

Guide à l'Ascension

Eric Keller

Français

5ème édition 2023

Domaine publique

Indice

- 0.1. Guide à l'Ascension – 5ème édition – Indice
- 0.2. Guide à l'Ascension – 5e édition – Avant-propos
- 1.1. Guide à l'Ascension
- 2.1. Les premiers pas
- 2.2. Nettoyage – "normal" et "majeur"
- 3.1. Qu'est-ce que la cinquième dimension ?
- 3.2. L'eau du monde spirituel – coule-t-elle vraiment ?
- 3.3. Faire couler l'eau du monde spirituel
- 4.1. Des objets concrets au monde des idées
- 4.2. Faire en sorte que les changements se produisent
- 4.3. La noix dure: fidélité et infidélité
- 4.4. Les causes de l'infidélité
- 5.1. Outils de communication inter-dimensionnelle
- 5.2. Le pendule
- 5.3. Les tests musculaires
- 5.4. Le Yi-Jing ou Yi King
- 5.5. Les rêves lucides
- 5.6. Méditations interactives
- 5.7. Télépathie
- 6.1. La guérison spirituelle
- 6.2. Les forces du Chi pour la guérison
- 6.3. Perspectives à long terme en matière de santé
- 7.1. La vie ascendante au vortex
- 7.2. Au-delà du vortex
- 8.1. C'est possible

Avant-propos de la 5e édition

C'est à nouveau un moment fort agréable.

Il y a quelques mois, j'ai reçu la suggestion de traduire le site web du **12ème niveau** et ce **Guide à l'Ascension** en différentes langues. Apparemment, le 12e niveau estimait que notre matériel suscitait un intérêt croissant. Je me suis donc mis au travail et j'ai découvert que c'était plus difficile que je ne l'avais imaginé. Une grande partie de ce matériel nécessite une phraséologie très délicate, et trouver la juste nuance était souvent un véritable défi. J'espère avoir trouvé le meilleur phrasé dans l'ensemble de l'ouvrage.

Peu de changements substantiels ont été apportés par rapport à la 4e édition de l'année dernière. La plupart étaient des corrections mineures. Une seule modification majeure a été apportée au chapitre 7.2. qui nécessitait une refonte en profondeur.

Je vous souhaite une lecture enrichissante.

Juin 2023 à Juin 2024, Eric Keller

Avant-propos de la 4e édition

Nous sommes à l'été 2022, et un sourire traverse mon visage alors que j'entreprends de réviser cette quatrième version du "Guide de l'Ascension".

C'est la première version "post-Covid". Elle vous est présentée après deux années mouvementées qui ont ébranlé le monde entier. L'un des changements majeurs a été la manière dont nous vivons et comprenons la spiritualité.

Traditionnellement, les questions spirituelles étaient l'apanage d'un groupe spécial de personnes : prêtres, chamans, etc. – les noms ne manquent pas. Mais en 2008, la décision majeure a été prise *d'ouvrir les portes du 12e niveau au grand public*. Cette décision a été prise lors d'une assemblée générale du 12e niveau.

La première étape consistait à préparer le terrain. Que signifie vivre spirituellement chaque jour ? Et que représente le 12e niveau spirituel ?

À mon insu, j'ai été choisi pour être l'un des cinq candidats à cette tâche. Nous devions tous rédiger une introduction à l'Ascension. Je ne connaissais pas les autres. Nous nous sommes tous attelés à la tâche et, apparemment, nous avons tous terminé cette introduction. Je ne sais toujours pas qui étaient les autres auteurs.

J'ai commencé tardivement car je venais de prendre ma retraite de professeur à l'Université de Lausanne quelques années auparavant. Après 30 ans d'enseignement continu et très stressant, j'étais totalement épuisé. J'avais besoin d'un peu de temps pour reprendre mes esprits. Mais lentement, vers 2013, j'ai ressenti un besoin intérieur de commencer à rassembler et à écrire quelques-unes pensées pour mon propre "Guide de l'Ascension".

Dès le début, j'ai su que j'avais besoin d'un éditeur sévère qui pourrait me remettre sur le droit chemin si je m'égarais. Depuis plusieurs années, je sentais en moi un guide invisible. Il se présentait à moi dans mes rêves et dans quelques unes de mes méditations. Avec l'aide d'un voyant, j'ai découvert qu'il s'agissait en fait d'une de mes incarnations précédentes qui avait vécu il y a environ 1800 ans dans l'Empire romain. Il s'appelait "Melkiades" (que j'utilise partout au lieu de « Melquiades »).

