

*Arrêtez efforts et recherches.*

*Déposez vos concepts, vos idées et vos croyances.*

*Pendant un instant demeurez immobiles  
et rencontrez directement le coeur inconnu  
et silencieux de votre être.*

*En cet instant la Libération  
vous étreindra et révélera  
l'Eveil que vous êtes.*

*Adhyashanti*

*(Lumière, the Awakening West)*

Pour contacter Bruno S. Planchon :

resonance\_unitive@yahoo.fr

[www.lavoiedelaresonance.com](http://www.lavoiedelaresonance.com)

Facebook : Facilitateur de Présence

# La Voie de la Résonance<sup>®</sup>

est un espace de recherche expérimentale qui explore la conscience, la présence, le corps sensoriel, les états de conscience modifiés, l'éveil à soi et l'intuition au service d'une relation non duelle, authentique et régénératrice.

## L'éveil que je suis Tome I

est le résultat d'une démarche autodidacte et empirique qui a commencé dès mon plus jeune âge. Démarche qui aboutira au paradoxe le plus inattendu pour moi. Que chercher à s'épanouir spirituellement parlant est une impasse : car l'éveil est un état naturel. Il est, c'est tout. Le chercher revient à enfoncer des portes ouvertes. *La Voie de la Résonance<sup>®</sup>* est une tentative ambitieuse de formaliser cette *porte ouverte*, qui n'est autre que la conscience éveillée.

Diffusion privée : janvier 2012  
LVR édition

# Sommaire

<b>Introduction</b> .....	<b>9</b>
<b>Chapitre I</b> : Bribes d'enfance .....	<b>13</b>
<b>Chapitre II</b> : Le souffle créateur retrouvé .....	<b>37</b>
<b>Chapitre III</b> : La peinture .....	<b>55</b>
<b>Chapitre IV</b> : Mégalomanie ou Réalité .....	<b>70</b>
<b>Chapitre V</b> : Les Etres de lumière .....	<b>89</b>
<b>Chapitre VI</b> : De l'initiation à la mort .....	<b>112</b>
<b>Chapitre VII</b> : Eveil et Non Dualité .....	<b>130</b>
<b>Conclusion</b> .....	<b>145</b>
<b>Table des matières</b> .....	<b>160</b>

## Présentation de l'auteur

Bruno S. PLANCHON est né en 1970 à Reims en Champagne. Il a traversé de nombreux domaines dont la philosophie, la pédagogie, les sciences de l'éducation, l'université des sports, l'enseignement de la danse contemporaine, les arts du spectacle, la poésie, la peinture. Dans le cadre de la relation d'aide, il s'est formé à l'art-thérapie, à la kinésiologie, aux thérapies brèves, à l'hypnothérapie, à l'EMDR, à l'EFT, à la PBA, à la PNL, au chamanisme, à la parapsychologie et à la médecine intuitive. Aujourd'hui, il consulte en tant que coach thérapeute intuitif. Il pratique la lecture intuitive en direct ou à distance. Il éclaire le chemin de ceux ou celles qui sont à la recherche de la paix intérieure. Il est facilitateur de croissance personnelle. Il enseigne également le management intuitif, le leadership et le charisme aux chefs d'entreprise qui aspirent à une société plus humaine.

En tant que créateur et dépositaire de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>, il a mis en place un cursus qui dispense les fondamentaux de l'*Art de la Résonance Unitive*, au profit d'une relation non duelle et résolutive de résistances psychiques et énergétiques. Il aide à la délivrance de l'être authentique pour une présence unitive harmonisatrice et régénératrice. Ici, le corps renoue avec sa fonction première d'instrument sensible et intuitif, traduisant (par des mouvements spontanés, des danses, des sons, des chants sacrés, des visions intuitives, des mots-médecines, ...) la puissance de l'énergie vitale.

## Présentation du livre

Ce premier ouvrage débute la série des livres de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>. Il est à la fois une autobiographie et un témoignage du parcours initiatique d'un homme ordinaire. C'est la première et dernière fois que Bruno S. Planchon parlera de ce moi auquel il s'identifiait, avant l'éveil. Ce livre est tel un acte posthume qui clôt le volet de l'ego et des velléités spirituelles. Il rend hommage à la mémoire de cette personne qui se croyait quelqu'un alors qu'il n'existait que dans sa propre sphère mentale.

Dans le premier chapitre, il énonce les bribes de son enfance et le cadre familial éducatif dans lequel il a grandi. Il y décrit les premières perceptions intuitives des esprits, la perception de son environnement. Il aborde les événements majeurs avec les prises de conscience qu'ils ont provoquées. Il tente aussi de traduire l'élan spontané qui le poussait à faire ses propres expériences jusqu'à s'en brûler les ailes parfois.

Dans le deuxième et le troisième chapitre, il relate la période de travail intense sur le corps qui part de la rencontre avec *Michel Abdeslam Raji, chorésophe soufi*, jusqu'à la fin du souffle créateur retrouvé. Il arpentait alors les arcanes de sa réalité intérieure, à la fois dans le corps dansant et soufflant, l'écriture poétique et l'art pictural. Cette période très productive s'est arrêtée brutalement pour les raisons que vous découvrirez.

Le quatrième chapitre traite des risques de tomber dans la mégalomanie si on se laisse aller à croire en ses propres expériences spirituelles. Les

connexions n'impliquent pas l'adhésion. Il est important de les replacer dans la réalité du moment présent pour garder les pieds sur terre. Si les ressources spirituelles peuvent aider à recevoir des informations intuitives, s'en servir effectivement dans le cadre d'une relation d'aide lui semble pertinent. Toujours était-il que dans cette poussée de croissance personnelle, les jeûnes successifs avaient pour fonction d'augmenter les visions et les expériences initiatiques. Ils traduisaient évidemment la soif du chercheur de vérité, convaincu qu'il était du bien-fondé de ses expériences.

Dans le cinquième chapitre, il a choisi d'exposer la préparation du stage *Les êtres de lumière*. Il montre la façon dont il communique avec tel ou tel esprit. Leurs messages étant des données essentielles pour organiser le stage. Il était encore quelque peu bercé d'illusions. Il pensait que ce qu'il entendait et voyait, comportait encore une vérité. Même si une voix intérieure lui susurrait : « Ce sont des énergies que la pensée collective et ancestrale a créé. ». Cette façon de faire toutefois est un bon moyen de développer la connaissance de soi à peu de frais et de multiplier les points de vue sur le monde. Nous verrons dans le deuxième livre : *L'Art de la Résonance Unitive* (paru et disponible auprès de l'auteur), que cette manière de procéder est à l'origine de la *Résonance Imaginale*, qui est un voyage visionnaire dans les couches subtiles de l'inconscient collectif et des mondes parallèles.

Le sixième chapitre relate certaines expériences initiatiques à l'origine des ouvertures de conscience. Celles-ci ont libéré l'esprit des limites du corps physique. *Quand l'oiseau sait qu'il est un oiseau, il peut*

*sortir de sa cage et voler* (proverbe soufi). Il voulait effectivement s'évader de la prison mentale. A force d'expériences pour se prouver que c'était possible, il a relâché la pression permettant ainsi l'émergence de l'Evidence: l'illusion du moi individuel et la réalité de la conscience universelle qui anime toute chose.

Enfin, le septième chapitre évoque l'éveil et la voie non-duelle, à l'origine de ce qui deviendra *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>, un chemin vers la présence unitive, la conscience éveillée et l'autoguérison.

# Introduction

*Le caillou s'est déposé au fond du lac translucide.  
Impénétrable paix, je suis, ouvertement immobile.  
Laissez tomber vos attentes pour vous accueillir ici,  
maintenant, comme vous êtes,  
exactement à votre place.*

Le 23 octobre 2010 à Reims, j'anime la première conférence sur *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>. En exposant ce qui m'a conduit à cette voie, je prends conscience qu'elle ponctue une quête intérieure de 20 ans, qui ne m'aura servi qu'à une seule chose, mourir à ce moi illusoire qui voilait mon esprit. Toutes mes aspirations spirituelles se sont alors évanouies.

Je mesure aussi l'impact du mot *résonance*, véritable clé de voûte de l'approche non-duelle de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>. Le mot « résonance » a ouvert « la voie » à ce qui n'a pas de limite, la conscience éveillée.

Après cette conférence, je me suis mis à écrire ce livre sur « L'Éveil que je suis ». Cette première résonance livresque de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> relate les événements et les grandes lignes de mon parcours initiatique, ainsi que les ouvertures de conscience jusqu'à l'éveil.

Dans mon cas particulier, les mystiques parleraient de « voie sèche », étant donné le côté laborieux de ma démarche. La « voie humide » est plus directe. Sans aucune raison, sans intention ni conscience d'une quelconque dimension spirituelle, la personne peut être touchée par la grâce. Son éveil est alors inopiné et brutal.

Il n'y a pas de chemin pour atteindre l'éveil. J'ai fait le chemin pour m'apercevoir qu'il n'y en avait pas. Tout un chacun est éveillé par nature. Il n'y a pas besoin de pratiquer des méthodes de développement personnel et d'accumuler des stages spirituels pour vivre l'éveil. C'est accessible à tous dès l'instant que nous sommes simplement présents à ce qui est, en se laissant agir par ce qui nous dépasse.

On me demande parfois ce qui a changé en moi. Je réponds:

*Le chercheur est mort. Je suis un nouveau-né flottant dans le néant, libéré de l'ambition illusoire d'être quelqu'un. Je n'ai plus besoin de croire pour exister. Ce qui est, suffit, voilà Tout. Ainsi, déposé au fond d'une présence infinie, ma conscience devient l'univers et son contraire à la fois. Ce fou bondissant s'est enfin assis, affranchi des affres de la « persona ». Il est en paix, le cœur léger, les mains offertes à l'insaisissable vacuité de la conscience dénudée.*

Cette autobiographie que je vous livre ici, est une façon de tourner la page sur la personne que je croyais être. C'est aussi un dernier hommage pour le chercheur de vérité qui m'a permis de développer la connaissance de soi et de comprendre le fonctionnement de la conscience.

Notre corps, nos perceptions, nos émotions, nos

comportements sont parfaits dans ce qu'ils sont à l'instant où ils sont. Il n'y a rien à changer, car tout ce qui existe dans la réalité est à sa place.

A partir de maintenant, tout ce que je vous dirai est faux tant que vous n'en avez ou n'aurez pas fait l'expérience. Mon expérience n'a aucune valeur d'exemple. La connaissance de soi, du Soi ne se divulgue pas, elle se découvre dans le néant de son dedans, et elle est tout à fait relative à son vécu.

Une âme vaut une autre âme. Une vie vaut une autre vie. Aucune n'est mieux qu'une autre ou ne sait plus qu'une autre. Je suis juste là pour partager la même étincelle que vous. Il n'y a pas mieux et rien d'autre que ce qui est ici et maintenant.

*La Voie de la Résonance® est une voie d'éveil et de guérison<sup>1</sup> qui propose d'accompagner les êtres qui le souhaitent vers cette évidence ordinaire: *La conscience n'appartient à personne, pourtant nous la partageons tous sans exception, comme l'air que nous respirons. Et quand le vide envahit la conscience, la vie se révèle dans sa pureté originelle et poétique.**

## Les propositions expérimentales

Vous trouverez des propositions expérimentales dans certains chapitres. Libre à vous de les faire au fil de la lecture, d'y revenir par la suite ou bien de ne pas y prêter attention.

Ce livre peut être utilisé comme un outil de recentrage, parce qu'il a été écrit dans la présence. Vous pouvez le lire en prêtant attention à vos sensations comme le préconise Eckhart Tolle dans son livre qui fait référence, *Le pouvoir du moment présent*, plutôt que de le lire avec une attention étriquée. Gardez à l'esprit la conscience des espaces entre vous et le livre, entre les lignes, entre les mots, entre les lettres, et ressentez les espaces pour garder le contact avec la réalité tridimensionnelle. Le livre de Les Fehmi et Jim Robbins, *La pleine conscience*, expose précisément cette façon d'être présent dans l'attention ouverte.

Ces propositions sont aussi l'occasion d'entrer dans des états de conscience modifiés grâce à la répétition des phases de rappel à soi et de recentrage. L'écoute de son propre espace de sensibilité, en accueillant tout ce qui est, entraîne des modifications spontanées d'attention à la réalité.

## Les textes-témoins (en italique)

Ce sont des textes-témoins en prose choisis parmi les cahiers de travail, les recueils poétiques, les nouvelles et les préparations de stages que j'ai écrits au cours de ces années de quête de vérité.

# Chapitre I

## **Bribes d'enfance**

*J'ai vu des océans d'étoiles au creux de ton âme  
qui disaient être tes soeurs.  
En les écoutant, l'amour n'avait plus de limite.  
Leurs chants s'unissaient en lumières mélodieuses,  
jusqu'au cœur de ma constellation frémissante.*

## **Curiosité et insouciance**

Les débuts de la motricité respirent la spontanéité et l'insouciance parce que les limites ne sont pas intégrées. Il n'y a pas de différence entre les ressentis de l'instant et le monde extérieur. L'élan vital jaillit de la fontaine intérieure sans aucune résistance. Tout est prétexte aux jeux et aux apprentissages. La curiosité est innocente et débridée. Puis, les premiers interdits parentaux interviennent; ce qui fait le lit des frustrations et des premiers blocages émotionnels. C'est nécessaire me direz-vous, sinon il y aurait un risque trop grand de voir l'enfant insouciant mettre en péril sa vie. Mes parents ont joué leur rôle, mais ils

n'ont pu empêcher ma soif viscérale de flirter avec les limites sitôt que j'en avais l'occasion.

Tout petit, les prises de courant *alimentaient* ma curiosité. J'y mettais mes petits doigts pour recevoir des décharges électriques. C'est sans doute pour ça que je suis quelque peu *illuminé*. Ça siffle rudement là-haut, entre les oreilles, vous ne trouvez pas ?

Mieux encore, je suis aussi passé sous une voiture. J'étais en patins à roulettes. J'ai vu le pare-chocs d'une voiture fondre sur moi. J'ai eu le réflexe de m'allonger et j'ai roulé le corps tendu sous la voiture en voyant distinctement défiler le châssis de la voiture. Après, je me revois dans les bras du conducteur devant la porte de la maison de mes parents. Je me disais qu'il valait mieux que je pleure pour ne pas me faire disputer.

Une autre fois encore, je suis revenu à la maison avec une planche de bois clouée dans ma main droite. (C'était peut-être pour que je prenne bien conscience de mon nom, Planchon, une planche on=sur la main). J'avais sauté dans une décharge. Le clou traversait ma main de part en part. Je voulais peut-être imiter le Christ ! Je vous rassure, je ne suis jamais allé plus loin qu'un clou dans la main.

Je me revois aussi aux alentours de 5 ans, le visage enfoncé dans mon oreiller pour ressentir cette pression étrange qui saisit tout le corps quand on s'asphyxie. Je me sentais paralysé, plaqué contre l'oreiller, ne pouvant plus en sortir la tête. Mon corps ne répondait plus. Et pourtant, j'ai survécu. Une main magique m'a agrippé la peau du dos, me soulevant

brutalement de l'oreiller, pour me sortir de la catalepsie. L'esprit de mon oreiller aux plumes d'ange veillait certainement sur moi. Il me laissa la vie sauve.

Ce type d'expérience limite n'est pas sans me rappeler ce que je tentais de faire pendant l'adolescence. Je restais allongé de longues heures à ralentir ma respiration au point de ne laisser passer que très peu d'air. Ce qui ralentissait les battements du coeur. Le problème, c'est qu'à force de pratiquer, la fréquence cardiaque descendait tellement que je pouvais perdre connaissance (la fréquence descendait à 30 pulsations à la minute). Dans cette phase où la conscience et la perte de connaissance flirtaient avec la mort, ce qui devait arriver arriva. Le réflexe de survie créa une convulsion brutale et violente de tout le corps. A la suite de quoi, je ne parvins plus à trouver le sommeil. A chaque fois que je m'assoupissais, une secousse violente me sortait de l'endormissement. Une semaine durant, je ne pus trouver le sommeil.

Je vous passe l'angoisse à l'idée de ne plus pouvoir dormir. Mon corps avait déclenché le réflexe de survie au moment où je perdais connaissance afin de m'éviter la mort. Il ne distinguait plus le lâcher prise nécessaire au sommeil de la perte de connaissance causée par un manque d'oxygénation du cerveau

Je pense qu'inconsciemment je creusais déjà la question du pouvoir de l'esprit sur la matière. Je considérais mon corps comme un objet d'étude afin de découvrir les capacités d'interactions réelles entre la volonté et le système involontaire (parasymphatique ou végétatif). En théorie, la volonté n'a aucune incidence sur les fonctions autonomes du corps

(transit intestinal, muscles lisses, pulsations cardiaques, ...) et pourtant je pouvais sentir des effets notables sur les organes.

A force de pratique, je me suis rendu à l'évidence. J'ai pu agir sur les pulsations cardiaques, soit, mais seulement grâce à la maîtrise de la respiration, associée à une concentration de l'esprit au niveau du plexus cardiaque. Aujourd'hui, je pense que les systèmes autonomes du corps humain ont leur raison d'être et qu'il était présomptueux de jouer avec.

A l'époque, ma quête de connaissance de soi et de maîtrise de soi était pour le moins sauvage et solitaire. Je crois que j'ai frôlé la mort à plusieurs reprises. C'est un fait. Alors qu'il n'y avait aucun danger autour de moi, j'étais un danger pour moi-même.

Je crois qu'au-delà de mes tentatives de maîtriser le corps, il y avait une farouche envie de découvrir la face cachée de la vie. Qu'y avait-il à l'intérieur qui animait tout cela ? Avais-je une quelconque incidence sur ce monde autonome et opaque ? Allais-je rencontrer le Créateur, celui qui est à l'origine de cette extraordinaire machine organique ?

## **Manifestations étranges**

Dans ma tête, il y avait des manifestations étranges. J'entendais des voix aiguës et stridentes parfois. D'autrefois, elles chuchotaient. Elles me parlaient sans cesse. Je ne comprenais pas bien ce qu'elles me disaient. A force même, ça me fatiguait. Mon attention s'altérait.

C'était comme une foule bourdonnante qui s'adressait à moi sans que je ne pusse distinguer aucune voix en particulier. J'étais comme un capteur complètement ouvert sans filtre sélectif qui croulait sous l'afflux d'informations.

*Depuis longtemps déjà vos voix grésillent. Elles surgissent stridentes et fourmillantes. De petits êtres électriques en fond de bouche, c'est assourdissant. Compression thoracique, souffle court, défilements de sons incompréhensibles. Les cris coupent, cisailent la matière grise. Regard perdu d'un être habité d'inconnues criardes. Emballement des réseaux nerveux, courant chaotique, dilatation de la boîte, les entités se multiplient. Etincelles stridentes aux dents élancées, couperets en boîte saignent la chair blanche réfléchissante. Paillements affamés des repousse-limites, expansion de l'infiniment petit, profondeur inconnue du bruit de fond, aspiration des paroles sans mot. Etirement des mots sans nom dans une fuite sans fond et dévident par des articulations éclairs d'un autre langage. Vide sémantique, plein sensationnel, Langue perdue de frénétiques électrons, compagnons incompris des enfants de l'humain de raison.*

Puis le jour vint où le canal auditif se ferma.

Il y avait les rêves hauts en couleur. Je faisais des voyages extraordinaires dans des contrées fabuleuses. Je rencontrais de nombreux êtres étranges, des vaisseaux spatiaux aux lumières étincelantes et clignotantes. La sensation de vibration était très forte. Elle me remplissait le coeur. Je me souviens de ce rêve où une femme transparente et lumineuse apparut quelque part dans le cosmos. Elle avait une énergie maternelle. Ça me reconfortait énormément quand j'étais seul dans ma chambre. Elle accompagnait mes

voyages oniriques.

Je revois également les murs de ma chambre qui bougeaient comme s'ils devenaient mous et ondulants. Je sentais aussi qu'on m'observait. Je n'étais pas seul. Et les esprits frappeurs prenaient un malin plaisir à me faire peur.

## **Les monstres**

Je vous le susurre dans le creux de l'oreille. Vous savez, les monstres que les enfants voient la nuit dans leur chambre, ils existent vraiment, je les ai vus ! Oui oui, je vous le jure. Je les voyais autour de mon lit avant de m'endormir.

Pour trouver le sommeil, je devais complètement m'emmitoufler sous la couette. Je prenais soin de m'entourer de tous mes doudous. Ainsi, ils faisaient office de bouclier magique. Ils étaient mes animaux de pouvoir auxquels je parlais. Ils s'animaient pour me défendre contre les monstres. Ainsi, je pouvais m'endormir rassuré, ou presque ! Et pour tout dire, ces monstres ressemblaient beaucoup aux âmes errantes que je contacte aujourd'hui lors de rituels psychopompes<sup>2</sup> pratiqués dans le cadre de cérémonies chamaniques.

Certaines âmes errantes m'apparaissent sous les traits de personnes en décomposition, de personnes calcinées, ou encore sous des aspects assez terrifiants (suite à des accidents violents ayant complètement déchiqueté leur corps). Je pense que les défunts apparaissent sous leur dernière apparence qu'ils avaient juste avant leur mort. Quant aux personnes en

décomposition, il semble qu'elles n'ont pas voulu quitter leur corps, en s'y agrippant jusque dans la tombe.

Je ne peux pas vous dire si cela est vrai. Tout ce que je sais, c'est que procéder à un rituel psychopompe, de dégagement ou de dépossession libère les vivants d'un poids émotionnel ; que les perturbations psychiques dont ils faisaient l'objet se dissipent et que les maisons dites hantées retrouvent le calme pour le bien être de leurs occupants.

## **L'accident de voiture**

A l'évocation des âmes errantes, un souvenir violent me revient, un terrible accident de voiture. J'avais 3 ans. Mon papa et mon frère ont failli *pourrir*, je voulais dire mourir. Si on y pense bien, c'est la même chose quand on est six pieds sous terre. Mourir c'est *pourrir* un peu, beaucoup, passionnément, à la folie. Suite à cet accident de voiture, la vie de famille a complètement basculé. Bien que la vie ait repris son cours comme si de rien n'était, les rêves de chaque membre de la famille étaient hantés par cet accident.

Toutes les nuits, je revoyais mon frère mourir. Je devinais son corps allongé sous un drap blanc à l'intérieur du camion de pompier. Une tâche de sang chaud et brillant maculait brusquement la surface du drap. C'était très angoissant. C'est sans doute l'une des raisons pour lesquelles je me suis engagé dans les pompiers de Paris, à l'époque où le service était encore obligatoire. Je voulais peut-être inconsciemment sauver mon frère qui « avait tant mouru » dans mes

rêves d'enfant traumatisé. Mon questionnement constant sur les limites entre la mort et la vie s'est peut-être aussi exacerbé après cet accident de voiture.

## **Totem indien**

A l'intérieur de moi, l'esprit était en ébullition, une émotivité à fleur de peau. De l'eau sortait de mes mains telle une fontaine. Et du plus loin que je remonte dans mes souvenirs d'enfance, je me revois avec un sourire d'ange associé à une anxiété extrême. Et malgré l'ange, les fantômes ont rôdé autour de moi durant de longues années.

Les vols puissants pendant les rêves, la possibilité de respirer sous l'eau, les chutes au centre de la terre, les objets fétiches d'animaux, et surtout l'aigle en plastique en forme de totem indien que j'adorais par dessus tout, m'indiquent qu'à l'époque j'avais déjà cette attirance pour la relation magique avec les esprits. Je volais au-dessus des contrées verdoyantes et montagneuses. Mon esprit prenait de nombreuses formes.

Je pense que les initiations chamaniques que j'ai eues à l'âge adulte m'ont permis simplement de renouer avec l'élan spontané de l'enfant que j'étais, en étant naturellement en lien avec les autres, les animaux, la nature et les étoiles. En jouant avec l'aigle totem, j'entendais des chants indiens.

D'ailleurs, lors d'un stage sur la voix avec Briguita, à Saint Raphaël, ces chants indiens sont remontés à la surface. J'avais 25 ans à l'époque. C'était puissant, envoûtant, transcendant. C'était comme si je

retrouvais mes frères qui s'étaient tus.

Nous chantions ensemble pour fêter nos retrouvailles. Les autres stagiaires étaient aussi surpris que moi d'entendre ces chants typiques sortir de ma bouche.

## **Ma vie intra-utérine**

Il se passe une chose étrange quand je me remets à ma place d'enfant : j'ai l'impression de prendre conscience de ce que je voyais réellement mais dont je n'avais pas tout à fait conscience. Je vois les membres de ma famille tels qu'ils sont réellement à l'intérieur d'eux-mêmes. C'est troublant de percevoir cela. C'est comme si le temps n'existait pas. Tout est présent en moi, une mémoire intacte, une bande magnétique qu'il suffit de lire pour retrouver toutes les sensations de mon enfance, de ma vie intra-utérine, jusqu'à ma mort et plus encore.

Si je reviens dans le ventre de ma maman, je perçois tous les replis organiques. Je vois la peau de mon petit corps, fripée par le liquide amniotique. Il fait bien chaud et je me sens léger. Il y a quelquefois des soubresauts, des mouvements un peu brusques. Mais tout est atténué par la poche d'eau et de peau dans laquelle je baigne. C'est très agréable!

Quand je pense que j'ai nagé de l'âge de 6 ans à 13 ans non stop tous les jours ou presque dans une eau froide, dans des efforts absurdes et des compétitions assourdissantes à cause de l'eau qui frappe sourdement dans les tympans quand les mouvements de bras s'enchaînent frénétiquement pour faire un chrono ou

avoir une médaille. Je préférais le ventre de ma maman. Je n'avais pas besoin de nager au moins, je flottais juste, tel un cerf volant au bout de son cordon, lové dans la chaleur d'une *mer* intérieure.

En étant plus attentif encore, je sens le stress de ma maman. J'entends les battements de son coeur. Ca me rassure. Ils sont forts. Par contre, je n'aime pas trop les deux présences (ce sont deux lumières mobiles) qu'il y a avec moi dans la poche utérine. Elles viennent se battre dans ma tête. J'ai l'impression que ce sont deux âmes qui veulent le même corps.

Effectivement en y regardant de plus près, l'une d'elle s'en va. J'ai la nausée. C'est étrange comme impression. Je ne me sentais pas seul dans le ventre de ma maman. Maintenant que l'*autre* est parti, je me sens plus fort et bien dans mon petit corps.

Ensuite, j'ai vécu une gestation plutôt tranquille, malgré la voix colérique de mon papa qui faisait résonner les parois de ma maison *marine*. Si je regarde à l'extérieur du ventre de ma maman, je vois mon papa très jeune avec beaucoup de colère en lui. Il la passait quelquefois sur ma maman. Je vois aussi mon frère. J'ai l'impression qu'il est renfermé sur lui-même avec un sentiment profond de rejet.

## **Mon frère**

Quand je suis arrivé, il me ressentait comme une menace. Il se demandait ce qu'il allait bien pouvoir faire avec ce petit frère qui prenait sa place. Quand il a vu à mon arrivée que tout le monde était béat

d'admiration, ça a été d'une violence sans nom, d'autant que c'est exactement le contraire qui s'était passé pour lui. C'était le *petit bougnoule*, comme disait mon oncle, avec ses cheveux noirs et sa peau mate. Plus tard, à l'école primaire, les enfants l'appelaient *Topalof* en raison de ses lunettes très épaisses et ses cheveux bouclés. Il n'a pas été gâté. Il a subi les moqueries. Il a dû faire face à la méchanceté la plus dure, celle des enfants.

Je sens encore cet amour-haine-jalousie dans le coeur de mon frère à mon égard. C'est inscrit au fer rouge. Depuis que je suis arrivé, il ne parvient pas à trouver sa place. Il ne sait que faire de ma présence. Il aurait tant aimé ne jamais me voir venir. Je représente pour lui la place qu'il aurait tant aimé avoir, celle de l'enfant chéri. Je ressentais déjà tout cela dans le ventre de maman; et je me rends compte en écrivant ces mots que je me suis efforcé de compenser cette gêne que je lui occasionnais en appelant de mes voeux les plus chers une attention amoureuse de sa part qui ne vint jamais.

J'allais donc subir au sortir du ventre de notre maman les affres d'une rancoeur fraternelle indéfectible et fratricide parfois. Je le sens me regarder de façon curieuse avec un fond de haine alors que je suis encore tout petit. Ses deux billes noires fixes respiraient l'envie d'en finir avec ce gêneur que j'étais. Colère, rejet, répulsion et indifférence ont résonné pendant toute mon enfance et encore aujourd'hui.

Je sens sa dureté, la cuirasse qui cache la grande souffrance de son enfant intérieur. Je l'aime au-delà de tout cela, malgré nos différences et nos différends. Je me pardonne d'avoir tant attendu de sa

part alors qu'il était dans l'incapacité affective d'avoir des gestes tendres à mon égard. Aujourd'hui, je comprends les raisons de son rejet vis-à-vis de moi. Je me pardonne d'être arrivé dans la relation qu'il avait construite avec ses parents. Je ne voulais pas lui faire de mal ou même lui prendre sa place.

C'est vrai, les apparences sont trompeuses. Voulant me faire aimer, j'en faisais des tonnes pour attirer son attention ; et lui, il prenait cela pour de la provocation. Ce qui renforçait sa jalousie et sa rancune. Autrement dit, il n'avait pas d'autre choix que de se battre. Et ça pouvait être d'une extrême violence. Les blessures n'étaient pas rares. Et plus il me rejetait, plus j'allais vers lui pour savoir s'il m'aimait vraiment. Cette tragédie fraternelle a continué plus tard, même à l'âge adulte où la communication reste toujours difficile.

## **Les esprits du village de mon enfance**

Quand je fus en âge de sortir dans le village où j'habitais, à Taissy à côté de Reims, ma principale préoccupation était d'aller jouer avec mes copains d'école primaire. Rien d'extraordinaire. Une vie d'enfant normal parmi des enfants normaux. Sauf qu'en y regardant de plus près, une vraie solitude m'envahissait dans les moments où j'étais seul dans le village. J'allais dans des lieux isolés, là où des choses qui ne se voient pas à l'oeil nu se révélaient. Des êtres de cendre se tenaient là, me regardant du fond de leur ombre. Une impression glaciale envahissait mon corps. En même temps, je sentais une tristesse émaner de ces diaphanes silhouettes. Je remontais sur mon vélo pour foncer le plus rapidement possible loin de ces

impressions qui me terrifiaient. Et quand j'étais parmi les vivants, j'étais tellement accaparé à me faire aimer par les autres que j'en oubliais le reste, et surtout les ombres cendrées.

