est survenue ; en essayant de l'arrêter, vous avez mis un frein à votre élan créateur ; la cause était sans doute bénigne, un doigt brûlé sur un fourneau ou un froncement de sourcils parental, mais elle a suffi à voiler d'une ombre votre force créatrice, à vous déconnecter de votre centre, à oublier partiellement qui vous êtes.

La progression de votre transformation personnelle vous rend la mémoire ; vous retrouvez l'amour et l'aspiration spirituelle qui imprégnaient à l'origine votre émotion, le courage de votre volonté, la vérité de votre raison. Cette aspiration se fait jour en vous sous forme de désirs, bien légitimes sur le plan humain, car ils reflètent le désir interne divin, l'élan créateur originel.

Vos désirs d'être humain, d'entente, d'amour, de sécurité, d'une vie qui vous convienne, malgré leur beauté, peuvent manquer de clarté, se trouver déformés ; ainsi ferez-vous de l'argent ou de l'être idéal le gage et le garant de la sécurité et du bonheur ; mais ces désirs sous-tendus par le refus de la responsabilité et la peur du changement n'auront pour résultat que de neutraliser le but de votre vie en le maintenant dans la sphère physique.

Vous ne réaliserez véritablement vos désirs qu'en exposant ce qui en vous cache et déforme la fonction créatrice de votre fontaine interne ; déchirez le voile, harmonisez vos désirs personnels à votre aspiration originelle ; c'est là leur rôle. Quel que soit le désir que votre personnalité éprouve en ce moment, demandez-vous s'il est relié à l'aspiration profonde qui guide votre vie ; il ne vous incombe que d'harmoniser les deux, afin que le désir de la personnalité soit la pure expression de l'élan créateur interne.

Or le monde comprend mal cela, et assimile trop souvent le désir au péché ; le seul péché est d'oublier qui vous êtes, de vivre dans l'illusion ; ne jugez donc pas vos désirs, respectez-les, car ils participent à l'illumination de votre vie. Méditez plutôt pour progresser de vos désirs à l'aspiration profonde de votre âme, et n'oubliez pas que vous êtes liés au vaste plan de salut qui sera révélé sur la terre ; quand vous guérissez, la terre guérit. »

À la sixième couche de notre être, nous faisons l'expérience de la foi et de l'espoir, et il est très important de les renforcer pour progresser vers la guérison. Ayez foi en vous-mêmes, en vos ressources intérieures, en votre capacité à vous prendre en main et modeler votre vie : gardez l'espoir d'une vie, d'une santé meilleures, d'un ordre mondial nouveau pour l'humanité et la planète. Pas à pas, la foi vous mènera le long des noirs tunnels qui sont notre lot vers l'espoir de combler notre aspiration. Nous connaissons tous des périodes où nous perdons la foi ; mais avant de sombrer dans le désespoir, confions-nous à nos ressources inespérées de foi et d'espoir.

Au cours d'une conférence que je donnais à Denver en juillet 1988, je reçus une belle méditation vouée à la guérison ; elle parle précisément de foi et d'espoir, et démontre le lien entre l'apaisement de votre douleur et votre tâche de vie ; elle vous sera utile dans les moments de doute, et je vous la livre.

Guérir par la foi et l'espoir.
Transcrit d'après Heyoan

« Que la lumière vous traverse et vous élève alors que vous êtes implanté dans la terre, car vous êtes la passerelle naturelle entre les cieux et votre spiritualité et la terre, votre demeure physique bien-aimée. Pénétrez-vous de cette réalité, et vous vivrez alors selon votre véritable nature et votre but ici-bas. Sentez la fusion d'énergie dans cette pièce tandis que nous nous joignons à vous ; ouvrez vos yeux, vos oreilles et tous vos sens pour voir, entendre et ressentir notre présence. Nous ne sommes pas le fruit de votre imagination, mais bien vos frères, et nous sommes là pour travailler avec vous à la paix et la guérison de cette planète.

Nous en étions tous convenus avant même votre naissance, et c'est dans un esprit de foi et d'espoir que vous vous êtes incarnés. Vous éprouviez un tel besoin de servir la planète que vous avez accepté d'en assumer en partie la douleur et de la guérir, de la sentir dans votre chair et votre âme, afin de la transformer en amour. Je vous l'affirme, à vous qui êtes venu avec en vos cœurs l'espoir d'un futur radieux et la foi qui accompagnera votre transformation et celle de cette planète.

Examinons cela plus en détail. Nous parlons d'une connexion avec la divinité universelle. Vous êtes pourvu d'une grande sagesse, d'une grande puissance, d'un amour infini, vos instruments de guérison, et d'un corps bien conçu venu de la terre nourricière ; le système énergétique que vous avez apporté des cieux est apte à combler votre aspiration la plus profonde, la raison de votre venue, ce rêve fou enfermé dans un petit paquet au fond de votre cœur.

Le moment est arrivé d'aller chercher ce petit paquet, de l'ouvrir, de regarder. N'ayez pas honte ; ce que vous découvrirez n'est pas de l'égoïsme, c'est la vérité. N'ayez pas peur de son ampleur, car votre seule limite est le système de croyance que vous vous êtes imposé. Ne craignez pas d'être terre à terre, car le moindre de vos actes, empreint de sainteté, est un acte de foi.

Si vous n'avez toujours pas ouvert votre petit paquet, faites-le maintenant, vous serez ravis de ce que vous y découvrirez. Je vous suggère de placer le paquet ouvert sur un autel et d'en faire le sujet de votre méditation deux fois par jour, au moins cinq minutes chaque fois. Gardez le secret ou parlez-en, mais à bon escient, à ceux qui comprendront et vous aideront ; car vous avez un travail à accomplir, que je vais maintenant vous décrire.

Passez votre vie au crible, remontez à l'enfance pour retrouver la douleur la plus intense sous sa forme nucléaire, que chacun de nous garde en lui. Lorsque

vous l'avez découverte, suivez-en les manifestations dans les méandres de votre vie, année après année ; certes elle a changé, mais je vous assure que c'est toujours la même douleur. Or *c'est précisément elle, en vous et reflétée dans le monde, que vous avez pour mission de guérir*. Avec courage, vous l'avez assumée, elle a empli votre corps et votre âme, et vous ne pouvez y échapper, mais seulement la guérir.

Je vous demande d'envelopper doucement cette douleur d'amour et d'acceptation, de la traiter comme un nouveau-né qui a oublié qui il est. Car c'est un enfant de *l'espoir*, d'un futur resplendissant, et vous le guérisseur avez la *foi* de guérir cet enfant de douleur. Le premier pas de votre guérison consiste à reconnaître votre responsabilité dans l'apaisement de cette douleur, librement consentie pour le bienfait de la planète et le vôtre. En tant que guérisseur, vous avez prêté serment de vous traiter avec une scrupuleuse honnêteté, tendresse et honneur, et d'obéir à la divine sagesse en vous et autour de vous.

Vous n'êtes pas seul pour porter ce fardeau ; sentez notre présence dans la pièce ; vous serez guidé. Faites appel à votre foi pour guérir votre corps, sans attendre que la douleur se manifeste.

Sur votre autel, placez côte à côte la douleur de l'enfant et l'amour du guérisseur : *espoir et foi*. Tous deux façonneront votre énergie pour transfigurer dans la lumière et vous et la terre. Sentez l'amour qui inonde cette pièce, la lumière que vous êtes, qui vous entoure, qui émane de ceux qui vous ont précédés. Chaque cellule de votre corps recèle cette lumière. Soyez vous-même ; vous l'avez proposé, cela a été accepté, rien de plus ne vous est demandé, que d'être ce que vous êtes. »

LA SEPTIÈME COUCHE DE L'AURA : L'ESPRIT DIVIN

On dit que la plus haute forme d'extase est la pensée créatrice dans sa pureté et sa divinité, apanage de la septième couche. À ce niveau, le créateur plane, car la perfection lui est révélée et il sait qu'il est Dieu. Il tisse son fil d'or dans la trame universelle et parfaite de la création, en embellissant encore la vibrante réalité.

Or chacun reçoit ce don à la naissance ; c'est notre état naturel, et plus nous nous y livrons, plus nous serons vivants, sains et humains. Nous n'existerions pas sans la septième couche, et nous serons comblés de bonheur, d'extase et d'amour si nous cultivons ce don par une simple méditation quotidienne et l'intégrons ensuite à nos vies. C'est parfaitement à votre portée, si vous appliquez votre conscience et suivez votre nature.

Méditation pour atteindre la septième couche

Faites-la dix minutes par jour en vous levant, et vous verrez comme la journée se passe bien. Asseyez-vous en position de méditation, le dos bien droit, en n'appuyant que votre sacrum. Puis répétez simplement chaque mot du mantra suivant au rythme de votre respiration ; si votre esprit s'égare, ramenez-le aux mots du mantra : « Reste tranquille, et sache que je suis Dieu. » La septième couche nous met en contact avec la raison de notre existence. Elle recèle l'esprit divin, qui connaît le parfait modèle. En élevant notre conscience à sa hauteur, nous entrons dans une clarté qui seule nous fait comprendre la perfection dans ses imperfections. L'expérience terrestre nous apparaît comme une suite de leçons, dont la première est d'apprendre l'amour, surtout si nous sommes en proie au malheur et à la douleur. Les imperfections de la terre sont le terreau idéal pour apprendre l'amour en toutes circonstances et l'utiliser à changer des conditions néfastes.

À ce niveau, l'aura est constituée d'un lavis de lignes extrêmement solides brillant d'une lumière d'un blanc doré. En y élevant votre conscience, vous ressentirez force, facilité et acceptation dans votre vie. N'oubliez pas que vous évoluez dans un ordre parfait, où tout événement obéit à une raison supérieure. Le malheur n'est pas une punition, sa place dans l'ordre suprême nous échappe, mais il est toujours une leçon d'amour.

Nous affronterons mieux les difficultés si nous en entrevoyons la raison supérieure et divine, et les accepterons mieux si nous savons qu'elles nous enseigneront une leçon encore inconnue, mais elle aussi divine, je pense à deux exemples précis pour illustrer la métamorphose d'un événement inacceptable en une leçon de vie porteuse de guérison et d'une compréhension accrue.

Comment la guérison du cœur de Stephanie a hâté celle de sa famille

En 1985, j'ai pratiqué une série de séances sur une petite fille de trois ans et sa mère. L'enfant, Stephanie, était née avec une perforation entre les deux ventricules du cœur, et devait subir une opération à cœur ouvert au mois de juillet de cette année. Sa mère, Karen, opérée elle-même plusieurs fois, redoutait que sa fille ne souffre et espérait que des séances de guérison rendraient l'opération inutile. C'est la question qu'elle posait chaque fois à Heyoan, et j'espérais la même chose, si bien que la peur de me tromper me rendait nerveuse.

Un jour, à la fin d'une séance, peut-être lassé de nos jérémiades, Heyoan me dit brusquement : « Suis-moi. »

Je me retrouvai le suivant au pas de charge dans un couloir d'hôpital ; il ouvrit les portes du bloc opératoire, m'amena près de la table, et m'enjoignit de regarder. J'étais penchée sur la poitrine béante de Stéphanie ; tout allait bien. L'image suivante me montra la réanimation, puis, deux jours après l'opération, Stéphanie assise, toute gaie, se précipitant vers ses parents qui entraient. Je la revis ensuite à l'âge de treize ans, à l'approche de la puberté, debout devant une glace, regardant la cicatrice qui barrait sa poitrine, éclatante de beauté et de santé. Visiblement la cicatrice ne la gênait pas, mais la reliait à son cœur et aux ressources de son amour. Heyoan me dit alors : « Tout cela n'est pas trop terrible ! »

Je racontai cet incident à Karen et apaisai ses craintes qui ne tardèrent pas à revenir. J'avais du mal à rester neutre ; pensant à ma propre fille, née par césarienne, je me méfiais (à tort) des opérations, et voulais l'éviter à Stéphanie, et ne parvenais pas à garder mon canal clair. Je parvins enfin à transcender les couches supérieures du champ jusqu'à Heyoan, qui me donna les instructions suivantes :

« Il faut être capable, tout en enveloppant l'autre d'énergie aimante, de le laisser faire l'expérience de la vie qu'il a décidée. Même ton propre enfant n'échappera pas par tes soins à son karma, en l'occurrence, son plan de vie ; cette âme sage a une belle tâche à remplir et sait exactement quand et comment. À chaque instant, elle renouvelle son engagement à la vie dans le monde physique, tout comme vous (Barbara et Karen).

Ne perdez donc pas de vue cette perspective d'ensemble et réfugiez-vous dans la sagesse en vous, et vous envisagerez autrement ces diverses opérations, que chacune de vous a choisies, et qui vous ont appris tellement. C'est à cause de l'opération que l'une (Barbara) est devenue guérisseuse ; n'ayant pas eu auparavant l'expérience de la douleur ou de la maladie, elle avait bien peu à offrir aux malades.

Il en est de même pour toi, Karen, ma chère. C'est à la faveur de l'opération, où tu as été si merveilleusement soignée, que se sont ouverts devant toi des abîmes de profondeur du cœur, des soins offerts et reçus, du don et de la confiance. Tu luttas en ce moment contre cette confiance ; et pourtant, je te le dis, tu as deux merveilleux enfants, l'on s'est occupé de toi, et les liens avec ton époux et ta famille se sont étroitement resserrés.

C'est toi maintenant qui prodigues tes soins, qui comprends la douleur ; tu es parfaitement capable d'aider ton enfant à surmonter cette opération ; repense à ta

propre expérience, et tu trouveras les gestes qui conviennent. Choisis soigneusement l'hôpital, comme lors de sa naissance, accompagne-la, enveloppe-la de ton amour, mais n'oublie pas que ce qui arrivera est la volonté de Dieu et la sienne propre. C'est là le plus difficile ; respecte la sagesse de l'âme qui habite ton enfant ; respecte ses choix, soutiens-les, aide-la à apprendre ce qu'elle a entrepris d'apprendre. Considère cette opération qu'elle a voulue comme la preuve de sa confiance en sa famille et en l'amour.

Il n'y a là aucune contradiction ; car n'est-ce pas dans ces moments-là que l'on a besoin de confiance, d'amour, de cœur ? Barbara rétorquera qu'elle pourrait éviter l'opération ; mais je vous dis que les deux possibilités se valent, que chacune enseigne une leçon différente.

Surtout conservez respect et courage. Cette enfant en a tellement ; écoutez ce quelle vous dit : "Maman, ce que je vais faire augmentera ta foi et la mienne ; je te l'offre tel un cadeau. Car le monde est abri, malgré la douleur, il est amour, malgré les séparations, il est beau, malgré les désordres. Et j'ai une foi totale dans le monde physique. Comme tu es venue pour guérir mon cœur, je suis venue pour guérir le tien." »

Karen : À la suite de ces paroles si positives, qui m'ont vraiment touchée, mon mari voudrait connaître les conséquences psychologiques d'une opération ; l'enfant a l'air tellement équilibrée. Ce sont nous, les parents, qui risquons d'avoir des problèmes.

Heyoan : Nous n'avons fait aujourd'hui que répéter les paroles profondément sages de Stephanie ; mais il est vrai qu'il y a la partie qui oublie, le réveil dans les douleurs, le désir de retourner à la maison ; reste alors avec elle, et dis-lui que le monde est lieu de sécurité, comme elle-même te l'a appris. Il en va de même pour ton cher mari. Ne cherche pas, mon fils, à la protéger de sa propre sagesse ; accompagne-la dans son choix, et tu en seras renforcé. Si elle oublie sa force, donne-lui la tienne, ce n'est que justice. Et vois la merveilleuse harmonie de cette famille !

Karen : Je n'ai plus de questions à poser. Je voudrais seulement remercier les guides qui ont suggéré l'imposition des mains et ont tant aidé. Nous avons éprouvé un si grand plaisir à ce qui est devenu un rituel.

(Heyoan avait enjoint à Karen d'imposer les mains à sa fille chaque soir, ce qui les avait beaucoup rapprochées et qu'elles continuaient à faire.)

Heyoan : C'est une belle communion, n'est-ce pas ?

Karen : Je voulais aussi savoir s'il y a du nouveau aujourd'hui.

Heyoan : Le cœur est consolidé, sa foi aussi ; il faut encore attendre, par respect pour la sagesse de ton âme, car tu éprouveras tant de joie en émergeant

du tunnel.

Barbara : J'essaie de voir ce qui se passe dans ce tunnel (elle regarde). On dirait un jeu de Lego. Tout le monde a l'air sur le point de parler, et personne ne dit rien; y a-t-il encore des questions?

Karen : Les sentiments m'envahissent. Je sens ce tunnel. Je réalise que depuis un mois je suis très préoccupée par la séparation d'avec mes parents. Leur absence me frappe de plein fouet, et quand on me parle de tunnel, je me dis que ma famille a besoin que je sois adulte et renonce à dépendre des parents ; d'ailleurs ils n'étaient jamais là. J'y pense énormément, mais ne sais quelles questions poser.

Heyoan : Nous regrettons que tu ressentes cette douleur et, enfant, aies souffert. Mais tu sais déjà que tes expériences enfantines sont les choix de ta sagesse supérieure ; tu n'as qu'à regarder ton merveilleux comportement maternel, empreint d'amour et de liberté, pour le comprendre.

Karen : C'est vrai, j'oublie la liberté.

Heyoan : Eh bien, quand tu seras à l'hôpital, ne laisse personne te dicter ta conduite. Reste toi-même, mais si tu as besoin d'aide, n'hésite pas à demander, car ce besoin est une constante de toute la vie, respectable et fructueuse ; on pourrait presque dire qu'un besoin est une future force. Admettre la peur mène à l'amour. Admettre que l'on est perdu signifie que l'on arrive à bon port. Le besoin est l'énoncé d'une vérité, et marque ton chemin. Même le Christ, sur la croix, a exprimé ses doutes, avant de retrouver sa foi. Reste-toi fidèle à chaque instant, ton entourage en sera renforcé, et appuie-toi plus encore sur la force de ton cher mari.

Karen : Vraiment !

Heyoan : Il oublie de temps à autre ; mais appuie-toi, et il se souviendra.

Karen : Mais je ne veux pas être un fardeau. Comme c'est surprenant. Merci.

Heyoan : Je t'en prie, et n'oublie pas que nous sommes sans cesse avec toi ; si l'opération a lieu, nous la tiendrons doucement quand elle quittera son corps.

Karen : Je le sais. Je me prépare.

Heyoan : De toute façon, tu dois traverser ton tunnel.

Les guides montrèrent clairement que l'opération aurait lieu, resserrant les liens familiaux et montrant la voie de la foi et de l'espoir dans la vie du monde physique. La forte spiritualité des parents les conduisait à voir dans l'opération la rétribution d'une erreur ; les guides leur prouvèrent que tel n'était pas le cas. Lors de la dernière séance, Heyoan dit à Karen que son mari Michael changerait bientôt de travail, qu'ils quitteraient Brooklyn et connaîtraient une nouvelle vie dans une petite ville à une heure de New York ; tout ceci résulterait des

transformations et de la guérison familiales initiées par l'opération de Stephanie. Karen répondit qu'ils cherchaient à déménager depuis plus d'un an, et Heyoan lui dit d'attendre que soient achevées les guérisons en cours, avant d'installer Stephanie dans sa nouvelle vie. Sept ans plus tard, rédigeant mon livre, j'ai interrogé Karen sur les résultats de nos peines ; tout va bien, et leur vie la comble.

Elle m'a confirmé la véracité de mes visions de l'opération et de la rapide récupération de sa fille.

Apparemment l'enfant avait subi trois chocs émotionnels à l'hôpital, lorsque les infirmières l'avaient séparée de ses parents. De retour chez elle, elle eut des cauchemars les trois premières nuits, correspondant sans doute à ces trois chocs. Puis ce fut fini. La famille partit en vacances (prédites par Heyoan) et, au retour, les changements annoncés se précipitèrent. Pour Karen, la guérison de Stephanie a eu une influence énorme sur l'évolution de leur famille. Et l'enfant, qui a aujourd'hui dix ans, a beaucoup changé ; elle est plus vive, plus gaie ; elle se nomme elle-même Enfant du cœur, écrit des poèmes et de la musique, chante, et voudrait faire du théâtre.

Quant à Karen, cette expérience a renforcé sa confiance en la synchronie de l'univers ; elle croit à un vaste plan, au moment opportun pour chaque événement, comme s'il obéissait à une mécanique bien huilée.