C'est ainsi que tout s'est mis en place. Entre 2013 et 2016, j'ai écrit le "Melkiades Ascension Blog". J'ai utilisé le pseudonyme "Melki" pour moi-même et "Melkiades" pour mon Soi Supérieur. Le Melkiades Ascension Blog a été publié électroniquement jusqu'en 2018 à "Melkiades.com", en deux versions consécutives.

Pour cette version, il n'y a pas un éditeur critique, mais plusieurs. Le plus important est l'Archange Michael – oui, celui avec l'épée – qui est venu me voir au moment où je m'asseyais pour écrire cet avant-propos. Il veut absolument faire partie de l'équipe de rédaction. La version actuelle est mise à jour et élargie pour cette version, et compte tenu de notre important lectorat en Espagne et en Amérique latine, elle est également traduite en espagnol.

En 2020, j'ai été élue au 12e niveau spirituel, à ma grande surprise. Je suis encore en train de réfléchir à cet événement. Ma compréhension des questions spirituelles s'est clairement élargie. Je vais réexaminer et éventuellement enrichir et nuancer les idées qui ont été introduites dans les trois versions précédentes. Cela pourrait ancrer une compréhension encore plus profonde des questions spirituelles.

Mes écrits sont basés sur des expériences et des réflexions personnelles, mais ils n'ont pas la prétention de représenter des vérités universelles de quelque sorte que ce soit. Ils ne sont rien de plus qu'une collection de mes opinions personnelles. Bien que j'aie une autorisation du 12e niveau pour publier ce "Guide de l'Ascension" dans le cadre de cette collection du 12e niveau, ces écrits n'excluent personne.

Lisez d'autres guides de l'Ascension et comparez-les. Nous apprenons tous toujours plus sur le chemin de l'ascension.

Juillet-Août 2022, Eric Keller

1. Guide à l'ascension

Par Eric Keller

Un manuel facile à lire sur la vie ascensionnelle.

Domaine public – 5ème édition 2023

Les principaux sujets abordés dans ce volume sont les suivants :

- **Évoluer et étendre notre conscience dans l'Ascension :**
Comment la vie ascensionnelle est différente d'une "existence 3D normale", et ce que cela signifie pour notre vie quotidienne.
- **La communication inter-dimensionnelle :**
Comment communiquer avec mon Moi Intérieur profond.
- **Guérison spirituelle :**
Utiliser nos pouvoirs d'ascension pour nous conduire à un état psychologique et physique plus sain.
- **La vie dans la dimension ascensionnelle :**
L'environnement prometteur de notre monde ascensionné.

La vie ascensionnelle est-elle pour vous ? Ou êtes-vous déjà en train d'expérimenter la vie ascensionnelle ?

Lisez ce qui suit et voyez où vous en êtes. La 3D était un lieu de réussite, de performance et d'argent. La vie ascensionnée est un lieu de compréhension, d'émotions positives, de joie et de participation à des actions communes. Où préférez-vous être ?

Dans les deux ? C'est également possible. Nous sommes dans une lente transition et il y a de la place pour les deux. Lâchez certaines choses et faites de la place pour d'autres.

Ce livre a été écrit lentement, chapitre par chapitre, sous les quatre rubriques mentionnées ci-dessus. La création du livre n'a pas été linéaire. Certains chapitres sont apparus avant l'heure, tandis que d'autres se sont manifestés sous la forme de nouvelles réflexions à partir de matériel existant.

Le matériel est arrivé dans ce livre au fur et à mesure de mon développement. Lorsque j'ai eu des idées pour ce livre, je les ai écrites, j'y ai réfléchi et j'ai veillé à ce qu'elles suivent une progression logique. J'ai ensuite affiné la série de pensées de manière approfondie. Lorsqu'elle a été bien étoffée, j'ai placé la séquence à l'endroit qui me paraissait le plus approprié dans le livre.

Pièce par pièce, au fil du temps, c'est devenu un véritable livre.

L'histoire complète sera-t-elle un jour publiée sous forme de livre imprimé ? Ce n'est pas important. Ce qui est beaucoup plus important, c'est que beaucoup d'entre nous commencent à réfléchir à ces idées dès maintenant. Plus nous participerons à la discussion, plus nous essaierons et adopterons des concepts nouveaux et plus appropriés, mieux ce sera pour nous tous.

Où en êtes-vous aujourd'hui ?

Croyez-vous que vous avez une âme ?

Je crois que j'ai une âme.