Je voyais beaucoup d'esprits dans ma rue. Il y en avait un en particulier qui attirait mon attention. Il était en plein milieu de ma rue. A chaque fois que je sortais de ma maison, je me dépêchais de la traverser pour ne pas avoir à faire à lui. Il était grand avec des cheveux longs et blancs. Ses yeux étaient injectés de feu. Une brise subtile faisait danser ses cheveux. En fait, cet esprit était inoffensif. Il était juste là, comme beaucoup d'autres. Je fais un retour sur la bande magnétique de mes souvenirs pour me mettre en relation avec cet esprit de la rue des Aylettes. Il me parle par télépathie:

*Je suis l'esprit de la paix. Je veille sur les enfants et sur toi en particulier. Ton chemin est semé d'embûches. Tu dois craindre l'assaut des forces obscures qui aspirent ta vitalité pour leur survie. Je veille à ce qu'il ne t'arrive rien de tel. Je t'envoie des fluides verts qui t'en protègent. Elles sentent que tu es un passeur d'âmes. Elles attendent que tu sois seul pour profiter de ta candeur. Si je n'étais pas là, ces forces t'utiliseraient pour s'alimenter de ton fluide vital sans que le passage vers la lumière puisse se faire pour ces âmes errantes. Comme tu as besoin de temps pour découvrir et maîtriser cet art du passage des âmes, je veille sur toi ainsi que les autres enfants de ton espèce.*

*De quelle espèce fais-je partie ? Tu fais partie de l'espèce des Sigmors, les chevaliers de lumière qui fendent l'obscurité de leur épée pour ouvrir les failles spatio-temporelles, et permettre aux esprits égarés de rejoindre la lumière*

*universelle.*

Quand je rentre dans ses yeux de feu, je vois des gens qui brûlent et courent pour échapper aux flammes. Et au milieu du village en feu, il y a un bébé dans une maison, hurlant sa frayeur. Il décède brûlé vif. De ses cendres sort une volute de fumée qui monte jusqu'aux cieux, là où les esprits se rassemblent en paix avant de reprendre la transhumance des âmes.

## **Le miroir nettoyeur**

Au fil de l'écriture, je prends conscience qu'il suffit de revivre les différents moments de mon enfance, comme dans un rêve éveillé, pour que les blocages, les noeuds karmiques et les peurs se dissolvent. L'écran vide du *Témoin Suprême* (Franck Terreaux, *L'éveil pour les paresseux*) agit comme un miroir nettoyeur. C'est comme regarder son propre vide. La manière dont j'ai vécu les événements change en même temps qu'ils se reflètent dans le miroir transparent de La Conscience Supérieure pleine d'amour et de grâce. Les souvenirs subjectifs et instables par nature, se transforment.

Milton Erikson, le célèbre hypnothérapeute américain, disait, *qu'il n'est jamais trop tard pour vivre une enfance heureuse*. Je dirais même : il n'est jamais trop tard pour ne plus avoir de passé. Parce qu'il peut s'effacer comme par enchantement dans la présence unitive. Nous reviendrons sur cet aspect de la conscience dans le 2<sup>ème</sup> livre *L'Art de la Résonance Unitive* (paru en 2012).

## Libéré des colères de mon père

Me reste-t-il des blocages ou des peurs infantiles ? Ce qui me vient en premier lieu ce sont les colères de mon père. Je sens des brûlures au niveau de la cyphose dorsale. Je devais me soumettre à son autorité écrasante. En laissant tout cela fondre dans le miroir vide de La Conscience, les brûlures s'apaisent. Rien ne reste de ses coups de gueule ou de ses coups de *main* pour me faire plier. Je crois que je faisais toutes ces bêtises, comme disent les grands, parce que j'avais besoin d'attention et surtout qu'on m'aide à gérer mon hypersensibilité. Je regarde mon papa dans ses accès de colère de ma petite taille. C'est impressionnant de constater qu'un adulte doit passer par autant de colère pour se faire écouter par un petit enfant. Les forces sont tellement disproportionnées.

Je pense à ma façon d'être avec ma fille. La fermeté n'est pas à confondre avec la colère pour se faire comprendre. Le calme et la persévérance sont beaucoup plus efficaces. L'éducation par la peur n'aide pas l'enfant à comprendre ce que les parents attendent de lui. Elle permet de maintenir l'enfant dans une attitude de soumission, dont il sera difficile ensuite, à l'âge adulte, de se défaire.

Je regarde ce qui se cachait derrière cette colère. Je vois un enfant blanc métallique, timoré, plein de peine et de larmes dans son coeur, avec un fort sentiment d'abandon et de rejet. Papa ne supportait pas mes provocations. Il se sentait menacé dans son autorité. Ma liberté de petit d'homme lui renvoyait toutes ses peurs et ses limitations. Je ne l'ai pas épargné moi non plus. Je le forçais à se remettre en

question. Il a bien changé aujourd'hui. Plus doux et sage, sa colère s'est apaisée.

Cette relation m'a appris que l'adversité rend plus fort. J'ai compris que faire face à sa peur (pour moi la peur de la colère de mon père) permettait de la dissiper tout naturellement. Et pour aller encore plus profondément dans le lâcher prise et le pardon, je remercie les colères de mon père qui m'ont rendu plus fort. Car il fallait de la force pour accueillir ces mêmes colères qu'il avait criées en moi. Mon coeur inconditionnel a dissipé toute la souffrance de l'enfant intérieur de mon papa en moi. Aujourd'hui, j'en garde le meilleur. La capacité à me mettre en colère pour me défendre si je me sens en danger ou pour protéger un membre de ma famille. Comme beaucoup d'enfants, j'épongeais la souffrance de mon père. J'étais son sauveur. Je prenais sur mon dos le poids de sa peine, causée, entre autres, par le syndrome du *vilain petit canard*. J'accueille ici et maintenant tous les coups, toute la colère et toutes les peurs de mon père dans chaque souvenir.

Je me pardonne<sup>3</sup> d'avoir résisté en provoquant sa peur de ne contrôler ni moi ni ses émotions. Je suis désolé d'avoir été aussi dur avec lui. Je m'aime et j'accueille du plus profond de mon âme la totalité de son être. Je vois la lumière rayonnante de son être se refléter sur l'écran maculé de ma conscience. Tout s'efface et chaque chose retrouve sa place dans l'ici et maintenant. Je suis en paix à présent.

## Ma « supersensibilité »

Tout ce que j'ai cherché à faire durant mon enfance était finalement de cacher un grand manque de confiance en moi. Et plus je voulais le cacher, plus mon corps me trahissait. Le corps ne ment pas. Il raconte l'histoire authentique de l'intimité en train de se dissimuler derrière je ne sais quel stratagème mental. Je ne faisais que me mentir à moi-même.

Les autres n'étaient pas dupes. Ils se détournaient facilement de moi. En même temps, je ressentais tellement fort leurs états d'âme que je prenais cela comme des agressions. Les autres me faisaient peur. Ils déclenchaient en moi un tel déferlement sensoriel que je fermais tous mes canaux pour ne pas avoir à subir les centaines de voix qui résonnaient dans ma tête.

L'anxiété était mon lot quotidien. Quand un adulte me demandait de faire quelque chose, il m'était souvent impossible de répondre à la demande. Je devenais rouge comme une tomate — eh oui, je communiquais déjà avec les légumes ! — mon cœur s'emballait et ma vue devenait floue. J'avais l'impression que mon cerveau s'arrêtait net de fonctionner. Mes mains devenaient coulantes de sueur. C'était l'horreur quoi !

Je me souviens très bien de toutes ces crises de panique. La peur me pétrifiait. Je voulais disparaître pour ne plus ressentir cette décharge émotionnelle. A la place de cela, le sang me montait à la figure. Je devenais subitement un phare en plein brouillard. Tout le monde voyait ce que je voulais cacher le plus au monde, ma honte d'être un incapable. Ce sentiment de

honte prenait bien évidemment racine dans un manque de confiance évident.

Mon hypersensibilité nécessitait un encouragement constant. J'avais constamment besoin de mots valorisants. Parce qu'en fait, je ne me sentais pas capable de faire, figé que j'étais par la peur du regard exigeant et réprobateur de mon père. Le peu de confiance qu'avait mon père en lui-même résonnait au plus profond de mon être. Au lieu de me rassurer, ses colères n'ont fait qu'attiser le feu émotionnel en moi. On me disait très émotif. On disait mon père impulsif.

Et ma mère n'était pas en reste. Elle aussi était hyperémotive. Si j'accepte l'idée que c'est l'âme qui choisit ses parents, la mienne estimait peut-être que je devais en passer par là pour intégrer cette réalité sensible qui me caractérisait: l'hypersensibilité.

L'hypersensibilité est l'apanage des personnes douées d'une empathie et d'une intuition hors du commun. Mes parents<sup>4</sup> sont eux-mêmes très sensibles. Ils m'ont renvoyé l'écho de ma propre nature. Et cette nature, c'est bien la seule chose qui ne s'apprend pas. Mes expériences m'ont aidé à accepter cette caractéristique qui était au départ de ma vie très handicapante.

Ce qui était ressenti comme des défauts et des menaces devint finalement des qualités et des vertus. Il n'est pas besoin d'aller chercher très loin pour découvrir ce pour quoi on est fait. Il suffit de reconnaître ce qui nous a posé problème quand on était petit pour s'apercevoir que le défaut contient le don de base.

Pour ma part, je suis à présent dans

l'acceptation totale de mon hypersensibilité. Je l'ai même rebaptisée ma *supersensibilité*. Elle permet de résonner avec la problématique de l'autre afin de l'aider; ou bien encore, elle autorise une relation intime avec la nature et ses éléments au-delà du visible. Cette *supersensibilité* est une dimension nécessaire à ma mission, s'il en est une, qui est d'accompagner ceux et celles qui ont besoin d'être guidé un temps sur leur chemin. Il semble qu'on me considère comme un éclaireur de conscience.

*Voyageur d'entre les mondes, explorateur de l'Infini, tu es le Messager du chant des Sages, tu es la Force douce, celle qui unit le Ciel et la Terre, tu es Confiance, ...tu es Lune et Soleil, Fou, Bateleur, Ermite et Pape. Traqueur de Vérité, Bienveillant Eveilleur, tu permets à chacun de trouver sa propre Lumière, son Trésor intérieur et tu traques sans répit, chasses, grattes, creuses, appuies où ça fait mal, nettoies, assainis, ouvres, aères, pointes, adoucis, libères, emmènes, entraîne, déranges, déboussoles, souffles, portes, déportes, lèves, soulèves les voiles de l'Illusion, spiralises, guides, danses, relies, délies .... Ta malle de Magicien est riche de Mille Trésors, outils de guérison puisés dans les sagesses ancestrales, soufflés par les Mages et Sages des ailleurs .... et au rythme du battement du Coeur de la Terre tu ouvres ainsi la Voie du Coeur. Texte d'Isabelle Staehle*

Cette empathie hors du commun qui m'a été donnée à la naissance trouve aujourd'hui sa réelle utilité. Je dois me rendre à l'évidence, ma clairvoyance est un cadeau de naissance. Et comme tout cadeau qui se respecte, il s'offre ouvertement. C'est une aide précieuse pour celles et ceux qui en ont besoin. Ils me demandent de les guider vers leur don tel l'ermite qui de sa lampe éclaire le chemin des âmes en errance. J'ai,

selon les personnes qui demandent mon aide, une capacité à lire en elle comme dans un livre ouvert. J'exprime ce qu'elles-mêmes n'arrivaient pas à exprimer. Ma conscience fait écho à leur âme. Ce qui les aide à libérer les émotions bloquées, les secrets de famille, les traumatismes, ... Mon esprit fonctionne comme une loupe intuitive qui cible les noeuds psycho-émotionnels pour les dissoudre.

### **La chauve-souris qui ne voulait pas être chauve-souris**

Je comprends aujourd'hui que ce qui me faisait tellement peur quand j'étais petit, c'était ma propre résonance sensorielle. J'avais peur de mon propre écho. On peut imaginer une chauve-souris paniquée qui aurait peur d'utiliser ses ultrasons pour s'orienter dans l'environnement. Elle resterait la tête en bas jusqu'à la mort ne pouvant se nourrir. J'avais peur de ma propre sensibilité que me renvoyaient les autres. Du coup, je me rendais sourd et aveugle, enfermé dans ma prison mentale. J'étais bloqué par une volonté farouche d'empêcher tout écho. C'était un combat permanent et très fatigant.

Bien évidemment, je ne pouvais pas écouter l'autre. J'étais centré sur moi-même, obsédé par l'effort de cacher ce que je ressentais. Je me disais que ce que je ressentais n'était pas normal, que ça venait de moi, que j'avais un gros problème. Quand je compris que mes perceptions étaient des informations réelles sur l'état de la personne, l'état de la relation, mon état dans la relation et que tout cela servait un processus

omniprésent dans la nature, la loi de l'équilibre, j'ai senti un apaisement. Quand deux choses sont en présence, elles ne peuvent s'empêcher de trouver l'équilibre. C'est ce que j'appelle la *Résonance unitive*. Et comme tout est en résonance dans la nature, nous n'avons qu'à laisser l'harmonie se faire.

L'enfant que j'étais résistait à ce phénomène de résonance, pourtant nécessaire pour s'adapter à la réalité en transformation permanente. Je me tendais pour me protéger des autres. Ma rigidité mentale me séparait de moi-même et des autres. Le sentiment d'isolement et de séparation est comme un trou noir qui annihile tout processus d'harmonisation. Plus tard, je me suis relié à l'essentiel. Le lien retrouvé avec la nature fait qu'à présent, je me sens entier, infini et profondément en paix. Je suis respiré par l'univers.

*La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> est un hymne à ce retour au lien sacré avec la nature, avec ses fonctions génératrices d'équilibre. Tout s'équilibre constamment partout et en toute chose. Cela rejoint le Tao et le Bouddhisme. Le vide ne peut exister sans le plein, la nuit sans le jour. Tout est une question d'équilibre.

## **L'enfant intérieur et le vieil homme**

Si je m'interroge en cet instant même pour connaître l'âge de mon enfant intérieur (celui qui correspond à ma maturité affective), je le situe aux alentours de 16 ans. C'est un adolescent plein de joie et de légèreté. Il est espiègle. Il est très à l'écoute des autres. En me mettant en résonance avec lui, je le laisse évoluer. Alors qu'il y a un peu de tension, il

s'ouvre et se développe en inspirant à grand poumon l'air frais de sa vie. Il traverse les âges. Je le vois et le ressens à présent comme étant un homme aux cheveux blancs avec une barbe. Il a entre 85 et 90 ans. Il est profondément en paix et joyeux. Il est débonnaire et épanoui. Il a un léger embonpoint qui respire la bonne santé. Il vit au grand air près des montagnes et de la forêt. Il vit dans la simplicité du temps qui passe. Son esprit est en parfaite harmonie avec l'univers. Les deux sont identiques. L'environnement reflète son esprit. Son esprit est l'univers. Je me mets en relation avec lui. Il me dit d'être tranquille.

La vie est *hic et nunc*. Il suffit de respirer l'air frais de l'instant pour garder à l'esprit l'amour constant dont nous faisons l'objet. Tout ce qui m'entoure et tout ce qui est dans mon corps me donne tout ce dont j'ai besoin à chaque instant que Dieu fait. Il n'y a aucun effort d'aucune sorte à faire. Tout est là. Vivre, c'est respirer, c'est regarder, c'est parler, c'est boire, c'est rire, c'est pleurer, c'est sourire, c'est entendre le chant des oiseaux, c'est accrocher son esprit aux étoiles, c'est rêver, c'est prendre un verre au soleil, c'est manifester sa colère devant les injustices, c'est accueillir tout ce qui est de façon égale.

L'arbre ne reçoit-il pas la chaleur du soleil de la même manière qu'il reçoit la pluie ? En quoi suis-je différent de l'arbre ? Je vois que ce vieux bonhomme me sourit et acquiesce. Il me dit d'apporter les fardeaux qu'il me reste à la rivière pour les y déposer. Rien ne saurait être plus utile au monde que la joie paisible d'un homme épanoui et léger sur lequel tout coule telle la goutte de rosée sur un pétale de marguerite qui se courbe pour déposer à la terre

l'émotion du ciel. Avec le cœur léger, il est plus facile d'accueillir l'instant. Le pouvoir du moment présent, c'est accepter de n'avoir aucun pouvoir, d'être juste là, laissant se dilater la puissance de l'instant infini, le cœur ouvert plein de gratitude pour ce qui est.

Je sens dans les pensées de cet homme âgé (moi, plus vieux apparemment) que les fondements de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> sont complètement intégrés dans sa vie. *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>, c'est être l'instant qui est, le fameux *Je suis ce je suis* (cf. Le Code de Moïse, de James F. Twyman), ou encore le *So Ham Ma*<sup>5</sup>. Bien sûr, ce n'est pas un but, car ce n'est pas à atteindre, car vouloir atteindre quelque chose empêche, de fait, d'être ici et maintenant, (en poussant la pensée au bout de ses limites) être l'impensable, c'est-à-dire le non être. Ni être, ni instant. Plus personne. Juste la réalité du vide intemporel.

**Proposition expérimentale n°1 :** Pour vous amuser à estimer l'âge affectif de votre enfant intérieur, vous pouvez au moment du coucher, vous demander l'âge que vous avez quand vous vous glissez sous les draps. C'est un moment privilégié pour sentir sa fragilité émotionnelle.

**Proposition expérimentale n°2 :** Un coucher du soleil pourpre appelle les anges. Ils chuchotent des mélodies compassionnelles pour consoler les âmes en peine. Quand vous vous mettez sous les draps, pensez à ces anges enchanteurs. Ils bercent votre enfant intérieur pour une nuit paisible.

**Proposition expérimentale n°3 :** Utiliser la *résonance imaginale* <sup>6</sup> pour laisser l'enfant intérieur se transformer, jusqu'à sentir une espèce d'intégration énergétique, une fusion entre son enfant intérieur et son corps physique adulte du moment.

## Chapitre II

### Le souffle créateur retrouvé

*Comme des milliards d'autres enfants,  
j'ai appris à oublier la relation à moi-même.  
J'ai appris à renier mes ressentis pour  
donner foi aux croyances des adultes.*

Jean Philippe Faure

### La pulsion créatrice (le don)

Le souffle créateur est cette force émotionnelle qui pousse l'enfant à créer, à découvrir, à jouer, à inventer, à chercher et à improviser le scénario relationnel entre son monde intérieur et le monde extérieur. Il peut ainsi construire ses propres représentations de l'univers qui l'entoure. Ceci fonctionne tant que les règles, l'éducation, l'école, la société et les interdits<sup>7</sup> n'entravent pas cette force.

Je me souviens qu'en CM1 un instituteur, M. Vervondel, m'avait permis d'exprimer cette force dans le cadre de la préparation du spectacle de fin d'année. Je devais jouer *Le Malade Imaginaire* de Molière et

faire des sketches de Fernand Rénaud, dont le fameux *un café avec un croissant au beurre*. Je ressens encore cet élan naturel qui pouvait enfin s'exprimer librement. J'étais habité d'une pulsion soudaine d'être l'acteur et le metteur en scène. Je prenais en main les élèves pour leur dire comment cela devait se passer pour que ce soit drôle et efficace. Et c'était comme ça et pas autrement ! Une intelligence émotionnelle et intuitive m'animait déjà.

En y repensant j'avais une telle aisance et tellement d'enthousiasme que je surpris tout le monde pendant les répétitions et le spectacle. Parce qu'en classe j'étais plutôt en retrait pour les tâches dites scolaires. Je me sentais habituellement mal à l'aise et incapable de faire les exercices. Par contre, pour tout ce qui avait trait à la créativité, à l'inventivité et aux travaux manuels, à la dynamique relationnelle et aux spectacles, j'étais champion. Je pouvais montrer le meilleur de moi-même.

**Proposition expérimentale n°4:** Si par hasard, vous ne connaissez pas encore votre don, reconnectez-vous à vos aspirations premières en vous mettant en lien avec votre enfant intérieur et vos souvenirs d'enfance. C'est une bonne façon de revenir à l'essentiel. Et posez-vous la question : Qu'est-ce qui m'enthousiasmait, qu'est-ce que j'aimais faire par-dessus tout ?

Cette pulsion créatrice revint aussi en première année de fac des sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) durant laquelle j'ai découvert la danse contemporaine. Elle allait devenir un terrain d'exploration infinie. Ces cours de danse contemporaine étaient les seuls moments où je me

sentais vraiment à ma place.

C'est d'ailleurs aussi cela qui me distinguait des autres étudiants. Ils disaient que je n'avais pas le « *profil staps* », où la performance à tout crin était la seule préoccupation. Mon approche sensible du corps expressif et créatif venait buter contre le paradigme du *corps machine*.

Ce qui me faisait vibrer touchait à la liberté d'expression, à l'authenticité, à la créativité, au sens du rythme et à la création chorégraphique. Je devins par la suite prof. de danse contemporaine pour les étudiants en STAPS pendant quelques années. En parallèle, j'avais ma propre compagnie, *Ouroboros*. Elle me permit d'écrire des spectacles, dont *La Voix du Silence*. Ce spectacle, créé en 1998, contenait déjà les prémices de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>, en ce sens qu'il exprimait déjà la présence du souffle en toute chose.

## **La rencontre mystique**

Le Maître Djalâl-od-Dîn Rûmî a dit : « *L'amour est une flamme, qui lorsqu'elle s'élève, brûle tout : Dieu seul reste* ». Dieu n'est ni une religion, ni une icône, ni un prophète, ni un homme, c'est une conscience ouverte à l'Absolu, à la Vie qui circule en nous et tout autour de nous.

Lors d'un stage auquel je participais, Abdeslam Michel Raji (danseur choréopse soufi) arrosa à mon insu la petite graine mystique qui sommeillait au fond de mon coeur. Elle a grandi lentement, mais sûrement. Aujourd'hui, je cueille les fruits gorgés du jus de la

liberté. Je n'ai plus peur du néant ou de tomber. Je suis en paix. La vie peut partir comme elle est venue, en un souffle.

C'était en 1995 à Saint Raphaël. Michel Raji animait le stage de danse. Il transmettait son approche très particulière de la danse. Ayant été baigné dès son plus jeune âge dans la mystique soufie via son grand-père qui faisait partie d'une confrérie de derviches hurleurs au Maroc (Casablanca), il a intégré la pratique soufie à sa danse tout en la transcendant.

Quand je le vis danser pour la première fois, ce fut cosmique. Je ne pouvais appréhender cette force brute qui touchait directement mon âme. Le mental était confus devant l'inexplicable puissance du personnage dans ses sauts, sa giration et son souffle. Tout vibrait autour. Personne ne pouvait détourner son regard de cet être hors du commun. Il aspirait les flux diffus de l'espace jusqu'à les rendre *spiralants* et concentriques. Il a-*spirait* l'espace faisant vibrer le « serpent cosmique » en toute chose<sup>8</sup>.

Je me souviens de la dernière journée de stage. Chacun pouvait présenter une de ses prestations artistiques. Il était assis à côté de moi. Après la présentation de mon solo intitulé *Arachnéide*, Michel reprit le début de ma chorégraphie pour entrer en scène. Je fus stupéfié de la puissance de fusion avec l'énergie de l'araignée. Je sentais tout son corps empli de la légèreté de l'araignée jusqu'au bout des doigts pendant qu'il se déplaçait. Je me suis senti alors creux, sans consistance, affreusement plat. En fait, exactement l'inverse de Michel Raji. Ouha! Une grosse claque sur la face de mon orgueil. J'avais 24 ans à l'époque, avec encore beaucoup de certitudes.

Par ailleurs, un évènement apparemment anodin punctua la rencontre avec Michel. Nous étions en groupe, dehors au soleil, avec les autres stagiaires en train de discuter. Nous l'attendions. Tout à coup, à son arrivée, sans aucune raison apparente et sans prévenir, de façon décalée, il prit son élan et s'éleva dans les airs. Je fus contraint de l'accueillir dans mes bras et sur ma poitrine. La disponibilité corporelle me permit de gérer son saut et de faire un porter improvisé avant de le déposer comme une fleur dans une giration spontanée. Nous n'avions alors, apparemment, aucun lien particulier.

Je compris ce geste bien plus tard, après de nombreuses années de pratique du souffle, de respiration triangulaire, de giration, de méditation, de performances, d'écriture et de créations picturales. Il avait perçu en moi la petite graine mystique qui sommeillait. En se projetant de tout son corps sur mon torse, il impulsa le réveil de ma conscience encore endormie tout au fond du cœur. Car effectivement, tout ce qui vint à la suite de cette rencontre fut de l'ordre de l'ouverture de conscience à l'Amour et à la transcendance de l'Ame. Encore et en coeur, merci à toi fraternellement pour la Vie.

## **La vérité ?**

Désormais, je suis agnostique. Je suis en dehors de toute obédience ou doctrine religieuse. Je suis ou plutôt *j'étais un chercheur de vérité* qui s'appuyait uniquement sur son discernement et son expérience. Même les expériences fortes que je vivais, étaient toujours soumises au doute, quelle qu'en fût l'intensité.

Et quand je commençais à croire en quelque chose, un réflexe antagoniste de mettre en doute ma croyance se déclenchait.

La mégalomanie spirituelle n'est jamais très loin quand on croit détenir la vérité. Ça va vite de vouloir convaincre les autres que l'on a raison ; surtout si les autres nous poussent à leur donner des réponses pour les conforter dans leurs propres croyances.

Quand on est le seul à croire en quelque chose, on peut être pris pour un fou, mais quand il y a des millions de personnes qui croient en la même chose, la croyance devient vérité.

Si vous partagez la même croyance que moi, considérons qu'elle est notre croyance mutuelle mais surtout pas la vérité; évitons de se leurrer, rien n'est vrai absolument<sup>9</sup>. Je me garderai donc bien de proférer des croyances en vérités ou mes vérités en dogmes. Car si je le faisais, de fidèles moutons bêleraient les mêmes croyances aliénantes à d'autres moutons qui bêleraient à leur tour les mêmes certitudes. Je me prendrais pour un berger alors que je ne serais en fait qu'un mouton plus convaincu que les autres.

Mon credo se cantonne à défendre la liberté personnelle; celle qui s'acquiert en s'affranchissant des croyances<sup>10</sup>. Essayons donc de ne plus croire en nos certitudes ne serait-ce qu'une seconde, et laissons le ciel de notre esprit devenir limpide. (cf. *Se libérer des systèmes de croyances*, de Mickael Misita).

## Les outils d'Abdeslam Michel Raji

Sitôt après le stage dans le cadre duquel je fis la connaissance de Michel, j'entrais dans la période où je devais faire mon service militaire obligatoire. Je le fis donc ce service, et aux Pompiers de Paris s'il vous plaît. Je pensais que ce serait mieux que l'armée de terre. J'étais mal informé puisque les Pompiers de Paris font partie de l'armée de terre. Dommage. J'ai donc fait mes classes, comme il se fallait, avec des gradés aux attitudes indignes.

Ce n'était donc pas une légende. Ceux qui ont le pouvoir aiment l'utiliser pour humilier les jeunes appelés. Heureusement, mon âge (24 ans) m'a aidé à gérer la bêtise humaine. Ensuite, après les classes donc, les choses se sont améliorées. Toutefois, le passage de cette *rencontre du souffle hurleur* à l'Armée de Terre fut tout de même violent. J'ai mis un certain temps à me défaire du bouclier émotionnel que je m'étais forgé pour résister à la rupture. Etre séparé de sa vie amoureuse, sociale et familiale par obligation reste une expérience intense.

Malgré cela, je commençais à pratiquer la respiration triangulaire apprise pendant le stage avec Michel Raji. Ce qui allait durer dix années durant lesquelles se succédèrent des renoncements et des reprises du travail corporel avec la respiration triangulaire, la danse du souffle et la giration sans oublier une phrase posturale répétée des milliers de fois à l'endroit et à l'envers.

Cette phrase posturale m'a aidé, entre autres, à retrouver le caractère organique du mouvement

(*l'organicité*). Passer d'un mouvement mécanique, volontaire et musculaire à une mouvance organique où tout est lié n'est pas chose aisée. Cette variation chorégraphique que j'appelle la phrase de *la chenille et du papillon* m'a permis de retracer les chemins du corps. Une conscience organique de l'architecture corporelle s'est progressivement construite. Le geste et le corps ont été de plus en plus habités par la présence de l'esprit.

A force de pratiquer et d'imiter le maître, je me suis pris pour lui quelquefois, surtout en son absence d'ailleurs. C'est quand même plus facile, n'est-ce pas ! En sa présence, je n'en menais pas large.

Le temps a fait que les outils se sont transformés tout en me transformant pour finalement aboutir à l'évidence, que je n'avais plus à les pratiquer pour atteindre quoi que ce soit. Ce n'est pas que les outils m'avaient fait atteindre le niveau d'excellence de Michel, Oh, mon dieu non, c'est juste que les outils m'avaient renvoyé ce dont j'avais besoin pour sortir de ma petite personne nombriliste, et me montrer la Grande Conscience à l'origine de tout et de rien.

Les outils m'ont aidé à extirper l'essence tout en levant les obstacles qui m'empêchaient de voir clairement ce que j'étais et devais ne plus faire pour être.

- **La respiration triangulaire** : Elle est très puissante, surtout dans la phase de la respiration inversée. Elle consiste à empêcher la cage thoracique de se dilater lors de l'inspiration tout en gagnant sans bloquer la ceinture abdominale, pour finalement dilater l'intérieur et respirer dans le dos. Cela règle la problématique du

muscle psoas, une vraie poubelle énergétique qui accumule les toxines et peut rester hypertendu empêchant le lien fluide entre le tronc et les membres inférieurs.

C'est une inversion organique de la respiration. Ce qui inverse beaucoup de choses d'ailleurs. Même l'esprit respire différemment à force. Cette période pressa le corps au point d'en faire sortir un *langage organique*.