Comment Andy a réuni sa famille

Le second exemple qui illustre la capacité à accepter l'inacceptable en s'élevant vers une compréhension supérieure qui transforme la vie concerne un jeune homme de vingt-cinq ans qui se mourait d'un mélanome, et que j'appelle Andy. Il habitait loin, et sa ravissante mère l'accompagnait aux séances. Les médecins lui donnaient alors moins d'un an à vivre. Le cancer avait envahi son corps et gagnait le cerveau. Bientôt, il subirait de la radiothérapie pour réduire les tumeurs qui commençaient à le faire souffrir.

Personne n'avait révélé à Andy la gravité de son état, mais au fond de lui-même il la connaissait. Étrangement, il n'avait pas peur de la mort. Dès qu'il entra dans mon cabinet, je vis qu'il n'était pas prêt à lutter pour défendre sa vie physique ; il admit même une ambivalence envers le monde physique, se disant plus attiré par le monde spirituel. Je le mis souvent en contact avec Heyoan, et ils devinrent amis.

Évoluant avec de plus en plus d'aisance dans le monde spirituel, Andy chercha à atteindre son propre guide. L'amour entre les êtres, surtout ceux de sa

famille, le préoccupait beaucoup. Il se demandait parfois si sa mort était proche, avouant une curiosité pour cette grande aventure.

Il eut alors un rêve prophétique qui effaça les dernières traces de déni. Il se dit sûr de mourir bientôt car il avait vu son guide dans ce rêve, s'approchant jusqu'à ne plus faire qu'un avec lui. Dans cette unicité, il avait assisté à la mise en terre de son propre cercueil. Il mourut un mois plus tard.

J'en fus très triste ; je savais que ce jeune homme avait beaucoup à nous apprendre, et me reprochais sa mort. Je n'osais reprendre contact avec sa famille, mais son frère et sa mère vinrent me trouver à la fin d'une conférence que j'avais donnée près de chez eux. Je craignais qu'ils ne m'en veuillent de n'avoir pu sauver Andy, mais à ma grande surprise, ils me remercièrent avec effusion et m'expliquèrent combien son immersion dans la vérité et l'amour pendant les séances avait eu d'effet sur toute sa famille qui en était transformée.

Comme me le dit son frère, il y avait eu une rupture totale entre les deux parties de la famille depuis la naissance d'Andy, et c'était lui, sous l'influence des séances, qui avait insisté pour qu'intervienne une réconciliation ; elle eut lieu le jour de sa mort, et continuait. La famille demeurait convaincue que son harmonie était l'une des tâches de la vie d'Andy ; ils en avaient tiré la leçon, se réjouissaient de sa présence parmi eux, et lui étaient reconnaissants de tout ce qu'il leur avait donné.

Méditation de guérison pour la septième couche de l'aura

Asseyez-vous, le dos bien droit, ou allongez-vous et détendez-vous sur une surface confortable. Ralentissez votre respiration, concentrez-vous sur vous-même ; ne pensez à rien d'extérieur, soyez à l'écoute de votre intériorité.

Sentez d'abord l'état de votre corps, en insistant sur l'endroit qui vous inquiète ; intégrez-le en l'acceptant et l'aimant tel qu'il est. Visualisez ensuite cet endroit dans sa perfection d'ensemble, doré, brillant, beau et fort. D'un large geste de votre main, toute de lumière dorée, rendez l'organe à son intégrité et rendez grâce de cette transformation. Faites ceci plusieurs fois par jour, cela ne prend qu'une ou deux minutes.

UNE MÉDITATION DE GUÉRISON ASSIMILABLE À TOUTES LES COUCHES DU CHAMP AURIQUE

Il existe une technique fort simple de relaxation et visualisation profondes qui vous permet de canaliser l'énergie guérissante là où votre corps et les

couches de votre champ en ont spécifiquement besoin. Je l'appelle « Voyage à travers le corps ». Elle comporte quatre parties principales : arriver d'abord à une détente profonde ; vous aimer et établir la connexion avec vos anges gardiens ; guérir certains endroits du corps ; et enfin émerger de cette détente tout en maintenant la guérison.

Vous parviendrez à cette détente profonde en alliant le sentiment kinésique aux images visuelles sur fond de suggestion auditive de musique douce ; si vous êtes plutôt kinésique, et appréhendez le monde par la sensation physique, imaginez-vous sur un lit de plumes ou flottant doucement sur un bateau ; mais si le visuel l'emporte, pensez alors à des descriptions de beaux ciels, montagnes ou lacs. Et mettez les cinq sens à contribution pour glisser dans la détente. Votre corps est maintenant parcouru d'un courant harmonieux propice à la guérison, et vous pouvez aborder la deuxième phase de la visualisation, vous aimer et solliciter l'aide de vos anges gardiens.

Ensuite, précisez dans la troisième partie ce que vous souhaitez guérir, soit tout votre corps, soit tel organe ou même telle cellule ; il y a des gens qui visualisent les globules blancs en train de dévorer les cellules envahissantes d'une tumeur. Vous sentirez l'énergie guérissante affluer vers les endroits malades ; restez dans cet état tout le temps que vous lui avez attribué, c'est important.

Enfin l'ultime phase de la visualisation est de sortir de la relaxation tout en garantissant que le processus de guérison perdure. Prenez le temps de quitter les profondeurs de la détente tandis que vous vous suggérez fortement la disponibilité immédiate, à votre gré, du retour à l'état de guérison et la permanence de cet état que vous avez initié. Ce faisant, vous enrichirez quotidiennement votre système énergétique de puissance guérissante.

À partir de ce schéma, édifiez votre propre visualisation à l'aide de la musique, des images ou des sensations physiques que vous préférez. Voici un exemple que je trouve personnellement efficace ; mettez d'abord votre musique douce favorite, allongez-vous et calmez votre respiration.

Voyage à travers le corps

Étendez-vous sur une surface confortable et desserrez vos vêtements. Sentez votre corps allongé, la chaleur et l'énergie qui affluent. Concentrez-vous sur vos pieds, qui deviennent chauds et pesants. Passez ensuite aux jambes, et remontez ainsi doucement le long du corps, sombrant dans le poids, la chaleur et la détente. Sentez la tension quitter votre corps et pénétrer la surface au-dessous comme un miel épais qui s'enfonce profondément dans la terre. Maintenez une

respiration lente, en vous répétant : « Je suis tranquille, aucun bruit ne viendra me gêner. »

Imaginez-vous minuscule, un point d'or lumineux, et pénétrez votre corps où vous le souhaitez. Sous votre forme minuscule, vous glissez jusqu'à votre épaule gauche, relâchant toute la tension ; dites-vous : « Mon épaule gauche est lourde et chaude », puis passez à votre épaule droite. Que votre moi minuscule utilise tous les instruments possibles pour libérer la tension de votre épaule gauche, l'arroser d'une lance ou la peindre au pinceau, et répétez-vous : « Mon bras droit est lourd et chaud. Je suis tranquille, aucun bruit ne viendra me gêner. » Le moi minuscule remonte votre bras droit et s'écoule dans votre poitrine, accentuant votre détente, et circule peu à peu dans tout votre corps, le relaxant, le rendant lourd et chaud. Faites une pause et passez tout votre corps en revue.

Maintenant, si vous voulez vraiment approfondir ce processus, imaginez-vous parcourant un champ semé de jolies fleurs ; admirez la beauté de leurs formes et couleurs, sentez leur parfum, tâtez les pétales veloutés et soyeux. Continuant votre marche, appréciez la brise sur votre visage. Vous tombez sur votre arbre fruitier favori et en goûtez les fruits ; une brise agite les feuilles, les oiseaux chantent et, au-dessus de vous, de petits nuages blancs parcourent un ciel pur. Allongé sur l'herbe tendre, vous inventez des formes aux nuages.

Frappé par la plénitude de vos sentiments, de votre vie et de votre corps, vous sentez poindre l'amour pour vous-même, qui s'amplifie jusqu'à englober tout votre être, vos problèmes, chaque recoin de votre vie. Vous enveloppez tout d'une tendre acceptation, sans souci du rejet ou de la haine habituels ; entourez chaque aspect négatif et visualisez-le se fondant dans sa gangue originelle divine, même si vous l'ignorez ; le processus de fusion et de souvenir lui fera lentement et automatiquement réintégrer son but, sa vérité et sa sensation d'origine, et vous reconnaîtrez la signification profonde de votre vie.

Dans cet esprit d'amour, effacez successivement la douleur de chaque partie de votre corps. Si un endroit vous inquiète particulièrement, inondez-le d'amour et d'acceptation, et commencez à vous débarrasser des cellules ou micro-organismes importuns ; dites-leur qu'ils n'ont rien à faire là et devraient s'en aller, ou montrez-vous plus agressif, selon vos dispositions ; imaginez un jet d'eau fraîche emportant ce qui vous gêne ; prenez contact avec un organe qui fonctionne trop ou trop peu, et forcez-le à reprendre son équilibre. N'ayez pas peur de donner libre cours à votre créativité et profitez-en. Faites une pause pour passer en revue les endroits malades de votre corps.

Lorsque la guérison a été menée à son terme, parcourez toutes les couches de votre champ aurique, en leur apportant énergie et tendre acceptation. Vous verrez à chaque couche la fréquence augmenter, comme un poste de radio ; vous

n'avez qu'à vous ajuster en conséquence.

Première couche du champ aurique : Elle recèle la sensation physique en une trame d'un beau bleu qui maintient la cohésion des cellules. Rendez-la plus brillante. Comme elle s'étend légèrement au-delà de votre corps, vous aurez l'impression de le dépasser. Concentrez-vous ensuite sur chacun des sept chakras. Vous les trouverez aux endroits suivants : le premier dans le périnée, entre vos jambes ; le second, juste au-dessus de l'os pubien, sur le devant et l'arrière du corps ; le troisième autour du plexus solaire, dans le creux juste en dessous de vos côtes, sur le devant et à l'arrière du corps ; le quatrième, sur le cœur et entre les omoplates ; le cinquième, devant et derrière votre gorge ; le sixième, dans le front et derrière la tête ; et le septième au sommet de votre tête. Vus de la première couche, ils sont tous composés d'un maillage bleu. Faites-les tous tourner dans le sens des aiguilles d'une montre quand vous regardez votre corps et des deux côtés, pour qu'ils tournent en spirale l'un vers l'autre. Imaginez une pendule à la place de chaque chakra et faites tourner ces cadrans bleus.

Deuxième couche du champ aurique : Passez maintenant au niveau émotionnel, où vous êtes parcouru de nuages colorés. Admirez leurs volutes et avivez leur éclat. Imprégnez-vous de ce flot d'amour. Vous remarquerez qu'à ce niveau, les chakras ont changé de couleur : le premier est rouge, le deuxième orange et le troisième jaune, suivis de vert, puis bleu, indigo et enfin blanc au sommet de votre tête.

Troisième couche du champ aurique : Passez ensuite à la délicate nuance jaune pâle de la couche mentale. Appréciez-en la clarté, la justesse, l'impression d'intégration, rehaussez-les. Vous constatez que vos limites s'élargissent, d'au moins vingt centimètres de chaque côté. Chaque couche fait progresser votre conscience vers les hautes sphères d'acceptation et de compréhension de soi-même. Faites de nouveau tourner chaque chakra dans le sens des aiguilles d'une montre ; ils sont tous d'un beau jaune vif.

Quatrième couche du champ aurique : À ce stade, vous serez à nouveau parcouru et entouré d'un flot coloré. N'oubliez pas que chaque couche occupe l'ensemble du corps. Les couleurs vous paraîtront ressembler à un fluide assez épais, et l'amour sature cette couche ; laissez-le s'écouler en vous et savourez cet amour pour les autres. Avivez encore les couleurs du champ, faites tourner toujours dans le même sens les fluides mouvants des chakras. Une fois de plus,

les couleurs changent au cours de cette ascension, elles rappellent celles de la deuxième couche, mais baignées de lumière rose.

Établissez maintenant le lien avec les anges gardiens pour qu'ils viennent à votre aide. N'hésitez pas à avoir recours à vos anges gardiens qui mettent à votre disposition un considérable potentiel spirituel. J'ai même vu des anges gardiens à l'œuvre sur leurs patients sans la présence d'un guérisseur. Vous devriez vous sentir réconforté par l'abondance de l'aide disponible ; vous n'êtes pas seul dans cette lutte ; entouré de vos guides, haussez-vous maintenant dans les hauteurs de votre être.

Cinquième couche du champ aurique : Commencez par sentir en vous la volonté divine ; son gabarit vous imprègne et vous entoure, semblable à un calque bleu de cobalt de la première couche. Sentez la force et la forme qu'il vous donne. Le lien avec cette couche est particulièrement difficile, à cause de son fond bleu foncé solide, alors que ce qui devrait être solide n'est qu'espace vide. Faites tourner les chakras, composés de minces lignes d'espace vide.

Sixième couche du champ aurique : Transfiguré tel le halo brillant autour d'une bougie, vous commencez à effleurer l'extase spirituelle. Vous êtes une effusion de couleurs opalescentes ; laissez briller votre lumière. La conscience de vous-même s'étend maintenant à au moins soixante centimètres de chaque côté de votre corps. Les chakras ont une fois de plus changé de couleur, nuancés d'une lumière nacrée.

Septième couche du champ aurique : Vous arrivez enfin à la trame dorée de la septième couche ; éprouvez la solidité de ces filaments lumineux qui vous enveloppent à l'intérieur d'un œuf d'or à la carapace protectrice. Renforcez-la, comblez les vides, faites tourner dans le sens prescrit les chakras dorés. Vous vous étendez maintenant à près d'un mètre de votre propre corps, en toutes directions. Sachez l'apprécier ; reposez dans la sérénité de votre esprit divin, aussi longtemps que vous le souhaitez ; cet état d'expansion détendue est propice à la guérison. Si vous préférez, endormez-vous.

Le moment est venu du retour à l'état normal de la conscience. Lorsque vous vous sentez prêt, aidez-vous d'un compte à rebours, en disant : « En arrivant à zéro, je serai tout éveillé, alerte, confiant et conscient, mais complètement détendu, et la guérison suivra son cours. » Puis comptez lentement, à partir de cinq ou six. Chaque fois que vous changez de chiffre, souvenez-vous de la proximité du bienfaisant état de guérison ; répétez : « En arrivant à zéro, je serai

tout éveillé, alerte, confiant et conscient, et pourtant complètement détendu. »
Enfin, vous pouvez dire : « Zéro ! je suis bien réveillé et alerte, et ma guérison suit son cours. »

Notre intentionnalité et la dimension du hara

Chacune de nos actions repose sur notre intentionnalité du moment, qui colore par exemple chacune de nos paroles. Nos mots transportent l'énergie de nos sentiments et notre façon de les prononcer traduit l'intention profonde : selon que nous dirons « Je t'aime » avec amour, dégoût, supplication ou mensonge, le sens changera jusqu'à vouloir dire « Je te hais ». Les mots sont les mêmes, mais l'énergie qui les sous-tend et les prononce est différente, et cette différence transparaît dans le champ aurique. Car l'intention a changé ; or c'est elle qui suscite dans le champ l'énergie porteuse du véritable message. Nous avons donc accompli notre intention en délivrant le message.

J'ai déjà évoqué (chapitre XII) l'intentionnalité à propos des raisons de ne pas faire. Nous avons vu que ces raisons ne nous apportent pas les résultats souhaités parce qu'elles reposent non sur l'intention d'accomplir notre but originel, mais sur des excuses pour ne pas l'accomplir ; dans ce cas, l'intentionnalité est donc détournée.

En étudiant au chapitre XIII l'établissement de relations sur des contrats sains, nous avons appris avec quelle facilité nous embrouillons nos buts, et à quelle puissante transformation nous parvenons si nous tirons au clair nos intentions dans les relations.

Le discours d'Heyoan sur la paix du monde, transcrit dans ce même chapitre XIII, prouve l'origine diverse de nos désirs et besoins individuels. Certains n'ont d'autre but que d'apaiser notre peur, tandis que d'autres participent de notre aspiration spirituelle profonde et de nos désirs supérieurs. Or la peur est mauvaise conseillère, obscurcit nos intentions et bloque le processus créateur dans nos vies. À la base de tous nos ennuis, y compris de santé, vous trouverez toujours des intentions contradictoires et des buts contrecarrés. Pour que la création retrouve son cours, il est indispensable de clarifier nos intentions et de les réaligner. Une fois l'harmonie rétablie entre nos désirs personnels et notre aspiration spirituelle, donc nos buts véritables, le principe créateur universel peut

fonctionner sans entraves, et en comblant nos désirs spirituels, nous progressons vers l'accomplissement de notre grande œuvre spirituelle, notre tâche de vie.

Des années d'observation et de maniement du champ aurique m'ont démontré qu'un changement d'intentionnalité bouleverse l'équilibre énergétique du champ et la composition des banderoles bioplasmiques. Reportez-vous aux multiples exemples au chapitre XV d'interactions des divers systèmes de défense modulés selon l'intentionnalité sous-jacente. Malgré l'évidence de ces bouleversements du champ, un aspect spécifique correspondant à l'intentionnalité me posait problème.

Je me demandai alors si un guérisseur pouvait atteindre directement l'intentionnalité par l'imposition des mains, d'où venait cette puissante faculté de transformation du champ, quel rôle elle jouait, au regard de la HSP et de l'aura, dans la santé et la guérison, et surtout où elle résidait. Existait-il sous le champ aurique, lui-même d'une dimension plus profonde que le corps physique, un monde encore plus vaste ?

L'impulsion nécessaire à la réponse à mes questions me vint de mes étudiants, et je découvris le siège de notre intentionnalité et la cause de son énorme pouvoir de transformation du champ. Heyoan m'apprit aussi à puiser directement dans la dimension du hara à l'aide de notre intentionnalité pour le bien de notre santé, de la guérison et plus généralement de nos vies.

C'est en 1987 qu'eut lieu ma première incursion dans le domaine de réalité caché sous le champ aurique, lorsqu'un étudiant me demanda de canaliser des informations sur le hara. Peu versée dans les arts martiaux, je dus avouer avec embarras mon ignorance.

Je devais le peu que je savais à la lecture de l'ouvrage du philosophe et psychothérapeute bien connu Karlfried Dürckheim, *Hara*. L'auteur avait acquis dans ses voyages en Extrême-Orient sa connaissance du *hara*, terme japonais pour désigner le bas-ventre et la concentration de puissance et d'énergie en cet endroit, siège de pouvoir spirituel. Pendant des siècles, les guerriers de ces pays ont développé des arts martiaux qui accordent la plus grande importance au renforcement du hara, source de valeur guerrière. Le bas-ventre recèle un point central, le *tan tien*, traditionnellement considéré comme le centre de gravité du corps, noyau du pouvoir du hara, et dans les arts martiaux, centre de tout mouvement.

Outre les connaissances glanées dans mes lectures, j'avais eu l'occasion par HSP d'observer le tan tien à l'intérieur du corps, qui me paraissait chez les Américains terne et peu chargé, sauf chez les pratiquants d'arts martiaux ; chez eux, le tan tien brillait sous forme d'une sphère de lumière dorée, et certains avaient le corps parcouru d'une ligne d'or lumineuse d'une remarquable solidité.

Je finis par céder aux demandes réitérées de canalisation, ouvrant la voie à une nouvelle aventure, que j'aimerais partager ici avec vous. Elle me paraît d'une importance capitale pour votre plan de guérison personnel, car elle replace la guérison dans son véritable contexte, un acte puissant de créativité évolutionniste. Voici la transcription de ce que me dit Heyoan sur le hara :

« Le hara existe à une dimension plus profonde que le champ aurique. Il existe au niveau de l'intentionnalité. C'est un centre de pouvoir dans le corps qui contient le tan tien. C'est la note qui t'a permis de tirer ton corps physique de ta mère la terre, la note qui maintient la manifestation physique de ton corps ; sans elle, point de corps ; si tu la changes, tout ton corps change, car ton corps est une forme gélatineuse unie par cette unique note, reflet du son qu'émet le centre de la terre. »

J'en fus tout étourdie, et le premier moment de surprise passé, je cherchai comment mettre en pratique des informations si novatrices. Si vraiment une note suffisait à maintenir la manifestation physique de nos corps, un travail direct avec cette note pourrait s'avérer d'une considérable puissance. La notion d'un corps gélatineux s'adapte opportunément à la nécessité de changements très longs, et donc aux visualisations guérisseuses.