Triangulation

*L'air triangule le corps*

*Le corps a un air triangulaire*

*L'angulation trie les tripes*

*Devant Derrière*

*Dilatation en remontée dorsale*

*Dilatation en descente sterno-ventrale*

*Derrière Devant*

*Rétraction en dilatation*

*Brûlure sacrée*

*Derrière Devant*

*Dilatation en rétraction*

*Brûlure sacrée*

*Propagation du feu*

*Du centre au sacré*

*Du sacré aux racines*

*Bas Haut Devant*

*Dilatation*

*Haut Bas Derrière*

*Triangulation de la dilatation*

*Triangulation de la rétraction*

*En tout sens*

*De la respiration triangulaire*

*Au circulaire continu*

*Un corps respirant enfin  
Corps en triangles respirants  
Joindre les triangles  
Bas Centre Haut  
Losanges respirés  
Portes ouvertes  
Fraîcheurs lumineuses  
L'os émancipé de la colle  
Flotte dans l'eau oxygénée  
Concentration des battements  
Temps fort compressif  
Temps faible impressif  
Rythme primaire de la conscience première  
Ecoute attentive du vide pulsatif  
Inversion du vide en plein impulsif  
Pulsation syncopée du sanguin  
Impression du retournement sensitif  
La tête bascule l'esprit s'inverse  
Aspiration des liquides en temps fort d'inspir  
Inspiration en temps fort dépressif  
La propulsion est dans l'impulsion  
La compression du plein est dans le remplissage expressif  
De la compression à l'expression  
De l'expression à l'impression  
Le cœur cadence la danse sanguine et aérienne  
Le vent souffle à la mesure des grondements pulsés  
Les vents balayent les champs capillaires aux rythmes des  
courants souterrains  
Aspiration des flux  
Les cavités cavernueuses se gonflent d'énergie avant de la  
répandre  
Elles se gorgent en une double suspension  
Elles se dégorgent en une seule expansion  
De la concentration du plein à l'excentration du plein*

*Le vide est un plein*  
*L'inversion aérienne circulatoire est la révélation*  
*du Tout plein de vide*

L'absence de ponctuation est probablement la traduction de ce que je ressentais dans la pratique de la respiration triangulaire, à savoir que tout est relié. Cette respiration a tout relié en moi. S'il y avait du morcellement en moi, l'air a retrouvé le chemin de la structure organique de la conscience. Et au moment où ce travail s'est arrêté de lui-même, j'étais dans la respiration triangulaire des os du crâne et dans celle au-delà des limites du corps physique: une sorte de respiration triangulaire énergétique et subtile.

Cette pratique m'a mis en lien avec l'énergie de la respiration et de la conscience. Là où je respire, la conscience respire. Là où la conscience respire, ça me respire. Ainsi, je peux diriger le souffle vital là où je le désire. Et je ne fais plus de différence entre le souffle, la conscience et l'énergie. On retrouvera ce constat dans le livre 2, quand j'explique que *La Résonance Unitive* est, entre autres, l'art de localiser, de déplacer et d'intensifier l'attention et donc l'énergie.

Pour l'anecdote, je me souviens de cette tique qui s'était plantée dans mon mollet, décidée à se gorger de mon sang. J'ai alors décidé à mon tour d'orienter toute l'énergie du souffle vers elle pour l'en déloger rapidement sans la toucher. Juste avec l'intention associée de la respiration et de la conscience, elle tomba d'elle-même au bout de quelques minutes. Quand je suis fatigué, que j'ai mal quelque part ou que je sens mon système immunitaire s'affaiblir, je me reconnecte avec le souffle vital et le laisse agir dans la présence unitive de l'instant-étendu.

- **La danse du souffle** : En plus de la respiration triangulaire inversée, il y avait aussi la pratique de la danse du souffle issue de la mystique soufie des derviches hurleurs. Elle consiste à respirer de façon rythmée, toute gorge déployée, afin d'ouvrir l'arbre bronchique à son maximum. Son lien organique avec la respiration triangulaire est que pendant le souffle hurleur, le maintien musculaire intentionnel de la ceinture abdominale et de la cage thoracique dépend de la maîtrise de la *respiration inversée*. Cette dernière permet de développer la respiration dans tout le dos ; ce qui ouvre la possibilité d'installer une colonne d'air qui fait vibrer l'arbre bronchique : la respiration peut alors devenir un souffle hurleur. Le son ressemble à une scie de bûcheron qui résonne dans la vallée. C'est très puissant.

La pratique du souffle nettoie également le corps de ses déchets, de ses résistances et de ses blocages. Ces années de pratique du souffle ont fait sortir de moi l'essence de vie, la quintessence de l'Esprit. Ça m'a ouvert la boîte crânienne. Tout ce qui était au-dessus a fait fondre la *matière grise*. Ma conscience béante avait besoin de nouvelles limites et d'une nouvelle compréhension de l'univers. Je me suis donc lancé corps et âme dans l'étude de l'astrologie humaniste et karmique pendant 5 ans (cf. Dane Rudhyar, philosophe et astrologue humaniste de renommée internationale). A cette période, tête aux quatre vents, je marchais dans les rues de Reims. Je me sentais connecté aux planètes et aux étoiles. C'était enivrant.

Je sais que je suis loin d'être purifié dans mon corps comme peut l'être une personne qui pratique le

souffle hurleur et la giration durant toute sa vie. Mais je sais aussi que *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> est une approche qui peut donner les mêmes résultats sans faire d'effort et sans entrer dans un travail ascétique et solitaire. Ce travail m'a permis de m'ouvrir. Il m'a montré aussi que j'avais tendance à me refermer sur moi-même, si je n'y prenais pas garde. Le travail sur soi n'est pas fait pour isoler, bien au contraire.

Je suis allé dans le dénuement le plus extrême, dans l'immobilité la plus lourde, dans le non désir le plus intense. Je me suis coupé de moi-même et des autres durant de nombreuses années. C'était bien évidemment pour découvrir que l'isolement n'a d'intérêt que quand il amène à se réconcilier avec soi, les autres et l'univers. Dans ce cas, le sentiment de séparation d'avec les choses, qui conduit inévitablement à éprouver la solitude, s'efface devant la réconciliation fondamentale. Nous sommes semblables en tous points avec tout ce qui nous entoure. On partage tous la même essence de base : le vide.

Pendant trois ans je marchais et sautais soufflant des heures durant à travers les sentiers forestiers des forêts de l'Aisne près de Laon. Un jour je me suis retrouvé nez à nez (ou plutôt nez à truffe) avec un cerf immense qui était caché. Il jaillit du fourré d'un bond puissant pendant que je soufflais. Quelle émotion ! Mon cœur sortit littéralement du poitrail.

Le souffle a un effet sur les animaux très particulier. Quand je souffle en présence des chevaux, cela les excite. Ils partent dans des ruades frénétiques. Les vaches sont comme hypnotisées. Elles deviennent un troupeau captivé qui répond à tous mes gestes. J'ai donc dansé avec les vaches. Je vous assure que l'effet

du souffle hurleur sur les animaux m'a obligé à faire attention. Je ne dois pas le pratiquer n'importe où. Quant aux chiens, soit cela les fait fuir, soit ça les rend agressifs.

Je pense que le souffle touche ce qu'il y a de plus primitif chez les animaux, comme chez l'homme d'ailleurs. Et cet instinct animé par le souffle éveille une conscience profondément incarnée. La spiritualité et la pulsion sexuelle sont étroitement liées dans la mesure où l'énergie primitive est sublimée. Le souffle m'a permis de transcender l'élan sexuel et créateur dans la danse, la poésie et la peinture réunies.

## **La vision**

C'est à cette période de travail intense sur moi qu'une vision puissante m'est apparue. Habillé en chevalier, je m'approche d'une immense souche d'arbre au beau milieu d'une clairière. J'y dépose mon armure ainsi que mon épée sortie de son fourreau. La particularité de cette épée est qu'elle ressemble à un serpent ondulant. J'y vois bien sûr la pacification de l'énergie phallique et conquérante. Cette vision a eu sur moi un effet très apaisant. C'était comme une réconciliation avec ma part féminine et bienveillante qui avait été écrasée par le guerrier dominateur voulant contrôler son corps et la nature.

Cette féminisation a contribué à adoucir ma personnalité et à lâcher prise avec les désirs fusionnels. Cet adoucissement se retrouve d'une autre manière dans la période picturale abordée dans le chapitre suivant. Au moment où je prends conscience que, pour

créer une peinture, les éléments de la nature n'ont pas besoin de mon intervention pour s'organiser et faire ce qu'ils font depuis des milliards d'années.

## Premières fulgurances poétiques

En 1998, pendant que je pratiquais la respiration triangulaire, j'eus mon premier accès *sème-antique*, le nommai-je alors. Aujourd'hui, je compare cela à une *résonance imaginale* (c'est un voyage de l'esprit dans les espaces invisibles et subtils de la Réalité). Du tréfonds de mon cœur-cascade de sang *surgit un aigle de feu* qui arracha de mes entrailles des lambeaux de chairs poétiques.

L'écume des temps anciens

*Motion, émotion, ça frappe. Ça tremble.*

*Humide, luisant. Ver'luisant, rouge'luisant.*

*Vol chaud.*

*Souffle sanguin coule en suspens.*

*Ailes de sang. Battre la mesure. Vie.*

*Le battement des ailes de feu balaye le lac'mère. Enfin le cœur. Le cri. Lac'cri'mère. Larme de sang. Cœur du regard émouvant.*

*Coule à la bouche.*

*S'abreuver à l'émoi du moi. Digérer les mois.*

*L'autre, où ? Là où l'émoi se noie.*

*Du sucre au sel. De lui à elle. L'effet mère. Le cœur sucré de l'éphémère.*

*L'univers'sel de l'éternité. Sel de la mère.*

*Conservation Mémoire de l'homme.*

*La cœur'de'sel. Scelle. Héritage. Humanité. Toute l'histoire et après, Là. L'écume des temps anciens, rouge de la*

*barbarie des hommes.*

*Bave de coeur. Ravaler. Ne plus ressentir.*

*Ne pas souffrir.*

*Se faire saigner.*

*Et la bave en larmes de sang se transforme.*

*Retour au coeur de sel : matière et mère purificatrices.*

*S'abandonner au suspens des ailes de feu et laisser couler l'émoi de toute l'humanité en moi. Mes larmes rejoignent ma bouche, et mes mains, instruments de souffrance, aux lèvres je demande pardon !*

L'aigle de feu surgit des cascades d'hémoglobines de mon âme écorchée vive. Je suivis son vol jusqu'à l'acmé de ma conscience qui s'éveillait à elle-même. Je ressentis sa puissance rédemptrice m'envahir. J'étais devenu cet aigle à la vision rouge sang capable de voir dans ce corps auparavant (au paravent) opaque. J'ouvris l'oeil intérieur sur les contrées intestines de mon âme.

Quelle expérience, quand j'y repense ! C'était comme une naissance. Mon esprit sortit du ventre de ma conscience primaire insouciant. Et je n'y suis plus jamais retourné, tel l'oiseau quittant le nid parental pour toujours. Après ce premier jaillissement poétique, s'ensuivirent d'autres, accompagnant les petits éveils qui s'étalèrent 15 ans durant.

Poudre mortelle

*Jour de présent achète les règles des tables de vie. Rangement des troubles en rond de bois sur les ongles de la loi. Avec les aboiements des austères, seule la ruée vers les temps amers reste une quête de sens. Joie sans demeure d'y croire, reste sans aucune prestation de la part de soi, je suis un menteur*

*de route ; Rouleur de vie, elle m'échappe. Elle reste hors d'atteinte. Astreindre les joueurs au respect des soleils qui s'éteignent devant les yeux des innocents. Rouge des fleurs sans pétales. Avec comme seul espoir la victoire des dérisoires sur les pots en terrasse. Ouvrir les coeurs des rieuses en silence, telles des hyènes froides. Aberration des cages de la rue sur la mer des sauterelles en salve sur les fenêtres des ciels gris de la religion. Juste la colère des sans nom qui attendent la réserve des cadavres aux coeurs encore chauds. Liquide sec de la mère sans lait. Pourtant, elle se réserve aux enfers assoiffés. La poudre blanche vole sur la misère de la bouche ouverte.*

*Extermination de la guêpe qui dévore le nectar de la salive en croûte. Les mouches s'en vont les ailes entre les pattes. La trompe aspire l'éléphant entre les dents. De la mer le sel conserve les os rongés. Les trous de la larve s'enfoncent jusqu'à la moelle. Les pores s'ajoutent à la truie qui renifle la décomposition. Les vers des globes oculaires, non pour voir mais pour trouer les yeux de la vérité de la mort. L'âme passe sur le corps comme le vent sur le désert aride. Il laisse la sécheresse sur son passage. La poussière de la vie, poudre mortelle, s'échappe des orifices. Espace sans air, un souffle balaie les couloirs de l'être en demeure.*

*Croire en la puissance du cœur, seule nourriture empêcheuse de tomber en cendre froide. Ravissement des coléoptères, grignotent les tissus sans chair. Par terre la mélasse craquelle en des morceaux de cornes. Voir le feu du désert fendre les espoirs d'une vie déchue avant même son élévation. La coulée du cœur dans les yeux soulève la poussière.*

*J'y vois les cicatrices de la terre s'estomper. L'eau sanguine lisse les contours de l'être encore sans chair. La peau pousse et recouvre l'être de chair et d'os. Le nénuphar s'ouvre pour*

*recevoir la rosée amoureuse. L'écoulement du cœur sort la vie de la putréfaction. La fleur de cœur court jusqu'à la prochaine vie.*

Ce texte montre le réveil de la conscience qui cherche à reprendre contact avec son corps, sa réalité. D'un corps mourant de l'absence de présence à soi, je passais petit à petit sur l'autre rive, celle de la conscience créatrice et vivante. Les phrases, *La coulée du cœur dans les yeux soulève la poussière*, ou encore, *L'écoulement du cœur sort la vie de la putréfaction*, en sont la parfaite illustration.

\*\*\*

Il aura donc fallu une rencontre et une pratique ascétique pour retrouver le souffle créateur. Les outils m'ont renvoyé à ma propre dureté, à l'exigence envers moi-même, au côté dévitalisant du contrôle de soi. Ce n'est pas tant la pratique qui m'a ouvert à moi-même, c'est la prise de conscience de ma tendance à la domination de mes émotions et de mon corps. La peur de ce que je ressentais empêchait l'expression de l'élan vital.

Une fois que la spontanéité émotionnelle eut repris sa juste place, l'expressivité artistique explosa à travers le média de la peinture, qui mêla dans un premier temps, le souffle, la calligraphie et le graphisme.

## Chapitre III

### La peinture : catharsis des mois (d'émoi)

*Avant que je ne foule ma terre,  
je n'osais pas vivre,  
de peur d'écraser les fleurs  
que je ne voyais pas encore.*

### Graphismes et réminiscences

Les premières créations furent surtout graphiques. Je me revois en train de souffler en même temps que je calligraphiais des signes venus d'ailleurs. C'était puissant. Il y avait du feu. La première exposition se nommait *Corps et Graphique*. Elle faisait le lien entre la danse du souffle et la peinture. Le feu créateur s'imprimait sur la toile. Le texte suivant témoigne de l'état d'esprit dans lequel je me trouvais à l'époque, en l'an 2000.

#### Réminiscence

*Attirances primitives, le geste me prend au corps.*

*Corps à corps entre lui et moi.*

*Faucheur sans pitié.*

*Le geste accompagne en secret celui qui tient.*

*Il me tient quand il m'échappe. Le geste devient ma conscience, il fait ce que je suis.*

*Quand le geste me lâche, la conscience se dérobe.*

*Glissement.*

*Je ne regarde plus ce que je fais. C'est ce que je fais qui me regarde.*

*Cet oeil me dépèce et montre au grand jour les entrailles de mon âme.*

*Ecorché vif, mon sang brille dans cette obscure vérité : les illusions déchirées.*

*C'est un savoir primitif auquel je suis soumis. Je fais l'expérience de la con-naissance (con < cum = avec) (naître avec), de la réminiscence platonicienne. Je ne connais pas ce qui se peint par ma main. Je suis dans la trans-parente, dans ce qui traverse l'apparence des choses. A travers moi, je vois les autres. L'oeuvre picturale me regarde du tréfonds de ses souvenirs. Elle brosse les formes, les signes et les couleurs de cultures primitives qui sont imprimées sur les parois de l'inconscient collectif.*

Durant cette phase où je me suis pris pour un peintre, j'ai traversé involontairement de nombreuses périodes picturales. C'est comme si l'histoire de la peinture était inscrite dans une mémoire collective à laquelle j'avais accès. Chacune de mes périodes picturales résonnait plus ou moins avec un courant artistique ou une culture primitive. C'était probablement une façon de communier avec l'énergie créatrice de l'humanité. Tout en me cherchant à travers la main qui crée, je côtoyais par moment l'unicité, la fusion des mondes, le monde de mon dedans et le monde extérieur. J'étais encore séparé de l'essence qui m'accueillait en elle par intermittence.

La peinture força l'introspection. Elle me libéra

des entraves de la raison. La spontanéité des gestes créateurs du début s'appuyait sur la respiration. Cela donnait des oeuvres graphiques et calligraphiques. Le souffle rythmait certaines créations picturales. Je sentais le rythme du souffle qui faisait jaillir les formes graphiques. Dans le souffle, je faisais des kilomètres d'écriture idéographique qui ressemblaient à s'y méprendre à des corps en mouvement qui dansaient la vie retrouvée. Le souffle hurleur laissait sa trace sur la toile chaude d'avoir tant vibré à en perdre haleine.

### **Sensualité et profanation**

Le pinceau dans la main, les poils posés sur la surface vierge de la toile, la caresse du trait de peinture, l'odeur, le bruit du frottement, les couleurs et les formes graphiques remplissaient mon âme d'*émois* indescriptibles. Je pleurais parfois devant cette main et cette toile sortant du néant de ma conscience transparente. Le souffle créateur se posait sur la surface blanche. La tension émotionnelle du geste impur face à l'innocence virginale de la toile à chaque début de tableau força l'instauration d'un rituel. Des larmes, des cheveux, de la salive, des morceaux d'ongle, des squames furent donnés en offrande à la toile, symbole de la pureté originelle. J'appelai cette phase *La dé-composition*.

Autant dire que l'acte créateur était une profanation. Pour qu'il y ait création de quelque chose de nouveau, le sacré est condamné à être profané. J'étais ce créateur maladroit poussé par une force qui le dépassait. Poser le pinceau, les doigts, la main et le

corps était une étape nécessaire pour m'affranchir de l'excès de yang qui m'animait. Car au bout de 4 ans de création picturale frénétique<sup>11</sup>, le geste de départ, qui était puissant, conquérant, martial même, laissa place à un geste délicat et souple, éloigné de la toile.

## Accueillir dans le non faire

L'oeuvre se faisait par elle-même. J'intervenais le moins possible, respectant l'agencement spontané des matières sur le support. La série, intitulée *Etymon Cella (cellule originelle)*, est la dernière avant l'arrêt brutal de la peinture en 2004. L'équilibre entre le yang et le yin se fut trouvé. Ne plus agir et laisser être. Ne plus vouloir et accueillir ce qui vient. Ce sont d'ailleurs des principes qui se retrouvent dans *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>.

Pendant la réalisation de la série *Etymon Cella*, j'ai écrit le texte, « Ça y est, je suis dans la cellule! » Il témoigne du lâcher prise de l'acte créateur où le faire laisse place au non faire. En voici des extraits :

*Ça y est, je suis dans la cellule ! Elle me donne son éclat. La danse des cellules est enfin visible. La cellule me montre la façon dont elle se constitue, vit et se répand. Elle impose à mon regard sa beauté, mais surtout sa vérité : sa structure est la conséquence des forces qui interagissent dans son évolution. Chaque chose cherche sa place dans un chaos apparent. Sitôt qu'un élément de la cellule trouve sa place, les autres se positionnent subséquemment. Comme s'il y avait un chef d'orchestre autoproclamé qui mettait de l'ordre.*

*Sous mes yeux se joue un ballet cellulaire. Je découvre la vie*

*cellulaire, son fonctionnement, et ce qu'elle recèle de mystère. L'eau, encore l'eau, toujours l'eau qui donne forme à la vie en liant les différents constituants de la cellule. (...) Sans eau, la poussière ne pourrait prendre forme. La cellule ne pourrait exister. (...)*

*Quand je peins je laisse sous mes yeux naître des mini- big bang. (...)*

*Si l'âme avait une forme, elle serait une cellule. (...)*

*Ça y est, je suis dans la cellule, dans la chambre de l'origine, dans la loge primitive, où les anges se cachent pour vivre en secret. (...) Le temps n'est plus, le nombre n'est plus, l'espace n'est plus, l'espace n'a plus de fond et le fond d'espace. La transparence et l'éclat de la forme se mélangent au fond. (...) La fusion est l'indétermination des origines. (...)*

*Je suis dans la cellule, dans ma cellule. Elle est dans la cellule terrestre ... cosmique ... microcosmique. Je pense, pense-moi, il est, être de ça, dehors et dedans et hors du dans, nulle part. La part nulle du moi est ailleurs. Le pas existe s'il y en a un autre. Le pas est miroitant. Il répond au pas d'un autre qui me jouxte à la périphérie du monde. Quand mon pas se pose sur la terre, il soulève le sien. Mon pas se pose sur son empreinte. C'est pour cela que je ne tombe pas à l'intérieur de la cellul'terre. Toute chose a son pendant.*

*La cellulème planétaire est une chambre dans laquelle ma conscience du monde se meut. Au fur et à mesure que ma conscience perce la membrane cellulaire pour explorer d'autres cellulivers, la conscience forme une nouvelle cellule-conscience, plus grande encore que la précédente. (...)*

*Mes pensées sont des bulles miroitantes qui se gonflent d'air'idées (déridée)s jusqu'à sa rétraction brutale, ou son éclatement en particules élémentaires (pensées élémentaires).*

*Par jour, ce sont des milliers de bulles miroitantes qui illustrent la respiration de l'esprit. (...)*

*Je repense à ce moment, allongé dans l'herbe, ventre contre terre. Je vis l'image de mon corps inversé sur la face cachée de la Terre, juste sous moi. Une sorte de mirage créé par le reflet de mon corps dans la voûte terrestre de mon crâne. Je plonge ma tête dans le gazon. Il y fait sombre dans mon ombre. Une fois dépassée ma réplique, j'y vois plus clair. Je plonge alors mes mains dans la lumière en écartant ce que je prenais d'abord pour des nuages. Ce n'était que leur reflet. L'autre facette de la terre est un reflet de tout ce qui existe sur celle-ci.*

*Je vois un oiseau qui vole à l'envers. Je pourrais presque le toucher. Il est si proche de mes yeux. Ouah! Je tombe de l'autre côté. Ça y est je vole ! Mon ombre vole. Mon esprit vole. Je suis entré dans la cellule plasma onirique où tout est possible. Je vole aux côtés de l'oiseau inversé. Je me retourne pour être dans le même sens que lui. Le haut devient le bas et le bas le haut. J'ai la désagréable impression qu'avant j'étais dans la terre et qu'à présent je suis dans les airs. Avoir la tête dans les nuages était donc une mauvaise vision des choses. On aurait dû me dire que j'avais la tête dans les nuages de la Terre. La Terre est ma tête. Ses rêves sont les miens. Ses cauchemars sont les miens.*

*J'y vois à 360°. Tout ce que je vois est déformé. Les lois de la perspective sont obsolètes dans ce monde ovoïde. Tout est à la fois petit et immense. Les gestes et les déplacements des choses qui m'entourent le sont également. Quand les ailes de l'oiseau se soulèvent, elles deviennent infiniment grandes, et lorsqu'elles s'abaissent, elles deviennent infiniment minuscules. Tel un miroir déformant, l'environnement se joue des formes. L'oiseau devient le ciel et l'instant d'après il*

*réapparaît toutes ailes déployées. J'imité ses mouvements. Ça marche. J'évolue à ses côtés. Je deviens ciel à mon tour. J'entre dans l'azur d'un battement de paupière, et réapparais l'instant d'après.*

*J'entre dans un nuage qui a la forme d'une cellule. J'y entends le souffle vrombir. Il se dilate et se rétracte au rythme de ses pleurs. Je colle mon oreille contre sa poitrine gazeuse. Je suis nuage. J'inspire la fraîcheur du vent. Je remplis ma laine des eaux telluriques vaporeuses. Je frissonne. L'eau apparaît en gouttelettes sur la surface.*

*C'est fait, je pleure. Je ne suis pas triste, non, je suis un nuage, juste un nuage. Je redonne l'eau à celle qui me l'a offerte. Quand j'ai aimé jusqu'à la dernière goutte, je m'évapore. Je suis à présent le ruisseau qui court et verse les perles de diamants aux pieds de la belle plantureuse. J'y sème le minerai d'amour. Je suis la fleur aux pistils de saphir. Je rayonne de mille feux.*

*La lumière est en moi. J'attire les précieuses ailées. Glissant leurs pattes expertes dans mon coeur, elles s'habillent de ma semence joyeuse et vont m'aimer avec une de mes soeurs. Je suis précieuse et voleuse. Je tente d'atterrir sur une plante saphir. Elle est déjà en train de faire l'amour. Je parviens à une fleur encore vierge. Des perles de larmes tombent sur le sol étincelant d'amour. Des milliers de petits diamants sortent. Je suis l'éclat scintillant du sol. La voûte de mon crâne est une voie lactée. Mon rêve est une supernova.*

Techniquement, je laissais tomber sur la toile détrempée la poussière des pastels secs pour recomposer une organicité picturale spontanée reflétant la création autonome de toute chose. C'est ce que j'ai compris au fur et à mesure. La technique consistait à mettre de l'eau (élément eau) contenant

une colle diluée (les bactéries) sur le support (élément terre), de la poussière de pastel (élément céleste ou éthérique) que je laissais tomber de la peinture par touches délicates (l'élément feu créateur) ; et je laissais faire les éléments se rencontrer dans un espace sacré où la main et l'oeil du créateur n'intervenaient quasiment plus.

Tous les éléments entraient dans une danse créative dans laquelle je devenais un observateur privilégié. Quelle jubilation de retrouver cet état de liberté créative où je n'avais plus à imposer quoi que ce fût. Je proposais des éléments sans décider ce qui allait advenir de la composition finale. Le résultat, une espèce de *peinture cellulaire* qui fait penser à des clichés pris au microscope.

#### Les toiles filantes

*La toile est la peau. Elle filtre et protège l'âme. Le bois est le squelette. Il maintient toute la structure organique. L'eau est la matrice nourricière qui accueille des lambeaux de chair âme. L'eau se coule sur les toiles en plasma orbital. Elle accouche de la poussière qui maintient l'étendue en une forme utérine. De la poussière naissent les organes qui se dilatent et se rétractent au rythme de la main de la création. Les fils sont les liens tissulaires et nerveux qui permettent à l'oeuvre de se vivre et de se transformer. Ils sont les connexions synaptiques manifestant la pensée créatrice en train de se faire. Quand ma main s'arrête de peindre, mes pensées s'assombrissent. Quand la main reprend son ouvrage, l'esprit s'éclaire. Le monde devient plus clair. La matière, les couleurs, les formes révèlent la création en train de se faire, racontent ce qu'elle est.*

## Poussière d'âme

Quand je regarde en arrière et que je vous relate cette période de ma vie, je comprends que quelque chose de puissant avait soulevé la poussière couvrant l'être authentique et créateur. C'est bien évidemment la danse du souffle hurleur et la respiration triangulaire qui ont permis cela.

Au fil du temps, des milliers de peintures se sont répandues autour de moi. Le chaos de mon âme morcelée s'étalait au grand jour. Puis, la poussière se déposa délicatement sur les milliers de fenêtres ouvertes de mon âme. J'étais devenu le bouillon de culture primordial de ma propre renaissance.

Petit à petit, la poussière relia mes différentes parties pour n'en faire plus qu'une, une cellule intègre. Je suis alors tombé dans la cellule de la conscience trans-lucide. Je n'avais plus besoin de chercher un reflet imparfait dans la peinture ou la poésie. D'où, probablement, l'arrêt spontané de la poésie et de la peinture. Elles avaient rempli leur rôle. J'étais un, plus deux (cf. Osho, *Le livre du rien*); ce qu'impose inévitablement ce jeu du miroir permanent peintre/peinture ou créateur/créature. La dualité avait tiré sa révérence. Seule l'harmonie du lien retrouvé subsistait.

*Je dépose ma poussière. Sa couleur traduit son énergie vitale. Sa texture exprime son humeur. Si je suis triste, les larmes sont le liant. La transparence (du coeur) prime. Si je suis fort, c'est du sang qui jaillit. Alors l'opacité et la densité s'imposent. Si je suis en tout, la lymphe harmonise l'ensemble. Toutes les qualités de boue se rejoignent sur la*

*toile-corps. Si j'ai faim, c'est de la salive que vient le goût d'exister. Si j'ai chaud, c'est de la sueur qu'il s'agit. Alors, l'eau s'évapore et laisse le sel cristalliser la poussière en fossiles picturaux.*

## **Entrer en résonance**

Le texte suivant renforce l'idée que tout était déjà là. *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> était en gestation. Si on remplace le mot « art » par « résonance », c'est flagrant.

L'art

*L'art est hors du corps. Il le sort de la décadence, de l'affaissement des chairs, de l'apesanteur même. Il fait entrer l'être dans l'espace intime où se joue l'enjeu de la grâce. C'est au moment du croisement de leurs regards que l'âme entre en résonance avec le mouvement de l'univers. Quand j'oscille, c'est la terre qui bouge sous mes pieds, j'arbre. Quand j'avance, c'est le vent qui me porte, je nuage. Quand je glisse, c'est l'eau qui me caresse, Je rivière. Quand je tombe, c'est la chute qui m'entraîne, je cascade. Quand je jaillis, c'est le feu qui me brûle, je volcan. Quand je tourne, c'est l'univers qui m'invite, je danse.*

Ces textes témoignent de la prise de conscience qui se construisait au fil des peintures. Le fait de créer des oeuvres me mettait en lien direct avec l'élan universel. C'est ce qui me donnait le sentiment profond de communier avec le créateur dans son oeuvre cosmique. La peinture était aussi pour moi une façon d'exprimer la rencontre avec mon univers intérieur tant organique que spirituel.

*La spiritualité dans l'art, c'est la perception subtile faite œuvre.* Quand je relis cette phrase écrite en 2001, ça résonne tout à fait avec l'approche subtile et intuitive de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>, qui pose comme postulat : seul existe ce qui est. Je pourrais donc écrire aujourd'hui: *La sensualité subtile, c'est la spiritualité faite corps.* C'est être ici et maintenant dans ce qui est, comme seule chose véritable et tangible. Ce qui a été n'est plus et ce qui n'est pas encore n'existe pas. Je suis ce je suis en train d'être.

L'acte créateur pictural m'a appris cela. Quand je fais un geste qui brosse la toile, ce qui est n'est ni le trait en train de se faire, ni le trait en devenir. C'est la conscience du geste créateur qui le fait être. La création artistique n'est qu'une trace du passage de la vie, une pâle copie. La vie ne peut être imitée parce qu'elle est insaisissable. Il est tout simplement impossible de ne pas être vivant quand on est présent.

En aparté, la technique de la provocation thérapeutique qui consiste à dire à quelqu'un de disparaître sur le champ ou de faire apparaître quelque chose, quand elle dit être transparente, ne pas exister ou encore avoir des pouvoirs magiques, se fonde sur ce constat de la réalité tangible.

## **L'inconscient collectif**

La peinture a aussi participé à me défaire du voile des illusions. Je décortiquais chaque oeuvre comme pour déliter toutes les couches de mon âme. Je tentais de déchiffrer les inscriptions antiques qui se projetaient sur la toile. J'avais même commencé à

écrire une sorte de grille de lecture symbolique. La dimension transpersonnelle de l'art se révélait de plus en plus. A force d'arpenter les arcanes de mon être, une intelligence intuitive vint à organiser les gestes, les signes et les couleurs. Et cette façon de faire s'imposait à moi sans que je ne l'eusse jamais apprise. Ce savoir inné venait de quelque chose qui me dépassait, qui me précédait et qui m'englobait.

Les écrits de Jung allaient éclairer ma route. La notion d'*inconscient collectif* qu'il a introduite dans la pensée contemporaine, m'a permis de confirmer le pressentiment qu'en chacun de nous, tout un pan de la connaissance humaine est caché à l'homme de raison. Nous sommes tous porteurs d'une sagesse ancestrale. Je dis souvent d'ailleurs que notre plus grand maître est à l'intérieur de soi.

## Mort de l'ego-artistique

La peinture fut pour moi une période intense d'introspection. Elle a participé en partie à l'édification des principes de *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>. Etre seul face à soi-même dans l'acte de création m'a aidé à rencontrer cette personne que je croyais loin et extérieure à moi. Cette personne que j'attendais depuis si longtemps n'était autre que moi-même, dépouillé des attentes, des projections et des peurs. A la fin d'une série, je mourrai avant de renaître dans une nouvelle étape de travail pictural. J'en suis arrivé à créer *Les Ennéades*, des centaines de séries de neuf toiles, qui donnaient naissance à une nouvelle facette d'un moi sensible et esthétique. A force de gestations picturales

répétées, je suis tombé mort né du ventre de ma volonté de vivre farouche, créant encore et encore, avant de prendre conscience que ce n'était pas moi qui créait ou qui mourrait à chaque fin de série, mais bien la Nature imperturbable qui annihile l'individu dans sa vanité égocentrique.

Rien, plus rien de personnel dans le travail pictural ne pouvait se créer ou s'éteindre. Je me suis vu donc écrire le testament de ma mort annoncée, une sorte de suicide artistique qui ponctuait la fin de l'ère artistico-égocentrique. La peinture a donc aussi participé à faciliter la dissolution de l'ego dans l'immensité de l'énergie créatrice universelle. J'ai écrit à cette époque un texte testament sur ma mort artistique. Certains l'avaient pris au pied de la lettre. Ils s'étaient même inquiétés de ma santé mentale.

On ne peut plus mourir tranquillement de nos jours!

Manifeste d'une mort artistique annoncée (extrait)  
*L'infini n'existe pas, l'éternité encore moins. (...) La seule vérité qui réunit les hommes autour du même feu, c'est la mort. (...) je me tue, pour marquer au fer rouge dans le calendrier des miens la fin des illusions, la fin des mensonges, la fin des hommes de pouvoir qui ne peuvent rien modifier au processus inéluctable de la fin. Je dis qu'il n'existe qu'un seul acte authentique, qu'un seul acte de pouvoir, pouvant rendre les hommes égaux entre eux. (...) Je suis né mortel, je vois la mort ; je suis un mort en sursis. Je vois en chacun de mes semblables ma mort prochaine. Le néant m'aspire un peu plus à chaque fois que je m'endors. Du néant je viens, au néant je retourne.<sup>12</sup>*

**Proposition expérimentale n°5 :** Intériorisez-vous en fermant les yeux. Respirez tranquillement et

laisser l'expiration passive aller jusqu'au temps de repos avant la reprise de l'inspiration. Profitez de ce temps de repos pour lâcher tout ce qui est pesant en vous dans la terre. Ensuite, demandez-vous, si j'oublie mon travail, qu'est-ce qui reste ? ... Si j'oublie mon conjoint ou ma conjointe, qu'est-ce qui reste ? ... Si j'oublie mes enfants, qu'est-ce qui reste ? ... si j'oublie tout ce qu'il y a autour de moi, qu'est-ce qui reste ? ...

Il y a des personnes qui finissent par répondre qu'il n'y a plus rien. Que sans les autres, leur vie ne sert à rien ; que se mettre en relation avec elles-mêmes ne les intéresse pas ou encore leur fait carrément peur ; que le vide à l'intérieur est angoissant, et qu'il est plus facile de s'occuper des autres que de se confronter à ses propres angoisses existentielles ; ...

## **Le dénuement**

Le dénuement est une étape incontournable pour expérimenter la fameuse *petite mort* ; cette alchimie mystique, qui consiste à changer le plomb en or, ou le lourd en quelque chose léger. Je me souviens d'ailleurs, que je trouvais cela absurde de créer toujours plus d'oeuvres encombrantes, alors que je sentais un allègement de l'être toujours plus grand ; tant et si bien que les oeuvres se réduisirent en taille, puis en quantité, puis finalement disparurent.

Pour cela, j'ai brûlé des centaines de tableaux. J'en ai jeté. J'en ai distribué. Il ne m'en reste que très peu. C'est encore trop. Quoiqu'il en soit, le poids de l'avoir et du matériel s'abîme inéluctablement dans la légèreté de l'être.

*Ô Mer-e Intérieure, que vienne ton règne. Que ta lumière brûlante soit sanctifiée. Qu'il n'y ait plus que cendre qui retourne à la terre. Et que mon âme redevienne pure à l'instar de ta splendeur maculée de vide. Sois en remerciée. Ta présence bienveillante guide mes pas sur le chemin du néant où plus personne n'existe.*

## Chapitre IV

### **Mégalomanie ou Réalité : les prémices d'un éveil.**

*« Allo maman bobo, comment tu m'as fait,  
j'suis pas beau », alors je me r'fais  
une beauté spirituelle à la sauce gourou.*

#### **La quête éperdue**

Les voyages intérieurs, les initiations chamaniques, les rituels du souffle, les jeûnes spirituels, les quêtes de visions, la prise de plantes amazoniennes, les séances de rebirth, etc., sont la preuve que je cherchais vraiment quelque chose. Et à force de chercher, je trouvais de quoi nourrir ma curiosité. A vouloir voir les esprits, je finissais par les voir. A vouloir faire des expériences initiatiques, je les faisais. Je veux dire par là que j'ai alimenté toutes ces réalités parallèles pour remplir un vide au plus profond de moi-même. Je l'ai compris plus tard. Un vide dans lequel la question du sens de ma vie carillonnait continuellement. Cette quête éperdue m'a permis d'arpenter les chemins de l'inconscient collectif et de la cosmogonie humaine. Ce qui m'a appris énormément de choses sur l'humain, la conscience, le vivant et l'univers. Mais malgré toute cette connaissance spirituelle, mon vide restait abyssal. Et pour cause, comment remplir le vide ?

## Paranoïa

Je me suis surpris parfois à tomber dans les excès. J'étais obsédé par les voyages intérieurs et les sorties de corps. Il n'y avait plus que cela qui importait. Je faisais tellement de voyages intérieurs et de connexions que mon cerveau bouillonnait à ne plus savoir s'arrêter, emporté par ma soif de connaissances spirituelles. J'en arrivais même à croire que tout cela était plus vrai que ma vie et celle des autres. Que tout le monde se trompait. Personne ne voyait ce que je voyais. J'étais le seul à comprendre ce qui se passait autour de moi et au-dessus de ma tête.

Je percevais des vaisseaux spatiaux intersidéraux avec des peuples extraterrestres qui fomentaient des plans d'action ; d'autres encore observaient simplement les agissements des humains qui leur semblaient d'ailleurs des plus primitifs. Oh, parano quand tu me tiens !

Je croyais que tout ce que je voyais et ressentais dans mes connexions dites spirituelles était la réalité. A un moment donné, j'ai eu très peur. Je percevais tout ce qu'il y avait de plus noir dans mon environnement. Je ne me sentais plus du tout en sécurité où que je fusse. Je voyais des oiseaux obscurs par milliers qui concentraient leur énergie pour soumettre la ville à leur pouvoir destructeur. Ces oiseaux étaient comme des esprits malins qui combattaient les forces blanches du bien et de l'amour. J'avais la désagréable impression de jouer dans un film de science-fiction qui devenait réel. C'était très angoissant.

Avec le recul, j'ai vraiment frôlé la catastrophe. Heureusement que le discernement m'a fait revenir

dans le droit chemin. Ce même discernement me fait dire aujourd'hui qu'il n'y a rien de mal ou de bien dans la nature, tout est neutre et égal. Elle n'a aucune volonté particulière d'être méchante ou de punir. Ce sont mes projections morales qui lui prêtent des intentions fictives. Comme la mémoire archaïque collective est pleine de situations menaçantes, de catastrophes rappelant notre vulnérabilité, nous avons tendance instinctivement à nous protéger sans même la présence d'un réel danger.

## **Possession**

L'environnement était devenu un écran en trois dimensions sur lequel tous mes fantasmes s'animaient pour de vrai. Il fallait que je me protège des énergies malveillantes, des mauvais sorts et autres magies noires. La réalité que je créais de toute pièce n'allait pas tarder à me confronter à ce qui me faisait le plus peur : la possession démoniaque.

Des personnes qui se disaient, ou que leurs proches disaient, être envoûtées ou possédées par le mal ou par des sorciers, commencèrent à affluer dans mon cabinet. Certaines personnes avaient des voix d'outre-tombe. Leur langage était parfois incompréhensible. Des mouvements de torsion à la limite du supportable donnaient des postures pour le moins inquiétantes. On pouvait aisément croire qu'elles étaient habitées par des forces obscures. Leurs proches disaient ne plus les reconnaître.

Etre confronté à cela m'a obligé à remettre les pieds sur terre. Il faut être bien enraciné dans sa

réalité présente et neutre, pour ne pas projeter ses propres peurs sur la personne. J'observais donc le phénomène dans sa réalité concrète. Aussi, en ouvrant ma perception intuitive, je m'aperçus que, dans la plupart des cas, les gens étaient apparemment possédés, certes, mais pas de la façon dont les parents ou les proches le pensaient.

Je me souviens d'une jeune femme en particulier que son papa conduisit jusqu'à moi. Il la portait littéralement, tellement elle était affaiblie par toutes ses crises soi-disant démoniaques. En fait, en entrant en résonance avec la patiente et la situation, je pris conscience qu'elle était sous l'emprise de son propre père qui la vampirisait depuis plus de 15 ans. Il était, énergétiquement parlant, à l'intérieur d'elle. Il l'avait envahie. Le fait que sa fille devenait totalement dépendante de lui arrangeait bien ses affaires. Sa fille avait de très grandes capacités médiumniques et cela aurait pu faire de l'ombre à ses propres activités de piètre voyant.

A la fin de la séance, après un travail de rééquilibrage énergétique, la jeune femme avait retrouvé sa lucidité. Mais sitôt que son père revenait dans la salle de consultation, sa fille devenait blême se vidant complètement de son énergie. Elle semblait de nouveau. Malgré la perte de connaissance, les voix, les torsions et les transe-décharges<sup>13</sup> reprenaient de plus belle. Je dois dire que cela était très impressionnant.

J'ai traité cette jeune femme à deux niveaux. Le premier consistait à recouvrir des parties d'âme<sup>14</sup> tout en dégageant l'emprise énergétique du père; le deuxième niveau, plus délicat encore, avait pour but de détacher le père de sa fille. Délicat parce que la

situation justifiait tout à fait son omniprésence. Comment lui faire entendre et comprendre qu'en son absence sa fille reprenait ses esprits. Pour qu'il accepte cela, encore fallait-il qu'il veuille bien se remettre en question. Vu le personnage ce n'était gagné d'avance.

J'ai dû pour cela laisser passer quelques séances où je m'appliquais à remonter les batteries de sa fille qui devait faire face à l'aspiration énergétique de son père. Parallèlement, je m'efforçais à faire entendre au père qu'il avait tout intérêt à laisser sa fille prendre son indépendance malgré les signes qui lui prouvaient le contraire. J'ai accompagné cette jeune femme pour qu'elle retrouve « ses esprits » ; la convaincre également que l'éloignement d'avec son père serait salutaire pour elle. Aujourd'hui, elle habite un appartement et a retrouvé un travail.

J'ai rencontré de nombreux cas similaires depuis. Ce qui m'a permis d'identifier un mal qui n'a rien à voir avec le diable, c'est la perversion relationnelle, plus précisément, la perversion narcissique. Le pervers narcissique est un *meurtrier silencieux* qui va lobotomiser, lessiver, anéantir la personnalité de sa victime afin de la manipuler et d'en faire ce qu'il veut; l'image qui me vient est celle du vampire qui suce le sang de sa victime sans la vider totalement pour qu'elle reconstitue assez de sang pour survivre, avant la prochaine saignée. Cette situation pousse parfois la victime au suicide, d'autres fois à des dédoublements de personnalité.

## Mégalomanie

Ce genre de situation m'a permis de juguler mes brèves envolées mégalomaniaques. Tout est rentré dans l'ordre assez vite. De toute façon, la vie, par l'intermédiaire des personnes qui viennent me consulter, ne tarde jamais à envoyer des messages forts concernant mes limites et mes certitudes.

Cette mégalomanie spirituelle collective est inquiétante. Je croise de plus en plus de gens convaincus, comme je l'étais, que ce qu'ils voient au-delà du visible est la vérité, la *vraie réalité*. Je pense à une personne en particulier qui m'avait annoncé sans sourciller, dans l'intimité d'une conversation amicale, être la réincarnation de Jésus ; que sa mission était de transmettre le message christique. Elle fait partie de ces personnes fascinées par les messages et les visions reçues lors de leurs connexions spirituelles avec l'au-delà. A tel point qu'elles en font leur fond de commerce, (*ainsi font, font, font les petites marionnetuuuus !*) en diffusant de soi-disant messages d'amour impersonnel au service de la vérité, du bien commun, pour sauver l'humanité et la terre même. Rien que ça ! C'est du lourd ! Je pense sincèrement que la Terre survivra à l'humanité et qu'elle n'a pas besoin de nous pour exister. Nous sommes tellement infimes et minuscules face à l'immensité de l'univers, qu'il y a vraiment peu de chance que la présence ou la mort de l'espèce humaine change quelque chose à l'ordre universel. Que d'ego, que d'ego mes ami(e)s ! Mais il ne faut pas pour autant être des nigauds.

Le jour où cette personne à laquelle je fais référence, nous l'appellerons K, a été confrontée à un

évènement tout à fait ordinaire, une rupture amoureuse, tout en elle s'est écroulé. Elle ne comprenait pas ce décalage entre ses activités d'enseignante spirituelle et sa fragilité affective. Elle sollicita mon aide.

Tant que l'on n'a pas intégré ce vide obscur et infini au plus profond de soi, toute spiritualité est une façade qui se fissure et s'effondre au moindre tremblement de terre.

Je l'ai aidée à guérir quelques blessures affectives. Il aurait fallu que je l'aide à remettre en question ses propres convictions et croyances. C'est justement ces dernières qui nourrissaient sa mégalomanie et lui donnaient du sens à sa vie de guide spirituel. Autant dire que c'était mission impossible. En plus, je n'ai pas vocation de faire souffrir une personne déjà en souffrance. Je peux même renforcer une croyance si cela peut aider quelqu'un à aller mieux. Puisque je ne suis pas là pour sauver le monde, ça me laisse une grande marge de manœuvre.

## Quand tout s'écroule

Quand tout s'écroule autour de soi, que reste-t-il? S'il reste une angoisse du vide, une peur de la solitude, une panique, il est temps de faire quelque chose pour accepter la réalité pure et dure. Car elle gagne toujours à la fin.

**Proposition expérimentale n°6 :** Fermez les yeux. Intériorisez-vous. Respirez profondément et lâchez les tensions musculaires à chaque expiration passive. Quand vous êtes totalement détendue et dans une

présence unitive, proposez-vous de vous retrouver au milieu du néant et demandez-vous : Y a-t-il encore quelque chose ?

Quand je fais l'expérience aujourd'hui, je ressens qu'il y a un vide dans mon dedans infini. Mais ce vide a une consistance, il est plein, il me remplit de son immensité amoureuse. Il gonfle mon coeur d'un espace à la fois dense, immense et chaleureux, sans pouvoir identifier une quelconque forme. C'est comme si cette présence éternelle et infinie veillait sur moi. Après être allé dans le dénuement affectif, relationnel et matériel pendant quelques années, je sais que mon vide ne me fait plus peur ; que quoi qu'il arrive la conscience de la présence de la vie ici et maintenant se suffit à elle-même. Elle est plus forte que moi; elle ne m'appartient pas; elle est juste le témoin de la volonté supérieure de la Nature qui tue et crée la vie à sa convenance de façon totalement arbitraire ; et tout ce qui concerne l'individu n'a plus aucune importance. Je ne crois plus en rien. Je n'ai plus rien à quoi me raccrocher dans ce vide qui souffle les formes. Mon corps appartient à ce vide qui est partout en lui et autour de lui. Tant que ce vide-énergie-crédation tient ce corps, je n'ai rien à vouloir d'autre. Cela, bien sûr, n'a rien à voir avec l'indifférence par rapport aux autres ou à la vie. Je me sens encore plus proche des autres et de ma famille. Je vis les moments encore plus intensément.

## **La réalité**

La réalité tangible, celle que je peux toucher et qui peut entrer en contact avec mon corps a repris bonne place. Ce qui ne m'empêche pas de prendre en

considération les informations intuitives que je perçois quand j'entre en résonance avec une personne, une maison, un animal, des plantes ou l'univers. Simplement, aujourd'hui, je considère cela comme le résultat vibratoire et formel de ma relation au monde, ni plus ni moins. Et que cette vibration peut être en relation avec différentes couches de la conscience humaine, collective, ancestrale, transpersonnelle et cosmique. Si je me mets en résonance avec une personne, ma conscience devient humaine, si je me mets en résonance avec un arbre, ma conscience devient végétale, si je me mets en résonance avec le cosmos, « je » deviens Univers.

Je suis tombé dans le piège de la mégalomanie. J'y ai cru. Bon, c'est vrai, pas longtemps du reste. Une présence vigile veillait à tout cela. Toujours un doute subsistait en moi, sur la véracité de mes expériences spirituelles. Je dis souvent que « je ne crois plus en rien », même en mes propres expériences. Ce n'est pas parce que je vois, je ressens, j'entends que ce que je perçois est la réalité. C'est vrai pour moi dans l'instant où je fais l'expérience d'une *résonance unitive* par exemple. Mais je ne m'y attache plus. Ce qui permet de laisser les évènements couler sans résistances mentales. Une fois que ce n'est plus dans ma réalité sensible, j'oublie, pour laisser la place à l'instant présent.

Quelle est donc cette réalité immédiate que je peux vous transmettre maintenant ? Je suis en train de taper sur le clavier de mon ordinateur pour écrire les mots que vous êtes en train de lire. Cet acte que je pose ici même par les lettres qui s'alignent et s'organisent sous mes doigts construit la réalité de

notre relation spontanée de deux consciences qui communiquent à travers ce livre. Le temps que ces lettres arrivent jusqu'à vous n'a pas d'importance car votre réalité est ici et maintenant, vos yeux posés sur ses lettres qui défilent et s'organisent dans votre esprit pour vous centrer sur l'essence de la présence. Je m'adresse à notre présent partagé fait d'espace, de forme, de sens et de conscience.

Vous tenez en main un objet-livre. Vous sentez son poids, sa matière. Vous ressentez sa forme à travers la sensibilité de vos mains. C'est la réalité de l'instant. Il n'y a rien d'autre. Le reste, ce sont des créations mentales abstraites induites par les mots et les phrases que vous lisez.

Tout ce que vous lisez et comprenez de ces mots n'a rien à voir avec la réalité. Car les mots nourrissent l'ambition de notre mental de créer une réalité illusoire. C'est votre expérience sensorielle qui peut vous donner un avant-goût de la réalité. Etre capable de lire les mots sans oublier votre présence corporelle et sensorielle, en gardant à l'esprit la distance entre vous et le livre, entre les lettres, entre les mots, entre les lignes, entre les paragraphes, c'est ce que j'appelle votre réalité. Elle n'existe que pour vous de façon tout à fait unique (Cf. Douglas Harding, *Vivre sans tête.*).

Tout ce qui se passe au niveau mental et émotionnel n'est qu'interprétations et projections, qui s'appuient sur la mémoire de votre vécu. Ce n'est pas la réalité de l'instant.

Rien n'est mauvais en soi. C'est la manière dont on utilise les choses qui peut être dangereuse. Si je

crois que ce qui est imaginé par mon cerveau est la réalité, c'est ce qui est dangereux. La fonction imaginante de mon cerveau est neutre. Elle fait ce qu'elle sait faire. Il est du rôle de la *Conscience Neutre* (celle qui ne peut se retourner sur elle-même sans tomber dans le vide) d'observer et d'identifier les fonctions psychophysiologiques du corps, afin d'éviter les confusions entre la réalité et les créations imaginaires. On pourrait dire que les images cérébrales individuelles créent une réalité imaginaire collective dont les parties entrent en résonance pouvant les amener à adhérer aux mêmes images, aux mêmes illusions.

Faire des voyages chamaniques, des expériences mystiques, des rites initiatiques n'est pas un problème. Si l'on garde à l'esprit que ce n'est valable que pendant l'expérience même, tout va bien. Notre esprit reste ouvert à ce qui est.

J'aime à dire que j'oublie instantanément ce que je viens de vivre, de voir et de ressentir pour être tout à fait disponible à ce qui n'est pas encore. Quand j'entre en résonance avec ce qui me dépasse pour une personne, je laisse le cours des informations défilier à grande vitesse pour ne pas laisser le temps au mental de s'y attacher. Je m'explique. Quand le mental veut comprendre ou saisir ce qui se passe dans la résonance, il arrête le processus vibratoire de la vie. La vie n'a pas besoin de moi pour être. J'ai juste à me mettre dans le flux de sa circulation en accueillant tout ce qui vient comme ça vient. C'est pourquoi il m'est parfois difficile de relater ce qui s'est passé dans la *résonance unitive* avec une personne.

Pour revenir à la question de la réalité, j'insiste

en disant qu'il est important de garder à l'esprit, quand on envisage d'arpenter les arcanes de l'inconscient collectif et des mondes dits parallèles, que la réalité est d'abord physique et sensible ; et qu'elle dépend, quoi qu'on en dise, du filtre individuel du praticien de la *Résonance Unitive*. Trop de personnes fuient cette réalité en se projetant *corps et âme* dans des aspirations spirituelles. S'incarner suppose l'acceptation totale de son corps tel qu'il est, sans rien rejeter. On prend toutes les options ! Que l'esprit, la conscience, l'âme, le corps sont tous au même niveau. Tout se vaut. La réconciliation de toutes les parties de soi, c'est peut-être ça la vraie spiritualité. « Un, pas deux » comme dirait Osho.

Il y a un danger à classer les choses. Comme s'il y avait des choses plus nobles, plus spirituelles que d'autres. Je le répète, tout se vaut, une vie est égale à une autre une vie ; une âme vaut une âme. Rien de tout ce qui se manifeste n'est à exclure. C'est par cette approche non duelle de la réalité que j'accueille tout ce qui est de façon semblable. La réalité est neutre comme tout ce qui m'entoure. C'est la perception que j'en ai qui va teinter de façon unique ma vie.

La programmation neuro-linguistique<sup>15</sup> a une expression pour cela : *la carte n'est pas le territoire*. En l'adaptant à mon propos, je dirais que ma perception n'est pas la réalité. Vous voilà à présent prévenus, tout ce que je vous dis est totalement faux dans la mesure où ça n'entre pas dans votre réalité sensible ou dans votre expérience. Je vous fais part simplement des initiations et des voyages spirituels qui m'ont conduit à l'évidence.

## Passeur d'âmes

La première expérience de passeur d'âmes s'est imposée à moi lors d'une cérémonie soufie, à l'occasion de laquelle je me mis pour la première fois en contact avec l'esprit de la lune.

*O belle Lune, ronde Lune, Bénié soit ta lumière, Protectrice, Purificatrice Divine. Qu'elle entre en moi, Blanche, éblouissante, et qu'elle purifie mon cœur jusqu'à le rendre transparent et pur. Que mon corps soit lumière étincelante. Que mon esprit soit lumière éblouissante. Que chaque cellule de mon corps soit luminescente. (Le tout associé au souffle de la prière et à la prière du souffle...) Ainsi, alors que des ombres apparaissent autour de moi, que mes peurs m'envahissent, et que des entités noires, laides et horribles s'approchent de moi, un être de lumière apparaît tout à coup. Il s'allonge à côté de moi, sur mon lit juste à la place de l'être horrible, en décomposition, qui me jouxte. Il disparaît comme par enchantement. Cet être lumineux ressemble à une femme. Ses longs cheveux d'or, son visage blanc luminescent sans visage, son corps bleu ciel fluorescent, éclaire toute la chambre et fait disparaître toutes les ombres ; lentement elle entre en moi pendant ; je gémiss tellement l'amour remplit mon cœur. Je vibre et tremble fortement au moment où elle se dépose dans mon enveloppe physique. Je pousse un cri même. Elle est la Dame de Lumière. L'or de ses cheveux laisse dans les airs des paillettes d'or en suspension. Telle une fée, elle purifie l'environnement de son pouvoir d'Amour Doré.*

J'ai écrit ce texte juste après le rituel. Aujourd'hui, j'ai pris conscience que c'était bien plus qu'une expérience hasardeuse. C'était, en fait, mon premier contact avec le phénomène psychopompe. Et à

en croire les textes sacrés, la lune participerait effectivement à la transhumance des âmes. Quant à l'être de lumière, il avait de grandes similitudes avec la Vierge Marie. Dorénavant, elle revient entourée de colombes quand je reçois des personnes qui ont un grand besoin d'amour. J'utilise cette mémoire énergétique pour reconnecter avec ma propre douceur compassionnelle quand cela est nécessaire.

A une autre occasion, le rôle de passeur d'âme s'est encore imposé à moi. C'était dans le cadre d'un stage sur les soins esséniens animé par Anne Givaudan.

*Je suis accoudé sur le rebord d'un velux dans une chambre d'hôtel belge. Je regarde les arbres. Tout à coup, je vois les arbres se transformer en colonne de lumière. Leur tronc d'un blanc immaculé est traversé par une sève lumineuse ascendante très puissante. Je vois aussi les âmes errantes partout dans la forêt. Quand je me mets en relation avec une en particulier, les évènements de sa mort me sautent à l'esprit.*

Cette expérience a duré trois heures durant lesquelles de nombreuses âmes errantes s'agglutinèrent autour de moi, attiraient qu'elles étaient par la lumière de la conscience éveillée.

Malgré les aides extérieures que je sollicitais face à cette ruée vers ma conscience lumineuse, telle la luciole dans l'obscurité, je sentais l'oppression me gagner. Je commençai sérieusement à avoir peur. J'étais en train de perdre pied. Puis, au moment où je compris que l'aide ne viendrait pas de l'extérieur, je me tournai en mon sein, me demandant de l'aide de tout mon coeur, ..., mon coeur « al'ors » s'ouvrit en laissant

entrer des milliards de graines scintillantes, jusqu'à ce que j'en fusse rempli. Si je peux vous donner une comparaison, je pense à un contenant dans lequel on a fait le vide et qui se remplit brutalement d'oxygène.

Je sentis une sorte de plénitude énergétique, une stabilité de la conscience impérissable unie à La Conscience Universelle. C'était comme si mon coeur avait ouvert grand la bouche pour respirer à plein poumon toute l'énergie de l'univers. C'est alors que des êtres étranges et mythologiques vinrent de toute part. Un être éthérique apparut sur ma gauche. Ses déplacements étaient très rapides. Et en moins de temps qu'il ne le faut pour le dire, il fit disparaître les entités<sup>16</sup> qui m'assaillaient.

D'après mes recherches sur le nom qui m'a été donné au départ et les expériences qui s'ensuivirent, c'était Hermès, le dieu grec psychopompe, fils de Zeus. Lors d'un rituel précédent d'ouverture du coeur, Zeus était sorti de ma poitrine, immensément grand et puissant, environ 15 m de haut. En consultant un livre sur la mythologie grecque, la représentation d'Hermès était frappante de ressemblance avec le personnage espiègle et chétif qui était venu à mon secours lors de cette nuit intense en émotions.

Par la suite, j'ai creusé la question de la mythologie égyptienne et grecque. Dans les voyages intérieurs et les sorties de corps, les dieux égyptiens et grecs étaient très présents. Et quel plaisir de découvrir l'énergie de ces archétypes à l'intérieur de son propre champ de conscience. Ils m'ont aidé à comprendre de quoi était faite ma cosmogonie personnelle. Avec la puissance des contacts pendant les connexions dites spirituelles, je me sentais pousser des ailes.