Heyoan m'expliqua par la suite que notre niveau harique, siège de notre intentionnalité, est la base d'où se forme notre champ aurique. Pour bien comprendre ceci, revenons-en une fois de plus au rapport qui régit les dimensions du monde physique et les mondes du champ aurique. Le monde physique existe en trois dimensions et obéit à des lois physiques. Notre corps est lié à notre personnalité, mais ses réactions aux événements incessants de notre psyché prennent un temps considérable, voire des décennies.

Une grande différence sépare le monde physique que voient nos yeux de chair et le monde du champ aurique visible au HSP. Déplacer notre conscience de l'un à l'autre exige un bond en avant dans une plus vaste dimension, que je crois être la quatrième. Je pense que le champ aurique existe en quatre dimensions et obéit aux lois physiques du bioplasma et de la lumière. Le temps aurique est très différent du temps physique, et nous avons la possibilité d'être dans le temps présent, ou encore de parcourir ce que l'on appelle volontiers une ligne de temps pour ressentir comme actuelles des expériences de vie antérieure.

Le champ aurique plonge plus profondément en notre personnalité que le corps physique ; il entretient avec elle une correspondance spécifique et immédiate ; toute pensée, sensation ou expérience de vie apparaît instantanément dans le champ aurique tel un mouvement d'énergie-conscience doté de forme et

de couleur.

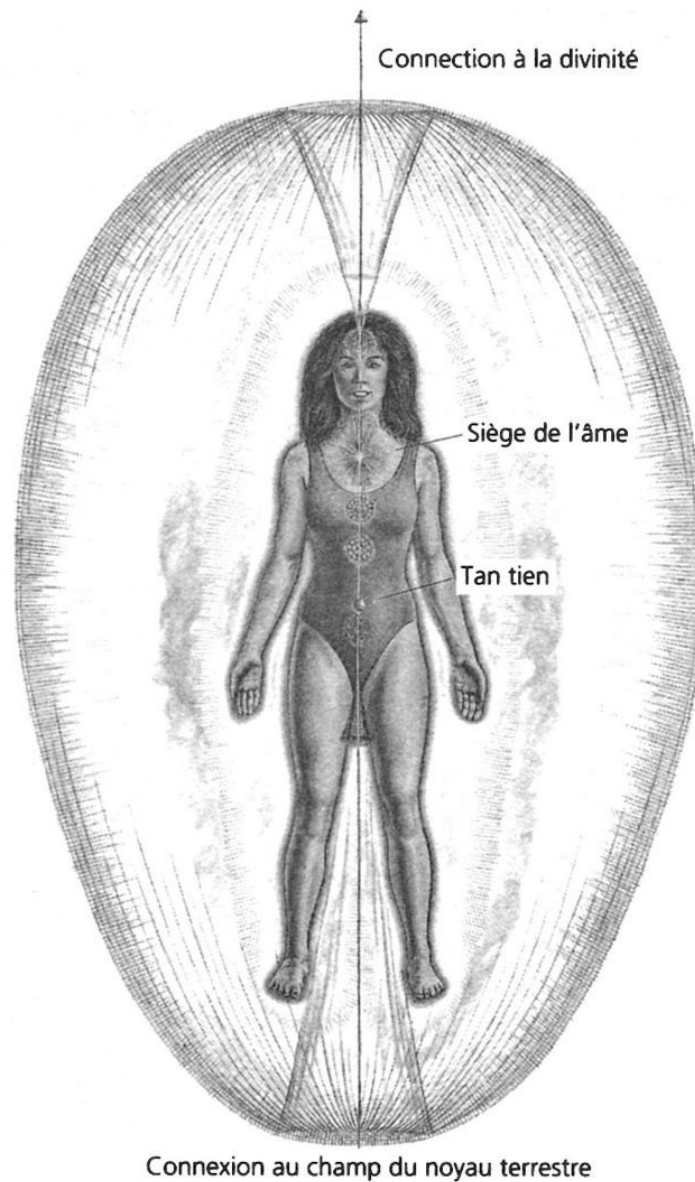


Figure 17-1 :
Le hara d'un être en bonne santé

L'expérience de l'énergie et de la conscience diffère selon la dimension : séparées en apparence dans le monde physique, elles sont indissociables dans le monde aurique. L'expérience humaine de cette énergie-conscience dépend de sa fréquence ou de son niveau vibratoire ; nous savons la déplacer d'une couche du champ à l'autre, enrichissant notre connaissance, comme nous l'avons décrit au chapitre II. Ce faisant, nous restons dans la quatrième dimension. Nous hisser de

la dimension aurique à celle du hara et de l'intentionnalité, enfouie plus profondément à la base de notre nature que le champ aurique, requiert un autre bond en avant vers ce que je ne suis pas encore en mesure d'appeler cinquième dimension. Quant à notre ligne de hara, elle présente avec notre intentionnalité une correspondance spécifique et immédiate comparable à celle qui lie le champ aurique à nos pensées et sensations, et change en conséquence de position et d'alignement à la moindre évolution.

La [figure 17-1](#) montre le niveau harique harmonieusement aligné d'une personne en bonne santé. Il se compose de trois points principaux reliés par une ligne aux allures de laser que j'appelle ligne du hara ; elle prend sa source à un mètre environ au-dessus de la tête, en un endroit que j'ai baptisé point d'individuation, ou ID, semblable à un minuscule entonnoir dont l'embout d'un demi-centimètre de diamètre est dirigé vers le sommet du crâne. Il représente notre première individuation hors du vide, ou d'un Dieu non manifeste, nous liant ainsi directement à la divinité.

La ligne du hara descend ensuite vers un point en haut de la poitrine que j'appelle siège de l'âme ; le prenant parfois à tort pour un chakra, on parle alors de haut cœur. Il évoque une source rayonnante de lumière diffuse, en général d'un diamètre de cinq centimètres capable sous l'empire de la méditation d'une dilatation jusqu'à cinq mètres. C'est là que réside l'aspiration spirituelle qui mène notre vie, que nous découvrirons tout ce que nous voulons être, faire ou devenir, du plus infinitésimal au plus immense.

Puis, dans le bas-ventre, trois centimètres au-dessus du nombril, la ligne du hara aboutit au tan tien, d'un diamètre immuable de trois centimètres et entouré d'une membrane telle une balle de caoutchouc. Comme l'a dit Heyoan, le son de cette note, harmonique de celui du noyau terrestre en fusion, maintient notre corps dans sa manifestation physique. Et les guérisseurs puisent à la fontaine intarissable d'énergie qu'est ce point en prise avec la source de l'énergie terrestre.

Nous avons déjà évoqué au chapitre IX le concept de son prenant forme dans le monde physique. Mais la note dont il s'agit ici est d'une autre essence qu'un son normalement audible, car on la détecte aussi au HSP et je la crois d'une signification encore plus riche, qui à ce jour me demeure encore inconnue. Le son dont elle me paraît le plus proche dans une gamme accessible est le cri du maître de karaté lorsqu'il fend des briques en deux d'un coup léger.

Quittant le tan tien, la ligne du hara s'enfonce profondément au centre du noyau terrestre, nous reliant ainsi au son qu'il émet en même temps qu'à la terre. Une fois de plus, la modestie du mot son correspond mal à ce qui serait plutôt source de vie vibratoire. Grâce au lien établi par la ligne du hara, il nous est

permis de synchroniser les pulsations de notre champ et celles du champ magnétique terrestre, et d'extraire de l'énergie du champ de la terre.

En bon état, la ligne du hara suit la médiane du corps, droite, bien formée, chargée d'énergie et bien enracinée dans le noyau terrestre; les trois points qui la ponctuent sont équilibrés et solidement arrimés ; les gens qui présentent la configuration illustrée à la [figure 17-1](#) sont en bonne santé, concentrés sur leur but, en harmonie avec leurs tâches de vie. Si cet équilibre persiste, il y a vérité holographique ponctuelle et permanente de chaque moment de la vie de cet être, qui en accomplissant une modeste tâche participe en même temps à la tâche supérieure, selon le modèle holographique décrit au chapitre III. On assume d'autant mieux une tâche modeste si l'on connaît son lien à l'éternité et son intégration à une tâche plus vaste.

L'alignement de votre ligne de hara vous rend synchrone avec le tout, et le bon état de votre niveau harique avec le but universel vous comble d'un sentiment d'intégrité, de puissance et de motivation. Vous connaissez tous ces jours merveilleux où tout se passe parfaitement. La maîtrise du hara est extrêmement libératrice; elle implique la disparition de tout adversaire, puisqu'il y a alignement, synchronisation et harmonie.

Toute hostilité signifie au contraire absence d'alignement des lignes du hara et Intention négative correspondante.

Il est vrai qu'il n'est pas facile de déterminer son propre alignement. Si vous avez appris à développer votre HSP, servez-vous-en pour vérifier que tout est bien formé, aligné, chargé et équilibré dans votre niveau harique. Sachez aussi qu'une personne correctement alignée n'éprouve jamais le besoin de se disputer ou de se battre, car la notion d'adversaire lui est étrangère.

A contrario, si vous êtes en humeur de discuter, c'est la preuve d'un mauvais alignement; recentrez-vous et réalignez-vous. Les controverses pour savoir qui a raison et qui a tort proviennent de malentendus internes visibles au mauvais alignement de la ligne du hara. Vous vous souvenez sans doute des concepts de moi supérieur, inférieur et masqué évoqués au premier chapitre; disons que dans le malentendu dont nous parlons ici, la psyché fonctionne partiellement sous l'influence combinée de ces trois aspects; il est rare que nous ne laissions parler que notre moi supérieur, avec un hara parfaitement aligné.

Nos malentendus internes se manifestent, outre les disputes, par un mauvais rapport avec l'action, une tendance à la procrastination, à bâcler, une impossibilité à mener à bien un projet en tandem. Si par exemple un employé convoite inconsciemment le poste de son patron, cette intention négative altérera automatiquement la qualité de son travail.

NIVEAU HARIQUE, SANTÉ ET GUÉRISON

Le principe d'alignement avec votre but s'applique aussi à la santé et la guérison. Les distorsions de la ligne du hara et des points qui la jalonnent traduisent l'immensité de la douleur qui pèse sur l'humanité, qu'elle ressent sans la comprendre. Au niveau harique, le mauvais fonctionnement relève de l'intention et de la tâche de vie ; la plupart des gens ignorent que nous créons notre expérience de la réalité, que leur vie a un but, que nos intentions influencent fortement nos vies ; l'infléchissement subtil mais puissant apporté au champ et au flux d'énergie par un changement d'intention reste pour eux lettre morte.

Toute maladie grave ou de longue durée révèle un mauvais fonctionnement de la ligne du hara qu'un guérisseur averti saura guérir. Cela implique un travail en profondeur sur l'intention du patient, y compris son projet de chaque instant, et sa tâche de vie. Avant de passer à des exemples concrets de séances, examinons d'abord les distorsions dont sont passibles la ligne du hara et les points qui la jalonnent.

Dysfonctionnement du tan tien

Il peut être déplacé, en avant, en arrière ou de côté, ou déformé, ou présenter une membrane déchirée, éclatée ou pire ([figure 17-2](#)). Le dysfonctionnement du tan tien cause un mal de dos chronique, pelvis basculé vers l'arrière chez des patients trop nerveux, ou penché en avant chez ceux qui reculent devant leur tâche.

Toute déchirure ou éclatement du tan tien, détenteur de la note ou son qui maintient le corps dans sa manifestation physique, déforme ce son, avec de graves conséquences pour le corps ou la psyché ; j'ai vu des cas de crises d'hystérie durer des heures, des asthénies durer des années, et même des jambes se détériorer.

Aucun exercice physique n'enraiera ce problème, il faut réparer le tan tien endommagé, le repositionner correctement le long de la ligne du hara, l'ancrer dans la terre et le charger. Un guérisseur averti des techniques de guérison du hara est capable de le faire directement ou à distance. La pratique des arts martiaux, en particulier du tai chi, avec un bon professeur, peut hâter la guérison. Une fois le tan tien réparé, l'exercice devient alors important ; il aide à maintenir l'alignement, mais doit toujours comporter la ferme intention d'imprégner le corps de conscience.

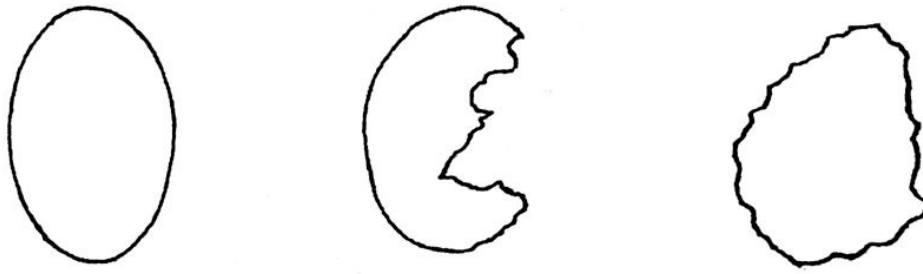


Figure 17-2 : Distorsion du tan tien

Dysfonctionnement du siège de l'âme

Il est le plus souvent déformé et voilé par un sombre nuage d'énergie ([figure 17-3](#)), et les patients perdent tout sentiment de ce qu'ils veulent accomplir dans leur vie présente ou future. Le torse creux, l'air découragé, ils exhalent une profonde tristesse.

Dès qu'un guérisseur s'attaque au nuage, le dissipe et rétablit la luminosité, deux réactions peuvent se manifester : soit le patient se sent revivre et obéit avec ardeur à son aspiration spirituelle retrouvée, soit il prend le deuil de tout le temps perdu, après quoi, nanti d'une nouvelle pulsion de vie, il envisage l'avenir avec enthousiasme.

La perte d'un être cher provoque souvent un linceul de sombre énergie autour du siège de l'âme ; la douleur est anesthésiée, mais le processus de deuil se bloque. Les projets interrompus du couple sont souvent exécutés avec révérence par le survivant, sans succès car un projet est vivant et évolue sans cesse, et bloquer le deuil ne lui rendra pas la vie, mais à la longue l'ossifiera comme un objet de musée.

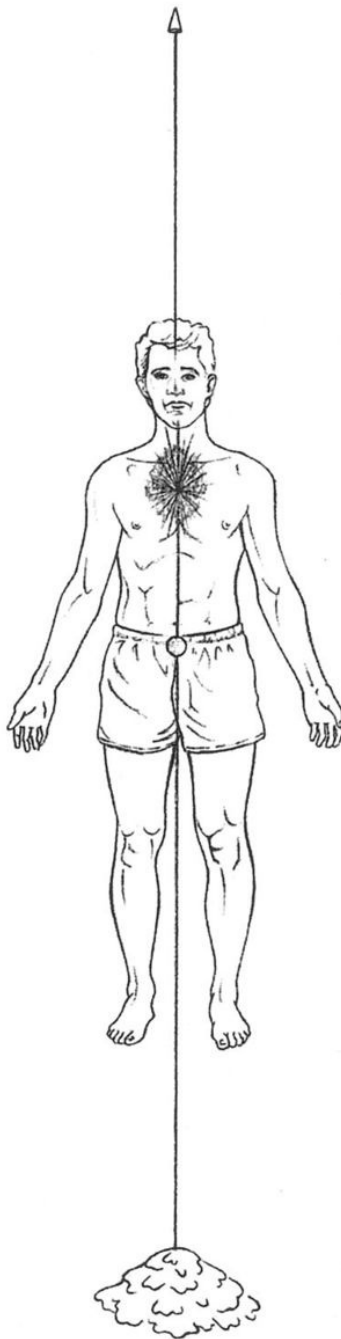


Figure 17-3 :
Siège de l'âme voilé

La guérison surviendra en laissant s'accomplir le deuil de l'être aimé, permettant aux projets de s'épanouir, et peut s'obtenir à tout moment ; une nouvelle vie commencera, avec d'autres acteurs.

Dysfonctionnement du point d'ID

Il arrive que le point d'individuation, entonnoir au-dessus de la tête, soit déformé ou bouché (figure 17-4), interrompant la connexion et rendant cynique le patient, qui ne « connaît plus Dieu ». Il aura tendance à traiter la foi de fantasme et la religion organisée de système de contrôle. Athéiste ou agnostique, il adhérera à la métaphysique M-1, qui ignore le problème de l'existence de Dieu. Dès que le guérisseur dégage et relie ce point, le patient retrouve des souvenirs d'enfance de liens à Dieu, et en tisse de nouveaux, plus personnels, sans passer par des règles imposées.

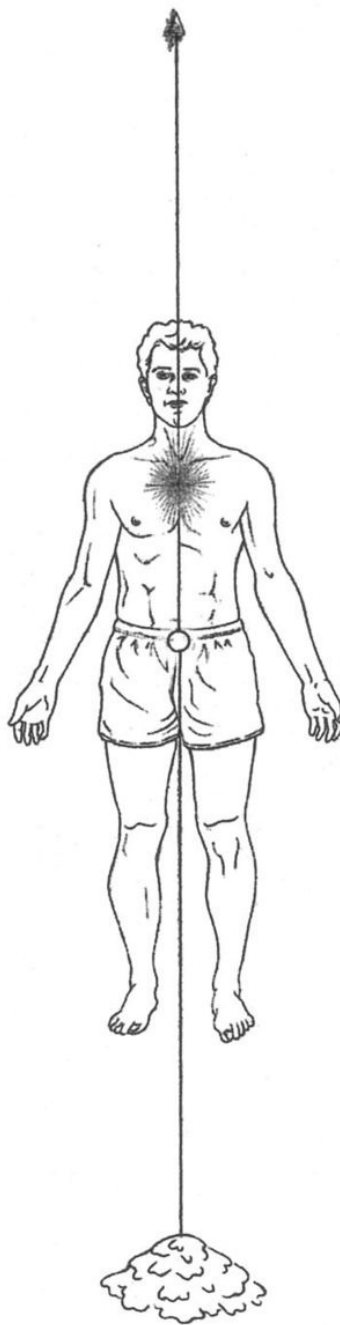


Figure 17-4:
Point d'ID bloqué

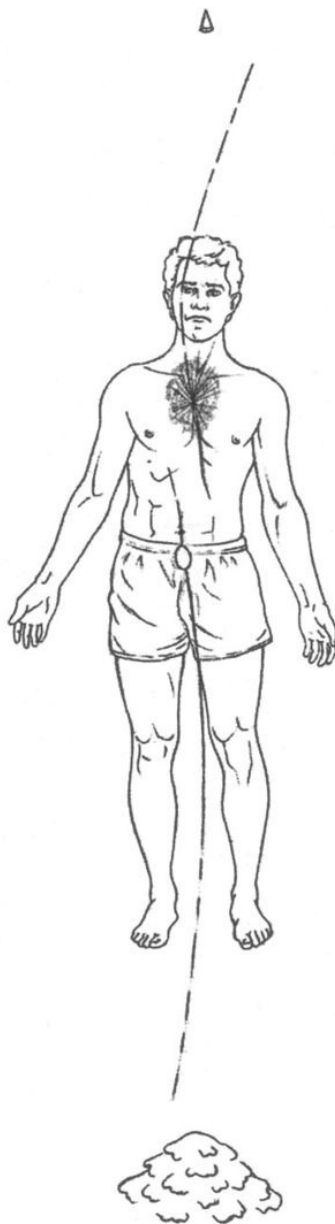


Figure 17-5 :
Distorsion de la ligne du hara

Dysfonctionnement de la ligne du hara et de ses jalons

À en croire ma perception, aucun être humain n'est capable de maintenir

constamment alignée sa ligne de hara. La plupart des gens ne l'alignent jamais, quelques-uns trente pour cent du temps, et cinquante pour cent dans de très rares cas. Une pratique intensive des arts martiaux permet d'aligner la partie inférieure de la ligne, entre la terre et le tan tien; la partie centrale, entre tan tien et siège de l'âme, est plus négligée, et la partie supérieure ignorée. Il faut d'ailleurs des années d'entraînement pour parvenir à aligner l'ensemble.

Ce mauvais alignement endémique cause d'innombrables souffrances. Les perturbations du niveau harique apparaissent sous forme de distorsions sur la ligne et ses trois jalons et de rupture des liens entre ces jalons et la terre. Vous trouverez à la [figure 17-5](#) l'illustration des distorsions les plus communes dont souffre notre culture :

Déplacement du tan tien vers la droite (siège de l'énergie masculine/agressive), causant une excessive agressivité.