Par exemple, je me souviens de ce voyage qui m'avait conduit aux confins de l'univers. Hermès m'amena aux origines de la civilisation égyptienne. En même temps, il s'était transformé en dieu égyptien, Thot, également spécialisé dans le passage des âmes vers la lumière. Il m'enseigna le rôle primordial des pyramides. Leurs formes et leurs positionnements sur la terre créaient un lieu de haute énergie facilitant le passage ultime des âmes défuntes vers l'au-delà.

Je voyais des files entières d'âmes qui attendaient leur tour et le moment d'atteindre le centre de la pyramide; une fois au centre, le faisceau lumineux qui partait à la verticale, du centre de la terre via la base de la pyramide jusqu'à sa pointe, faisait office d'ascenseur spirituel. La pyramide était une porte spatio-temporelle ascensionnelle vers des dimensions extraterrestres. Le pharaon à l'intérieur avait eu lors de sa mort la primauté de l'ascension de son âme. Il ouvrait la voie.

*L'âme errante s'adresse à l'esprit incarné, elle lui demande d'être le médiateur par lequel se manifestent les esprits psychopompes; passer de la forme à l'informe; passer du fini à l'infini où tout est conscience, silence immense, UN. Où toute id 'entité s'efface en l'innommable, absolue blancheur de la conscience céleste. En quête de paix et d'amour; les formes se reflètent en ma face; les âmes se distillent dans le lait de la conscience universelle. Goutte à goutte de nos âmes en la voûte céleste de la conscience lactée, ondoiements en échos absorbés dans le lit laiteux de la Source. Informe infiniment vertigineux, à la Source, nous sommes tous reliés, pour ne plus être qu'Elle, Conscience Inouïe.*

Les attributs et les pouvoirs d'Hermès m'ont

été précisés et explicités lors d'autres voyages spirituels. Il m'a été enseigné l'utilisation du caducée à différentes occasions pour harmoniser les chakras, intervenir sur les circuits énergétiques, visualiser des cheminées d'évacuations pour des zones chargées d'énergies viciées, ou encore ouvrir des colonnes lumineuses ascensionnelles pour les âmes errantes. Ces connaissances et ces visions ont pour effet d'augmenter mon pouvoir personnel quand on me sollicite pour faire des soins chamaniques par exemple.

La puissance de l'intention et des visions, lors de soins spirituels, déclenche les ressources d'auto-guérison chez le patient. Si on accepte l'idée que la pensée soit de l'énergie pure, une image investie d'une intention de guérison puissante aura une vibration telle qu'un processus d'harmonisation autonome se déclenchera chez le patient par un phénomène de résonance.

Dans plusieurs autres connexions spirituelles, le message suivant revenait de façon récurrente : « Tu es un passeur d'âmes et tu dois mener les âmes vers la lumière. » La puissance des relations avec Hermès, Thot et Merlin renforçait cette supposée mission spirituelle. J'y ai cru et me suis identifié quelque temps à cela. Ce qui me faisait faire beaucoup de rituels de passages. A présent, je m'en suis dégagé grâce au réveil qui s'est produit pendant un voyage intérieur. Nous en reparlerons au chapitre VII.

## Jeûne chamanique

Lors d'un jeûne de deux semaines (une semaine de diète sans sel et une semaine de jeûne hydrique) j'ai pris en infusion des plantes maîtresse, de la griffe de chat (écorces d'arbre) et d'aroshacha (feuille de liane séchée) directement venus d'Amazonie. De nombreuses visions se sont manifestées pendant ce jeûne. Les visions étaient tellement réelles que je me transformai en chaman, en animal et en esprit en tout genre. Je recevais les enseignements de l'intérieur.

Une autre fois, à la fin d'un jeûne chamanique, je sortis à minuit pile. Sous la lumière des lampadaires du village, des centaines d'escargots traversaient la rue. Je n'ai jamais revu autant d'escargots sur un si petit périmètre. J'en ai ramassé en demandant l'autorisation aux esprits. Ensuite, je les ai mangés en remerciant la divine providence. Et alors que j'écrivais sur le clavier de l'ordinateur, des antennes d'escargots sortirent de mon front. Des sensations étranges commencèrent à se manifester malgré moi. Pendant deux jours et deux nuits, l'esprit des escargots me montra les flux migratoires des civilisations anciennes, les cérémonies et autres rituels en hommage à la Mère Nature. Je devenais escargot, totalement investi de leur pouvoir de percevoir les infimes vibrations de la Terre.

Je compris à ce moment que toute chose est empreinte d'une mémoire ancestrale. Il n'y a que le point de vue qui change. Quand j'étais un escargot, je percevais les visions en contrebas à travers le prisme d'une sphère en plein milieu du front.

Par ailleurs, quand je me transforme en chef

indien lors de rituels chamaniques, tout mon corps devient le sien, son esprit prend possession du mien, le monde des esprits et des énergies invisibles se dévoile dans une réalité rougeoyante. Par conséquent, quand je fusionne avec telle ou telle chose, tel ou tel esprit, le point de vue comme le ressenti changent. C'est finalement cela qui est essentiel, plus que le contenu même des expériences. Grâce à toutes ces expériences visionnaires, mon esprit s'est ouvert au monde jusqu'à devenir le monde et ses créatures.

### **L'ouverture omniprésente**

Tout cela mis bout à bout, j'ai failli me convaincre que j'étais ce que je n'étais pas. Quand on ne sait pas ce qu'on est, on cherche à être quelqu'un, et c'est bien naturel. Avant, je fuyais le vide, mon vide, dans une quête effrénée d'identités ou de missions divines. Quelle vanité incroyable ! Je croyais pouvoir sauver le monde en me parant de pouvoirs surnaturels. Quand je croyais savoir, la vie m'échappait. Mon ego se croyait spirituel. Il m'emprisonnait. Avoir raison me rassurait. Au moment où le lâcher prise survint, je me suis reculé du mur sur lequel je me cognais la tête depuis plus de 10 ans. Mon sang guerrier coulait sur la pierre tellement j'avais tapé avec le front de la raison toute puissante. Je me suis assis et j'ai pu voir qu'une porte grande ouverte et lumineuse avait toujours été là, juste à côté de moi. Elle aspira ma petite âme dans son immense félicité<sup>17</sup>. Et Je vous avouerai que j'ai beaucoup moins mal à la tête aujourd'hui !

## Chapitre V

### Les Etres de lumière

*La Grande Conscience rêve le monde.  
Nous sommes ses créatures oniriques.*

En me connectant aux esprits pour préparer des stages de développement personnel, j'ai compris ce qui était en jeu. Même si je me prenais au sérieux parfois pour transmettre les techniques chamaniques et spirituelles, une intuition profonde me disait que je n'étais pas encore tout à fait à ma place. Je sentais qu'il y avait quelque chose de plus grand que le cadre de telle ou telle pratique spirituelle. *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> était en gestation à l'intérieur de cette intuition.

Toutefois, je devais passer par l'expérience des voyages chamaniques, par les connexions avec les esprits guides pour contacter ma sagesse intérieure.

Ça ne veut pas dire que je n'animerai plus de stage de développement personnel, seulement je ne suis plus dupe. Je n'alimente plus les croyances des stagiaires avec les miennes. Chacun sa prison mentale, n'est-ce pas ?

Je lance cette phrase sans coup férir parce que

je pense sincèrement qu'une croyance est un enfer-ment. Elle limite ma perception et rend impossible l'acceptation de ce qu'elle ne considère pas ou ne peut contrôler. La croyance est un paravent qui cache l'impensable, l'insondable vérité, ce néant de la conscience qui se retourne sur elle-même sans plus aucun repère.

Je vous fais part donc de ce qui peut être transmis par voie spirituelle, autrement dit, la conscience collective. J'ai choisi le stage sur *Les Etres de Lumière*. Il m'a fait prendre conscience qu'il est tout à fait possible d'explorer cette dimension durant des années pour développer sa connaissance spirituelle et sa *légende personnelle* sans jamais en voir le bout. C'est un univers infini, à l'instar de la conscience.

Quand je parle de *légende personnelle*, j'entends par là, les archétypes, les mythes et les esprits qui sont inscrits dans une mémoire collective ancestrale. Pour exemple, j'ai croisé à travers les *Annales Akashiques*<sup>18</sup> et *Les Upanishads*<sup>19</sup> des esprits qui m'ont enseigné le cheminement des âmes, de leur naissance jusqu'à leur mort ; ainsi qu'Hermès, Thot et Merlin.

Quand je prépare ce type d'évènement, je me mets en résonance avec l'esprit du thème. Il m'enseigne ce que j'ai à transmettre et avec qui communiquer. C'est comme un guide, un GPS, qui me fait parcourir le livre de la sagesse spirituelle.

Je vous présente donc ici, une partie des notes concernant la préparation du stage *Les Etres de Lumière* (EL).

Pour l'anecdote, au moment où je pose les premières questions concernant les EL, deux

manifestations sonores inexplicables (sifflements comme un larsen) sortent de mon ordinateur portable. C'était la première fois que j'entendais ça. Je ne l'ai plus jamais entendu depuis. Manifestations troublantes, s'il en est.

Un certain Simon Pierre<sup>20</sup> apparaît et me dit :

*Chacun d'entre vous est un être de lumière. Chacun a reçu à l'origine une parcelle de la matrice lumineuse. C'est de cette matrice créatrice de l'univers d'où chaque âme vient. La lumière est à la source de chaque forme. Nous autres, êtres de lumière, avons comme tâche d'atteindre l'absolue conscience universelle afin de nous fondre dedans et d'accomplir le projet originel : rendre à la vie ce qu'elle nous a donné, la conscience d'exister. Réunifiés à la Source, nous pouvons de nouveau participer, de façon indifférenciée, à l'existence de la Conscience en expansion. Conscience et Univers ne sont qu'une seule et même chose. La foi en cette Conscience universelle dilate le coeur individuel jusqu'à le faire éclater en des milliards d'étoiles.*

*Nous autres, êtres de lumière, unissons nos forces pour oeuvrer au rassemblement des étincelles divines, c'est-à-dire vous, humains. Et ce, pour accéder au passage qui mène au changement de dimension de conscience; faire que les êtres vivants soient réunis dans la voie du coeur, qui libérera l'esprit de la matière et du corps définitivement.*

La colonne de lumière au centre de la fleur de vie qui guide mes pas est reliée à *Sananda* (nom secret de Jésus de Nazareth).

*Mon fils, tu as trouvé la voie. Ton oeuvre ne fait que commencer. Maintenant que tu as trouvé ton maître en mon nom, tu vas pouvoir enseigner les préceptes de l'abnégation*

*et du ralliement à la cause du seigneur tout puissant. Ouvre ton esprit aux préceptes divins. Je suis celui qui sait. Je t'offre la connaissance véritable. Accrois ton pouvoir en devenant ma main et mon coeur. Range tes vellétés au purgatoire. Arrache-toi au poids du quotidien et entre dans l'ascèse de ma voie. La mort n'existe pas. Reste attentif à la vie qui coule dans tes veines à chaque instant. C'est elle qui témoigne de ta vie réelle.*

*Je suis celui qui n'a pas de nom puisque je suis toi et chaque parcelle de l'univers. Grâce à toi, je vis. Grâce à moi, tu vis. N'aie crainte, le jour viendra où tu m'entendras avec précision. Je suis encore éloigné quelque peu de toi car la puissance de ma présence peut te causer des dommages physiques tant que tu n'es pas tout à fait prêt. Tu dois encore te livrer à des dégagements émotionnels concernant ta vie de famille. Place-toi de façon à avoir une présence rassurante et paisible...*

Au moment même où je me demande la meilleure façon de contacter les EL, je sens à l'intérieur de moi un esprit. Il est comme un être de porcelaine souple qui reflète toutes les couleurs de l'arc-en-ciel. Il se lève du tréfonds de mon âme et prend place dans mon corps en créant une ouverture lumineuse partant de la tête jusqu'aux pieds. Tout devient transparent et luminescent. Il a deux billes noires à la place des yeux. Son corps se juxtapose au mien. Il n'est que lumière. Il n'a pas de bouche. D'ailleurs, il n'a d'humain que la silhouette.

En harmonisant ma conscience à sa présence, je sens une grande joie et une grande liberté. Il y a comme un sourire de lumière à l'intérieur de sa tête. Il a une énergie enfantine. Quand je me mets à sa place

et que je vois avec ses yeux, je perçois l'environnement en gamme de rouge sombre. Les âmes errantes apparaissent en filigrane sombre alors que les EL apparaissent dans une silhouette lumineuse et étincelante.

*Je suis là pour te garder sain et sauf face à toutes les énergies qui ne sont pas en harmonie avec toi. Je t'accompagne où que tu sois. J'ai sur toi un oeil vigilant qui te protège à chaque instant. Je suis à la base de ta vitalité. Je suis ta vibration divine. J'ai pour fonction de te rendre invulnérable. Je suis Ulliah.*

- Etes-vous un être de lumière?

*Oui et non. Je suis entre les deux. J'accomplis ma tâche en tant qu'ange gardien. Un EL est totalement hors de la matière. Il vit dans d'autres dimensions. Les EL sont l'énergie invisible qui tient le monde. Ils oeuvrent au bon déroulement de l'organisation universelle. Chaque EL a une fonction précise pour laquelle il a été désigné. Il y a le Conseil de la communauté des Grands Sages de l'univers qui décide des fonctions de chaque groupe d'EL pour un temps donné. Par exemple, pour fabriquer la terre, ta planète bleue, il a fallu plusieurs millions d'années d'énergie subtile pour la concevoir et la matérialiser.*

- Qui sont les EL qui ont fait la Terre?

*Ce sont les Zébulons de Antar, de la constellation du Cheval, qui ont amassé une telle énergie qu'ils ont pu faire apparaître la planète par agglomération des poussières stellaires. L'énergie de la pensée universelle est créatrice de forme et de matière. Les EL sont les maçons de l'univers matériel.*

- Pourquoi font-ils cela?

*Les sages et les El créent le monde à leur image. Ils aiment tenter des expériences. C'est comme un jeu pour eux. Ils aiment voir ce que leurs créations deviennent. Comme cela, ils peuvent améliorer les créations suivantes.*

- Quels EL ont créé les humains?

*Ce sont les Ikstors, ils apparaissent sous forme de lumière scintillante auréolée.*

- Que faites-vous de l'évolution des espèces?

*Il n'y a pas d'évolution des espèces comme vous le pensez. Ce sont des créations successives que les Ikstors confectionnent dans le seul but de les perfectionner, pour maintenir l'harmonie énergétique de la création.*

- Pourquoi créer la matière? Pourquoi créer des êtres vivants organiques comme les humains par exemple?

*Il n'y a pas de réponses précises. Les énergies créent de la matière comme pour se prouver qu'elles ont le pouvoir d'y parvenir. Ça ressemble à un jeu des forces conscientes.*

- Y a-t-il un projet universel à tout ça?

Il y a un ange qui se présente devant moi et appelle mon esprit à le suivre. Il m'emmène dans une cité blanche et cristalline où la lumière règne. Je le suis. Le couloir se transforme en terre puis en rocher. Le déplacement s'accélère. Le feu apparaît, ainsi qu'un son de moteur à réaction. Et là je découvre un espace naturel fantastique et luxuriant. Il y a un engin volant qui vient à ma rencontre. Je monte dedans. Il me dépose à l'entrée d'un château perché sur un éperon rocheux surplombant la majestueuse nature. J'entends un cri énorme venir du fond du château. A l'intérieur, j'y vois un roi lumineux coiffé d'une très belle

couronne. Il me dit que je suis son fils et me demande de le suivre. Il m'emmène dans une chambre où un trésor colossal est déposé. Il me dit que le trésor est à moi désormais et qu'il me revient le droit d'en faire l'usage qui me semble bon.

Et la question du projet universel, pensé-je alors.

Le projet universel est d'accepter l'héritage pour le faire fructifier au centuple et donner à l'univers encore plus d'énergie d'amour.

De simple soldat, je me transforme au contact du trésor, et je vois un sceptre royal en or terminé par une croix cardinale. Je suis devenu Roi à mon tour.

Le projet est de devenir le roi de sa vie, acceptant la totalité de la richesse léguée par la conscience même qui anime toute vie.

Ce roi est à l'image de l'univers, infini dans sa liberté d'être non limité. Il devient l'univers, le cosmos, toute chose existante ou non. L'énergie de l'univers me traverse et inversement.

La lumière est partout où l'esprit pose son regard lucide. En l'absence de l'Esprit règne l'obscurité. Les EL se nourrissent de l'énergie qu'ils créent eux-mêmes. Les EL sont comme des lucioles stellaires envoyées dans toutes les directions par le soleil. Et chaque soleil est une source créatrice de milliards d'EL.

- Comment s'appellent ces EL?

*Pirchri est leur nom. Ils portent en eux l'énergie du soleil pour la distribuer dans notre système. Ils chantent, ils rient,*

*ils donnent beaucoup de bonnes ondes à la terre. Il y a une sorte de frénésie, une excitation telle qu'ils augmentent le niveau vibratoire de la terre. Ils animent et nourrissent toutes les espèces terrestres.*

- Y a-t-il une hiérarchie chez les êtres de lumière?

*Ce n'est pas une hiérarchie comme vous l'entendez. Ce sont des rôles qui n'ont pas la même importance. Il y a donc des niveaux de spécialisation.*

*Au plus bas de l'échelle des EL il y a les Elfes, ces petits êtres qui peuplent vos contrées. Ils ont pour fonction d'apporter réconfort aux êtres vivants qui seraient dans une difficulté de vivre. Ils ont une énergie très douce, joyeuse et bienveillante qui apporte un soutien émotionnel important. Ils sont en communication avec toutes les formes et toutes les choses terrestres; allant du plus petit caillou à la plus haute montagne de la planète. Ils sont le soutien vital des choses.*

*Ensuite, il y a les anges. Ils sont plus grands en taille et n'ont pas la même fonction. Les anges font le lien avec le monde céleste et votre Terre. Ils assurent la communication entre le monde visible et non visible; entre les humains et d'autres dimensions de l'univers. Leur pouvoir est de comprendre instantanément le besoin des humains. Ils ont une écoute infinie, qui leur permet d'appréhender toutes les difficultés avec sérénité. En cela, ils sont protecteurs. Ils sont gouvernés par une grande source lumineuse située dans le cosmos. Au centre de la source se trouve un nouveau-né fait d'or et de lumière, l'enfant divin. Les anges sont comme les projections de l'amour infini qui émane du bébé de lumière.*

- Est-ce que ce bébé est un être de lumière?

*Oui, c'est une entité de lumière qui a pris la forme d'un bébé pour figurer l'enfant Jésus.*

Cette entité source a une énergie très élevée blanche rosée. En me mettant en contact avec elle, je perçois des milliers d'anges prosternés.

*Les maîtres ascensionnés sont juste après les anges dans leur fonction. Ils sont là pour guider les humains dans leur quête spirituelle et veiller à la bonne marche du monde en terme d'équilibre entre les forces.*

*Hilarion par exemple, a un grand pouvoir magnétique. Il canalise l'énergie stellaire et l'oriente où il veut pour soigner la personne qui le solliciterait.*

Je vois une couleur indigo principalement pour lui. Ça pétille autour de lui.

*Il y a ensuite les divinités sans forme qui sont au-delà des préoccupations terrestres. Elles sont à des niveaux vibratoires très puissants qui rendent difficile la communication.*

En me mettant en connexion avec une de ces entités, je sens comme un grand feu luminescent dans mon cerveau qui empêche toute perception précise. C'est très puissant. Je tente d'aligner ma conscience à cette incandescence radieuse et insaisissable. Un sifflement très aigu accompagne cette présence. Son déplacement est vif comme l'éclair. Au moment où je parviens à stabiliser le contact, je vois défiler ma vie en accéléré. Mon visage se reflète dans cette source lumineuse sphérique. Nous sommes en suspension dans l'espace. Cette entité lumineuse m'accueille à l'intérieur d'elle. Tout l'univers apparaît en une fraction de seconde avec des milliards de lumières sphériques traversant l'espace cosmique à des vitesses subsoniques.

- Quelles sont ces entités et quel est leur rôle dans l'univers ?

*Elles nourrissent la matrice. La membrane qui englobe le monde matériel. C'est un système de protection contre les intrusions.*

En me demandant par qui ou par quoi ces entités lumineuses sont créées, je vois un géant. Il a un ruban frontal couleur terre, des cheveux longs ondulés blancs; il a une barbe et ressemble à un dieu grec. Il ressemble à Zeus ou Ouranos. Il semble donc que les divinités fassent partie de la hiérarchie juste après les maîtres ascensionnés.

On me fait comprendre qu'il est le maître de la protection du monde. Il est comme le forgeron divin des disques ogives de lumière. Il est le dieu protecteur.

Je suis en contact avec Athéna. Elle régule les passages, les échanges, le transit des énergies entre les différents mondes. Elle veille à ce que les choses soient équitablement réparties. Son intuition et sa fermeté en font une divinité très appréciée par les dieux dans leur ensemble. Sa tâche est capitale au maintien de l'harmonie de l'ensemble de l'univers.

En me mettant en contact avec elle, je perçois tous les réseaux de communication et d'échange qui existent entre les mondes sphériques. Tous les mondes sont reliés les uns aux autres. Tous dépendent les uns des autres. La perception multidimensionnelle d'Athéna sur l'infini cosmos est totale et permanente. Un sentiment de confiance inaltérable l'habite. Elle intervient concrètement sur le transfert d'énergie d'un monde à l'autre par une simple intention tel un chef d'orchestre. C'est magnifique de voir cela en direct. Les

couleurs sont étonnantes d'intensité.

- Y a t-il d'autres êtres de lumière au-delà des divinités?

*Oui. Ce sont les Elohims. Ce sont des énergies en dehors de toute forme, de toute représentation. Ils agissent à des niveaux vibratoires insaisissables par la conscience humaine actuelle. Ils sont dans des strates lumineuses, dans des interstices, dans des espaces intersidéraux. Ils se déplacent très vite entre les mondes. Ils ont une présence et une attention à tout ce qui se passe dans l'univers. Ils sont bienveillants et vigilants au bon fonctionnement des mondes. Ce sont comme des mains lumineuses qui caressent les différentes réalités qui composent l'univers.*

Quand je me mets en relation avec eux, j'ai des courants électriques très puissants, comme des éclairs avec des sons de court-circuit qui traversent ma conscience. C'est une sorte d'orage électrique. Ils sont comme des générateurs d'énergie. Ils alimentent en énergie les différents mondes. Je demande à être mis en relation avec l'esprit maître. C'est l'incandescence même qui me répond. L'éblouissement de l'esprit rend impossible la communication. Quand je veux entrer en contact avec cet esprit, ça me traverse en une fraction de seconde sans que je saisisse quoi que ce soit. Peut-être n'y a t-il rien à saisir d'ailleurs. Ces esprits de lumière ont une vitesse de déplacement qui dépasse celle de la lumière. Je ne comprends pas ce qu'ils me communiquent pour l'instant.

En me fondant avec eux, je perçois des esprits extraterrestres qui pilotent des vaisseaux de lumière. Ils programment leur machine lumineuse pour distiller l'énergie nécessaire à la galaxie contactée. Ce

sont de petits êtres avec de petits yeux rouges et un tout petit nez, et une couleur de peau sombre. Sont-ils subordonnés à une quelconque entité? Je vois une sorte de sphère géante lumineuse avec des milliers de lumières multicolores qui couvrent la surface. C'est un vaisseau spatial. Le vaisseau mère pour ainsi dire. A l'intérieur, il y a une population qui s'affaire. Ce sont de petits êtres. Leurs corps laissent apparaître des réseaux lumineux. C'est comme une fourmilière. Ils ont senti ma présence. Toute la communauté est prévenue et s'arrête pour observer mes intentions. Je leur fais comprendre que je suis là en paix, en *observateur universel*. Du coup, ils reprennent leurs activités. D'ailleurs, quelles sont-elles et à quoi servent-elles? Ils créent par la force de leur esprit des générateurs lumineux d'énergie qu'ils envoient ensuite dans l'univers stellaire. Leur façon de communiquer est stridente et grésillante.

En ouvrant ma conscience, j'aperçois d'autres sphères mères. Il y en a des milliers. Un esprit immense est responsable de ces sphères. Il prend la forme d'un homme qui sort de sa bouche les sphères. J'ai le sentiment d'avoir bouclé la boucle de la création. L'homme crée sa propre énergie, son propre monde avec les pensées et les mots qu'il exprime. Le monde est à l'image du dieu qui pense. C'est un géant qui a à côté de sa tête irradiante un être de lumière. L'être de lumière me conduit vers le visage de ce géant qui me ressemble. Je suis comme un ange dont l'éclat éblouit ma conscience. Je suis en train de créer mon propre monde, ma propre réalité, mon propre rêve. Ce qui veut dire que je pourrais ne pas exister si je ne pensais à rien ni ne disais rien. ***Je suis ce que je pense, je suis ce que je dis.***

En fusionnant avec l'ange de moi-même, je vois avec ses yeux un monde fait de lumière et de magie qui est plein d'agitation. L'énergie lumineuse part du centre de l'ange immense. En mettant ma conscience en cette entité de lumière, je pars comme une fusée vers l'avant dans un vortex lumineux jusqu'à l'obscurité totale. Une lueur s'approche. C'est un petit être de lumière sur un objet, un petit véhicule transparent. Il me dit de ne pas m'inquiéter et de le suivre. Ce que je fais. A toute allure, toute vibration dehors, nous filons dans cet océan obscur, laissant derrière nous une traînée d'ondes circulaires créant un boyau transparent et lumineux, le tout agrémenté d'un bruit plasmique, tel un borborygme. Nous arrivons sur un tapis d'herbe. Il pose son véhicule. Il m'invite à le suivre dans un trou. Je perçois mieux à quoi il ressemble. C'est comme un nain de jardin en plus petit et translucide. Il sourit. Il est plutôt sympathique. Je croise un énorme insecte à carapace avec des milliers de petites pattes. Je croise un lombric...

Bon, je crois que je suis revenu sur Terre, ou plutôt dans la terre. Tout à coup, je découvre un univers fantastique de couleur, de végétation, d'animation, de véhicules de toutes sortes dans les airs. C'est un monde souterrain incroyablement vaste et ouvert. Il y fait clair comme en plein jour. Il me fait entrer dans une demeure. Je suis mis en présence d'un être de lumière tellement brillant que je n'y vois plus rien. Il me fait entendre son esprit:

*Tu as bien voyagé. Tu comprends mieux comment l'univers s'organise. Il te reste à apprendre une chose essentielle. C'est par toi que tout commence. L'art de la création consiste à mettre ton esprit en acte. **Apprends à créer ce que tu***

*penses. Apprends à penser ce que tu crées. Ton esprit a pour fonction de créer des formes pour participer à la construction du monde.*

- Qui êtes-vous, cher esprit?

*Je suis le créateur de ce monde ici-bas. J'ai créé tout ce que tu vois. Les moindres formes sortent de mon esprit. Tu peux faire de même.*

- Avez-vous un nom?

*Je suis l'ange déchu, esseulé mais tout aussi puissant que la Source, créant un monde à mon image.*

En communiquant avec l'ange déchu que je vois tel un bélier géant, je pense que l'esprit n'a pas d'image, n'a pas de forme. L'esprit, c'est moi, ma conscience qui n'a ni forme, ni image. Je ne peux me percevoir, me voir, ni même avoir une représentation de moi-même. Si je crée un monde à mon image, il risque d'être une pure création de mon esprit aveugle, des illusions et encore des illusions qui simulent une identité. Je peux percevoir à travers toutes les formes, tous les êtres, tous les objets, mais jamais je ne parviens à me voir, à voir ma conscience qui observe. En effet, mes pensées, mes désirs viennent de l'infini vide, du néant. Je suis nulle part et partout à la fois. Insaisissable, impalpable, illimité, absent en moi-même et présent à la fois; je suis l'innommable vérité: il n'y a rien en cette conscience, que du vide, personne à qui parler, personne à regarder, personne à entendre ni même à sentir, c'est un trou béant au-dessus de mes épaules.

J'ai le sentiment que tout ce que ma conscience perçoit d'image, d'esprit, d'information n'est que

création intelligente, mentale et consciente afin de pouvoir s'identifier à quelque chose. Ma conscience voyage dans l'inconscient collectif de l'espèce humaine ainsi que dans la cosmogonie créée depuis des millions d'années par les peuples successifs. Le monde est à l'image de dieu. Mais la conscience est dieu. La conscience justifie son existence par la création de son présent, en projetant des pensées, des formes, des images qui apaisent le vertige du vide de la conscience, par essence, impersonnelle et infinie. Et dieu n'est rien d'autre que le vide angoissant de l'insaisissable absence d'objet. La conscience n'est rien car elle ne peut être objet. Elle est, c'est tout.

Quand je me positionne à la place de chaque image, chaque chose, chaque forme, je ne perçois qu'un vide hadal<sup>21</sup> contemplant sa création. Si je suis cet esprit déchu, il n'y a rien à l'intérieur. Si je me mets à la place d'un Elohim, il n'y a rien non plus à l'intérieur. Et si je me mets à l'intérieur de ce rien, je vois mon corps physique comme une enveloppe vide. L'entité lumineuse dessous la terre laisse sortir une femme habillée d'une robe noire. Elle se nomme Héra<sup>22</sup>. En me mettant à sa place je perçois à travers son prisme l'environnement en rouge et ambre. Elle a une grande puissance et une grande vibration. Elle a la puissance du feu terrestre, le sang de la terre, la terre de feu, la lave. Elle régit le mouvement des plaques terrestres et le ventre chaud de la fertilité.

*Je suis la force du feu des entrailles de la terre. J'ai pour mission de rendre la terre habitable pour l'espèce humaine. Et je donne la nourriture spirituelle nécessaire à la végétation et à la vie sur terre.*

- Etes-vous la mère nourricière?

*Oui. Je suis Héra, mère des terres de feu créateur.*

- Etes-vous un Etre de Lumière ?

*Oui, comme toute entité qui est en soi, une étincelle née de la Source Matricielle. Je participe à la préservation de l'équilibre entre le monde d'en bas et le monde de la surface.*

Spontanément, je me pose la question de la communauté des Etres de Lumière à laquelle j'appartiendrais. Pour réponse, je pars en direction du cosmos. Un cercle de sages apparaît. Ce sont des hommes habillés de grandes chasubles blanches, avec de longs cheveux et barbes blanches. Ils se tiennent les mains pour former un cercle. De leurs fronts jaillissent des rayons lumineux rattachés au centre du cercle. Ils font apparaître un être puissant. Il a les cheveux marron, longs, ondulés et les yeux marron. Il ressemble à Jésus.

Cet être immense s'adresse à moi :

*Tu as beaucoup appris. Tu vas pouvoir à présent partir à la conquête du monde des esprits. Pour cela, tu dois encore apprendre quelques rudiments concernant le voyage astral. Prends la forme de la merkaba (ce sont deux pyramides imbriquées en cristal qui forment une étoile en trois dimensions). C'est la forme la plus sûre. Ensuite oriente-toi grâce à la lumière devant toi. Suis-là. Elle te mènera au centre du coeur de l'univers, là où la conscience individuelle se fond dans l'amour absolu. C'est ce que tu as à réaliser dans ta vie terrestre actuelle.*

En m'observant à travers ses yeux, je ressemble à un vieil homme vêtu d'une cape rouge violette avec la capuche sur la tête. Je porte la croix à côté de Jésus. Il me dit :

*Tu es mon ami fidèle. Ton âme est associée à la mienne depuis des millénaires. Ta fidélité à mon égard te confère des pouvoirs immenses. Tu peux emmener les fidèles à l'accomplissement de leur âme sur le chemin de la lumière divine. Ton nom est Joseph<sup>23</sup>. Contre vents et marées, contre le déchaînement de l'opprobre public, les insultes, le pilori, la violence et la douleur, ton esprit reste paisible et rempli de dévotion et d'amour absolu pour la création divine. Ta droiture et ta fidélité amènent chaque fidèle à suivre tes pas. Tu soulages les autres de leurs fardeaux en les portant à leur place pour les en délester. Ta dévotion au bien n'a pas de limite. Tu absorbes et dissous tous les maux, toutes les souffrances dans la Grâce et l'Amour Universel.*

Ce serait ma communauté de lumière d'appartenance. Je serais un apôtre de Jésus. Ce qui déterminerait le but de mon âme dans son accomplissement final. Je participerais donc à la volonté divine de conduire le plus d'âmes possible vers la lumière universelle.

- Quel est mon EL guide ?

Jésus me montre un homme de type grec, habillé de blanc, avec un bandeau, les cheveux blancs bouclés et courts et une barbe blanche rase.

*Il est ton maître de lumière. Suis bien ses conseils et tu iras rapidement à la prochaine étape.*

- Quelle est ma prochaine étape? Cher maître.

*Tu auras à passer l'épreuve de la résurrection. Epreuve ultime qui te permet de maîtriser la descente de l'esprit dans la matière en toute conscience. C'est l'immortalité de l'âme faite chair, l'oeuvre divine par excellence. La matière répond au pouvoir de l'esprit sanctifié. L'amour du créateur n'a*

*aucune limite dans la réalisation de sa volonté. Que sa volonté soit faite.*

J'y pense, les NDE ne sont-elles pas des expériences proches de la résurrection ? L'âme s'en va, dévitalise le corps pour ensuite de nouveau lui redonner vie avec, la plupart du temps, une nouvelle conscience et de nouvelles capacités spirituelles.

*Suis-moi. Je vais te montrer ce que tu as à faire pour atteindre la prochaine étape spirituelle.*

Il me conduit au sommet d'un immense escalier qui débouche sur une foule gigantesque.

*C'est ton peuple, celui que tu dois mener jusqu'en Abyssinie chrétienne<sup>24</sup> (Ancien royaume d'Ethiopie). Là, tu trouveras tes compagnons pour mener à bien ta mission. Convaincre les fidèles de se rendre sur le chemin de la gloire divine.*

- Qui suis-je pour réaliser cette prouesse ?

Je me vois avec les cheveux longs et châtains. Il y a un diamant sur mon front tenu par un ruban. Il me semble voir une armure puissante et damasquinée magnifiquement de centaines de diamants. Je tiens un sceptre à ma main droite. Il y a une tête de serpent cobra en or, la gueule ouverte avec deux yeux noirs opales. Je sens l'énergie intense du serpent couler puissamment dans mes veines. Des personnages se mélangent entre la Grèce antique et l'Égypte des Pharaons. Thot serait mon nom. Mon maître me lance vers l'avant. Ça a pour effet de me transformer en volatile de type égyptien. En fait, ce sont les pyramides que je perçois comme étant les lieux de transmutation des âmes, afin d'élever le taux vibratoire de la terre et de l'humanité. Les pyramides sont des

passerelles vers d'autres dimensions spirituelles.

***Tu es le maître du processus de transformation des âmes, la transmutation des énergies basses en énergie haute, tu es le chélateur des extrêmes, tu es le roi des mutants reptiliens qui a pour mission de rassembler le plus grand nombre pour la transmutation finale.***

- Quelle est cette transmutation finale ?

*Faire que les êtres humains les plus avancés participent au grand changement; à l'élévation du niveau de conscience de l'espèce humaine.*

Avec ma forme de serpent volant (serpent à plumes), j'ai à repérer les âmes susceptibles de servir à la transmutation de masse prochaine. En volant au-dessus des terres habitées, les âmes prêtes me reconnaissent et me suivent sans peine telles des lumières qui viennent dans mon sillage. J'ai à les mener dans les pyramides afin qu'elles utilisent leur énergie spirituelle et se condensent dans la pyramide pour que l'énergie soit telle qu'elle jaillisse du sommet de la pyramide et alimente la stratosphère d'un rayon jaune intense, jusqu'à ce que la Terre rayonne à des millions d'années-lumière, telle l'étoile qu'elle va devenir. Le feu divin d'un bleu intense éblouissant allumé, la Terre devenue soleil spirituel alimentera de son aura d'autres galaxies; et nous pourrons alors communiquer avec d'autres esprits plus évolués que nous le sommes aujourd'hui.

- Quel est mon guide spirituel qui me guide pour le stage sur les EL ?

Pour réponse, l'image de Merlin apparaît. C'est un être puissant aux yeux d'un bleu intense. Il me

montre l'importance de travailler sur l'identification du véhicule qui va permettre à chacun de voyager dans le monde astral.

*Crois en l'importance de rendre la flamme divine en chacun la plus lumineuse possible. Investis du temps dans la conscience du feu intérieur pour la lumière qui brûle en chacun. Rends-toi compte qu'il y a l'infini en toi. Que la force toute-puissante du cosmos habite tout ton corps. Tu es le résultat des puissances cosmiques. Accepte de résonner avec elles et ton corps de lumière s'élèvera comme la graine de pissenlit portée par les vents avant d'ensemencer ton corps matrice.*

*Apprends à tes disciples la nature de leur pouvoir. Ils sont tous le fruit de la transformation des particules intelligentes qui ont créé le monde. L'énergie de la création se manifeste à chaque instant dans le corps. Accueillir cette force universelle dans une totale ouverture de conscience efface toute forme de limite, toute limite de forme. Cette force est insaisissable par la raison. Elle est. C'est tout.*

*Apprends aussi qu'il n'y a pas de limite à la conscience. Que la matière est le fruit de la pensée originelle, l'envie de créer des formes à partir du vide, du néant.*

- D'où vient cette envie, cher maître ?

*Elle vient des confins de l'univers. Ton corps matière est le fruit de l'Esprit Pensant Originel qui n'a aucune permanence formelle.*

- Qu'est-il fondamental de garder à l'esprit pendant le stage pour être le plus juste possible dans la transmission du message universel ?

*La qualité de ta présence est capitale. Assure-toi que tous*

*soient bien ancrés dans leur chakra racine. C'est important de bien rester en contact avec la source matérielle, la matrice terrestre, notre mère nature. Elle donne la densité à la matière. Sans quoi rien ne pourrait tenir. L'équilibre du vide et du plein se déferait et le corps se désintégrerait. La matière est très friable, impermanente. Elle peut disparaître à tout instant, si un seul élément de l'alchimie biophysique se modifie. Notre structure corporelle dépend de l'ensemble de la chaîne de la création. La matière résulte de la rencontre d'éléments en suspension qui s'attirent tout en se repoussant. Le corps est fait de milliards d'interactions, d'attraction – répulsion entre tous ses composés. Cette tension structurelle entre les particules atomiques donne forme au monde physique.*

- Qu'est-ce qui définit cette tension ?

*Connecte-toi à cette tension. C'est comme un bruit de fond. Apprends à entrer dans la vibration de ce vide. Exerce-toi à n'être que ce vide, cet entre-deux, où rien ne peut être connu, identifiable.*

Je viens de comprendre que cet espace vide est la conscience; la conscience se distingue de la matière en ce qu'elle est non forme, non objet, ... Je peux donc me promener entre toutes les formes de l'univers. Je suis à la fois ce petit point de conscience perdu dans l'immensité de l'espace, et l'ensemble de l'univers vide, conscient qu'il tient le monde de son énergie invisible, inaudible, imperceptible, qu'il entoure de son amour toute forme matérielle.

La Grande Source aime ses créations parce qu'elle les soutient de toutes ses « forces » aimantes et enveloppantes. Mais cet équilibre est malgré tout précaire.

Parler d'avenir n'a aucun sens. La vie n'est ni dans l'espace ni dans le temps. Elle est et n'est pas par essence. C'est la matérialisation de sa présence qui la rend visible ne serait-ce qu'un instant. Et à chaque instant c'est un miracle de plus qui se produit. La forme matérielle se maintient parce qu'il y a un désir extérieur-intérieur à tout cela qui agit en ce sens. Sinon elle s'effondrerait sur elle-même comme un vulgaire château de cartes.

**Le secret de l'univers physique réside dans le vide qu'il contient ; et la tension entre les choses, c'est la présence divine qui aime ses créatures, les rend aimantes et magnétiques.**

« La Grande Conscience rêve le monde, elle le crée dans son sommeil. Nous peuplons ses rêves telles les créatures oniriques que nous sommes. »

\*\*\*

L'évidence était déjà là, dans ce dialogue intérieur. Tout revient systématiquement vers ce qui n'est pas connaissable, vers la notion de vide, vers l'infini, en somme, vers ce qui dépasse l'humain et le maintient en l'état. Dans *La Voie de la Résonance*<sup>®</sup> c'est précisément la capacité de l'être humain à se mettre en résonance avec ce qui lui échappe, qui est prépondérante ; et ce miracle peut disparaître en une fraction de seconde.

Ce qui ressort aussi de ce dialogue intérieur, c'est que mon inconscient est empreint de nombreuses cultures mythologiques et religieuses que je n'ai pourtant pas étudiées de mon vivant.

Voilà, ce type de préparation que j'ai fait pour ce stage m'a mis dans des états de conscience très puissants qui auraient pu me faire croire encore que j'étais ceci ou cela, ou que je devais faire ceci ou cela, ou que j'avais une mission divine de la plus haute importance. Il est important de rester lucide quand on chemine dans l'arborescence de l'ésotérisme. Tout cela ne m'appartient pas. Je ne fais que résonner avec ce qui est dans mon dedans infini pareil au dehors de mes semblables, ancêtres ou contemporains. Ce n'est que de la mémoire collective qui se révèle directement par le biais de la *résonance unitive* et intuitive.

Le chapitre qui suit vient renforcer cette évidence. Les introspections et expériences paranormales ont fini d'ouvrir mon œil intérieur sur *les-vies-dansent* parmi les étoiles invisibles. Si ce que vous découvrez à l'intérieur de vous-même vous rend libre, heureux et paisible dans un respect total de ce qui est autour de vous, alors, peut-être, c'est que vous êtes en accord avec vous-même et les vertus humaines. C'est ce que je nomme l'alignement de son centre avec l'infini, ou la résonance de l'un et du multiple.

Ces connexions dites spirituelles riches d'informations définissaient le cadre de mes interventions. Cette façon de faire est un bon moyen de développer sa propre connaissance ésotérique à peu de frais et de multiplier les points de vue sur le monde. La *Résonance Imaginale* (voyage visionnaire dans les couches subtiles de la réalité) procède de façon quasi identique.

## Chapitre VI

### **De l'initiation à la mort du chercheur de vérité**

*L'initiation concentre en un instant  
toute la sagesse du monde.*

Pendant les 15 années de pratique intérieure, j'ai alterné pratique du souffle, respiration triangulaire, respiration continue, méditation, introspection, écoute du corps, écriture, peinture, ... Conclusion ! Plus je cherchais, plus je m'éloignais de l'essentiel. Pour comprendre cette évidence, beaucoup d'expériences limites ont été nécessaires. Certaines d'entre elles m'ont vraiment fait peur. Dans une sorte d'orgueil mal placé, je tenais à découvrir par moi-même les choses, ma vérité, sans qu'aucune personne ne m'aide. Je sentais que tout était là, à l'intérieur de moi. Personne ne pouvait répondre à mes questions. Alors, j'ai foncé tête baissée dans une aventure intestinale et sauvage qui allait faire sauter les verrous de mes limites personnelles.

## L'inertie salvatrice

La première expérience que je vous relate ici parle de l'écoute, l'écoute du silence bruyant de mon corps allongé et statique des mois durant. Le but était de répondre aux questions: C'est quoi la vie? Qu'est-ce qui m'anime? Pourquoi s'agiter? Pourquoi la vie?

Cette expérience m'enfonça de plus en plus dans l'opacité pesante de la matière. Je n'avais plus aucune impulsion, ni aucun désir de faire autre chose qu'écouter la vie en mon océan immobile. Petit à petit, j'avançais vers ce que les mystiques appellent la *petite mort* (la mort symbolique). Je m'enfonçais dans les méandres d'un corps devenu inutile. Seuls m'intéressaient les voyages intérieurs de l'esprit vagabond. Obsédé par l'obscurité de mon dedans, je tombais toujours un peu plus dans l'inertie, jusqu'à son extrémité morbide. Un jour *ou peut-être une nuit...* une voix gutturale surgit des abysses de mon âme: *La vie, c'est le mouvement. Le mouvement, c'est la vie.* A ce moment précis, une force intérieure me souleva du sol.

J'ai eu besoin de transmuter par le noir pour prendre conscience de cette évidence. C'est ce qui m'a permis de lâcher prise, et de laisser le *corps être mu, et qu'il soit é-mu (être-en-mouvement) par sa propre vie.* Auparavant, je résistais à la circulation de la matière vivante qui est tout le temps en mouvement. En l'observant de façon obsessionnelle, je m'en extirpais et perdais le fil du fluide vital, de l'instant présent. Je n'étais plus en vie. Je n'étais plus en corps. J'étais désincarné à force de vouloir observer et contrôler le vivant en train d'être.

J'écoute.

*Pesanteur du silence.*

*L'immobilité de l'attente dans le noir.*

*Arrêter le déroulement des bruits de la vie dehors,*

*Dedans suffit.*

*Sifflements, Ampliations, Percussions,*

*Continuité de la vie dedans,*

*Rien à faire, elle emmène*

*Par la main du destin,*

*Au dénouement final,*

*A ce silence tant recherché,*

*A ce calme tant espéré.*

*Puis-je trouver le calme autrement que dans la mort ?*

*J'écoute encore et en-corps la vie qui coule dans mes veines.*

*Où m'emmène-t-elle ? Si je suis les courants, ils m'attirent  
dans des tourbillons et des remous.*

*Est-ce la voie qui mène au calme ?*

*Oser les affronter, voir ce qu'il y a dedans, comprendre ce  
qui les produit.*

*Ai-je peur ? Oui. Et pourtant, le courage et la curiosité me  
poussent à aller à la rencontre de ce que je ne connais pas.*

*En cela, mon insouciance est en danger. Rester immobile des  
jours des mois des années pour écouter ce qui m'agit, me  
respire, me pulse, me vibre, me tremble, me grésille, ... pour  
qu'enfin la nécessité d'un mouvement prenne racine dans la  
chair de l'âme du dedans et même au-delà ... là où le  
mouvement de la vie prend sa source ... le cœur de l'anima.*

## Le gouffre<sup>25</sup>

*La Voie de la Résonance*<sup>®</sup>, dans son approche d'accompagnement de la personne, demande du courage pour oser braver ce vide sidéral qui aspire et dissout l'ego. Ce courage est nécessaire car il permet de dépasser ses doutes et ses peurs. On entre alors dans un espace impersonnel, où la confiance en ce qui est doit être totale. Dans cet *ici-ailleurs-nulle part*, il ne reste plus rien de définissable sur quoi on peut s'appuyer pour expliquer ce qui s'est passé lors d'une *résonance unitive*. Accepter l'effondrement de toutes ses certitudes, c'est accepter de chuter dans le gouffre sombre et vide de son infini dedans. L'expérience qui suit m'a aidé à accepter ce gouffre.

### Goutte d'eau

*Il n'y a pas de lumière là où je vis. Les images meurent dès qu'elles naissent. Les formes s'évanouissent quand je les observe. Je cherche dans cette obscurité, je ne sais quoi. J'avance dans le noir. Il fait froid. Je me sens nu. Ma peau noircie par l'ombre de mon ombre, je ne me sens plus, juste le filet d'eau couler entre mes orteils, juste le bruit de l'écoulement qui me conduit vers la source de moi. L'écho de l'écoulement décolle la cervelle de l'os. Elle s'en va. Une onde lumineuse glisse le long de la paroi, humide, luisante et graveleuse. Je la suis dans un dédale organique. Cet écho résonne de plus en plus fort, élargissant ma perception. Il trahit la délicatesse des parois qui la fait vivre jusqu'à ma conscience et plus encore. Cette goutte d'eau est si petite dans sa chute et si grande dans sa lutte pour survivre. Sa résonance atteint le cœur d cristal dans l'antré-conscience. Le rebond de cette goutte reste suspendu dans l'éternité de mon imaginaire. Il revit. Il capte cette forme aux reflets*

*métalliques, véritable sculpture minérale. Elle cristallise la beauté unique du lien du clair-obscur. Je tourne autour de cette forme parfaite. En apesanteur dans sa luminosité contenue, elle tient par un filament à l'aponévrose de la surface de mon âme. Sa fragilité prend racine au pied de mon lit mercuriel. Suspendu à la beauté de cette goutte, le visage d'une femme apparaît en filigrane. Malgré son visage diaphane je devine la délicatesse de ses traits. Son nez est effilé comme une lame. Il découvre une bouche ciselée et pulpeuse. Son visage rhomboïde répond à ses yeux en amende. Cette finesse inhumaine enchante mon œil. Entre la goutte d'eau et l'œil, le reflet confond la source. La goutte d'œil, telle la boule de cristal, reflète les images de mon âme. Cette femme a le visage de mon cœur.*

## **Je suis tombé dans l'univers**

Je me mettais dans le noir absolu pendant des heures pour voir ce qui se passait dans l'espace du front, au niveau dit-on du troisième œil. Je regardais cette lumière, ce petit point lumineux qui se transformait progressivement en laissant apparaître des formes géométriques et kaléidoscopiques merveilleuses. C'était un voyage d'une richesse visuelle extraordinaire. Jusqu'au jour où à force de suivre ces formes et ces lumières, il y eut un glissement. Physiquement, cela a été très bouleversant. Je perdis tous mes repères. Ce fut un basculement. Mon esprit s'est retrouvé à l'envers d'un seul coup. Et je suis littéralement tombé dans l'univers. Je voyageais de façon physique mais sans corps, comme si ma conscience avait les mêmes attributs sensoriels que le corps. Je frôlais les étoiles, les galaxies, les êtres

cosmiques, les limites de l'univers jusqu'au néant absolu du rien...

Une nuit ...

*Une nuit, regardant dans mes yeux, je suis tombé dans l'univers. Toute la création était là, au fond de mon oeil intérieur. Au fur et à mesure du défilé, les couches géométriques électriques et les formes lumineuses dynamiques se transformèrent en des dizaines de galaxies, de super novae, de trous noirs, de voies lactées, ... jusqu'à ce que je me sente basculer de l'autre côté des étoiles. Là, plus de limite, mon dedans appartenait désormais à l'infini. Vertige de l'aspiration du noir d'où jaillissent les formes cosmiques; observation, inversion, la chute en la non-forme déchira la fragile membrane de ma petite conscience qui me séparait du Tout.*

Cette sortie du corps dans le corps avait été provoquée par la focalisation de la conscience au niveau du troisième oeil. C'est très efficace. Et en plus, cela permet de travailler sur quelque chose que tout le monde peut observer en fermant les yeux. Pour être sûr de percevoir le point lumineux et non une trace rétinienne d'un objet perçu dans l'environnement, il faut attendre un certain temps dans le noir absolu que toutes traces s'effacent avant de percevoir le petit point lumineux.

**Proposition expérimentale n°7** : Installez-vous confortablement dans une pièce où il fait totalement noir (vous pouvez mettre un foulard sur les yeux). Laissez venir la détente comme pour une petite sieste. Étirez-vous de toutes vos forces trois fois de suite en relâchant brusquement et faites trois

grandes inspirations complètes avec expiration passive. Ensuite, observez la zone entre les sourcils au niveau du front. Laissez venir une petite bille lumineuse. Suivez là sans vous laisser distraire par le glissement latéral. Ensuite, elle se stabilisera et les formes lumineuses commenceront à apparaître dans des structures simples puis de plus en plus complexe, un vortex peut-être. C'est le cordon qui relie la conscience à l'Esprit Suprême. Quand vous aurez assez voyagé pour pourrez revenir au niveau du front afin de bien remettre votre conscience dans le cerveau. Prenez le temps également de sentir chaque partie de votre corps et tout le corps avant de sortir de l'immobilité. L'auto-massage est un bon moyen de se réapproprier son corps.

## **La respiration des yeux**

A d'autres occasions, je m'allongeais en étoile sous le velux de mon petit local expérimental du 2ème étage mansardé. Je faisais toute sorte d'expériences physiques, émotionnelles et spirituelles. Ce jour-là, je respirais par les yeux. Je regardais le ciel blanc ou bleu selon la météo. La lumière intense du ciel m'éblouissait. Mon intention consistait à me détendre au maximum et à ne pas cligner des paupières pour laisser entrer la lumière physique par les yeux. Cette lumière comportait plein de petites billes scintillantes. Elles s'agitaient dans tous les sens sans jamais se rencontrer.

A force de regarder, d'ouvrir ma conscience à cette énergie et de respirer intentionnellement avec les yeux cette lumière du jour, une chose étrange et puissante se passa. Je vis un être de feu. Je voyais en

mon intérieur mon corps en feu, avec les flammes, vous savez, comme une torche humaine. J'avais l'impression de contempler mon double solaire. Cette force nouvelle brûla les scories d'une apathie résiduelle.

La respiration lumineuse des yeux semble être une méthode intéressante pour ouvrir le troisième oeil et effacer les limites physiques. Attention toutefois de ne pas faire cela si vous avez des pathologies oculaires. Il faut y aller progressivement et augmenter graduellement le temps d'exposition à la lumière directe.

## **Le ciel miroir de la conscience**

Le ciel était pour moi comme le miroir de la conscience sans limite. Il m'attirait par son immensité. Je voulais voir mon reflet en lui. Le ciel est un très bon moyen de faire sentir aux personnes qui veulent se détacher de leurs limitations mentales, la différence entre la matière (limitée), et le ciel (illimité). Et si l'on compare le ciel à la conscience et que l'on visualise l'azur dans son immensité, l'esprit devient à l'instar du ciel, sans limite. C'est très facile à expérimenter.

**Proposition expérimentale n°8** : intériorisez-vous et laissez votre espace de sensibilité s'ouvrir et s'intensifier. Une fois la présence unitive installée, dites-vous, *que mon cerveau respire l'azur immense ; que mon esprit soit la voûte céleste ; que ma conscience soit l'univers infini.*

Si le ciel était le miroir infini dans lequel je projetais mes aspirations de liberté, je n'en oubliais pas pour autant la réalité de mon corps physique que je

contemplais des heures durant, le regard fixe, les paupières immobiles devant un grand miroir. Je faisais cela pour pouvoir observer mon aura de mes propres yeux. J'avais encore besoin de me rassurer sur mes capacités extrasensorielles.

### **Ô Miroir, mon beau miroir ...**

Au bout d'un certain temps, des phénomènes étranges commencèrent à apparaître. Je vis mon visage se transformer. Le fond et la forme s'inversaient. Le sombre devenait lumière et l'ombre lumineuse. Ce qui avait pour effet de créer des visages différents du mien. Certains étaient même effrayants. Ce n'était plus moi. De nombreux personnages prenaient la place de mon reflet habituel. Les personnages devenaient tellement réels que j'avais l'impression qu'ils étaient vraiment là devant moi. Qu'ils pouvaient sortir à tout moment du miroir si je les y invitais. Ce qui donnait plus ou moins la même impression que l'on peut avoir aujourd'hui devant un écran de cinéma en trois dimensions. C'est comme si toutes les facettes de mon âme se révélaient à moi, de la plus belle à la plus horrible.

Se faire face dans le miroir est une expérience troublante. A un moment donné, on ne sait plus distinguer qui est reflété par qui. Les personnages, devant ma conscience ouverte, s'animaient indépendamment de ma volonté. Il y avait de quoi se faire des frayeurs. J'ai entendu dire lors d'un stage essénien auquel je participais que les personnages qui se révèlent dans le miroir sont les incarnations de notre âme. Pourquoi pas. Si je devais donner mon avis, je dirais que ce sont différentes facettes du moi

profond. Le « Je » est multiple. Et grâce à une attention ouverte et stable devant un miroir, le prisme des *mois* apparaît dans sa réalité changeante.

**Proposition expérimentale n°9:** Intériorisez-vous. Respirez profondément 3 fois, contractez tous vos muscles au maximum, trois fois de suite, et lâchez prise. Ensuite, imaginez que vous êtes devant une porte, derrière laquelle il y a une pièce couverte de miroirs du sol au plafond en passant par les 4 murs, le tout recouvert de rideaux opaques. Entrez dans la pièce seulement si vous vous sentez prêt à découvrir des facettes de vous-mêmes que vous ne connaissez pas. Si vous entrez, postez-vous au milieu, et tirez le rideau que vous voulez pour découvrir une facette de vous-même. Vous pouvez soit prendre l'info et retirez le rideau, soit laisser les images aller jusqu'à la stabilisation du processus de transformation. Refermez le rideau et passez à un autre si le cœur vous en dit.

## L'aura

Un autre jour, devant ce même miroir, j'ai perçu mon aura pour la première fois. C'était très émouvant. Tout d'abord, je voyais habituellement aisément le corps éthérique, le corps énergétique et ses flux en volutes colorées. Et puis, ce jour-là, tout à coup l'aura m'est apparue dans toute sa magnificence. Elle était d'un vert intense. Sa texture était comme du plasma. Vous savez, ça ressemble à ce qu'on peut voir autour d'une cellule à travers un microscope. Des espèces de formes circulaires se déplaçaient à l'intérieur. Du violet irradiait en périphérie.

Dans ma pratique de thérapeute, je fais des lectures d'aura. Et ce que je sais aujourd'hui, c'est que du corps physique émane une lumière subtile très puissante qui est singulière à chaque individu. L'aura est comme une empreinte digitale, elle est unique au monde. Elle contient toute l'information du passé, du présent et du futur de l'âme de la personne. Quand j'observe l'aura chromatique des personnes, je ferme les yeux pour faciliter ma perception. Quand je dis aura chromatique, c'est pour la distinguer des lectures d'aura encore plus subtiles. Elles consistent à lire les différentes couches spirituelles. Je peux lire autant de couches que je désire dans la mesure où il n'y a pas de limite à la conscience spirituelle. C'est pourquoi si l'on veut, on peut retracer les incarnations successives d'une âme en identifiant ce qui a pu perturber l'évolution d'une personne dans sa vie présente. En s'appuyant également sur les Annales Akashiques, des informations sur l'âme peuvent aider à comprendre le karma d'une personne. Cela peut être utile dans certains cas où la personne verse dans ce type de croyance.

**Proposition expérimentale n°10 :** Placez-vous devant un miroir sur pied (entre 1,50m et 2,50m). Entraînez-vous à garder les yeux ouverts sans cligner des paupières. Détendez-vous le plus possible et acceptez que l'œil fasse des mises au point automatiques par intermittence (alternance rapide de myosis/mydriase de la pupille). Continuez à ouvrir votre regard jusqu'à ce que la vision fonde dans un flou artistique et soit stable. A ce moment là, l'aura de la personne peut apparaître. Il est important de ne pas fixer en focalisant le regard. C'est la vision diffuse qui permet de voir l'aura.

## Les voyages « chakrés »

Allongé sur le sol, je partais du chakra<sup>26</sup> racine, laissant mon esprit découvrir les mémoires à chaque niveau de conscience énergétique. Il suffit pour cela de déplacer sa conscience à l'endroit du dit chakra. L'écoute intuitive, l'imagination et le corps font le reste. Au début, je faisais uniquement les chakras principaux localisés sur le corps physique. Ensuite, poussé par ma propension habituelle à dépasser les frontières du connu, je suis allé plus loin, au-delà des centres énergétiques du corps physique. Arrivé au chakra coronal, j'ai imaginé qu'il y en avait d'autres au-dessus de ma tête. J'ai exploré ainsi une centaine de chakras imaginés. Dans l'expérience, j'avais l'impression dans l'ascension, que chaque centre correspondait à un niveau de conscience différent.

Chaque centre énergétique correspond à un niveau d'intégration de la réalité par la conscience humaine. Chaque chakra coïncide avec une dimension de la conscience relationnelle entre soi, les autres et le monde. Je suis allé jusqu'au centième centre énergétique, le centième ciel, l'appelé-je alors. Par exemple, au niveau de mon chakra coronal, je perçus une spirale en plumes d'ange en forme de coupe ouverte vers le ciel avec des faisceaux lumineux qui sortaient et entraient en entonnoir par le sommet de mon crâne.