Absence de lien entre la ligne et la terre, qui rend le sujet dangereux, d'une agressivité irrationnelle car dépourvue de pouvoir, et incapable de communiquer avec autrui.

Absence de lien entre tan tien et siège de l'âme, si bien que le sujet, dont l'existence physique est séparée de l'aspiration spirituelle, ne sait comment guider sa vie.

Rupture entre la ligne et le point d'individuation, privant le sujet de tout lien personnel avec spiritualité ou religion.

Ce catalogue de distorsions explique que tant de nos frères humains se trouvent dénués de contacts avec la terre, les autres, Dieu, leur but et eux-mêmes. Ils en éprouvent une douleur intense, dans leurs émotions et leur spiritualité; ne sachant pourquoi ils sont sur terre, ils s'y trouvent mal, pensant qu'une vie ratée se termine par la mort. Même ceci est susceptible d'être guéri. L'état et les distorsions des lignes du hara varient selon les cultures, ainsi que les souffrances. Je n'ai hélas pu en étudier les variantes, mais Heyoan m'a dit que là était la cause de bien des disputes entre nations, et qu'en apprenant à guérir le niveau harique, nous apporterons la paix aux peuples de la terre.

GUÉRISON DU HARA

Les guérisseurs commencent par évaluer l'état du niveau harique avant de s'attaquer à la guérison, qui restaure alignement, équilibre et charge et remet les patients dans le droit chemin. Leur vie connaît généralement un rapide

changement et se dépouille de toute matérialité encombrante, qu'il s'agisse de possessions, occupations ou relations.,

Complexe et très poussée, la guérison du hara exige une longue pratique. Le guérisseur doit lui-même maintenir sa ligne de hara et les points jalons alignés et ancrés dans la terre, sous peine de ne pouvoir corriger ceux de ses patients, ou de leur faire plus de mal que de bien. Je n'ai pas le droit d'enseigner les techniques de guérison du hara à des candidats qui ne sont pas prêts. Ils doivent pouvoir maintenir leur ligne une heure d'affilée, et la recouvrer en moins d'une minute en cas d'interruption, ce qui demande des années d'entraînement.

J'aimerais vous donner un bon exemple de guérison du hara, observé pendant mon travail sur un musicien de profession, que j'appellerai Thomas. Il présentait un champ aurique sombre et stagnant, encombré d'une énergie dense, à vibrations lentes. J'en conclus qu'il était déprimé depuis des années. Il débordait en tout cas de rancune et de rage, et apparaissait fortement masochiste. Si j'avais entrepris de débayer son champ, je me serais contentée de refaire ce que lui avaient déjà infligé ses parents, cause première de son problème (voir les paragraphes concernant la défense masochiste au chapitre XV). Au niveau harique, il avait le tan tien enfoncé à l'arrière du corps et séparé du siège de l'âme, ce qui expliquait son attitude de refus déprimé envers sa tâche de vie. Il présentait également une rupture de connexion au début du point d'individuation au-dessus de sa tête.

Sachant que pour le libérer, il importait de le remettre en harmonie avec le but de sa vie, je ne consacrai les séances qu'à un travail sur le hara. Moins d'une demi-douzaine me suffirent pour aligner sa ligne de hara et tous ses jalons. Je vis alors son aura s'éclaircir et sa dépression disparaître, laissant remonter à la surface de sa conscience les problèmes psychologiques qu'il résolut lui-même en thérapie.

Lorsque je l'interrogeai quatre ans plus tard, voici ce qu'il me dit :

« Avant les séances de guérison, la dépression rendait le simple fait de vivre presque intolérable ; je préférais tout cacher et ne rien faire. Le désir de retrouver mon énergie m'a poussé à rechercher la guérison. Chaque séance fut suivie de bouleversements et de changements. Je commençai à aborder en thérapie mes problèmes avec mes parents, générateurs d'une immense colère. Peu après, mon mariage sombra, au milieu d'une avalanche d'ennuis professionnels et financiers ; tout arrivait en même temps. J'étais oppressé d'une telle accumulation de luttes confuses et de chagrins que je finis par en conclure que mon but sur terre était de résoudre ce nœud ; je devais m'en tenir à cette seule idée simple, et tout irait mieux. Je m'en suis finalement sorti ; j'ai perdu dix kilos, je vis depuis trois ans une relation très enrichissante tout en m'entendant

bien avec mon ex-femme et sa famille. Tout est maintenant aplani ; je suis des cours d'informatique pour pouvoir augmenter mes ressources, mais suis toujours musicien et enseigne à quelques élèves.

Le succès le plus considérable et le plus mémorable de ces séances fut d'avoir pu me recentrer sur ma propre énergie, prenant dès lors ma vie en mains. J'aimerais développer mon enseignement et mon expression musicale ; j'éprouve en moi ce désir, même si la musique que je souhaite écrire ne correspond pas à un genre spécifique ; c'est devenu mon but principal. »

RETROUVER L'HARMONIE AVEC VOTRE BUT DE VIE

Vous y parviendrez en alignant votre niveau harique et je vous propose un exercice qui devrait vous aider, en guérissant les distorsions de la ligne et de ses jalons. Je vous suggère de le faire une fois par jour le matin par mesure de guérison, et chaque fois que vous avez quelque chose à accomplir. Vous serez stupéfait des résultats. Peu à peu, vous vous habituerez à maintenir l'alignement du hara et donc à prendre en compte à tout instant la tâche supérieure de votre vie. Aucun exercice n'est mieux adapté à votre effort de guérison.

Un exercice pour harmoniser volonté et but de vie

Imaginez à l'intérieur de votre corps, trois centimètres au-dessous de votre nombril le long de la ligne médiane de votre corps, une sphère d'énergie ; centre de gravité de votre corps physique, ce point, le tan tien, est la note qui maintient la manifestation physique de votre corps. D'ordinaire, il est doré, et au cours de cet exercice, vous allez le rendre rouge.

Mettez-vous debout, les pieds écartés d'environ un mètre, et fléchissez bien les genoux, comme le montre la [figure 17-6](#). Placez les pieds en dehors, pour ne pas tordre les genoux. Tenez le dos droit ; prenez un cheveu au sommet de votre crâne, tirez-le pour bien sentir le centre de votre tête et prétendez y être suspendu comme par un fil à plomb avec la terre. Posez les bouts des doigts des deux mains sur le tan tien, bien groupés, comme [figure 17-7](#). Sentez le tan tien à l'intérieur de votre corps, et chauffez-le à blanc ; si vous établissez la connexion, tout votre corps s'en trouvera bientôt réchauffé, sinon, le lien ne s'est pas fait, recommencez jusqu'à ce que vous y arriviez ; transportez ensuite votre conscience au noyau en fusion de la terre.



Figure 17-6 : Position de hara



Figure 17-7 : Bouts des doigts dans le tan tien

Posez vos mains en triangle, les doigts pointant vers la terre devant le tan tien (figure 17-8). Sentez le lien entre le noyau terrestre et votre tan tien. Vous allez ressentir une brûlante chaleur qui vous mettra en sueur ; peut-être même entendrez-vous un son rappelant le cri d'un artiste des arts martiaux s'apprêtant à frapper. Si votre haut sens de perception est ouvert, vous apercevrez la coloration rouge de votre tan tien, et un rayon laser lumineux le reliant au noyau terrestre en fusion. Je l'appelle la ligne laser du hara, et si vous ne le voyez pas, il vous suffit de l'imaginer.

Posez maintenant les bouts des doigts de la main droite dans le tan tien, et dirigez votre paume gauche vers la droite, les doigts vers le bas. Tenez la main droite exactement en face du tan tien ([figure 17-9](#)), et gardez cette position jusqu'à vous sentir stable. Faites maintenant l'effort conscient de vous transporter vers le haut de votre torse, dix centimètres sous la gorge, toujours le long de la ligne médiane du corps. Il y a là une sphère de lumière diffuse, qui recèle le chant de votre âme, votre unique note, votre contribution à la symphonie universelle, et l'aspiration qui guide votre vie vers l'accomplissement du but fixé par votre âme.



Figure 17-8 : Triangle vers le bas



Figure 17-9 : Bouts des doigts de droite dans le tan tien, main gauche au-dessus, doigts vers le bas

Posez les bouts de vos dix doigts sur le siège de l'âme, comme vous l'avez fait pour le tan tien. Une fois établie la connexion, vous aurez l'impression qu'un ballon gonfle dans votre poitrine, empli de douce sécurité ; savourez-le ; il n'a pas de nom mais vous le sentez, tel le halo bleu pourpre autour de la flamme d'une bougie ; dilatez sa lumière dans votre poitrine.

Placez maintenant le bout des doigts de la main droite dans le siège de l'âme,

et les doigts de la main gauche, pointés vers la terre, sur le tan tien, la paume ouverte vers la droite ([figure 17-10](#)). Sentez la ligne du hara courir du siège de l'âme au tan tien et de là directement au centre de la terre. Quand vous en ressentirez fortement l'impression, passez à l'étape suivante.

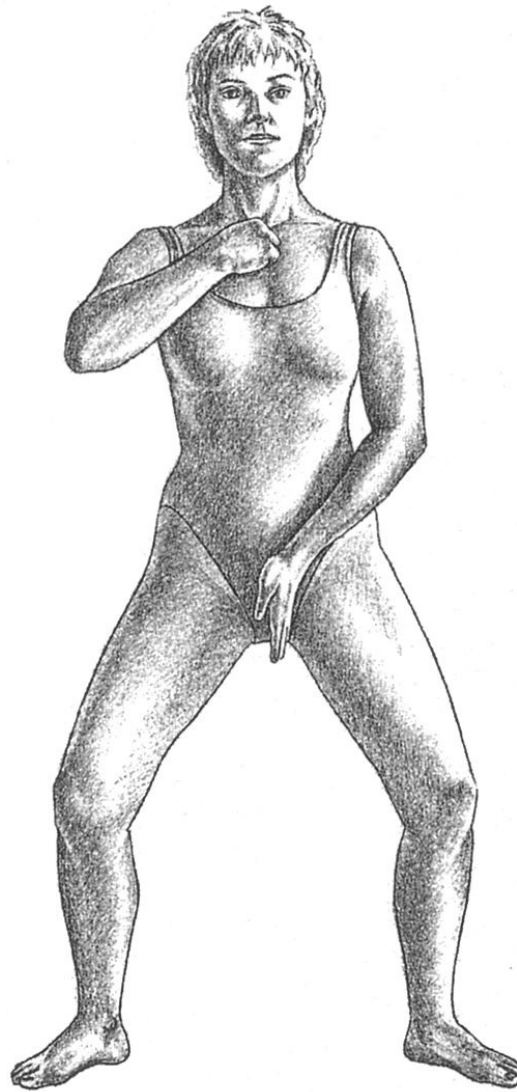


Figure 17-10 : Bouts des doigts de droite dans le siège de l'âme, main gauche au-dessus du tan tien, doigts vers le bas

Sans bouger la main gauche, levez les doigts de la main droite au-dessus de la tête, le médus dirigé vers le point d'ID, un mètre au-dessus de votre tête ([figure 17-11](#)). Sentez la ligne de hara s'étendre du siège de l'âme au travers de

la tête jusqu'à l'ouverture en entonnoir du point ID, petit tourbillon pointant vers le bas, extrêmement difficile à ressentir ; essayez sans vous décourager. Ce tourbillon marque le premier point d'individuation à partir de la divinité, de l'unicité de Dieu. Dès que vous parviendrez à faire passer la ligne du hara par le point d'ID, il s'évanouira dans le néant en traversant l'entonnoir avec un bruit de bouchon perceptible au HSP. Vous sentirez immédiatement la différence, à l'afflux immense de puissance qui vous envahira dès que la connexion est établie ; tout en vous sera calme, vous serez devenu relais de puissance, vous avez aligné votre ligne de hara. Attendez quelques minutes que la ligne se stabilise, puis abaissez la main droite, les doigts vers le haut et la paume vers la gauche, recouvrant le siège de l'âme ; cela vous sera plus confortable ; gardez la main gauche dirigée vers le bas, paume vers la droite, au-dessus du tan tien (figure 17-12).

Sentez bien la ligne et ses trois points. Que votre intention la redresse, la maintienne forte et brillante ; redressez aussi votre corps, comme si vous étiez vraiment suspendu par un cheveu. Rentrez le postérieur, ployez bien les genoux, les pieds écartés d'environ un mètre, tournés en dehors pour protéger les genoux, les deux à l'aplomb. Vérifiez à la vue, l'audition et la sensation, que les points sont fermes et chargés ; prenez bonne note de toute faiblesse où devra être concentré le travail de guérison. Alignez la ligne et renforcez les points de votre mieux. Lorsque vous avez harmonisé votre premier point d'individuation, l'aspiration sacrée de votre âme et cette note unique d'où fut extrait votre corps, vous êtes enfin aligné sur le but de votre vie, même si vous ne le connaissez pas, et toutes vos actions le seront automatiquement.



Figure 17-11 : Main droite à l'alignement du point d'ID, main gauche au-dessus du tan tien, doigts vers le bas



Figure 17-12 : Main droite au-dessus du siège de l'âme, doigts vers le haut, main gauche au-dessus du tan tien, doigts vers le bas

LIGNE DE HARA DE GROUPE

La même technique est valable pour déterminer le but d'un groupe, selon le déroulement suivant. Il s'agit de relier holographiquement le vrai but d'un membre du groupe à celui de l'ensemble. Tous les buts, individuels et de groupe, et tous les haras s'alignent en même temps. Le but suprême de chacun participe

du vaste plan évolutionniste de la terre, mentionné pour la première fois au chapitre XIII. Chacun, et l'ensemble du groupe, se retrouve en synchronisme. Répétons que ce cadre de réalité interdit toute confrontation. Le synchronisme emplit la pièce, ainsi que la puissance de la tâche entreprise, où chacun a son rôle, relié au but général. D'un groupe où chaque volonté individuelle est alignée émerge une volonté de groupe, et tout fonctionne à merveille.

N'importe quel groupe se prête à un alignement de hara : votre équipe guérisseuse, un groupe de recherche, politique ou professionnel ; il convient particulièrement à la table de négociations, étant fondé sur l'unité et non la dualité ; lorsque tous les participants ont des haras alignés et un lien au but universel, il n'est plus question de gagner ou de perdre, et les transactions se passent dans le calme.

Il m'est arrivé de faire une conférence d'une demi-heure à ce sujet pour le club Tout le monde est gagnant de Denver, qui regroupe des chefs d'entreprise peu motivés par la victoire sur un adversaire. En quelques minutes, ils avaient mis en pratique ce que je leur avais appris sur l'alignement du hara, et leur groupe était synchrone ; je n'ai jamais vu de résultats aussi rapides.

Chaque fois que vous travaillez en groupe, je vous conseille d'en faire votre méditation préliminaire. Si des disputes s'élèvent, signe de rupture d'alignement, rétablissez-le en répétant cette méditation. La présence d'un meneur dont le hara est aligné aidera de plus tous les autres à synchroniser leur but. C'est ainsi que je procède, me préparant d'abord, puis les professeurs qui m'assistent, enfin le groupe plus étendu de stagiaires, j'appelle cela mise en place de la ligne de hara de groupe. La première étape, mise en place du hara du meneur, est cruciale.

En ce qui me concerne, je me livre d'abord seule à la méditation que je viens de vous donner. Lorsque je rejoins mon équipe de professeurs, nous méditons en groupe, synchronisant chaque but individuel avec celui de l'équipe ; lorsqu'arrivent les stagiaires, nous avons une fois de plus recours à cette méditation pour déterminer le but de ce groupe élargi.

Le lendemain, tôt le matin avant les cours, l'alignement est répété en présence de tous, et l'énergie déployée dans la pièce avant l'entrée des étudiants. Quand ils ont pris place, je dirige une fois de plus la méditation pour les aider à aligner aux aussi leurs lignes de hara, et nous parvenons ainsi à ajuster les flots d'énergie accumulés pendant les cours. L'intensification de puissance et de résolution devient tangible dans la pièce alors que se met en place la ligne de hara de groupe, offrant un merveilleux spectacle ; la ligne de chacun se relie à la terre, s'aligne et brille ; la puissance ambiante aide les retardataires, et lorsque la pièce entière devient synchrone, on voit se former au centre une grande ligne de hara, symbolisant le but du groupe ([figure 17-13](#)). Nous demeurons ainsi

pendant tout le cours ; à la moindre rupture de synchronisation, nous n'avons qu'à reprendre le processus d'alignement. Je connais peu d'applications plus réussies du modèle holographique que cet exemple éminemment pratique d'une individualité respectée et cependant reliée à des groupes élargis, qui lui apportent amour, aide, puissance et savoir. J'attribue à cela le succès de nos cours et la rapidité avec laquelle nos étudiants apprennent et changent.

Alignement d'un groupe sur son but

Pour étendre cet exercice à un groupe, asseyez-vous ou restez debout en cercle, et alignez vos lignes de hara individuelles en suivant les instructions ci-dessus, et en passant ensemble d'une étape à une autre.

Assurez-vous que chacun dispose du temps nécessaire, et vous sentirez bouger l'énergie du groupe, comme un orchestre en train de s'accorder. Au bout d'un moment, tous vos sens vous indiqueront la stabilisation de l'énergie du groupe. Continuez à méditer, et vous sentirez se former au centre du cercle la ligne de hara du groupe, très proche de la ligne laser qui traverse votre corps, symbole du but d'ensemble ; belle traînée lumineuse dorée, elle est dotée des trois points que nous connaissons, et de connexions, tels des rayons de roues, entre le tan tien de la ligne de groupe et celui de chacun (figure 17-13). Admirez la force et la stabilité de l'énergie qui imprègne la pièce ; votre groupe va maintenant fonctionner sans encombre.

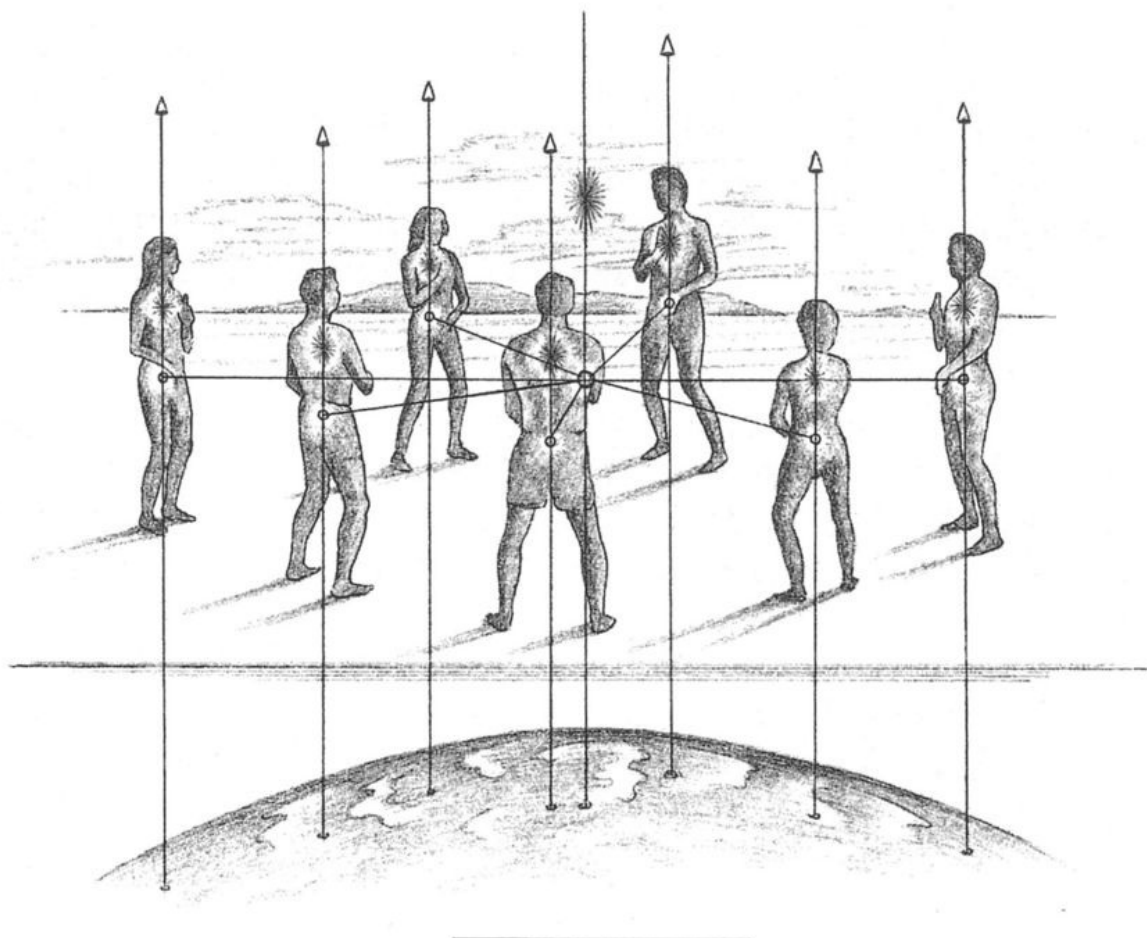


Figure 17-13:
Ligne de hara de groupe

RÉINCARNATION AU COURS DE LA MÊME VIE ET TRANSFORMATION DE LA LIGNE DE HARA

Dans *Le Pouvoir bénéfique des mains*, j'ai évoqué ce phénomène de réincarnation au cours de la même vie, qui se produit lorsqu'un être, ayant mené à bien sa tâche, en entreprend une autre sans pourtant quitter son corps. J'ai décrit le cocon qui se tisse dans le champ aurique autour du conducteur vertical d'énergie près de l'épine dorsale. J'ai observé depuis qu'au niveau harique, à l'intérieur du cocon, la ligne du hara se dissout et renaît, prélude à une nouvelle incarnation et sa tâche de vie sans qu'il soit besoin d'un corps nouveau ; le processus prend environ deux ans. Il s'accompagne le plus souvent de problèmes physiques, liés aux changements des jalons : un tan tien qui vacille et se dissout

amenant le chaos, symptômes impossibles à diagnostiquer, maladie grave, approche de la mort ou mort physique suivie de renaissance. La réincarnation au cours de la vie est une période de profonde déstabilisation, où l'on perd la notion de son identité et de son but, où l'on voit la mort s'approcher. On affronte un bouleversement personnel inconnu, un vide soyeux grouillant d'une vie larvaire ; il faut s'abandonner à l'attente et la contemplation, aux puissances supérieures à l'œuvre en vous.