A travers ce cône, je vis apparaître des archanges qui volaient en cercle à une centaine de mètres au-dessus de ma tête. L'archange Gabriel fut le premier à descendre en mon sein. Il me dit:

*Tu as foi en toi. Ais foi en moi. Je guide tes pas. Tu couvres de grandes distances en peu de temps. Nous sommes là pour te guider.*

*. Sois attentif à ne jamais blesser personne.*

*C'est le premier principe de la paix universelle.*

*. Prends garde à faire le plus grand bien autour de toi.*

*C'est le deuxième principe de la paix universelle.*

*. Accorde à tes ennemis toute la compassion dont tu disposes en ton coeur.*

*C'est le troisième principe de la paix universelle.*

*. Accorde-toi le pardon dont tu as besoin pour t'affranchir de la souffrance.*

*C'est le quatrième principe de la paix universelle.*

*. Prends une part active dans l'amour universel.*

*Rends-toi disponible à tout ceux qui en ont besoin.*

*C'est le cinquième principe de la paix universelle.*

*Accepte l'amour des autres tel qu'ils te l'octroient.*

*C'est le sixième principe de la paix universelle.*

*A chaque instant, garde à l'esprit les principes précédents.*

*C'est le septième principe de la paix universelle.*

J'appelle donc les centres supérieurs, des ciels. Ainsi je vous propose de découvrir avec moi mon 25<sup>ème</sup> ciel:

*C'est une femme magnifique qui m'accueille. Elle me m'indique la direction pour la suivre. Elle me montre un champ d'étoiles qui scintille comme un lac au clair de lune. Elle m'invite à aller dessus. Nous y sommes. Le lit d'étoiles nous absorbe. Je deviens ce lit. J'entends les étoiles qui chuchotent. La vie est ainsi faite que les rôles sont définis à l'avance. Chacun affirme son rôle au niveau de conscience dans lequel il est. Participer à la vie c'est montrer qui on est, son point de vue. La planète entière compte autant de point de vue et d'expériences différentes que d'individu. Certains ne sont pas conscients de leur point de vue. Chaque point de*

*vue se vaut car il est dans un espace commun, au même niveau d'existence terrestre. Il est essentiel de défendre son point de vue, sa vie donc pour apporter sa lumière à l'ensemble de l'humanité. Chaque individu qui assume son point de vue apporte sa tonalité, sa vibration authentique au tout.*

*C'est participer à l'harmonie du monde que d'être authentique avec soi, et par voie de conséquence avec les autres. Répétez-vous, j'accepte mon point de vue en mon âme et conscience afin qu'il permette à d'autres points de vue de scintiller à mes côtés dans le respect de chacun sans jamais chercher à s'imposer comme une vérité absolue, plutôt comme une parcelle du grand Tout. C'est ensemble que nous formons le chant de l'univers. Sans différence, il n'y a pas de mélodie. C'est un acte de bravoure que d'assumer son point de vue devant les autres. Respecter sa particularité, c'est reconnaître son propre espace entouré des espaces des autres qui respectent également le mien. C'est possible qu'à partir du moment où je montre, j'exprime et j'assume mon point de vue aux yeux de tous les autres.*

*Investi de la mission d'être unique parmi les autres, j'apporte ma lumière à l'édifice humain. Je ne peux donc me comparer à personnes et personne ne peut vivre et faire ce que j'ai à faire. Ceux qui me joutent peuvent entrapercevoir un peu de mon point de vue et de mon expérience. Pas plus. J'accède à l'authenticité quand sa place dans l'univers est tout à fait consciente. Je peux tout à fait percevoir l'ensemble du lac étoilé, mais je ne peux pas prendre la place d'une autre étoile. Ma place est déterminée par l'expérience que j'ai à vivre à cette place précisément faite pour vivre cette expérience et cet apprentissage.*

*L'authenticité dont je peux faire preuve avec les autres me*

*permet de relayer l'énergie des autres teintée de me tonalité singulière. Etre authentique c'est avoir conscience de sa note unique, de sa couleur unique au sein du tout multicolore. Aller au plus près de sa vibration pour la laisser se répandre en ondes excentriques parmi ses semblables différents. Conscient de cela, le mouvement des étoiles entre elles danse à l'image du mouvement du prana (énergie subtile dans la tradition hindoue) où jamais les microbilles lumineuses ne se touchent malgré le désordre apparent, apparent seulement.*

*Ce sont des interactions énergétiques entre les masses qui alimentent l'ensemble de l'univers. Supprimez une partie à cet ensemble, l'énergie s'arrête et l'univers s'effondre sur lui-même. Imaginons que plus aucun individu ne soit en contact avec son authenticité, sa vie singulière et sa mission d'être unique, cela aurait pour conséquence l'effondrement de l'humanité. Chacun a donc à son niveau la responsabilité de l'équilibre vitale de l'univers. Pour cela croyez en votre étincelle de vie, elle est indispensable à l'univers.*

*C'est le miracle de la création, qui ne tient qu'à ceci. C'est pourquoi tout cela est si fragile. Tout ce qui est manifesté peut un jour disparaître instantanément dans la mesure où plus rien ni personne ne sera conscient du rôle universel de l'essence unique qu'elle représente. Si la foi dans le principe universel se perd c'est toutes les parties du tout qui s'effaceront à tout jamais et l'obscurité infinie règnera sur le néant inerte.*

*Je suis parmi les myriades ce que les myriades sont à travers moi. Ensemble nous vibrons d'un même champ stellaire. Chacun est précieux, indispensable à l'équilibre du tout.*

**Proposition expérimentale n°11:** installez-vous confortablement tout en gardant une certaine verticalité. Ensuite imaginez que chaque centre

énergétique (plexus nerveux) est une fenêtre ouverte sur le paysage intérieur de votre conscience ouverte. Laissez faire et ne vous attachez à rien. C'est comme un rêve éveillé que vous observez de l'intérieur et qui vous fait traverser les strates de votre esprit. Il n'y a pas de limites. Vous pouvez voyager tant que vous voulez dans les chakras. Alors, bon voyage !

## La mort du chercheur de vérité

J'ai eu autant de réponses que de questions posées. Et plus je posais de questions à la sagesse intérieure, plus elle me répondait sans détour que j'étais impatient ou encore inquiet de ne pas savoir. Un jour, j'ai voyagé si longtemps dans différentes dimensions spirituelles pour répondre à la question de l'origine du monde, du sens de tout cela, d'un créateur, d'un but, ... qu'une ultime réponse vint stopper toute recherche, toute quête spirituelle: le chercheur de vérité est précisément mort à ce moment-là.

Du tréfonds de ma conscience cosmique, j'entendis :

*- Si tu veux savoir avec tant d'ardeur, c'est que tu es prêt à connaître **la réponse** :*

*« Il n'y a rien, pas de but, pas de sens, pas de projet collectif. Rien de tout ce que la conscience personnelle ou collective a pu imaginer n'existe. »*

Toutes les formes, les images, les mythes, les guides, les anges, les maîtres ascensionnés sont des idéogrammes alimentés par l'énergie de la pensée collective. C'est une sorte de matrice sur laquelle se reflète toute la création spirituelle qui résonne avec le Grand Esprit. La matière est donc spirituelle par

essence puisqu'elle est le résultat de nos pensées et de nos consciences créatrices. Et si nous faisons tous partie de la même conscience partagée, notre monde est la manifestation syncrétique de nos consciences individuelles. Chacun, chacune à notre mesure, nous participons au mouvement du monde de façon irrépessible. Nous sommes tous et toutes les créateurs impénitents de notre réalité collective.

## **L'immortalité**

L'humain se serait créé des univers parallèles pour supporter l'absurdité de la vie, qui génère une angoisse profonde. Et si on accepte la pensée qu'il n'y a rien d'autre que ce qui est ici et maintenant, c'est-à-dire rien, juste le vide d'une conscience transparente, rempli de pensées individuelles, de mémoires archétypales ancestrales et de cosmogonie mythique, c'est tout bonnement déconcertant, voire insupportable.

Impossible de rester immobile, car l'angoisse de la mort pousse chacun, à son niveau, à construire un monde tel qu'il l'imagine. Et plus on prêche foi à ce processus, en se confondant avec ses propres créations, plus on développe cette fameuse mégalomanie indémodable dont on se repaît sans vergogne. On se prend vraiment pour les rois du monde. A notre décharge, c'est notre seule manière de repousser le spectre de la Grande Dame Noire à la faucille.

S'il n'y a pas d'origine, pas de source, seule la réalité de ce qui est ici et maintenant me rattache à quelque chose de tangible. Et si je vois des esprits, des entités dans l'instant, j'accueille cela tel quel dans

l'instant, de la même façon qu'une coccinelle viendrait se poser sur mon épaule. Tout est pareil. C'est-à-dire manifestation de la vie. Toutes les formes sont l'émanation de la réalité présente en tant que force vitale qui anime toute chose.

A l'intérieur de toute chose, il y a la même conscience, la même énergie, le même vide sidéral. Seule la forme change. Au moment de ma mort, le corps changera de forme. Alors que ce qui l'anime restera identique : infini et indifférencié d'avec le tout et le rien. C'est peut-être ce que certains appellent l'immortalité de l'être, au-delà de l'entité individuelle attachée à son corps.

### **La compagnie *Air Esprit***

Toutes les expériences intestines et les voyages dans et hors du corps me donnent l'impression de connaître le monde et les hommes sans avoir eu besoin de bouger de chez moi. J'ai voyagé à travers le monde en première classe gratuitement de la façon la plus légère, économique et écologique qui soit, avec la compagnie *Air Esprit*.

## Chapitre VII

### **Eveil et Non Dualité**

*A la porte de Dieu, je frappe.  
Une voix profonde me répond : Qui est là ?  
Je lui dis : c'est moi, Mohamed !  
- Reviens plus tard jeune homme, tu n'es pas encore prêt.  
Un an plus tard, je frappe de nouveau à la porte de Dieu.  
- Qui es-tu ? Dit-il.  
- Je suis toi.  
- Entre alors, il n'y a pas de place pour deux ici.*

Conte soufi

### **L'esprit de la rivière**

L'éveil. C'est tout sauf ce que l'on attend. C'est tout sauf ce que l'on imagine. C'est très simple, c'est même évident. C'est l'acceptation pure et simple de ce qui est. C'est pouvoir observer de façon neutre et sans voile projectif la réalité de l'instant, ici et maintenant. Tout ce qui est dans l'instant est la seule chose qui existe. Les souvenirs, l'avenir, les idées, les images, bref les pensées s'évaporent pour laisser apparaître l'étendue du silence intérieur devant l'indomptable réalité. Il n'y a plus d'attente, plus de désir, plus d'agitation mentale. Il ne reste que la Réalité dans toute sa splendeur, étendue, attendant l'enlacement.

Etre l'amour de la Vie pour ses créatures offre une joie perpétuelle. Etre la bienveillance infinie du flux vital qui coule dans le cœur ouvert est une douce caresse sur la joue du monde. Etre le souffle de l'Esprit ravive les flots incandescents des profondeurs abyssales de mon être. Faire un avec la rivière et caresser les cailloux pour les rendre doux et aimant.

Mes yeux sont la rivière qui scintille au soleil. Les remous vaporeux dessinent des arcs-en-ciel sur ma face translucide. La puissance spirituelle de la rivière conduit l'essence jusqu'à la Source. L'eau semble plus faible que les rochers et les cailloux. Pourtant, l'eau vive transforme les roches en sable.

Notre conscience individuelle doit devenir comme la rivière, humble et persévérante. Laisant le temps faire son office, la douce force gagne sur la force brute. L'éveillé laisse gagner les forces brutes qui s'enorgueillissent de vaincre les plus faibles. Les apparences sont trompeuses en la matière. Laisser la force brute s'exprimer dans sa toute-puissance est une façon de la contourner sans lui opposer de résistance. Cela permet également de faire une avec elle, pour comprendre le piège dans lequel elle se trouve. Elle pense que dominer est la seule façon de vivre. Toutefois, elle ne peut dominer son besoin de pouvoir.

En imaginant que l'esprit de la rivière fonctionne comme nous autres humains de raison, elle n'accepterait pas les rochers qui tombent de la falaise. Elle chercherait à les empêcher de tomber. Et ce, parce qu'elle serait convaincue qu'elle pourrait s'en passer. Que ces rochers sont mêmes contraire à sa nature. Plus elle s'identifie à ce qu'elle pense, plus elle refuse les rochers. Et plus elle les refuse, plus elle se tend et

s'éloigne de sa vraie nature: être une rivière unifiée à la montagne où les courants changent les rochers en poussières minérales, faisant de son lit une couche de plus en plus douce et ondulante. Les rochers sont des offrandes faites à sa nature. Ils nourrissent sa force vitale et transformatrice.

L'eau, aussi fluide et douce qu'elle puisse être, gagne sur la dureté apparente des formes solides. A l'instar de l'eau, la conscience qui s'éveille dissout les résistances mentales, jusqu'aux plus tenaces.

## Le Vide

L'éveil, c'est aussi être cela : c'est être soi et autre chose ; c'est être rien et tout ; c'est ne pas s'identifier ; c'est retomber dans l'indifférenciation originelle ; c'est ne pas posséder ; c'est ne pas s'opposer à ce qui est. C'est embrasser la fourmi comme l'univers nous embrasse. C'est vivre le *Je suis ce je suis* <sup>27</sup>.

Dans le silence de l'esprit, la connaissance mystique peut surgir par fulgurance. Que ce qui peut observer l'agitation ne peut être que son opposé, c'est-à-dire l'infinie sérénité cosmique du cœur assagi. Soit l'on s'identifie à l'homme agité, soit on laisse l'Esprit être le vide silencieux et calme qui observe la réalité sensible en tant que complexe d'énergie vitale.

Comment donc pourrais-je observer le mouvement s'il n'y avait pas en moi le suspens de la conscience omnisciente du vide ? La conscience est le vide. Elle est partout et nulle part. Le vide, c'est de l'énergie et de l'information à l'état pur. Le vide, c'est la Pensée Universelle à l'image du Penseur Omniscient

préexistant. Le vide, c'est la présence de la conscience en toute chose et partout en même temps. La conscience, c'est la présence du vide en toute chose et partout en même temps. La présence, c'est la conscience du vide en toute chose et partout en même temps ou pas!

L'éveil, c'est aussi la capacité à jouer avec les mots et le sens des phrases (cf. la fin du paragraphe ci-dessus). C'est *la langue des oiseaux* : les symboles créant des liens nouveaux entre les mots pour donner différents niveaux de lecture. Puisque la conscience est partout, les mots délivrent leur pouvoir dans le vide signifiant qui les compose. Et ce vide c'est le souffle qui les crée. D'ailleurs, Pierre Oster, dans *L'ordre du mouvement*, parle de « feu des contacts », le feu étant le souffle créateur de sens.

Si je prends le mot vide et que je le tourne dans tous les sens cela peut donner – Une vie de vide – Vis le vide – Vide de vie – Le vide dévie – Vis des vies – Devis vide –. Ces jeux de mots suivent la spirale cosmique du souffle créateur. Tout est possible. La Réalité est tels ces jeux de rencontres, de séquences infinies d'interrelations toujours renouvelées. Tout est mouvement, circulation, échange, intégration et adaptation. L'éveil, c'est faire un avec le jeu d'équilibre entre toutes les parties de la réalité.

L'éveil, c'est aussi et encore entrer de plain pied dans la spirale créative qui compose les nouvelles combinaisons de l'univers. Aucune chose ne se répète une seule de façon identique dans l'univers. Il y a un déplacement, micro ou macrocosmique, en chaque manifestation *phénoménale*<sup>28</sup>. Au plus profond de nos cellules, l'espace entre nos cellules est infini.

Si je suis attentif, chaque regard que je pose sur les choses ou les êtres qui m'entourent, c'est une occasion nouvelle d'être ébloui par le pouvoir de l'instant présent qui se renouvelle sans cesse. Un baume suave et chaleureux envahit mon cœur amoureux de l'instant. Et j'accueille la Réalité dans toute son œuvre dans la paix de l'esprit. Plus c'est ce qui est, plus le corps créé pense et écrit ses mots sur l'écran de l'ordinateur, et plus la conscience individuelle se dissout. Je ne possède alors plus rien et n'ai plus aucun pouvoir sur rien. Cela devient le vide qui observe ce qui est, jusqu'à l'évidence que les vies dansent, mues par une force qui les dépasse tels les grains de pollen qui s'animent frénétiquement à la surface de l'eau dans un jeu ininterrompu d'interactions.

A la fois dissocié et associé à l'univers, plus rien n'a d'importance, tout est pareil. Je peux être là, ailleurs ou nulle part. Ce corps qui se ressent et qui se montre aux autres consciences est la seule preuve de la réalité sensible de ma présence. Je deviens étranger à moi-même et en même temps incroyablement proche des autres et de l'environnement. C'est comme si tout était moi et le moi toutes les choses. Il y a une sorte de métamorphose du soi en multiples « mois ».

Encore et *en-corps*, je ressens profondément que tout est dans tout et qu'il n'y a aucune différence entre une vie et une autre, entre une chose et une autre. Tout est animé par la même flamme.

L'autre ...

*L'autre est une poésie vivante où la vie cherche son chemin.*

*Quelques fois il se perd.*

*La peur, le désarroi l'assaillent.*

*La vie se fige. Le chaos s'installe.  
 J'accompagne alors les pieds du poète perdu,  
 vers des contrées inconnues,  
 où la vie peut à nouveau courir librement  
 et écrire des poèmes sans pieds.  
 Poète sans pied ma terre est partout  
 et en tout temps. L'autre est ma racine,  
 mon humanité, mon amour, ma passion;  
 il m'inspire d'infinis vers fraternels;  
 son air est mon air, son être est mon être,  
 sa vie est ma vie, son souffle est mon souffle,  
 je suis elle, elle est moi, nous sommes uni-vers-Ali-T Toi  
 Dieu créateur-créature où le « e » se joue de nous pour nous  
 confondre, j'aime l'infini miroir de mon âme en Toi  
 Tu es multiple en ces milliards d'humain  
 Je sens ta présence en chacun d'eux  
 Multiplication de ta rémanence  
 L'humanité c'est Toi  
 Toi en milliard de répliques  
 tu t'es caché à moi longtemps  
 maintenant je te vois  
 je te perçois je te ressens  
 parce que je suis ce que tu es  
 je suis ce je suis  
 partout en même temps  
 la même chose*

C'est un grand calme et une paix profonde qui s'impose aujourd'hui. Et tout ce que j'ai pu traverser d'initiations en tout genre, soufie, essénienne, chamanique ou celtique, d'expériences transpersonnelles, ont été remises à leur juste place.

Ce qui est important n'est pas ce qu'on a vécu ou chercher à vivre mais bien ce qui est ici et

maintenant. Et tout ce qui est de l'ordre des images, des formes, des apparitions archétypales, des connexions avec les esprits de tous ordres devient secondaire voire obsolète. Car bien souvent tout cela est comme une nouvelle dépendance à quelque chose de soi-disant supérieur ou spirituel.

Aujourd'hui, je ne crois plus en rien. Ou peut-être je crois au rien, qui reste au demeurant une croyance qu'il n'y a rien. En fait, qu'il y ait quelque chose ou pas, ça n'a plus aucune importance. Ce qui est, est amplement suffisant; ce qui n'est pas aussi d'ailleurs. La conscience instantanée se suffit à elle-même puisqu'elle est ce qui est sans autre but que d'être la manifestation de l'élan à la fois créateur et destructeur du monde.

## **Le vide tient le monde**

*Le ciel azuré est entré dans mon corps devenu costume de lumière. Le monde entra dans chaque cellule de mon corps. Je compris alors que le monde était la conscience, ma conscience, et que toutes les formes sont tenues par le vide, cette force créatrice de forme.*

*Je suis tenu par le vide. Le vide de la conscience universelle m'investit. Mon corps est comme en suspension en cette conscience infinie. Il s'efface en la conscience lumineuse comme éblouie par le rien. Le monde est l'Esprit soufflant sur les contrées de mon âme. Enivré d'infini, je titube et chute dans le bouillon cosmique. Les images défilent en la conscience béante. Les informations dévalent les pentes étoilées de galaxies intestines. Surfeur astronomique, je glisse dans les rouleaux lactés.*

Dans ce texte, il y a une prise de conscience fondamentale concernant la conscience. Et cela rejoint directement la pensée de Max Planck : *« Toute la matière trouve son origine et existe seulement en vertu d'une force. Nous devons supposer derrière cette force l'existence d'un esprit conscient et intelligent. »* Cette force, que je nomme le vide-conscience, tient le monde grâce à un jeu de forces qui dépasse la compréhension de l'homme: *« Tous ceux qui sont sérieusement impliqués dans la science finiront un jour par comprendre qu'un esprit se manifeste dans les lois de l'univers, un esprit immensément supérieur à celui de l'homme. »* (Albert Einstein)

## L'innommable

*Lorsque le plein et le vide se confondent, lorsque le dedans et le dehors se fondent en transparence, mon être n'est plus que ce qui est à l'extérieur de moi. Miroir sans tain, je suis tout ce qui m'environne, conscience infinie. L'infini vertigineux creuse les traits transparents de mon esprit. Plus rien de personnel ne peut s'accrocher à ce corps vide, seulement ce qui est infiniment autre que moi-même. La puissance de la complétude immanente vibre au son du vivant partout à la fois. Le « je » s'efface devant l'impermanence de ce qui n'a plus d'identité. L'esprit est spectateur de l'immensité qu'il est. Le monde est un hologramme gigantesque. Cet esprit qui voit infiniment en soi l'incommensurable essence des choses n'a plus de corps.*

*L'esprit est dans l'envers invisible de la réalité. Tout est en moi, ce moi devenu le Tout. Transparence en ma matière, je vibre aux sons des formes et des paysages. Désormais, l'esprit est ouvert à son infini miroir. Ce que je vois n'a plus de nom. Ce qui voit est l'Innommable.*

## L'espace de sensibilité<sup>29</sup>

Mon espace de sensibilité est ma seule réalité. Ce que je vois, j'entends, je ressens et je touche pose mon espace réel proche. C'est la seule chose qui existe réellement ici et maintenant pour moi. Et si j'oublie la conscience sensible de ma présence dans mon corps et dans l'espace autour de mon corps, c'est une conscience désincarnée qui virevolte dans les ramifications d'un *cerveau-générateur* d'images projectives.

Cet espace sensoriel réel bien établi installe un cadre concret sur lequel je peux m'appuyer pour laisser ma conscience sensible résonner et traverser d'autres matières, d'autres formes, d'autres énergies. Je perçois alors leur propre espace de sensibilité comme si j'étais cette chose ou cet être vivant. C'est encore une autre définition de la *résonance unitive*.

Toutefois, cela reste ma résonance originale et unique. Je suis absorbé par une autre réalité sensible qui me fait devenir autre chose. C'est une sorte d'empathie spirituelle qui traverse la *forme-énergie* de ce qui semblait différent en apparence et qui se trouve être la même chose. Toute entité consciente et sensible a son propre espace de sensibilité.

Dans le cadre de l'accompagnement non duel de de l'*Art de la Résonance Unitive*, cette approche est fondatrice. Pour entrer en résonance, ne plus être soi pour accueillir ce qui n'est pas soi est une clé qui ouvre un champ d'expérimentation qui dépasse l'entendement et la compréhension rationnelle.

## N'être plus rien

N'être plus rien pour devenir autre chose, cette chose que le patient n'aurait pu percevoir sans le concours du praticien: la résistance, la blessure, le traumatisme, le noeud karmique, la mort, l'inceste, le deuil, le secret de famille, etc., toutes ces choses qui se dissolvent à la lumière de la Résonance Consciente, faite de compassion et d'amour universel.

Le praticien de l'Art de la Résonance Unitive est un trait d'union entre l'homme et son créateur, entre le visible et l'invisible, entre le fini et l'infini, entre la matière et l'esprit, etc. Le praticien est un médium neutre dont a besoin le Grand Tout pour se manifester dans l'espace sacré de la relation patient / thérapeute. *L'Art de la Résonance Unitive* impose de s'effacer devant l'infinie puissance de l'énergie d'autoguérison du patient.

Seul je ne puis rien. Seules les ressources personnelles du patient déclenchent ou pas la guérison psychique, émotionnelle ou spirituelle ; qu'il le veuille ou non, un processus équilibrant et régénérateur peut se déclencher. Plus que des praticiens, nous sommes les serviteurs humbles compatissants de nos semblables qui nous aident à nous guérir nous-mêmes. En guérissant la résonance de ce que l'autre déclenche en moi, j'offre une occasion à l'autre de guérir grâce au principe universel d'harmonisation.

Plus j'ouvre ma conscience, plus je comprends ce qui déclenche la maladie. Les désordres cellulaires localisés ou généralisés, les noeuds énergétiques, les auto-sabotages psychiques, les comportements obsessionnels, etc., expriment ce que j'appelle la

métaphore du mal. La résonance consciente déclenche la métamorphose des maux en trésor de sens dévoilés, où les images mémorielles de la personne exaltent l'indicible vérité qui était cachée au plus profond de l'âme. Les pages sanglantes de la souffrance ainsi révélées sont caressées par une plume d'ange, écrivant une nouvelle histoire à l'ancre sympathique; bientôt la page sera blanche et la métamorphose achevée.

### **Plus personne**

Quand il n'y a plus personne pour être<sup>30</sup>, la conscience n'est rien d'autre que ce qui est. Elle est complètement dépersonnalisée. Ce n'est plus qu'un vide qui observe le vide dans lequel des images, des objets, des couleurs, des bruits, des sons, des odeurs, des sensations, des émotions, des sentiments, se manifestent purement et simplement. C'est, un point c'est tout ... Un c'est Tout en tout point.

Quand j'accepte de mourir chaque soir d'un sommeil profond, ma conscience ordinaire s'endort. Mais il m'arrive de me réveiller dans mes rêves et là je peux voir mon cerveau en train de créer de toute pièce les images de la pseudo réalité de ma vie.

Me battant avec une force invisible, une espèce de fantôme, je me dis: "c'est qui ce fantôme?" Une voix me répondit "C'est toi. Vas te voir dans un miroir." Et là, à ma grande surprise, je me vis sous un aspect tout à fait différent de l'habitude. Les traits et la forme de mon visage étaient si différents que j'y voyais comme une autre personne, alors que c'était bien moi. A ce moment là, un grand sentiment de lucidité et de détente m'envahit. Je suis conscient que je suis en train

de créer cette réalité rêvée. Je suis le maître de mon rêve et de ma vie. Je crée de toute pièce la réalité dans laquelle je vis. Les problèmes que je rencontre dans mes rêves et dans ma vie de tous les jours sont créés par la peur fondamentale, l'angoisse du moi face au néant.

*Se réveiller dans son rêve est une expérience très profonde. Cela permet de comprendre que tout ce que la vie est à l'image des rêves, pure construction intelligente. Cette intelligence individuelle est elle-même à l'image de l'Esprit qui pense le Tout. A tous les rêveurs endormis qui veulent se réveiller; émettez avant de vous endormir l'intention suivante: pendant que je serais en train de rêver, je souhaite me réveiller dans le rêve pour me regarder dans un miroir.*

Le cerveau est à l'origine des images qui se collent sur l'écran de la conscience. Et le cerveau ne fait pas la différence entre les images créées par la pensée et un objet réel qu'il doit imaginer pour se le représenter. Ce qui modèle la façon dont une personne perçoit le monde.

## **Les images de verre**

Quand l'écran tombe, on sort du phénomène hypnotique, on voit que la télévision n'est qu'un objet électrique et numérique fait de plastique et de métal qui imite la réalité. Etre endormi par la télévision, c'est être absorbé par les images animées projetées à travers l'écran cathodique. Il n'y a rien de réel. Les émotions des téléspectateurs sont déclenchées par leurs propres projections. Même si les émotions rendent les images

plus réelles, elles n'en sont pas moins illusoirs.

Se réveiller, c'est se regarder en train de regarder la TV, tout en laissant le vide astronomique dilater la conscience. Et de constater qu'un objet est un objet, pour ne pas confondre le sujet avec l'objet. Je suis en train de regarder des images qui bougent sur un écran, ni plus ni moins. La télévision fait partie du décor qui occupe l'espace vide de ma conscience, devant ce corps qui doit rester présent grâce aux sensations perçues. Un corps bien présent, plus une conscience de l'espace tridimensionnel (espace entre les objets) garantissent la dissociation sujet/objet et évite la fascination débilitante pour des images vides de réalité sensible et humaine (les interactions humaines étant absentes et faussées).

Le cerveau croit qu'il y a une relation humaine, alors que ce sont des personnages fictifs, faits de pixels, de formes et de couleurs artificiels. C'est là où la différence entre l'organe cerveau et la conscience fait la différence. La conscience peut comprendre comment le cerveau fonctionne, ce qui la distingue de cet organe et répond partiellement à la question, qu'est-ce que la conscience? Ce n'est donc pas le cerveau. La question de la nature de la conscience fait l'objet du premier chapitre du livre II, *L'art de la Résonance Unitive*.

**Proposition expérimentale n°12 :** Veuillez fermer les yeux. Prenez le temps de vous détendre. Respirez calmement avec le ventre sans faire d'effort. Puis, quand vous sentirez que vous êtes bien installé(e) dans votre présence physique, vous laisserez les paupières se soulever très doucement sans perdre le lien avec votre conscience corporelle.

Observez l'environnement de façon détachée. Observez les éléments du décor. Restez à votre place au centre du décor qui vous entoure. Il y a votre espace intérieur et l'espace extérieur. Sentez l'espace qui vous sépare de chaque chose. C'est une façon de rester éveillé et lucide. Et plus vous êtes conscient des espaces, plus votre présence sensorielle s'intensifie.

## **L'Art de la Résonance Unitive**

Cet art a pour principe de ne pas projeter son mental, ses intentions ou ses désirs vers l'autre. Dans le livre III, *A la Verticale de Dieu* (à paraître en 2014), j'insiste l'importance de garder une présence verticale pendant la résonance unitive.

Il ne faut surtout pas projeter sur l'autre ses interprétations et ses émotions, afin de garder l'écran de son esprit ouvert aux informations intuitives directes. S'ouvrir à la réalité d'une relation en se décentrant de la personne présente offre des points de vue inattendus qui vont à l'essentiel.

Ne plus projeter est difficile car c'est une inclinaison naturelle de la sphère mentale. Il faut faire un effort au début pour casser cet automatisme. Une fois rompue à l'exercice de neutralité de l'attention ouverte, le praticien accueille ce qui vient comme un cadeau pour lui-même et l'autre. Cette attitude mentale non-directive lève le voile sur les résistances émotionnelles et les blessures psychiques qui attendaient d'être écoutées.

## La Non Dualité

Elle est à la base de *L'Art de la Résonance Unitive*. En effet, pour entrer en résonance en soi pour<sup>31</sup> quelqu'un, on suppose que ceci est possible grâce à une attitude relationnelle opposée à l'habitude.

Ce ne sont plus deux individus qui communiquent en *tête à tête*. Il n'y a plus deux personnes, mais bien un espace ouvert de consciences partagées qui n'en font plus qu'une. Ce n'est plus la voix de tête (de raison) qui prime. C'est la voix du cœur qui prend le relais.

Pour cela, le praticien doit entrer dans un état d'esprit non duel qui s'apparente à une vacuité baignée d'amour universel. Ce qui suppose qu'il sache se positionner dans ses différents états de conscience.

L'éveil à soi dans la *présence unitive* est le pré requis nécessaire à la pratique de *L'Art de la Résonance Unitive*. C'est pourquoi dans le deuxième II, *L'Art de la Résonance Unitive*, nous approfondirons la manière d'utiliser et d'orienter son attention et sa conscience pour un éveil personnel au service de l'éveil collectif ; sous-entendu que le degré de conscience d'un accompagnant détermine le cadre de sa relation d'aide. On ne peut accompagner quelqu'un au-delà de ses propres limites personnelles. Sinon, le danger est grand de perdre l'autre dans les méandres de l'Esprit. Comme le faisait Lacan, je tiens fermement la main du patient pour le rassurer, avant de le secouer pour faire tomber les représentations aliénantes.

## Conclusion

*Je sens la présence vibrante de ta tension.  
Je parle de cette énergie qui siffle entre les oreilles,  
qui maintient le corps humain dans sa forme.  
Je sais que le jour de ton départ, je fondrai  
dans les bras de ta splendeur infinie.*

Les livres ont jalonné ma vie. Ils vinrent souvent confirmer ce que je venais d'intégrer dans les ouvertures de conscience. L'un des livres qui me marqua le plus, fut sans doute celui d'Edouard Schuré, *Les Grands Initiés: au coeur de l'histoire secrète des religions*. En effet, quand je lus son livre III concernant Hermès (*Les mystères de l'Egypte*), je fus traversé par l'émotion, surpris et joyeux de me sentir relier à quelque chose de plus grand que moi; toutes les phases de ma quête de sens étaient là, décrites dans ce livre III, en particulier *La Vision d'Hermès*.

La question de l'origine, les différentes sphères de conscience en corrélation avec les planètes de notre système solaire, le cheminement des âmes, le fait qu'elles soient mortelles, et j'en passe, toutes les réponses ésotériques que décrivait le texte, je les avais découvertes par moi-même au cours de ces années d'introspection et de voyages dans et hors du corps que je croyais sauvages et désordonnées. J'ai eu alors l'impression étrange que mon chemin initiatique m'avait été indiqué à mon insu.

Je vous avouerai que je baignais dans une

confusion émotionnelle. Je ne sus pas tout de suite ce qu'il fallut en penser et quoi en faire. Au bout de quelque temps, l'ivresse retomba. Je compris que mon univers intérieur résonnait très fort avec la civilisation égyptienne et grecque. Que mon âme semblait empreinte de cette histoire. Qu'en allant creuser dans les arcanes de ma mémoire ancestrale, les archétypes me parlaient de ma propre cosmogonie.

En supposant qu'en arrivant sur terre, un ange posa son index sur mes lèvres pour me faire oublier toute l'ontogénèse de mon âme, ma volonté farouche de comprendre l'origine et le sens de la vie a probablement rouvert « Le Livre de la Connaissance Secrète ». Ce livre à la fois mystique et mythique me révéla la part cachée de l'inconscient collectif au fondement de notre espèce. Avant de pouvoir me connecter avec le rêve du Grand Esprit, il fallut que je me perdisse dans l'obscurité de mon néant. C'est là, dans les arcanes obscurs de la mémoire collective, que je rencontrai une petite lumière qui me montra la face cachée de l'histoire humaine.

Ce qui est particulier à ma conscience, c'est son point de vue unique à travers les âges. Il y a autant d'histoires spirituelles que d'âmes ayant vécu sur terre. C'est pourquoi il ne peut y avoir de vérité. Même les meilleures connexions avec les dimensions subtiles ne sauront avoir qu'un point de vue particulier.

Peut-être qu'en sondant toutes les âmes qui ont vécu à travers le monde, une histoire spirituelle collective pourrait voir le jour. Mais finalement, entre l'inconscient collectif et individuel, tout est rêve. Chaque individu participe au Grand Rêve qui imagine une réalité toujours changeante. Peut-être sommes-

nous dans une sorte de *Révalité*<sup>32</sup> alimentée par toutes les consciences réunies ?

Pendant un temps, j'étais convaincu qu'il fallait que je continue à découvrir et répertorier les strates de ma cosmogonie personnelle, pensant qu'elle donnerait du sens à ma vie. Vous imaginez, communiquer avec des dieux, des chamans, des sorciers et des maîtres ascensionnés avait pour effet d'augmenter la véracité des connexions.

Ce qui stoppa net la recherche intestine, c'est l'éveil à l'Evidence: *le vide seulement le vide, le rien seulement le rien*. C'est beaucoup plus reposant que de chercher à retracer une histoire qui est déjà écrite; même si elle semblait plus gratifiante que l'histoire classique dispensée à l'école. Il faut dire que j'en tirais une certaine gloriole de me voir parer des attributs des pharaons et dieux égyptiens et grecs. C'étaient les dieux eux-mêmes qui me révélaient ma mission divine ; ça ne pouvait qu'être véridique, n'est-ce pas?

Que de temps et d'énergie dépensés à tyranniser le corps, à vouloir qu'il se soumette à ma volonté, à me convaincre qu'il y avait quelque chose à chercher ailleurs que dans l'instant présent. Maintenant, je sens à chaque seconde la tension vitale et sensible qui me relie au monde physique. C'est ça être incarné ; c'est admirer la vie ici et maintenant, dans sa plus pure expression, c'est-à-dire *tout ce qui est*.

Plus tard, cette évidence est entrée en résonance avec le livre de Osho, *Le Livre du Rien*. Comme la plupart des auteurs découverts *a posteriori*, chaque prise de conscience fit poser ma main sur le bon livre. D'autres livres dans cette veine allaient

continuer à nourrir l'éveil à l'Evidence ; *Tout ce qui est*, de Tony Parsons ; *N'être plus personne: de la croyance à la clarté*, de Jan Kerrschof ; *S'éveiller au rêve*, de Léo Hartong ; etc..

Soit dit en passant, et si vous me le permettez, je vous conseille de lire des livres en appui de ce que vous découvrez par vous-même. Un livre est un outil théorique écrit pour informer ou témoigner. Il peut toutefois devenir une expérience transformatrice si son contenu résonne avec ce qui est déjà en éveil en vous.

Les propositions expérimentales intégrées dans les chapitres précédents ont un certain pouvoir transformateur, si seulement vous les mettez en pratique dans votre propre espace de réalité. C'est l'intensité de l'intention et du lâcher prise qui fera que vous serez à même d'accueillir *l'Eveil que vous êtes*.

A cet instant même, vous l'êtes, car l'espace au dessus de vos épaules a toujours été ouvert et illimité.

*L'Art de la Résonance Unitive* se fonde sur cette évidence, laissant la *résonance unitive harmonisatrice et régénératrice* agir librement dans l'espace sacré de vos ressources d'autoguérison et de libération.

## Notes

1. Les stages de *La Voie de la Résonance* créent les conditions favorables pour se libérer de l'ego, s'éveiller à soi et s'ouvrir au Soi. La voie du cœur, de la compassion, de la légèreté de l'être (on utilise beaucoup la dérision pour dédramatiser l'ego et le mental contrôlant) sont les conditions sine qua non à une délivrance accueillante et rassurante dans la douceur infinie de la conscience impersonnelle et inconditionnelle.

2. Psychopompe : c'est le fait de conduire les âmes des morts de l'autre côté.

3. La technique ancestrale hawaïenne Ho'oponopono est tout à fait indiquée pour faire appel à ses ressources de compassion et de pardon. Cette technique fait des miracles. Il y a la technique de la double empathie, du cœur et de l'amour. Je vous invite à les pratiquer dès que vous avez l'occasion. Il n'y a aucune contre-indication à se pardonner soi-même et à pardonner aux autres.

4. J'ai baigné dans un environnement familial où planait une atmosphère intuitive. Ma maman sentait beaucoup de choses. Elle sentait à distance, même à des milliers de kilomètres, si un proche n'allait pas bien. Elle lui téléphonait. Son intuition tapait toujours dans le mille. Elle savait aussi ressentir intuitivement la personnalité des gens qui croisaient son chemin. Et aujourd'hui encore, elle continue à faire des expériences de ce type avec des flashes, des manifestations spirites, avec aussi des visions prémonitoires. Mon papa est plus dans le magnétisme. Mais sa dimension intuitive n'était pas toujours au service de la bonne cause. Quand il avait quelqu'un dans le nez, il était capable de nuire à cette personne à distance, de le rendre malade, juste en y

pensant. Aujourd'hui son cœur est plus serein. Il peut donc utiliser ses capacités pour le bien. Je crois que mon héritage familial explique en partie mon attirance pour la sphère invisible de la réalité. En remontant un peu plus en arrière, ma mère me racontait qu'une de ses grands-mères vivait des manifestations étranges. Des couverts et des meubles volaient dans sa cuisine.

5. Dans la mystique soufie, *So Ham Ma* peut être traduit par *Je suis Dieu* ou *Je suis Toi*, *L'Innommable*, *Le Sans Nom*.

6. Le monde *imaginal*, selon la traduction effectuée par Henry Corbin, serait un monde intermédiaire, entre les réalités matérielles d'ici-bas, accessibles à nos sens, et les réalités purement spirituelles qui nous échappent, puisque nous ne percevons qu'à partir de nos sens. C'est un monde intermédiaire accessible à l'imagination, non pas un monde imaginaire, mais un monde *imaginal*, c'est-à-dire un monde qui existe réellement, contrairement à ce que serait un monde imaginaire. C'est le monde des corps subtils, corps spirituels ; monde intermédiaire, où s'opère la création, où les idées pures de Dieu revêtent une forme qui va se réaliser dans la matière, monde où s'opèrent les miracles. Ce monde réel est donc accessible à notre pouvoir imaginaire, sans lequel de toute façon ce qui est hors matière nous demeurerait parfaitement inaccessible, dans la mesure où nous ne pensons qu'au moyen d'images. Le monde *imaginal* est un monde réel accessible à cette même faculté imaginative, comme un lieu carrefour, espace de rencontre entre notre monde et celui de Dieu, de la Nature, de l'Univers ou de la Grande Conscience. La *Résonance imaginale* consiste à laisser la conscience intuitive résoudre les maux de l'âme.

7. Le système scolaire devrait s'attacher à identifier au plus tôt les facilités et les préférences des enfants pour

les aider à réaliser ce pour quoi ils sont faits. Dans le cadre de mes consultations, je constate que de nombreuses personnes mettent en veille leurs désirs profonds pour répondre aux attentes de leurs parents et de l'institution scolaire. Ça donne des adultes malheureux de ne pas avoir pu faire ce qu'ils auraient voulu. Se défaire des ancrages et des projections des parents n'est pas chose facile, car il y a souvent des conflits de fidélité inconscients. Mais c'est fort heureusement possible grâce à un travail sur soi-même de dégagement des interdits et des croyances éducatives. Du style, *Allez sois une gentille petite fille ! Sois sage ! Fais comme on te dit et tout ira bien pour toi ! Tu sais on sait ce qui est bon pour toi. Fais-nous confiance !* Et ce sont des exemples plutôt *soft*. Je ne parle pas de tous ces enfants battus qu'on oblige à se soumettre au désir tout puissant de l'adulte autoritaire et psychorigide. Depuis 10 ans de consultation, beaucoup sont venus me voir pour que je les aide à sortir de l'emprise des besoins et des peurs de leurs parents. C'est vraiment très fréquent. Si seulement il y avait des campagnes d'informations pour aider les parents à identifier ce pour quoi leur enfant était fait, ce dans quoi il excellait naturellement. Cela éviterait toute cette perte de temps et d'énergie.

8. *Le Serpent Cosmique*, de Jérémy Narby. Le titre fait référence à l'ADN, à la spirale de l'énergie à l'origine de la création. Le serpent cosmique est le Dieu-Esprit du souffle créateur.

9. Katie Byron, *Aimer ce qui est*. Elle a mis au point *The Work*, quatre questions qui battent en brèche nos certitudes, à l'origine de la souffrance dans le monde.

10. Il est difficile d'accompagner des personnes sur le chemin de la liberté et de l'autonomie sans les influencer de ses propres croyances. C'est une vraie gageure. J'y

tends chaque jour en respectant stricto sensu cette ligne de conduite. Même si c'est déstabilisant pour celles et ceux qui demandent mon aide. Car souvent elles veulent être rassurées dans leurs croyances. Quand je sens que la personne est prête, je l'aide à rompre avec ses certitudes pour sortir de l'emprisonnement mental occasionné par certaines croyances. Toutefois, je peux aussi m'appuyer sur certaines croyances qu'une personne projette sur mes capacités de thérapeute. « Ce thérapeute a un grand pouvoir parce qu'on me l'a dit ». Je ne néglige pas le pouvoir de la croyance. Je suis convaincu que l'auto-suggestion et la fascination font des miracles. Quelquefois, je renforce même une croyance pour faire l'expérience de son pouvoir sur mon environnement ou sur une personne. Si je suis convaincu que je peux aider une personne à guérir, les chances de réussite sont augmentées. Des études américaines montrent qu'un chirurgien positif, souriant et certain de la guérison de son patient, aura plus de chance de voir le patient guérir rapidement. Il s'agit ici de garder la liberté de ne plus croire quand je le désire, pour laisser l'impuissance originelle de ma condition humaine nourrir ma vulnérabilité existentielle ... et être prêt à accueillir ce qui me dépasse, en laissant ce qui est, être comme c'est. Je n'ai pas le pouvoir de modeler les autres et le monde comme je le désire. Seule ma façon de percevoir le monde peut changer pour vivre les événements de la réalité dans l'acceptation et la paix.

11. Des milliers de créations se sont accumulées dans un appartement qui est devenu, progressivement, un atelier rempli de tableaux en tous genres.

12. En écoutant à la radio un écrivain qui faisait la promo de son livre sur Cioran, je ne pus m'empêcher de penser à cette période nihiliste, jusqu'au-boutiste, qui résonne tout à fait avec la démarche de ce fameux négateur

qu'était Cioran.

13. Ce sont des contractions musculaires involontaires. Termes que j'emprunte à Joseph Messinger, *Ces gestes qui vous changeront la vie*. Il développe la PNG (programmation neuro-gestuelle) qui s'appuie sur le phénomène neuromusculaire des transe-décharges. En déconnectant le mental, le système parasympathique et involontaire entame un processus de régénération et de guérison. On pourrait dire au regard de cette approche, que l'organisme de cette patiente tentait de recouvrer une homéostasie énergétique pour sortir de cette emprise. Les travaux de Denis Emonet, *L'intelligence Instinctive*, font écho avec cette hypothèse que j'avance. Il parle également de ces contractions, de ces secousses musculaires involontaires qui sont également la base de cette méthode d'auto-guérison.

14. Le recouvrement d'âme est une technique que j'ai apprise lors de stages avec Claude Poncelet formateur en chamanisme, initié par de nombreux chamans autochtones et formé par Michael Harner aux Etats-Unis. Il s'agit de se mettre en connexion spirituelle avec l'être profond d'une personne qui le souhaite, pour aller chercher une partie de son âme (sous-entendu énergie) dans les méandres d'une réalité parallèle, où se trouvent un voleur d'âme (il peut être un papa, une maman, un agresseur, etc., mort depuis longtemps ou pas, ou bien encore une personne vivante et proche de la victime. Ces techniques existent depuis des millénaires. On ne peut vérifier leur véracité et les apports scientifiques sont minces dans ce domaine. Tant qu'il y a une amélioration pour la personne, cela me suffit.

15. Méthode mise au point par Bandler et Gringer, deux américains passionnés par les processus mentaux gagnants à tous les coups. Ils ont révolutionnés la façon

d'aborder les problèmes. Ils ont établi des protocoles mentaux pour rééduquer notre manière d'utiliser notre cerveau en observant précisément toutes les personnes qui réussissent ce qu'elles font. Le problème naît d'une mauvaise utilisation de notre matière grise. Alors, à nos cerveaux !

16. Ces entités ressemblaient à des moines cisterciens. Ils se lançaient sur moi en me plantant des pieux dans le dos. C'était pour le moins très inconfortable. J'appris que, par le passé, le lieu du stage avait été occupé par les moines.

17. Peut-on voir la flamme de la bougie (sous-entendu l'âme) quand elle est devant le soleil (sous-entendu la Source divine) ? Quand on comprend dans son cœur et dans son âme que le soleil est ce vide qui observe le vide, l'ego s'efface devant l'innommable.

18. du sanskrit Akasha qui veut dire éthéré ou spirituel. En Inde, l'histoire de chaque âme à travers toutes ses incarnations est contenue dans les annales akashiques. En occident, un parallèle peut être fait avec l'*Arwen* des Kelts qui veut dire « l'essence individuelle ».

19. C'est l'œuvre majeure de l'hindouisme védique où les enseignements spirituels comptent 108 Upanishads, visions et connaissances révélées et sacrées transmises de brahmane à brahmane.

20. Sans n'avoir reçu aucun enseignement catholique, Simon Pierre, dit Saint Pierre, disciple de Jésus et chef apôtres s'est manifesté, en me transmettant une connaissance directe inscrite dans l'espace indéfinie de ma conscience. En ésotérisme, St Pierre ouvre ou ferme le royaume des cieux.

21. Hadal vient de Hadès, dieu grec, règne sur le monde

chthonien, souterrain, des enfers et des morts.

22. Héra, déesse grec du mariage, femme de Zeus et sœur entre autres d'Hadès. Gardienne de la fécondité et des femmes en couche.

23. Joseph d'Arimatee porta le corps du Christ après la crucifixion pour l'ensevelir dans son propre sépulcre, taillé dans le roc. Il aurait recueilli le sang du Christ dans un vase, le Saint Calice.

24. Fait toujours aussi étonnant avec les connexions, les informations dépassent largement mon niveau de connaissance. En allant chercher sur internet, je tombe sur l'entretien avec le Cheikh Bentounès, propos recueillis par Bruno Solt, où il explique le lien puissant spirituel entre le prophète Mahomet et Jésus, et l'importance de l'Abyssinie chrétienne.

25. Ce n'est pas sans rappeler l'oeuvre de Henry Michaux, *Connaissance par les gouffres*. Sous l'empire de la mescaline, il faisait des voyages psychédéliques aux prises avec des esprits étranges.

26. Dans l'Inde ancienne, la découverte empirique des canaux subtils et énergétiques est assez fidèle au système nerveux décrit par la science occidentale d'aujourd'hui. Le plexus solaire forme une ramification nerveuse circulaire comme un soleil. D'ailleurs, le chakra veut dire roue en sanskrit.

27. Le Code de Moïse, de James F. Twyman.

28. philos. Chez Kant, Tout ce qui est objet d'expérience possible, qui apparaît dans l'espace et dans le temps (opposé à *noumène*)

29. Cf. Ambrosio Espinosa, *L'art de la guérison de Sat Nam Rasayan*.

30. Cf. Tony Parsons, *Tout ce qui est*.

31. Nous préférons le « pour » au « avec » pour une question technique. La *résonance unitive* suppose d'entrer en résonance avec sa présence avant tout. Cela pour empêcher tout interventionnisme de la part du praticien de la résonance. Ceci est détaillé dans le Livre 2 qui paraîtra fin 2012.

32. La *Révalité* est un néologisme de notre cru. Elle serait une matrice énergétique informée d'images à la fois endogènes et exogènes à l'espèce humaine; endogènes à travers chaque individu qui alimente par ses rêves la matrice; collective et exogène à travers un mystérieux Grand Esprit qui inspire l'élan créateur qui rêverait le monde.

## Remerciements

Chaque personne rencontrée sur son chemin renvoie une facette de sa personnalité. Au fur et à mesure, les pièces du puzzle sont suffisamment nombreuses pour avoir une image globale de ce qu'on croyait être. Et là c'est la révélation. L'image montre ce qu'on croyait devoir atteindre, une identité spirituelle glorifiée, mais qui se révéla au final futile.

Je tiens à remercier les êtres physiques et non physiques que j'ai rencontrés et qui m'ont permis de cesser cette quête éperdue de La Vérité. Il y a eu ma maman par son intuition à fleur d'âme, mon papa par sa foi en l'invisible, Isabelle Staehle par son rayonnement créatif et son amour, Benoit Lasage par la danse contemporaine, Abdeslam Michel Raji par la danse chorésopique et la pratique soufie, Rumi par la voie soufie, Dane Rudhyar par l'astrologie humaniste, Henri Michaux par l'art poétique, Kandinsky, Miro et Soulage par l'art pictural, Anne Givaudan par les soins esséniens, Claude Poncelet par la pratique chamanique, Romuald Leterrier par l'ethnobotanie amazonienne, les archétypes par leurs enseignements, les animaux par leurs visions, Hermès par son aide, Merlin par son savoir, Eckhart Tolle par sa présence, Osho par son enseignement, Harding par sa pratique spirituelle, Spalding par son message, Tony Parsons par son éveil, ...

Je tiens à remercier également toutes les personnes, Michelle, Marie Elisabeth, Thérèse, Patricia, Catherine, Maryse, Elisabeth, Laurence et Michèle qui m'accompagnent et croient en cette Voie de Résonance Unitive, de partage et d'amour. Et en particulier Yves Laval qui m'a offert sa confiance et m'a poussé à croire encore plus à cette voie *originale et singulière*.

## Le chercheur est mort !

- *Le chercheur est mort ! chuchotait-il.*
- *Le chercheur est mort ! un autre répéta-t-il.*
- *Le chercheur est mort ? s'interrogea un autre encore.*

La foule commença à s'amasser sur la place du village, autour de la même préoccupation. Quelqu'un est mort.

- *A-t-on retrouvé son corps ?*
- *Non, il a disparu.*
- *Il faut le retrouver pour l'enterrer dignement, tout de même.*
- *Mais quelqu'un sait-il de qui il s'agit ?*

Personne ne répondit. Pourtant tous étaient nerveux à l'idée que quelqu'un eût pu disparaître. Mais personne, pas de trace du corps. Rien à chercher. Juste l'illusion de la mort.

Chercher la mort est vain. Elle n'existe pas.

Chercher la vérité est vain. Elle n'existe pas.

Chercher est vain. Il n'y a rien à trouver.

## Table des matières

Présentation de l'auteur .....	5
Présentation du livre .....	6
<b>Introduction</b> .....	<b>9</b>
<b>Chapitre I : Bribes d'enfance</b> .....	<b>13</b>
Curiosité insouciante .....	13
Manifestations étranges .....	16
Les monstres .....	18
L'accident de voiture .....	19
Totem indien .....	20
Ma vie intra-utérine .....	21
Mon frère .....	22
Les esprits du village .....	24
Le miroir nettoyeur .....	26
Libéré des colères .....	27
Ma supersensibilité .....	29
La chauve-souris .....	32
L'enfant intérieur .....	33
<b>Chapitre II : Le souffle créateur retrouvé</b> .....	<b>37</b>
La pulsion créatrice .....	37
La rencontre mystique .....	39
La vérité .....	41
Les outils de A. M. Raji .....	43
Respiration triangulaire .....	44
La danse du souffle .....	48
La vision .....	50
Premières fulgurances poétiques .....	51
<b>Chapitre III : La peinture</b> .....	<b>55</b>
Graphismes et réminiscence .....	55
Sensualité et profanation .....	57

Accueillir dans le non faire .....	58
Poussières d'âme .....	63
Entrer en résonance .....	64
L'inconscient collectif .....	65
Mort de l'ego-artistique .....	66
Le dénuement .....	68
<b>Chapitre IV : Mégalomanie ou Réalité .....</b>	<b>70</b>
La quête éperdue .....	70
Paranoïa .....	71
Possession .....	72
Mégalomanie .....	74
Quand tout s'écroule .....	76
La réalité .....	77
Passeur d'âmes .....	82
Jeûne chamanique .....	87
L'ouverture omniprésente .....	88
<b>Chapitre V : Les Etres de lumière .....</b>	<b>89</b>
<b>Chapitre VI : De l'initiation à la mort .....</b>	<b>112</b>
L'inertie salvatrice .....	113
Le gouffre .....	115
Je suis tombé dans l'univers .....	116
La respiration des yeux .....	118
Le ciel miroir de la conscience .....	119
O miroir, mon beau miroir .....	120
L'aura .....	121
Les voyages « chakrés » .....	122
La mort du chercheur de vérité .....	127
L'immortalité .....	128
La compagnie <i>Air Esprit</i> .....	129
<b>Chapitre VII : Eveil et Non Dualité .....</b>	<b>130</b>
L'esprit de la rivière .....	130
Le vide .....	132
Le vide tient le monde .....	136

L'innommable .....	137
L'espace de sensibilité .....	137
N'être plus rien .....	138
Plus personne .....	140
Les images de verre .....	141
La Voie de la Résonance .....	143
La Non Dualité .....	143
<b>Conclusion</b> .....	<b>145</b>
Notes .....	147
Remerciements .....	157
Le chercheur est mort .....	159
<b>Table de matières</b> .....	<b>160</b>
Table des textes en prose .....	163
Table des propositions expérimentales .....	164
Bibliographie .....	165

## Table de textes en prose (en italique)

Depuis longtemps déjà .....	17
Voyageur d'entre les mondes .....	31
Triangulation .....	46
L'écume des temps anciens .....	51
Poudre mortelle .....	52
Réminiscence .....	55
Dans la cellule .....	58
Les toiles filantes .....	62
Ma poussière .....	63
L'art .....	64
Mort annoncée .....	67
O belle Lune .....	82
L'âme errante .....	85
Pierre Simon .....	91
Sananda .....	91
Ulliah .....	93
L'ange déchu .....	102
Héra .....	104
Jésus .....	104
Joseph .....	105
Roi des mutants .....	107
Merlin .....	107
J'écoute .....	114
Goutte d'eau .....	115
Une nuit .....	117
Archange Gabriel .....	123
Mon 25 <sup>ème</sup> ciel .....	124
La réponse .....	127
L'autre .....	134
Le ciel azuré .....	136
L'innommable .....	137
N'être plus rien .....	138
Réveil onirique .....	140

## Table des propositions expérimentales

Proposition n°1 : Estimer son âge affectif .....	36
Proposition n°2 : L'enfant intérieur .....	36
Proposition n°3 : Résonance imaginale .....	36
Proposition n°4 : Déterminer son don .....	38
Proposition n°5 : Qu'est-ce qui reste ? .....	67
Proposition n°6 : Au milieu du néant .....	76
Proposition n°7 : Ouvrir le 3 <sup>ème</sup> œil .....	117
Proposition n°8 : La conscience infinie .....	119
Proposition n°9 : O miroir .....	120
Proposition n°10 : Voir l'aura .....	122
Proposition n°11 : Voyage « chakré » .....	126
Proposition n°12 : Présence à la réalité .....	142

## Bibliographie

Charles ANTONI : *Développement essentiel*, éd. Charles Antoni L'Originel, 2000.

S. BELANGER & F. SCOTT : *L'écoute imaginaire*, éd. Quintessence, 2004.

Michel COQUET : *Les çakras et l'initiation. Techniques d'Eveil*, éd. Dervy, 2008.

Karlfried G. DURCKHEIM : *Le don de la grâce*, éd. du Rocher, 1992.

Denis EMONET : *L'intelligence instinctive: réajuster corps et esprit*, éd. Le Souffle d'Or, 2007.

Ambrosio ESPINOSA: *L'art de guérison Sat Nam Rasayan*, société Golden Temple, 1997.

LES FEHMI et J. ROBBINS : *La pleine conscience*, éd. Belfond, 2010.

Stanislaw GROF : *Pour une psychologie du futur: le potentiel des états modifiés de conscience*, éd. Dervy Poche, 2009.

Thich Nhat HANH : *Le miracle de la pleine conscience*, éd. J'ai lu, 2008.

C. G. JUNG : *L'âme et la vie*, éd. Livre de Poche, 1995.

Debra Lynne KATZ: *L'art de la lecture et de la guérison psychique*, ADA, 2009.

Jan KERRSCHOT : *N'être plus personne: de la croyance à la clarté*, Le Lotus d'Or, 2009.

José LE ROY et Lorène VERGNE : *54 expériences de spiritualité quotidienne*, éd. Almora, 2009.

Olivier MANITARA: *120 méthodes esséniennes*, éd. Trajectoire, 2005.

Patricia MERCIER : *La bible des chakras.*, éd. Guy Trédaniel, 2009.

Barbel et Manfred MOHR : *Obtenez ce que vous désirez*, éd. Contre-Dires, 2010.

Tony PARSON, *Tout ce qui est*, éd. Accarias L'Originel, 2007.

H. W. L. POONJA : *Réveillez-vous et rugissez*, éd. du Relié, 2008.

Patrick POULAIN : *Auto-guérison: méthodes*, éd. Trajectoire, 2006.

James REDFIELD : *Le secret de Shambhala.*, éd. J'ai lu, 2007.

Antony ROBBINS : *Pouvoir illimité*, éd. J'ai lu, 2009.

Ami SAMI : *Cœur Zen, Esprit Zen*, éd. Sully, 2010.

B. T. SPALDING : *La vie des maîtres*, éd. J'ai lu, 2004.

Mona Lisa SCHULTZ : *Le réveil de l'intuition*, éd. J'ai lu, 2008.

Alla SVIRINSKAYA : *Les secrets de l'énergie*, éd. ADA, 2007.

Edouard SCHURE : *Les grands initiés*, éd. Pocket, 2008.

Eckhart TOLLE : *Le pouvoir du moment présent*, éd. Ariane, 2001.

Robert A. F. THURMAN : *Le livre des morts Tibétain*, éd. Bartillat, 2006.

J. F TWIMAN. : *Le code de Moïse*, éd. Guy Trédaniel, 2008.