Par la suite, de nouvelles énergies vont sourdre de votre noyau pour recréer au niveau harique une ligne correspondant à la nouvelle tâche qui vous échoit, aussi étroitement apparentée à l'ancienne que les vies antérieures à l'actuelle. Devant le renouveau de conscience spirituelle, les cas de réincarnation au cours de la même existence se multiplient. Pendant ces deux années de mutation, tout dans votre vie est susceptible de changer, métier, relations, vie intime, résidence, circonstances matérielles. Mais connaître plus d'une réincarnation au cours d'une existence me paraît extrêmement rare.

Voici un exemple représentatif des bouleversements survenus dans la vie d'une femme, Rachel, à la faveur d'une réincarnation. Brillante femme d'affaires dirigeant le département des ressources humaines d'une grande entreprise financière, Rachel vint me demander de la guérir d'un œdème dont elle souffrait depuis dix-huit mois. Au bout de trois séances tous les quinze jours, Heyoan dit qu'elle n'en avait plus besoin. En deux mois, l'œdème disparut. Pendant les séances, Heyoan ne mentionnait jamais sa condition physique, insistant sur la tapisserie de la vie de Rachel, dont il fallait tisser les fils d'or. Elle commença à étudier à la Barbara Brennan School of Healing, et au bout de quelques années, m'assista dans certains programmes. C'est là que je remarquai que son tan tien évoluait et qu'elle subissait les deux ans de réincarnation. Elle décrit ainsi son expérience :

« Je n'avais pas la moindre idée de ce qui se passait. Le jour de mes trente-huit ans, en février, je coupai mes cheveux, que j'avais toujours eu longs, poussée par l'absolue nécessité de changer. Puis je partis pour San Francisco où je devais vous rencontrer pour l'atelier d'introduction. Arrivée à l'hôtel, vous m'avez regardée en me disant que mon tan tien vacillait frénétiquement ! Je ne comprenais pas et vous m'avez expliqué que c'était le signe de réincarnation dans le même corps, la désintégration de la ligne de hara. Je ne me suis pas sentie rassurée. Vous avez alors cherché un cocon autour de mon conducteur vertical d'énergie, l'avez trouvé et dessiné. Six mois plus tard, alors que le cocon commençait à se dissoudre, le changement s'interrompit sur une section du conducteur ; vous m'avez dit que j'en étais responsable. Plus tard, lorsque j'ai eu

des ennuis de dos, vous m'avez expliqué que je guérissais mal parce que mon tan tien vacillait encore, le processus de réincarnation perdurant. Ayant toujours été en parfaite santé, je supportais mal ces avatars.

Au début du processus, j'ai eu pour la première fois la vision de plusieurs vies antérieures. J'ai fait aussi au moins huit ou neuf fois l'expérience de ce que j'appellerais un dérapage du temps, où deux moments se superposent. Je me souviens en particulier d'un épisode pendant un cours, où je savais que nous étions en 1989 et que je regardais un balcon vide, et en même temps, je me trouvais au milieu d'une scène très agitée de procès, et le balcon était rempli d'une foule hurlante.

Au bout de deux ans, vous êtes venue me trouver ; vous saviez par la canalisation des guides que le processus était terminé. Les résultats ne se sont pas fait attendre : j'ai quitté mon travail pour me consacrer à la vie spirituelle, et me suis mise à travailler pour l'école. Je cessai de craindre pour ma sécurité matérielle. À la faveur de cette expérience de réincarnation, le changement, de terrifiant, devint passionnant.

J'ai déjà mentionné que j'étais en parfaite santé avant la réincarnation ; au bout d'un an, je me mis à souffrir du dos ; aujourd'hui je vais mieux. Le changement le plus considérable concerne ma relation avec moi-même, qui s'est approfondie. La révélation de vies antérieures m'a fait comprendre que je me connaissais peu. J'ai maintenant pris conscience de mon rôle dans tout ce qui me concerne, de ma responsabilité au moins pour moitié dans tout ce qui m'arrive. Je sais quand j'ai recours à un système de défense. Je suis sensibilisée à toutes mes réactions, et commence à me sentir créatrice, ou cocréatrice, de toutes mes expériences, y compris de mes relations.

J'arrive à bien cerner le rôle et la responsabilité de chacun, le caractère communautaire de tout événement, et tout en est changé. Mes rapports avec ma famille, par exemple, dépassant la simple interaction, prennent une transparence presque visionnaire, et je prévois toute la chaîne de réactions.

Je peux donc dire que depuis ma réincarnation dans le même corps, je vois mon rôle dans le déroulement de la pièce superposée à ma vie. J'ai désormais le pouvoir de changer et remplacer une interaction. Quant aux maux de dos dont je souffre encore, je les crois liés à ce que je viens d'expliquer de ma responsabilité dans les interactions ; je dois apprendre à me concentrer à l'intérieur au lieu de me disperser à l'extérieur, et mon dos guérira. Je sais que je bride encore trop mes réactions émotionnelles spontanées, que je doute trop, alors que je ne souffre pas lorsque je suis heureuse. »

INTRODUCTION À LA REDDITION, MORT ET TRANSFIGURATION

Afin de se réincarner pendant la vie, il faut accepter de laisser mourir le passé, de laisser espace et temps à la renaissance. Je vous propose une merveilleuse méditation donnée par Heyoan pour aider à la dissolution de ce qui doit mourir en vous.

Accompagnez-la d'une musique de fond et pratiquez-la seul ou en groupe ; elle vous aidera à transformer votre vie.

Reddition, mort et transfiguration

Transcrit d'après Heyoan

« Sentez la puissance de votre divine grâce, de la lumière qui vous a amené ici. De cette grâce viendra la guérison. Vous abordez une période sans doute difficile de votre vie, qui n'en sera pas moins emplie d'enrichissement, d'amour et de fraternité. Le moment est venu :

de rendre grâce,
de dépasser,
de pardonner ce qui reste à l'être,
de comprendre ce qui peut l'être,
de s'abandonner à ce qui est incompréhensible,
de suivre et de mener, d'être et de faire.

C'est votre moment, créé par vous pour vous. À quoi souhaitez-vous l'utiliser, mes biens chers, ce temps voué à l'aspiration sacrée de votre âme ?

Ce temps de vie,
de naissance,
de renouveau.

L'œuvre de naissance succède à la période de ténèbres ; dans les ténèbres les entrailles s'emplissent ; la magie s'accomplit ; la vie germe de la terre. Vous renaissiez à la plénitude, sous une nouvelle forme, dans une nouvelle vie. Par vous une nouvelle génération surgit et bénit la face de cette terre. La paix viendra et régnera. Sentez au centre de votre corps l'étoile de lumière qui représente votre essence individuelle. Tous nous sommes nés à la lumière. Vous en participez, vous êtes la lumière, la lumière régnera sur cette terre pendant mille ans, et l'humanité ne fera qu'une. Que la magie vous enveloppe en même temps que l'incompréhensible. Demeurez dans ces entrailles de régénération. Laissez ce qui doit mourir se dissoudre dans la magie, fourrage pour les champs.

Déterminez ce que vous offrez à la terre et qui va se dissoudre.

Déterminez ce qu'il vous faut abandonner pour que survienne la régénération. Déposez-le maintenant dans la terre avec douceur et de tendres adieux. Gardez le souvenir béni de ce qui vous fut utile, et ne l'est plus. Enfoncez-le dans les entrailles de votre mère la terre, comme une graine. Laissez-le glisser de votre corps, hors de votre conscience, hors de vos formes de pensée, et se fondre dans l'oubli de la terre.

Tournez-vous alors vers l'étoile de lumière au creux de votre corps, juste au-dessus du nombril, la merveilleuse étoile de votre essence unique. Contentez-vous d'être là maintenant, tandis que ce qui vous a quitté se transforme. Tout ce dont la forme meurt renaît immédiatement dans la vie amorphe mais foisonnante du néant. Pour obéir au cycle naturel, le printemps touchera ce qui se dissout, et ce qui est oublié renaîtra, tel le phœnix, sous forme de souvenance différente.

Tandis que la vie du néant amorphe se rend à sa mort, la forme renaît. »

Notre noyau divin

À force de travailler sur de multiples sujets la ligne de hara et l'intentionnalité, et d'observer leurs vies transformées et épanouies, je finis par me demander quel était en réalité l'être comblé, obéissant à un but et une intention. Car il me semblait que notre personnalité n'est qu'une signature nous dévoilant en partie, tout comme notre corps physique. Dans ces conditions, qui sommes-nous ? Où sommes-nous ? D'où vient toute cette vie ? Qui suis-je ? Ma raison me faisait penser qu'il doit exister sous le niveau harique une dimension fondatrice plus profonde, celle de la connaissance. Heyoan ne tarda pas à m'apporter la réponse :

« Sous la dimension harique s'étend celle du noyau enfoui, siège pour l'éternité de ce qui est, a été et sera, origine de la force créatrice, source intérieure du divin. Le HSP permet de le voir, noyau rayonnant comme une étoile, signe lumineux de l'essence éternelle de chacun. Il existe hors du temps, de l'espace, de l'incarnation physique et même du concept d'âme. On dirait la source même de vie, le Dieu individuel et unique qui nous habite tous, l'origine de toute incarnation, à jamais empreint de totale sérénité. Diffusée, la lumière du noyau apporte la santé ; bloquée, elle cause la maladie. »

Je devais donc me lancer dans une nouvelle aventure, découvrir le noyau et en apprendre le maniement. Ce travail m'a apporté de considérables bienfaits, et je ne saurais plus envisager de guérison sans faire appel aux trois niveaux en même temps. Je vous invite maintenant à me suivre, à pénétrer avec espoir et joie dans votre monde le plus sacré, celui de votre essence.

**LE NOYAU RAYONNANT,
SOURCE ÉTERNELLE DE VOTRE ESSENCE**

Le HSP m'a permis de localiser le noyau rayonnant dans le corps ; il en occupe littéralement le centre, près de trois centimètres au-dessus du nombril, le long de la ligne médiane du corps. On dirait une vive lumière multicolore ([figure 18-1](#)), extensible à l'infini. Vous vous y retrouvez librement, puisque c'est vous, avant et après la vie actuelle, au-delà du temps et de l'espace, votre essence individuelle, divine et unique.

Nous avons parfois du mal à accepter le paradoxe que cette essence si personnelle est en même temps le Dieu universel, tellement plus vaste que nous. La seule façon de le résoudre consiste à plonger dans l'expérience du noyau rayonnant, à lui apporter notre conscience, et à découvrir que cette essence et notre être ne font qu'un.

Une fois que vous aurez réussi à faire l'expérience de cette essence fondamentale, vous saurez la trouver partout, dans votre corps, dans votre champ aurique, au niveau harique, imprégnant votre vie, déployée jusqu'aux confins de l'univers. Partout où vous la chercherez, vous la trouverez.

Vous en reconnaîtrez les traces là où votre intention, vos champs énergétiques, votre corps et votre vie ne sont que santé et bonheur, et vous saurez qu'elle est absente là où vous ressentez ennuis et problèmes ; voilà qui nous ramène au début de cet ouvrage, à la description de la maladie comme le signe d'une séparation de notre essence, de notre divinité intérieure, de l'oubli de ce que nous sommes. Le HSP nous permet de « voir » cette rupture de lien.

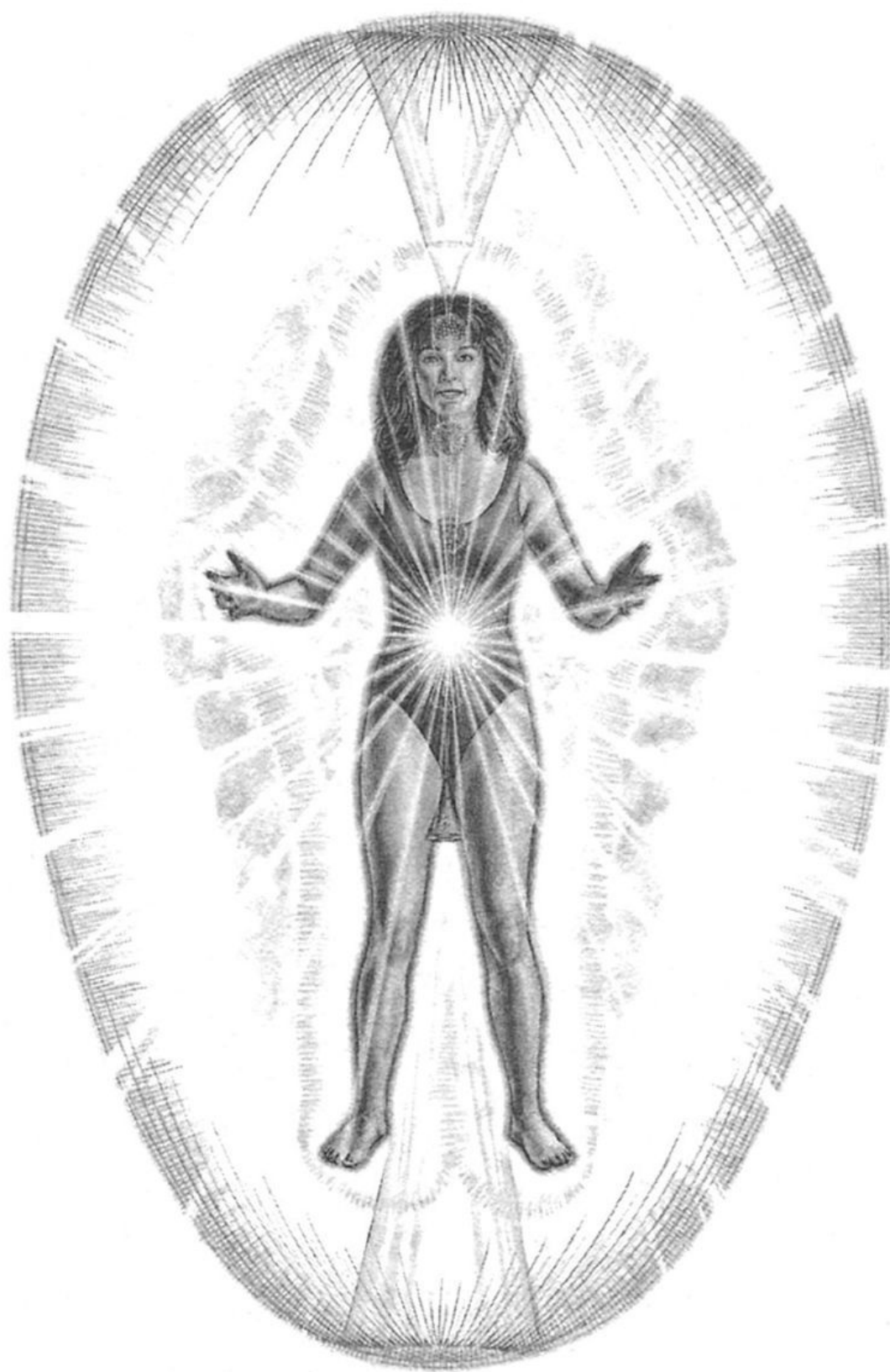


Figure 18-1 : le noyau rayonnant

Séparation du noyau

À ce niveau éthéré, un dysfonctionnement est presque toujours causé par une séparation d'avec le noyau, dont l'essence ne passe plus dans le corps physique ; le blocage peut provenir des niveaux aurique ou harique, ou de l'ensevelissement du noyau dans de sombres nuages d'énergie ou même une substance dense empêchant le rayonnement de ses pulsations et de sa lumière. Une grave séparation du noyau prive de toute créativité. Les victimes n'ont plus le sens de leur divinité intérieure ; ils ont oublié qui ils sont, la lumière qu'ils offrent à l'univers, et ne connaissent plus la puissance supérieure qui les habite.

Guérir par l'essence du noyau

L'on ne saurait concevoir de guérison sans faire intervenir le niveau fondamental du noyau rayonnant, en imprégnant ce que l'on soigne, corps, champ ou niveau harique, avant la fin de chaque séance, de l'essence à l'éclat retrouvé.

Dans une séance bien comprise, le guérisseur se sert d'abord du HSP pour évaluer l'état des divers niveaux. Ensuite il les traite ; enfin, après avoir découvert le noyau, il en fait jaillir l'essence dans les niveaux successifs, harique, aurique puis corps. Sa tâche est de conférer au noyau une telle expansion que l'essence individuelle du patient emplisse son intention au niveau harique, sa personnalité dans le champ, et la moindre cellule de son corps, et pour terminer, il fait rayonner la lumière du noyau aussi loin que possible du corps du patient, ce qui peut aller d'un mètre au bout de l'univers. J'illustrerai mon propos en vous parlant d'une guérison qui eut lieu en décembre 1989, alors que je donnais des cours à des étudiants de deuxième année d'université. Sarah, une jeune Californienne, arriva sur des béquilles, la jambe gauche dans une attelle. Elle expliqua qu'un accident de ski lui avait gravement déchiré un ligament du genou gauche. Un rapide examen au HSP me le confirma, et m'apprit aussi que son hara n'était plus aligné, et que la cause profonde en était son attitude envers son apprentissage de guérisseuse. Je lui demandai la permission de travailler sur son genou en présence de toute la classe.

Pour commencer la séance, j'interrogeai tous les étudiants qui avaient travaillé avec elle et comparai leurs conclusions. Puis je me mis à parfaire le rétablissement du champ, guérir le hara et faire sourdre l'essence du noyau dans

les cellules de son corps. Je lui évitai une opération, et sa jambe guérit fort bien. Je l'interrogeai deux ans plus tard sur les résultats de ces séances, et voici des extraits de ce qu'elle me dit alors :

« Tout s'est passé dans le Yosémite, en haut d'une montagne ; je chaussais des skis pour la première fois, et prenais un cours. Nous avons skié toute la journée, gravissant la montagne au fur et à mesure. Lorsque je suis tombée, j'ai senti éclater mon genou, pendant que les autres filaient. Je savais que je n'aurais pas dû bouger, mais je ne voulais pas obliger les autres à remonter, et descendis péniblement.

Je passai une nuit épouvantable, et le lendemain matin allai à l'hôpital en vomissant de douleur. On me dit que c'était grave, et que je devais voir un spécialiste, mais mon genou avait tellement enflé qu'il ne put le radiographier. Il pensait qu'il faudrait m'opérer dans une dizaine de jours. Je lui répondis que je voulais retourner sur la côte et suivre mes cours, et il me traita de folle. Le voyage se passa bien, grâce à l'intervention de l'une de mes condisciples, Tony. Elle pratiqua une séance de guérison après ma visite chez le spécialiste. C'est là que je vis, grâce au HSP, dont nous connaissions le maniement, qu'elle avait raccordé deux bouts de fils dans mon champ aurique. J'avais déchiré un ligament en forme de croix dans le genou. Elle raccorda deux fragments qui pendaient, semblables à des serpents blanchâtres, et les remit à leur place, ce qui me fit très mal.

Lorsque je revins aux cours, trois de mes condisciples travaillèrent ce genou ; le premier lui remit une énergie qui manquait terriblement, et je compris enfin la signification de l'énergie physique ; puis Martin fit quelques essais. Chaque fois, mon genou s'améliorait, mais j'avais toujours très mal, et ne pouvais appuyer le pied.

C'est alors que vous m'avez fait venir sur l'estrade pour faire une démonstration. Chacun vous expliquait ce qu'il avait vu et fait, et je vous exposais mes sensations. Vous avez alors commencé le travail sur le hara, dont nous ignorions tout. Vous étiez debout à mes pieds, parlant aux élèves, et je me souviens d'incroyables sensations remontant le long de mes jambes. Elles parcouraient maintenant tout mon corps, et l'impression était extrêmement forte ; vous avez mentionné à ce moment-là que vous travailliez le hara. Quant à moi, allongée sur cette table, en proie à cette sensation d'une telle puissance, j'ai dû m'évanouir. Vous avez refermé le noyau rayonnant, et personne ne comprenait ce qui se passait. Je n'émergeai qu'au bout d'une heure ou deux. Je me souviens d'avoir pu marcher en boitillant, et vous m'avez dit de reprendre mes béquilles et de laisser mon genou se solidifier. Une sensation de bien-être m'avait envahie,

et pas seulement liée à l'amélioration de mon genou. J'avais l'impression d'une nouvelle solidité. D'ailleurs, à partir de ce moment, tout changea pour moi. Je perdis tout scepticisme envers un travail dont j'avais éprouvé dans mon corps les effets extraordinaires, et je commençai à y croire vraiment.

Lorsque je retournai voir le spécialiste, il fut stupéfait de cette guérison, et surveilla mon genou pendant quinze jours. Je nageais pour le fortifier et travaillais beaucoup la première couche de l'aura, m'appliquant surtout à charger la couche du genou.

Quant à la signification profonde, elle concernait mon côté gauche, le plus endommagé, donc mon côté féminin ; je devais apprendre à me laisser aller et à recevoir. J'ai eu toutes sortes de rêves, à la recherche de ce refuge en moi, point d'équilibre que j'appelle la vraie vie, et sur la nécessité de devenir indépendante, de croire en moi et en ce que je peux offrir. Peu de temps après, mes dons de guérisseuse ont commencé à se développer ; en les mettant en pratique, je retrouve mon refuge. Il ne me reste plus qu'à pouvoir l'atteindre directement, et c'est là mon projet. »

OUVRIR DES VOIES D'ACCÈS À VOTRE NOYAU

Prenez le temps de transporter votre conscience là où vous savez que réside votre noyau rayonnant, au centre de votre corps. Vous allez bientôt vous sentir détendu, envahi de lumière et de force, avec un sens aigu de vous-même. La découverte de ce niveau par HSP est une merveilleuse expérience ; vous aurez peut-être la vision de votre propre noyau rayonnant, dans tout son éclat ; une pièce pleine de gens se métamorphosera en autant d'étoiles, toutes différentes, brillantes, se renvoyant leur mélodie à travers l'espace lumineux du Tout-Puissant (figure 18-2).

Consacrez ne serait-ce que quelques minutes par jour à cet élément central de votre être, et votre vie changera. En toute connaissance de cause, vous serez enfin capable de ce que nous ne pouviez réaliser auparavant. Vous connaîtrez peut-être de prodigieux sommets spirituels, affronterez certains problèmes pour la première fois, en ferez l'expérience, les guérirez. Vous aborderez enfin la création dans votre vie.

Tracer une voie jusqu'à notre noyau libérera amour, vérité et courage, indispensables à la guérison. Par cette voie, l'énergie guérisseuse s'infiltre automatiquement dans les quatre dimensions de notre énergie créatrice et nous offre notre guérison, ou celle d'autrui. Le pouvoir de communication de cette énergie libérée est aisément perceptible ; sa présence apporte calme, détente,

sécurité et plénitude.

Votre moi supérieur a déjà établi un lien automatique entre votre personnalité et votre noyau; mais il fait peur, car il vous expose trop.

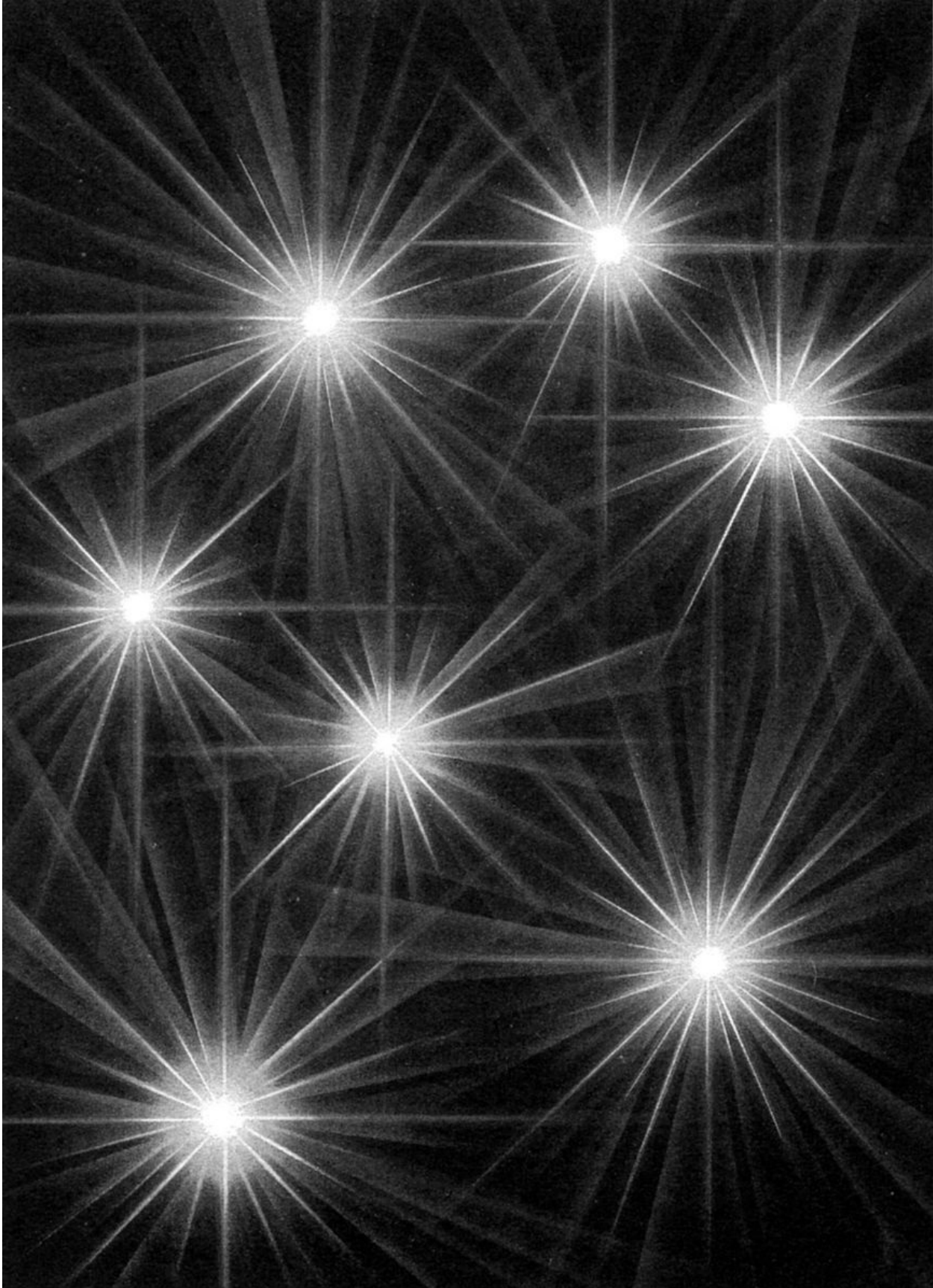


Figure 18-2 :
Niveau du noyau rayonnant d'un groupe de personnes

Apprenez donc à le connaître, à isoler en vous ce qui est pur et aimant, à lui laisser libre expression. Le noyau rayonnant est notre source divine. En lui ouvrant la voie, nous nous mettons en rapport avec la source d'amour et d'énergie qui nous entoure, et que j'appelle divinité universelle. Accepter le Dieu individuel que nous abritons intérieurement nous donne accès à la connaissance du Dieu universel. Cette divinité autour de nous est indissociable de celle qui nous habite. Toute action, toute intention positive, émane du noyau ; sous l'impulsion du plaisir, il crée seulement joie et plénitude. Suivons ce fil créateur qui transporte notre essence jusqu'au monde manifesté ; ce torrent jailli du noyau charrie un immense plaisir ; affleurant le hara en route vers le monde physique, il en emplit les trois jalons. S'ils sont alignés, nous nous trouvons synchronisés avec le meilleur en nous et l'intention divine ; ces deux volontés ne forment plus qu'une. Lorsqu'enfin notre essence imprègne cette divine intention, nous exprimons un but divin individuel. Parvenue au niveau aurique, notre essence sourd au centre des chakras et inonde le champ ; dès lors, notre personnalité exprime notre essence divine.

Achevant sa course dans le monde physique, l'essence s'infiltre au cœur de chaque cellule, dans l'ADN, et se répand par tout le corps jusqu'à nous rendre radieux. Notre corps physique exprime alors notre essence divine. Je vous livre de la part d'Heyoan une méditation pour que votre essence pénètre tous les degrés de votre être.

Méditation du noyau rayonnant.
Transcrite d'après Heyoan

« Première étape : alignement du hara »

Concentrez votre conscience sur le tan tien, sous le nombril au milieu du corps. Sentez la puissance et la chaleur qui s'en dégagent, celle-là même, et la note harmonique, du noyau terrestre en fusion. Restez là jusqu'à ce que la chaleur devienne intense. Déplacez-la sous le creux de votre gorge, siège de l'âme au niveau harique, où dans un halo lumineux réside l'aspiration, le chant de l'âme, qu'il ne faut pas confondre avec le chakra du cœur. En établissant le lien avec cette sphère limpide, vous aurez parfois l'impression d'un ballon gonflé dans votre poitrine.

Sentez maintenant le rayon laser entre siège de l'âme, tan tien et le centre de la terre et la force silencieuse qui imprègne la pièce tandis que se rejoignent les buts individuels et du groupe.

Concentrez ensuite votre conscience au-dessus de votre tête en redressant le dos comme si votre corps était suspendu à ce point au diamètre minuscule. Avec une perception auditive bien ouverte, vous percevrez un son très aigu. Quand vous parviendrez à faire passer le laser par ce trou, vous entendrez une petite explosion. L'accès en est difficile, mais sa découverte vous transportera dans une réalité totalement différente, supérieure. L'explosion marque le passage à la divinité, à une forme d'être non différenciée, mais ne se produira qu'au prix d'un parfait alignement de votre corps physique. Efforcez-vous de sentir ce rayon laser si ténu vous traverser de la divinité jusqu'au noyau terrestre en fusion, en passant par le chant de l'âme de votre poitrine et la force créatrice de votre tan tien. Cette indicible puissance, alignement de votre tâche, est la passerelle entre ciel et terre. Ressentez en même temps le synchronisme de projet, symbolisé par la ligne de hara de groupe, qui domine la pièce et, au centre, le lien entre votre tan tien et celui du groupe.

C'est à ce niveau que va se multiplier la synchronisation, de votre tâche, de celle de votre groupe, s'élargissant ensuite au pays, au continent, à la terre entière. Ainsi s'établit le lien en chaîne à un système, à son pouvoir et sa vérité, ainsi fonctionne l'alignement holographique universel. Ne craignez pas votre tâche : en vous alignant à tous les niveaux – noyau, aura, hara, corps physique – vous serez dans l'harmonie synchronique avec vous -même et le monde qui vous entoure.

Deuxième étape : du noyau rayonnant apparaît la lumière

Déplacez maintenant votre conscience jusqu'au noyau rayonnant, au-dessus du nombril, où gît votre essence, au-delà du temps, de l'espace, de toute aspiration. Là, il n'y a ni douleur ni besoin, et vous êtes créateur ; au cours de ce processus, vous transportez l'énergie créatrice du noyau au hara, siège de votre divine tâche, puis dans l'aura, où vous créez votre personnalité, modèle du physique, pour enfin donner forme à la vie dans le corps physique. La force créatrice passe ainsi de l'unicité (du noyau) à la triade (des trois jalons du niveau harique, où brille votre but) puis aux sept couches de l'aura et enfin à la multiplicité du monde tridimensionnel.

Libérez donc largement votre essence, et laissez-la s'écouler. Qu'elle inonde le champ, dont chaque couche éclaire un pan d'humanité, et se cristallise dans chaque cellule de votre corps, apportant joie, santé et plaisir à un corps, une

personnalité et une vie devenus émanations de votre essence divine. En vous démultipliant de un à sept, vous sentirez la présence de Dieu en l'être humain. Chacune de vos cellules recèle une ébauche de noyau rayonnant, un point lumineux irradiant de votre essence. Pour guérir, il vous suffit désormais de relier votre être à sa vérité.

Partout où vous rencontrez en vous maladie ou douleur, peur ou colère, méfiance, cupidité, oubli, pensez à votre noyau rayonnant, faites-en sourdre la lumière ; pensez à vos cellules toutes illuminées ; pensez à votre corps ; unifiez-le à sa lumière, où brillent votre noyau, votre essence, votre divinité intérieure.

Votre tâche n'est pas née de la douleur, mais du désir de créer, du flot d'amour jailli du cœur de votre être, brutalement séparé du noyau qu'il a oublié. Retrouvez donc le souvenir de votre être, de votre impulsion créatrice, c'est la tâche de votre vie, et faites aboutir cette création, pour qu'elle en suscite une autre. Que votre essence brille partout en vous ; que son impulsion créatrice vous guide tout au long de votre vie. »

NOYAU RAYONNANT ET PULSATION CRÉATRICE DE VIE

Dans un récent discours sur la créativité, Heyoan en a décrit les phases dans les quatre dimensions de notre être. Comme lors d'une méditation, l'étincelle créatrice jaillie du noyau filtre à tous les niveaux avant d'aboutir au monde matériel, où elle devient notre création : le tableau que nous peignons, le livre que nous écrivons, la maison que nous construisons, une invention scientifique, une organisation, qui nous donne un grand sentiment d'accomplissement. C'est alors qu'Heyoan nous exhorte à la prudence, car notre processus créateur ne s'arrête pas là ; n'oublions pas que l'objet de la vie dans la dualité physique est de nous tendre le miroir de notre individualité divine ; mais notre réalisation n'est qu'à mi-chemin de ce processus.

Il comprend en effet quatre phases. Au début est le vide au fond du noyau, point de stase. Puis vient l'expansion de notre essence dans les divers niveaux de l'intention (harique), de la personnalité (aurique) et du monde physique. À l'apogée de l'expression physique individualiste, en face de notre brillant miroir, avant que ne s'ébauche la phase suivante, nous marquons une pause. Bientôt, le battement créateur de vie se retire, descendant du monde physique aux niveaux aurique puis harique et retrouvant enfin le noyau. C'est là que nous atteindrons le stade final, après une autre pause.

Mais nous avons entraîné avec nous les enseignements de chaque phase, et *notre création définitive n'est autre que l'essence distillée de notre noyau*. Ce

processus de création est incessant ; nous produisons toujours plus d'essence individuelle. Je dirais que nous butinons à tout moment cette vague créatrice, l'appliquant à divers domaines de notre vie.

Une vague pulsative de création universelle nous entoure et nous pénètre ; nous en sommes indissociables ; elle n'a ni initiateur, ni début ni fin, vague de vie en constant déroulement et enveloppement, où se crée et se dissout le temps, selon ce que le célèbre physicien David Bohm appelle l'« ordre implicite ». Commencée dans une stase d'enveloppement, la vague de création se déroule jusqu'au monde physique manifeste et atteint les confins de l'univers. L'expansion ralentit, s'arrête, passe en stase, après avoir tissé les fils d'or d'une nouvelle création, en une communion d'où naît l'amour, qui demeure. Puis commence le long voyage de contraction, le retour au noyau et à l'être individuel avec un cortège d'enseignements et de créations. Or nous avons tendance à ne pas laisser le temps nécessaire aux deux phases de la stase dans notre onde créatrice : le moment, qui précède l'expansion, où nous demeurons enveloppés en notre être le plus profond, et celui, après l'expansion, où nous connaissons l'union.

Pendant la première phase, nous avons besoin de solitude et de tranquillité, d'intégrer à notre création passée ce que nous sommes, de nous centrer sur nous-mêmes sans rien faire, tandis que monte notre pouvoir. La seconde phase sera consacrée à la découverte d'autrui, dans le calme et le silence, en méditant à deux ou en groupe.

Combien plus excitante nous paraît la phase expansive de l'onde créatrice ! Envahis d'énergie, euphoriques, nous profitons au maximum de l'action, et apprécions au plus haut point cette image flatteuse que nous renvoie le miroir de la création, sans pouvoir nous en détacher. Nous n'avons aucune envie de rentrer en notre coquille ; la contraction nous déplaît, et la fin d'un vaste projet nous plonge souvent dans la dépression, parce que nous ignorons, ou avons oublié que la phase de rétraction et de silence de l'influx créateur est d'une importance capitale, et mérite du temps et des soins. Notre réticence provient de la résurgence des sentiments négatifs à ce stade, pour des raisons que je vais vous expliquer.

La phase d'expansion draine une masse considérable d'énergie dans notre corps et notre système, éclairant et animant de sombres blocs d'énergie stagnante qui se mettent peu à peu en mouvement. Nous en prenons conscience et les voyons clairement pour les défauts qu'ils sont ; dès lors s'insinue en nous la tentation de nous juger, de nous rejeter, les sentiments négatifs s'appesantissent, et nous voulons leur échapper.

Nous chercherons donc à échapper au reflux de la vague au travers de la

deuxième couche du champ, siège de nos sentiments. Nous résistons à la contraction, bloquons le mouvement enveloppant, et du même coup le processus créateur, en coupant le lien avec ce que nous avons créé, en le rejetant, et la douleur s'intensifie. Nous renonçons donc trop souvent à la création car nous ne savons la mener à son terme en la ramenant en nous pour nous en attribuer le bénéfice. Cet acte d'hommage nous permet de reconnaître le divin qui nous habite ; il constitue une phase essentielle du processus de création, et il nous faut apprendre à réussir l'expérience de la contraction. Écoutons Heyoan :

« La contraction est le retour à soi-même, à la sagesse éternelle. Toute incursion dans l'action, affaire bien menée ou même guérison, est automatiquement suivie, au bout d'environ trois jours, d'une rétraction, qui n'a aucune raison de s'avérer négative ; elle vous aide à reconnaître votre vraie nature, à découvrir vos nouveaux horizons, l'étape future de votre vie. Ayez confiance, prenez le temps après chaque expansion de faire retraite en vous, de vous redécouvrir dans le silence, et une nouvelle expansion fleurira. Suivez sans crainte le flux naturel de la contraction, considérez-le comme une expérience positive, et vous serez délivrés de l'obligation de créer artificiellement des expériences négatives vous forçant à vous replier en vous-mêmes.

Ce moment de retraite que vous vous imposerez après une expansion vous mènera à la source d'un flux interne positif ; vous serez bercés par le silence, un vide soyeux foisonnant d'une vie indifférenciée prête à naître. Votre noyau rayonnant recèle ce vide insondable, foyer d'où renaîtra un phénix paré de votre essence. »

Apeurés par l'influx créateur, porteur d'expérience de vie et de changement que nous croyons dangereux, nous avons tendance à le brider ; nous tournons le dos au présent et élevons nos défenses. Heyoan a donné récemment une exhortation consacrée à notre choix d'une défense et aux cycles de guérison qui s'ensuivent, et l'a intitulée : « Qui servez-vous ? »

Qui servez-vous ? Transcrit d'après Heyoan

« Recentrez-vous, vérifiez l'alignement de votre champ : ancrez-vous dans la terre, alignant la ligne du hara ; dégagez chaque chakra ; prenez conscience de chaque couche du champ ; pénétrez pas à pas au cœur de votre être. Demandez-vous qui vous servez, la raison de votre venue sur terre, à cet instant et dans le futur.

Dans une perspective spatio-temporelle homogène, votre création apparaît

linéaire, ponctuelle, dépendante de votre intention. Qui vous servez transparait dans chacune de vos actions, chacun de vos choix. En assistant au déroulement du moment, vous maintenez le lien avec le but et l'énergie de votre noyau, et le flot créateur en jaillit sans obstacles, emplissant votre vie de joie. Vous servez l'élément divin en vous, le noyau.

Lorsque au contraire, vous vous êtes écarté derrière une défense, vous n'êtes plus relié à l'énergie créatrice de votre noyau, que vous ne servez plus. Protégé par votre défense, vous servez en réalité l'illusion de sa nécessité. Eloigné du déroulement de l'instant, vous vous efforcez d'arrêter le temps, de contrôler ou empêcher les événements. Vous obéissez à l'intention négative de bloquer le flux créateur, d'oublier.

Ne prenez pas cela pour une réprimande ; apprendre à abandonner votre défense et vous recentrer sur vous-même fait partie de votre tâche de vie. Lorsque vous créez en état de défense (n'oubliez pas que partout vous créez), vous en tirerez des enseignements, cycles guérisseurs qui finiront par vous ramener automatiquement au noyau de votre être.

Vous vous mouvez dans un système conçu par vous, qui protège les cycles de guérison ou de connaissance. Quand vous le blâmez, vous vous écartez plus encore de votre but et de votre intention divine. Un autre cercle est créé, et le cercle secondaire se fait cycle guérisseur. Car vos créations comportent des cycles d'ordre primaire ou secondaire.

Au cours de votre valse-hésitation entre intention positive et négative, vous créez alternativement joie et cycles guérisseurs, qui se confortent dans la voie de la guérison. Plus le plaisir et la joie empliront votre vie, plus solide sera l'assise de vos cycles d'apprentissage et de guérison. Plus vous apprenez, plus vous aurez de foi en ces cycles guérisseurs. Plus vous accomplissez dans votre vie, plus vous créez de joie et de plaisir. Voilà donc le résultat, inéluctable et prometteur, du processus créateur instantané de votre expérience de vie.

Mon propos aujourd'hui est de vous assurer que vos cycles de guérison n'ont nul besoin de causer tant de souffrance. Les principes d'expansion, de contraction et de stase font partie de l'ordre naturel de la création. Vos problèmes viennent le plus souvent d'un manque de compréhension du processus créateur et de la façon de l'accompagner. Les divers cycles d'apprentissage qui vous attendent deviendront faciles si vous respectez la vérité, de ce que vous êtes dans l'instant, de ce que vous pouvez accomplir et de ce qui vous est nécessaire dans cet instant.

La méfiance sous-tend votre incapacité à l'union constante avec vous-même. Et vous résistez à la contraction, craignant la souffrance. Considérez-la comme un voyage interne pour ramener tous les trésors accumulés pendant l'expansion ;

placez-les comme autant de cadeaux dans votre sanctuaire en hommage à vos accomplissements. Or la contraction imprègne ces cadeaux et ces connaissances, offrandes du monde extérieur, et les dépose auprès de l'enfant intérieur blessé il y a si longtemps, tout comme des parents ramenant de voyage à leur enfant un présent, souvent destiné à leur enfant intérieur. Offrez-vous donc ces cadeaux.

Si, au sortir d'une expérience puissamment expansive ou d'une leçon intense, vous vous trouvez en phase contractile, acceptez-en l'enseignement. Si vous souffrez, que la souffrance soit votre maître. Ne vous dérobez pas, ne recourez pas à une défense. Sans rechercher de protection, faites ce que vous avez à faire, et l'état de plaisir surviendra. Je sais bien que c'est ardu, puisque je vous demande de renoncer pour la première fois à la sécurité. J'éprouve tant de compassion, et nous sommes là pour vous entourer. Nous vous accompagnons jusqu'au bout de votre vague créatrice, et vous savez déjà grâce aux séances que cela atténuera la souffrance.

Lorsque je demande qui vous servez, songez que vous servez la divinité en vous, la source du noyau rayonnant, l'expression de la véritable individualité de Dieu. Dès qu'une question se pose à vous, plongez au cœur de votre être ; si vous rencontrez l'enfant intérieur blessé, prenez-le dans vos bras et emmenez-le. Assurez au noyau le temps nécessaire à son expansion interne, afin de toujours opposer au monde extérieur votre vérité ; vous ne communierez avec autrui qu'une fois en communion avec vous-même, et vous aurez besoin de temps.

Quand l'instant et vous êtes en harmonie, vous connaissez une parfaite synchronisation avec le monde, avec votre vague créatrice, avec le divin manifesté sous une forme physique et spirituelle. C'est là votre état naturel, votre véritable nature, et la nôtre, car nous participons de vous, comme vous de nous.

Incarné sur cette terre de joie et de malheur, vous avez oublié les vérités que je viens de vous rappeler, vous vous êtes scindé dans la dualité, abandonnant votre guide dans le monde spirituel. Nous représentons en fait ce que vous deviendrez, ce que vous êtes déjà. La seule différence entre vous et nous est la part d'oubli qui relève de votre incarnation ; et nous sommes là pour ranimer votre mémoire et vous ramener au synchronisme ; c'est là notre œuvre commune, le cadeau que vous apportez sur terre et celui que nous vous apportons.

Cheminant vers votre guérison, demeurez avec vous-même, en notre compagnie ; remontez à la source créatrice que vous êtes, et vous connaîtrez le bonheur. »

SE GUÉRIR EN SUIVANT LE RYTHME DE LA VAGUE CRÉATRICE

L'on ne saurait parvenir à la santé et la conserver sans prendre conscience de notre vague créatrice et ne plus la quitter, participer au déroulement de l'instant, rester fidèles à ce que nous sommes. Il nous est possible de suivre la pulsation vitale dans son ascension des quatre dimensions de notre énergie créatrice et de chaque couche du champ aurique.

Pour clore ce chapitre, j'aimerais partager avec vous une méditation transmise par Heyoan à la fin des cours de l'année 1989-1990, qui vous aidera à ancrer votre conscience dans les évolutions de votre vague créatrice, à découvrir l'élément vivant, créateur et libre au cœur de vous-même, à devenir pulsation de vie.

La révélation du moi Transcrit d'après Heyoan

« Écoutez la musique de votre hymne interne. Sentez surgir la lumière dans la moindre de vos cellules. Ancrez-vous dans le sol, reliez-vous au but qui vous amène. Concentrez-vous uniquement sur votre tâche de l'instant. Accompagnez la vague fermement dans l'expansion, la stase ou communion, puis la contraction. Vous rencontrez la douleur, traversez-la pour atteindre l'enfant ; en sa compagnie, enfoncez-vous au cœur de votre être, dans votre individualité, et fondez-vous dans le vide insondable. Faites-en bien l'expérience, car il représente votre potentiel ; toute vie est enclose, pleine et vibrante, mais en gestation, dans ce havre de paix. Laissez-vous aller en toute grâce et sécurité dans ce vide incommensurablement riche, et oubliez le reste.

Lorsque dans ce vide apparent naît le mouvement, accompagnez cette vibration expansive qui s'élance, emplissant l'espace de vie et de compréhension. Dans cette fuite centrifuge vous sentirez la pulsation de vie au travers de votre champ, puis l'esprit reprend ses droits. Persistez, et vous aurez connaissance de toutes les expériences personnelles de chaque couche ; vous voilà en présence de la vie en train de se manifester, du processus de création, dont l'expansion n'a pas de fin. Forcez votre conscience à suivre aussi loin que possible cette pulsation que seules limitent vos images. Tendez vers l'expansion la plus universellement large et infinie, où vous rencontrerez la communion avec l'extérieur, et la fusion. Ensuite, lorsque votre vague créatrice refluera une fois encore, suivez-la, sans vous soucier de la multiplicité difficilement concevable de vibrations tantôt rapides et tantôt lentes.

Le voyage de retour vous fait traverser une fois de plus les couches du champ et votre personnalité, enrichissant votre individualité de tout ce que vous avez appris sous forme d'une vive lumière. Or ce don lumineux va faire ressortir ce

qui stagnait en vous sous une image négative, et d'abord l'oubli, dont la résurgence, réveillant la mémoire, vous fera souffrir ; vous ressentirez votre douleur émotionnelle ; laissez néanmoins filtrer la lumière dans cet amas de déceptions, peurs et tristesses, dans le deuil que vous avez connu au cours de votre vie.

En continuant votre descente, auréolé de lumière et en union avec tout ce qui existe, vous ne faites plus qu'un avec votre douleur et ceux qui y sont impliqués, et de cette fusion naît l'amour. Ce que touchent la lumière et la communion se transforme en amour. Plus vous vous enfoncez au tréfonds de la douleur et de la peur, plus cette communion suscite d'amour, qui, offert à l'enfant intérieur, atteint et guérit sa blessure originelle. La descente s'achève dans le noyau, essence de votre être, et vous vous retrouvez dans le vide, avec une lumière interne avivée. Laissez-vous bercer dans cette matrice, en une communion d'où jaillit encore l'amour.

Plus tard s'amorce le mouvement centrifuge. Rassasié, l'enfant s'éloigne ; né de l'amour, il acquiert l'indépendance, ressent avec bonheur son être et son corps, en appréciant la valeur, débordant d'amour pour autrui, qui le lui donne en retour. Ainsi confortée, la conscience de l'enfant s'enhardit et tend vers la volonté divine et l'extase spirituelle où il perçoit le modèle et l'esprit divins. Il s'étire jusqu'aux confins de l'univers, à la rencontre de ce que l'on a appelé le principe paternel, proche une fois de plus de la fusion. Votre être interne se déplace dans le monde manifesté, accumulant la création de vie, distribuant à foison les dons de l'individu à l'univers.

Tel est le processus créateur ; en dissipant le dualisme, il vous laisse créer votre monde, par expansion, stase et communion avec l'univers, par contraction, stase et communion avec votre intériorité. Le résultat est vous.

Le moi en révélation. »

CONCLUSION

Nous avons insisté dans cet ouvrage sur la création de votre propre réalité et ses rapports avec votre santé et votre bien-être. Nous avons expliqué comment l'énergie créatrice sort du noyau et que l'impulsion de créer a sa source dans le plaisir. Nous avons suivi les méandres des vagues créatrices du noyau jusqu'au monde physique. Nous avons enfin montré que l'émergence dans ce monde d'une énergie libre et pure emplit nos vies de santé et de joie et les comble. Mais que le flux vienne à être interrompu, bloqué ou déformé, alors nous connaissons l'expérience négative et la maladie. *La maladie résulte du blocage de la créativité.*

Toute expérience négative est leçon de vie destinée à nous rapprocher de notre vérité, cycle porteur de guérison qui nous fait renouer avec des couches profondes de notre être oubliées depuis longtemps.

L'énergie créatrice émanant du noyau emprunte deux voies : soit elle jaillit directement, exprimant notre essence dans la joie et le plaisir de notre vie, soit, détournée, elle inaugure un cycle de guérison, nous ramenant par le biais d'une prise de conscience accrue, à la libération de notre essence et donc à la joie. Dans les deux cas, le résultat est le même, et c'est là le nouveau mode de pensée que nous proposons à notre époque.

Dans le domaine spirituel, nous devons en permanence et parfois inconsciemment choisir entre amour et peur, entre refuser la défense ou s'abriter derrière elle, entre le lien et l'individualité ou la séparation. Le choix de l'amour implique de laisser rayonner notre essence ou, si nous n'y parvenons pas, d'accepter notre condition humaine en nous engageant dans un cycle d'apprentissage et de guérison pour parfaire la conscience de nous-mêmes.

Nul jugement ne s'attache à notre choix ; rechercher une leçon de vie ou un cycle de guérison dans le monde physique est une démarche honorable et courageuse, voulue par nous et sans cesse remise en question, comme le rappelle Heyoan. Mais l'imperfection de la condition humaine nous interdit de toujours exprimer notre essence ; malgré nos efforts louables, nous connaissons encore mal l'amour éternel. Mais nous sommes sûrs de progresser dans la connaissance et l'amélioration de nous-mêmes, dans les plus infimes minuties comme les plus vastes domaines.

Le grand secret du processus de guérison n'est autre que de *laisser surgir la lumière* du cœur du noyau. Que l'essence de votre véritable nature brille dans la moindre de vos cellules, et vous atteindrez à la santé et au bonheur.

ANNEXE A

Séance de guérison avec Richard W.

Pour concrétiser le déroulement d'une guérison, j'ai choisi une séance pratiquée sur un médecin que j'appellerai Richard W. Extrêmement intéressé par mon travail, il se dispensa des informations préliminaires que je demande à mes patients, et voulait surtout mettre à l'épreuve le pouvoir du HSP et des forces de guérison. Après une conclusion satisfaisante, il remit un rapport à son médecin, le Dr. George Sarant, dont une lettre comparant les diagnostics et résultats médicaux avec les informations obtenues par HSP au cours de la séance figure à la suite de ce rapport.

TRANSCRIPTION D'UNE SÉANCE DE GUÉRISON PRATiquÉE SUR LE PATIENT RICHARD W.

(Barbara et son patient sont assis sur des chaises en face l'un de l'autre à un peu moins de deux mètres d'écart.)

Barbara : Il vous faut renforcer la moitié inférieure de votre corps, le premier chakra et la région du pelvis. Et il y a un petit déséquilibre glycémique ; la thyroïde ne fonctionne pas assez, probablement à cause de l'engrassement du foie. Enfin l'intestin grêle assimile mal. Souffrez-vous de constipation ?

Richard W. : Non.

Barbara : Vous avez le coccyx un peu raide ; vous savez qu'occiput et coccyx bougent quand vous respirez, et cela explique en partie cette faiblesse de votre moitié inférieure. Je suis sûre que vous en avez senti l'écho dans votre structure de caractère (ce terme de thérapie bioénergétique désigne la relation entre structure physique et comportement psychologique). En tout cas, je vais travailler sur le coccyx. La caractérologie du masochisme touche principalement les premier et cinquième chakras. Mais je vais insister sur le problème du troisième chakra, qui remonte à votre enfance, et concerne en psychodynamique vos liens avec les autres. J'y vois de vieilles questions non résolues avec vos

parents qui affaiblissent considérablement cette partie de votre corps. Il me semble que vous apprendriez très vite la vision interne du corps. Vous avez un troisième œil grand ouvert, débordant d'énergie. Avez-vous essayé ? Avec succès ?

Richard W. : Je n'ai vu qu'un contour flou. Je vois parfois des choses, sans arriver à savoir si elles sont réelles ou non.

Barbara : Pour savoir si votre vision vient d'une lecture ou de la réalité, cherchez donc les anomalies qui n'apparaîtraient dans aucun livre ; n'oubliez pas non plus que vous avez pratiqué des autopsies. De toutes façons, plus vous regarderez dans le corps, plus vous découvrirez d'éléments inconnus, et cela vous aidera.

Je ne sais pas si c'est normal, mais le côté droit de votre thyroïde est un peu plus petit que le gauche ; pouvez-vous enlever votre cravate ? J'ai du mal à voir. Je cherche une éventuelle anomalie physiologique cardiaque.

Et le stress ? Avez-vous des horaires contraignants ?

Richard W. : Pas particulièrement. Que voyez-vous de physiologique ?

Barbara : Je ne sais pas encore. Je dois approfondir... Mais je vois que vous avez eu du stress. (*Pause ; j'examine le cœur au HSP, toujours assise à deux mètres en face de lui.*) Quand je regarde le cœur, le problème est bien de ce côté, derrière (*j'entends la partie inférieure droite de l'arrière de l'enveloppe*). Les muscles semblent durcis. Je les décrirai mieux plus tard. (*Pour ne pas l'affoler, je ne dis pas tout.*)

(*Richard W. monte sur la table, Barbara commence à travailler, un moment passe.*)

Barbara : Je vais vous expliquer ce que je suis en train de faire, et dont je ne parle pas dans mon livre. Je travaille à un niveau plus profond que le champ aurique, bien connu dans les arts martiaux, le niveau harique, dont vous avez entendu parler. Je vais aller renforcer le point que l'on appelle tan tien. À propos, j'ai parlé de constipation car il me semble y avoir un problème dans la distribution des fluides de votre corps.

Pour le médium, la guérison harique libère la moitié inférieure du corps, le refond en quelque sorte. Je vois que l'articulation sacro-iliaque droite est hors d'alignement, et j'y travaille ; elle semble coincée sur le devant... (*Il s'écoule un moment.*) J'essaie maintenant de stimuler ce méridien d'acupuncture vertical... Et je travaille aussi les ligaments de cette région. Le deuxième chakra commence à se charger. J'ai restructuré le premier chakra à la septième couche, dorée, du champ aurique, qui siège dans l'articulation sacro-coccygienne. Il manquait d'énergie, ce qui se répercutait dans tout le corps.

(*Le temps passe.*)

Me voilà près de la vésicule biliaire... Et j'arrive dans la zone du troisième chakra. Le foie a l'air bien, beaucoup plus net que je ne le craignais, mais il y a une stagnation en bas à l'intérieur... En fait, je fais en sorte que la vésicule se débarrasse de ce qui l'encombre ; c'est fait au niveau aurique, mais pas nécessairement au niveau physique. Les voix me disent que la nuit apportera le résultat escompté. Je ne donne généralement pas d'explications au fur et à mesure, mais je le fais pour vous car vous êtes médecin.

Je suis au troisième chakra, et travaille la quatrième couche de l'aura. Avez-vous un frère, ou quelqu'un dont vous étiez très proche vers l'âge de douze ans ? Est-il mort, ou tombé d'un arbre ? Je vois une perte, qui colle à votre corps, et j'ai vraiment l'impression qu'il s'agit d'un frère. Ce traumatisme apparaît dans votre troisième chakra sous forme d'un tourbillon qui pend. Très intéressant. J'ai vu deux fois cette configuration aurique, alliée à l'obésité. (*Richard W. est trop gros.*) Mais je ne l'avais jamais vue associée à un être proche. Psychologiquement, cela a à voir avec le père. (*Il s'agit du côté droit du chakra du plexus solaire.*) D'autre part, il y a un gros problème avec votre mère ici (*côté gauche du chakra du plexus solaire*). À ce que je vois, les rapports avec votre père étaient plus sains, et il y a beaucoup à faire dans le champ aurique. J'essaie en ce moment de rapiécer tant bien que mal toute cette zone. Le troisième chakra a été déchiré près du pancréas.

Richard W. : À cause du problème maternel ?

Barbara : Précisément. Je commence à introduire de l'énergie guérisseuse pour réparer cet endroit. Plus j'y passerai de temps, plus loin j'irai. Pour l'instant, je me contente, si je puis dire, de rattraper les mailles de la première couche du champ aurique, pour renforcer.

(*Il se passe un moment, Barbara introduit des sons guérisseurs autour du plexus solaire et du pancréas.*) La deuxième couche réagit maintenant, on dirait qu'elle s'éclaire et s'adoucit. (*Barbara finit la séance en silence et s'en va, pendant que le patient se repose une vingtaine de minutes. Barbara revient alors pour une discussion détaillée qu'elle accorde à Richard W. parce qu'il est médecin.*)

Barbara : Bon, la restructuration du troisième chakra et la réactivation d'énergies devraient vous soulager à l'endroit du chakra du cœur, qui s'essoufflait à travailler pour deux.

Richard W. : Voyez-vous quelque chose autour du chakra du cœur ?

Barbara : Oui, je ne vous avais pas tout dit : la faiblesse du pancréas affectait le rein gauche. Tous les organes ont de profondes pulsations synchronisées en cas de bonne santé, mais non dans le cas contraire. Le mois dernier, je travaillais avec un étudiant sur un patient qui avait subi une transplantation du foie, et nous

avons dû réharmoniser les pulsations de tous les organes. Dans votre cas, j'ai fait coïncider les pulsations de votre pancréas malade avec le foie, puis le rein qui, en termes énergétiques (sinon physiques, bien sûr), avait l'air incrusté dans le pancréas. J'ai réussi à l'écarter.

Il y a de la stagnation dans le cœur ; le côté gauche avait l'air plus fourni en énergie, pour compenser la faiblesse des chakras inférieurs. Et j'entendais sans cesse Heyoan me dire : « Quand vous établissez la connexion avec vos patients, commencez par vous concentrer sur le hara et les chakras inférieurs. » La faiblesse et l'obstruction profondément fichée dans le cœur provenaient d'une déchirure du troisième chakra. Vous vous souvenez de la ligne d'acupuncture que j'ai mentionnée ?

Votre cœur contenait moins d'énergie à droite qu'à gauche ; je l'ai donc déplacée, et vous sentirez peut-être de la stagnation. D'autre part, si vous craignez l'arythmie, cherchez-en la cause dans ce troisième chakra, même si c'est contraire à la tradition. (Je n'oublie pas le cholestérol et les graisses, et d'ailleurs il y en a.)

Votre cœur ira parfaitement lorsqu'il sera aidé par le métabolisme, et les organes et chakras inférieurs. Ma recommandation principale est donc que vous renforciez votre moitié inférieure. Les troisième et quatrième chakras sont bien restructurés, et vous sentirez le changement. J'ai insufflé un énorme pouvoir au hara et au tan tien, et travaillé sur le coccyx. N'oubliez donc pas vos jambes, et lorsque vous travaillez à l'hôpital, efforcez-vous de sentir le hara et de vous y relier. Il n'y a pas que le cœur et le plexus solaire qui comptent. Utilisez ces chakras, les troisième et quatrième, mais protégez-les. Avez-vous d'autres questions à me poser ?

Richard W. : Et ma structure ? Je suis trop lourd ?

Barbara : Du point de vue caractérologique ? Oui, psychopathie masochiste.

Richard W. : Et le flux passe mal ? Il y a déplacement vers le haut, et l'énergie reste bloquée dans le torse ?

Barbara : Oui.

Richard W. : J'ai eu une crise cardiaque il y a deux ans. Qu'entendiez-vous en disant que mon cœur travaillait pour deux ?

Barbara : Je parlais des chakras ; celui du cœur faisait aussi le travail du troisième ; vous vous souvenez que les muscles à l'arrière du cœur me paraissaient vieux. J'hésitais à en parler, mais les muscles du bas de la cavité droite avaient l'air en carton. À quoi cela vous fait-il penser ?

Richard W. : À du tissu cicatriciel.

Barbara : Précisément.

Richard W. : Le cardiologue m'a dit que l'endocarde manque de souplesse ;

c'est du muscle dur, mort.

Barbara : De ce côté ou partout ? La partie supérieure a l'air en bien meilleur état.

Richard W. : Le bas, l'endocarde de l'oreillette droite est raide parce que...

Barbara : Je le vois à droite en arrière.

Richard W. : *(Il montre l'arrière du cœur, l'endroit exact qu'inspecte Barbara.)* Voilà le tissu cicatriciel, qui se contracte mal. Mais vous dites que le vrai problème est plus bas.

Barbara : Oui, à cause de la faiblesse du plexus solaire, d'un problème glycémique, de ce chakra entièrement déchiré, et d'un manque de contact avec le pouvoir que recèle votre tan tien. La pratique du tai chi serait excellente pour vous en vous permettant de bien distribuer la puissance. Évitez surtout une connexion excessive à vos patients par le cœur, que la faiblesse inférieure fait déjà trop travailler. Vous avez donc eu une crise cardiaque il y a deux ans ?

Richard W. : J'ai été opéré.

Barbara : Tiens donc, cela m'avait échappé. Avez-vous eu un pontage ? J'ai bien vu quelque chose d'étrange, comme si votre aorte était beaucoup trop à droite, et je l'ai énergétiquement remise en place, repoussant l'énergie à gauche ; je suppose qu'ils l'ont déplacée pendant l'opération.

Richard W. : Sans doute.

Barbara : Cela explique la grande différence entre la droite et la gauche dans la région du cœur.

Il arrive souvent que les organes soient déplacés hors de leur structure matricielle au cours d'une opération, et ne reçoivent plus l'énergie vitale nécessaire à leur bon fonctionnement, causant des problèmes. Il est donc impératif de remettre en phase l'élément physique et énergétique des organes après toute chirurgie, ce que j'avais fait à l'aorte de ce patient.

La séance avec Richard W. eut lieu malheureusement au moment où je renonçais à ma pratique pour me consacrer à l'enseignement et l'écriture, et je ne le revis plus. J'aurais pourtant aimé savoir quels progrès il aurait accompli si nous avions continué.

Je demandai au D^r Sarant d'écrire une lettre permettant de comparer les informations médicales concernant Richard W. avec les résultats de la séance ; voici ce qu'il écrivit.

LETTRE DU DR GEORGE SARANT COMMENTANT LA SÉANCE DE GUÉRISON PRATIQUÉE SUR RICHARD W.

Les rapports entre médecins et guérisseurs se sont avérés dans le passé pour le moins distants, et ceux entre médecine traditionnelle et pratiques guérisseuses, pires encore. Je me souviens des sarcasmes que soulevaient guérisseurs et médecine parallèle lorsque j'étudiais la médecine. Mais je pense que nous assistons à un changement d'attitude ; certains médecins adressent leurs patients à des guérisseurs et quelques-uns le deviennent eux-mêmes. Je pense entre autres aux Drs Norm Shealy, Bernie Siegel et Brugh Joy.

J'ai envoyé mon patient Richard W. consulter Barbara Brennan parce que, quoique médecin, il s'intéresse beaucoup, tout comme moi, aux méthodes de guérison non orthodoxes. À l'âge de trente-sept ans, mon patient eut un infarctus massif du myocarde et subit un pontage artériel ; son oreillette droite souffrit aussi de considérables dégâts (qui n'échappèrent pas à Barbara Brennan). Son père étant mort au même âge, Richard W. se sentit alors complètement désorienté, et souhaita un avis différent sur sa maladie.

Nous décidâmes de ne rien dire à Barbara et de voir à quelles conclusions elle parvenait. Le résultat fut incroyable et des plus impressionnants ; sans dire tout à trac : « Ah ! je vois que vous avez eu une crise cardiaque », elle décrivit parfaitement les ravages de l'ischémie myocardique, autrement dit, de la thrombose coronaire, une stagnation dans le cœur... une faiblesse et un blocage... Elle fait une remarque particulièrement pertinente sur la différence d'énergie entre les deux côtés du cœur... Les muscles avaient en effet souffert dans les deux ventricules, mais aussi dans l'oreillette droite, et elle vit bien ces « muscles fibreux et durs », ce qu'elle n'a pu savoir que par une vision interne du corps.

Le reste de ses conclusions est tout aussi impressionnant ; elle a prévu deux ans à l'avance la forme de diabète dont souffre actuellement mon patient. Je me demande d'ailleurs si les manipulations du champ énergétique n'ont pas retardé l'apparition de la maladie. Il apparaît également qu'il souffre, ce qu'il ignorait à l'époque, d'un léger dysfonctionnement hépatique, ce qu'avait vu Barbara ; en revanche, la thyroïde est normale à l'heure actuelle.

Son analyse s'avère parfois correcte sur le fond, sinon sur la forme, comme il arrive dans les rêves ou la télépathie ; ainsi, le frère de Richard W. n'est pas mort quand il avait douze ans, il s'agit de son père, et il avait neuf ans, mais il l'aimait comme un frère. Il me semble qu'il faudrait approfondir certains aspects de cette analyse, et découvrir pourquoi, par exemple, Barbara qui décrit si complètement certaines anomalies du cœur du patient, passe sous silence le ventricule gauche, peut-être plus difficile à voir ?

D'un point de vue bioénergétique, Richard W. présente à coup sûr un diaphragme spasmodique, résultat d'un blocage bien vu par Barbara, qui le rend

responsable de la stagnation cardiaque.

Je suis sûr que les médecins peuvent tirer grand profit des services des guérisseurs s'ils gardent l'esprit ouvert et font preuve d'un peu de modestie.

Quant au patient lui-même, cette expérience lui a procuré une extraordinaire émotion, sans qu'il puisse consciemment en déterminer la raison. Il m'a avoué qu'au bout de quelques heures, il s'était senti pris d'une telle fatigue, comparable à celle qui suit un traitement d'acupuncture, qu'il avait dû dormir une heure.

J'espère sincèrement que nous verrons dans le futur se multiplier les consultations communes médecins-guérisseurs, pour le plus grand profit général.

ANNEXE B

Diverses catégories de professionnels de santé

MÉDECINS DE MÉDECINE HOLISTIQUE

Ces médecins pratiquent des thérapies naturelles, telles l'homéopathie, l'acupuncture, la diététique. Ils envisagent la santé dans une perspective générale liée à tous les aspects de la vie, et analysent les données émotionnelles, spirituelles, diététiques, envi-ronnementalistes de la vie du patient, pour traiter l'individu et pas seulement la maladie. Les traitements sont généralement variés, pour répondre à ces diverses données, dans le but de parvenir à un sentiment de bien-être. Ces médecins travaillent en étroite collaboration avec leur patient et l'aident à se guérir lui-même en lui apprenant l'importance de la responsabilité personnelle dans ce processus.

DOCTEURS NATUROPATHES

Officialisés dans certains États nord-américains et provinces canadiennes, ces médecins assument tous les soins de santé familiaux, de l'accouchement sans douleur à la gériatrie. Ils ont suivi une formation de médecine naturelle, incluant quatre ans d'études supérieures dont deux de sciences médicales et diverses thérapies naturelles, phytothérapie, hydrothérapie et manipulation, accouchement naturel, homéopathie et acupuncture.

DOCTEURS OSTÉOPATHES

L'on doit cette discipline à Andrew Still qui enseignait à la fin du XIX^e siècle des manipulations osseuses pour encourager la guérison naturelle. L'ostéopathie aide le corps à stimuler et reconstituer son système immunitaire, et s'avère particulièrement efficace dans le traitement de nombreuses maladies

auto-immunes comme l'arthrite. Ces médecins pratiquent surtout le réalignement du corps par des manipulations des muscles et articulations pour corriger des défauts structurels ou fonctionnels. Détenteurs des mêmes diplômes que les docteurs en médecine, ils reçoivent également une formation poussée dans les disciplines de structures et fonctionnements du corps humain.

CHIROPRACTEURS

Ils sont spécialisés dans les manipulations et la remise en place de la colonne vertébrale. Inaugurée en 1895 par Daniel Palmer, cette discipline est fondée sur la théorie du sous-déboîtement rachidien pour promouvoir une santé naturelle. Les praticiens analysent et corrigent les interférences nerveuses des vertèbres, dues à des traumatismes physiques, des problèmes à la naissance, du stress, une alimentation déficiente ou une mauvaise posture.

DIÉTÉTICIENS

Ils soignent par le régime, déterminent les besoins diététiques d'un patient et ses éventuelles allergies à la nourriture, puis indiquent un régime complété de vitamines et minéraux, à suivre sur une longue période pour maintenir la bonne santé et traiter une maladie, dont beaucoup répondent bien à des prescriptions diététiques.

HOMÉOPATHES

Inventée en Allemagne par Samuel Hahnemann (1755-1845) et reconnue dès le XIX^e siècle en Amérique comme une forme importante de médecine naturelle, l'homéopathie est une science pharmaceutique qui fait appel à des substances végétales, minérales et animales, en posant pour principe que ces substances naturelles peuvent guérir les symptômes malades qu'elles provoquent à forte dose. Le traitement, entièrement personnel, est fondé sur la stimulation des défenses immunitaires du patient. On appelle parfois l'homéopathie la « médecine royale ».

ACUPUNCTEURS

Les Chinois considéraient l'acupuncture comme une méthode de santé apte à stimuler les défenses et l'équilibre du corps. Elle est fondée sur la théorie que le corps véhicule un flux constant de force vitale électromagnétique par un réseau de « méridiens ». On insère des aiguilles en des points spécifiques des méridiens pour stimuler ou disperser le flux afin de corriger un déséquilibre. Ignorant tout système de référence, l'acupuncture traite chaque patient comme un cas unique.

RESTRUCTURATION CORPORELLE

Ces praticiens utilisent une technique d'étirement et de travail du tissu conjonctif (fascia) pour allonger et équilibrer le corps le long de son axe vertical naturel. Les distorsions du tissu conjonctif peuvent être le résultat d'accidents, de tension émotionnelle, de traumatismes anciens ou de mouvements habituels hérités de l'enfance. Un traitement complet comprend dix séances allant progressivement jusqu'à une réorganisation d'ensemble de larges segments corporels.

MASSEURS THÉRAPEUTES

Cette technique en vigueur depuis Hippocrate, au IV^e siècle avant Jésus-Christ repose sur une philosophie fondamentale du massage, manipulation des tissus mous visant à accroître la tendance du corps à se guérir. Cette méthode physique consiste à appliquer des pressions en certains endroits ou sur tout le corps, à les empoigner et les mouvoir.

PSYCHOTHÉRAPEUTES

Ils s'adressent à la structure émotionnelle du patient, perturbée par un traumatisme de l'enfance ou d'autres causes. Certains se spécialisent dans le rapport entre le corps et l'esprit, on les appelle alors psychothérapeutes corporels.

GUÉRISSEURS

Comme l'explique cet ouvrage, les guérisseurs équilibrent et chargent le champ aurique, en touchant ou non le corps. Ils canalisent de l'énergie

guérisseuse dans leurs patients pour apporter une guérison partielle ou complète à toute zone du corps.

POUR ÉCRIRE À BARBARA ANN BRENNAN:

The Barbara Brennan School of Healing
P. O. Box 2005
East Hampton, N. Y. 11937
États-Unis.

BIBLIOGRAPHIE

- G. Alexander, *Le Corps retrouvé par l'eutonie*, Tchou, Paris, 1977.
- P. Andro, *Le Savoir et le don*, Denoël, Paris, 1981.
- H. Benoit, *De la réalisation intérieure*, Courrier du livre, Paris, 1984.
- A. -P. Boucher, *Ces mains qui vous racontent*, éd. du Jour, Montréal, 1980.
- H. Bouvier, *Victoire du spirituel*, Astra, Paris, 1983.
- T. Brosse, *La Conscience-énergie*, éd. Présence, Saint-Vincent-sur-Jabron, 1978.
- F. Capra, *Le Tao de la physique*, Tchou, Paris, 1979.
- J. -É. Charon, *J'ai vécu 15 milliards d'années*, Albin Michel, Paris, 1983.
- R. Chauvin, *Certaines choses que je ne m'explique pas*, F. Beauval, La Seyne-sur-Mer, 1982. N. Cousins, *La Volonté de guérir*, Seuil, Paris, 1980.
- P. Daco, *Les Voies étonnantes de la nouvelle psychologie*, Livre-Essor, Paris, 1983.
- M. N. Das & FL Gastaut, *Variations de l'activité électrique du cerveau, du cœur et des muscles au cours de la méditation et de l'extase yogique*, Masson, Paris, 1957.
- M. -M. Davy, *L'homme intérieur et ses métamorphoses*, L'Épi, Paris, 1974.
- J. Fontaine, *Médecin des trois corps*, Robert Laffont, Paris, 1980.
- V. Frankl, *Le Dieu inconscient*, éd. du Centurion, Paris, 1975.
- É. Fromm, *Le Langage oublié*, Payot, Paris, 1953.
- L. Gérardin, *Le Biofeedback*, Retz, Paris, 1978.
- J. Graven, *La Pensée non humaine*, Encyclopédie Planète, Paris, 1963.
- J. Guesné, *Le Grand Passage*, Courrier du livre, Paris, 1978.
- L. Kervran, *Transmutations à faible énergie*, Maloine, Paris, 1972.
- J. Kingston, *Les Médecines parallèles*, Livre de Paris, Bagneux 1980.
- S. Krippner & D. Rubin, *L'Effet Kirlian*, Sand, Paris, 1985.
- G. Lemaire, *Guérisseur*, Astra, Paris, 1983.
- R. Linssen, *L'Homme transfini*, Courrier du livre, Paris, 1984.
- A. Lowen, *La Dépression nerveuse et le corps*, Tchou, Paris, 1975.
- A. Lowen, *La Bioénergie*, Tchou, Paris, 1976.
- S. Lupasco, *L'Énergie et la matière psychique*, Julliard, Paris, 1974.
- A. Meurois-Givaudan, *Récits d'un voyageur de l'astral*, Debresse, Paris,

1980.

A. Michel, *Les Certitudes irrationnelles*, éd. Planète, Paris, 1967.

T. Namikoshi, *Shiatsu + Stretching*, Retz, Paris, 1987.

R. Pérot, *L 'Effet P. K. ou l'Action de l'esprit sur la matière*, Rombaldi, Paris, 1980.

A. Pérusse, *Aura et bioénergie*, P. A. Nauge, Mogneville, 1984.

D^r John C. Pierrakos, *Le noyau énergétique de l'être humain*, Sand, Paris, 1991.

B. Pullman, *La Biochimie électronique*, P. U. F., Paris, 1963.

R. Ruyer, *La Gnose de Princeton*, Fayard, Paris, 1974.

Satprem, *Le Mental des cellules*, Robert Laffont, Paris, 1981.

C. Simonton, *Guérir envers et contre tout*, L'Épi, Paris, 1983.

P. Sollier, *Les Phénomènes d'autoscopie*, Félix Alcan, Paris, 1903.

D. Splangler, *Naissance d'un nouvel âge*, Y. Michel, Chamarande, 1982.

J. Stearn, *Edgar Cayce, le prophète*, Sand, Paris, 1985.

S. Tenenbaum, *Guide pratique des médecines douces*, Retz, Paris, 1984.

G. N. M. Tyrrell, *Au-delà du conscient*, P. B. F., Paris, 1970.

G. & B. Veraldi, *Psychologie de la création*, Centre de promotion de la lecture, Paris, 1972. J. -L. Victor, *Nous sommes tous médiums*, Pygmalion, Paris, 1979.

B. Wøestelandt, *De l'homme-cancer à l'homme-dieu*, Dervy-Livres, Paris, 1986.

Achevé d'imprimer
sur les presses de l'imprimerie IBP
à Fleury Essonne 91 (1) 69.43.16.16
Dépôt légal : Juillet 1995
N°d'impression : 6288

1 *Dans le sens des aiguilles d'une montre* s'entend ici comme si vous étiez à l'extérieur de votre corps, regardant une pendule à chaque chakra, de face et de dos. Pour déterminer cette direction, vous pouvez aussi recourber les doigts de votre main droite, et pointer le pouce droit dans le chakra ; les doigts recourbés indiquent dans quel sens tourne le chakra ; servez-vous de la main droite pour la face et le dos du corps.

Le succès considérable remporté par le premier livre de Barbara Ann Brennan, *Le pouvoir bénéfique des mains*, l'a placée au tout premier rang des grands guérisseurs mondiaux. Dans son nouvel ouvrage, impatientement attendu, elle nous emmène à la découverte de l'aura, à la source de notre expérience de la santé ou de la maladie. Elle nous livre les surprenants développements rencontrés dans son enseignement et ses contacts avec les patients, et nous dévoile les secrets qui mettront à notre portée le pouvoir de guérison fondamental : la lumière qui surgit du cœur même de notre condition humaine.

Avec une optique totalement originale, prônant une étroite collaboration entre guérisseur, patient et professionnels de santé, *Guérir par la lumière* explique la perception visuelle, auditive et kinesthésique du guérisseur, et le rôle actif que peut jouer chacun d'entre nous dans ce processus.

Enrichi d'une fascinante documentation, allant d'un nouveau mode de guérison holographique à des incursions dans le "hara" et le "noyau rayonnant", *Guérir par la lumière* est à la pointe des techniques actuelles. Vous y découvrirez entre autres :

- Comment utiliser, pour soi-même et pour les autres, le pouvoir guérisseur inné que nous possédons tous ;
- Un guide très complet des relations patient-guérisseur, des différences avec les rapports purement médicaux, et des liens souhaitables entre ces deux professions pour faciliter la guérison ;
- Les sept niveaux du processus guérisseur : comment apporter à chacun d'eux la plénitude, plus un mode d'emploi détaillé pour élaborer votre propre projet de guérison ;
- De stupéfiantes révélations sur les interactions énergétiques dans toutes nos relations humaines, et le bon moyen de convertir des schémas négatifs en contrats positifs avec notre entourage ;
- Le lien crucial entre guérison, créativité et transcendance, etc.

Complété par de nombreux exemples, exercices et illustrations, *Guérir par la lumière* propose une voie nouvelle vers la guérison, l'unicité et l'épanouissement de la conscience.