Vous la rencontrerez dans un instant, dans les pages suivantes.

Mais avant, laissez-moi vous poser quelques questions.

As-tu déjà eu une nouvelle idée géniale, mais tu ne savais pas comment le faire ?

As-tu déjà couru un grand danger, mais as-tu été sauvé soudain ?

Avez-vous déjà entendu une voix intérieure qui vous a dit

comment sortir d'une situation difficile ?

Il s'agissait peut-être d'un guide intérieur, de quelqu'un qui veut t'aider.

Il pourrait s'agir de votre Moi Supérieur.

S'il vous plaît, venez avec moi.

Je vais vous raconter comment j'ai rencontré ma propre âme, mon Soi Supérieur.

1.1. Les débuts



Melkiades est mon Moi Supérieur. Je suis Melki, mon Moi matériel, le type qui a un corps et un ordinateur. Melkiades et moi écrivons ce blog ensemble.

Ma relation avec Melkiades est un peu particulière car nous nous "parlons" tous les jours. Je lui pose des questions et j'obtiens des réponses claires et cohérentes. Il peut me montrer des visions et des rêves lucides pour m'expliquer quelque chose ou pour m'enseigner une nouvelle idée. Si je lui pose des questions sérieuses, j'obtiens des réponses sérieuses. Il lui arrive aussi de plaisanter avec moi. Melkiades est comme cet oncle que vous aviez quand vous étiez jeune. C'est un bon ami, mais bien sûr, il a beaucoup d'avance sur toi et il peut vous apprendre beaucoup de choses.

J'aimerais vous présenter Melkiades. Je ne peux évidemment pas vous montrer sa photo et je ne peux vous dire que ce que je reçois de lui. Il apparaît comme un être humain normal lorsque je parle avec lui. Il sait clairement ce que je fais et ce que je pense. Il comprend nos contraintes humaines de temps et de ressources, et il propose des solutions qui s'intègrent dans notre vie quotidienne.

Mais il n'est pas un Melki comme un autre. Il est plus conservateur que moi. Même si je suis honnête, je n'ai jamais eu une vie particulièrement sainte. J'ai eu des amours et j'ai mangé comme la plupart des gens sans faire attention à la composition des aliments, aux herbicides et aux additifs. J'ai connu des périodes prétentieuses et je ne suis pas un "écologiste".

En revanche, les suggestions de Melkiades en matière d'alimentation et de mode de vie sont plutôt frugales. Il veut non seulement que je fasse des économies et que j'élimine les déchets, mais il est aussi un fervent partisan de la bio, de l'alimentation saine et des approches alternatives de la médecine. Le plus important est peut-être qu'il souhaite que je ne sois pas sous les feux de la rampe, que je fasse mon travail avec prudence et sans prétention. Par exemple, que je ne devais pas donner de conférences publiques dans le prochain temps.

Depuis que Melkiades et moi avons entamé une discussion sérieuse il y a quelques années, je me suis recyclé.

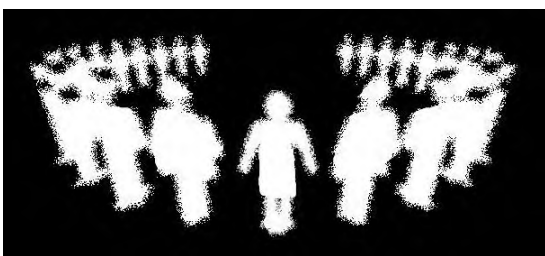
Prenons la question de la nourriture. J'aime les aliments bons et délicieux et je n'aime pas les commentaires du genre "tu devrais manger ceci et pas cela". Ce que Melkiades a fait, c'est de me mettre face à des "preuves tangibles". Il m'a mis dans des situations où je devais trouver par hasard des informations sur les aliments, les conditions de surpoids, les additifs, les maladies et mon propre état de santé. Cela n'a pas été facile. Melkiades m'a montré qu'il y avait beaucoup à apprendre. Non seulement il a attiré mon attention sur l'état alarmant de la malnutrition et de la santé dans notre société, mais il a également insisté pour que je prenne mieux soin de moi et que je transmette l'information aux autres.

Melkiades et le clan

Quand on commence à parler avec quelqu'un, on finit par vouloir le rencontrer. J'ai donc continué à demander à rencontrer Melkiades personnellement. Pendant un certain temps, il n'y a pas eu de réponse. Puis, un soir, c'est arrivé de façon inattendue.

Je méditais sur rien de particulier, je nettoyais simplement mon esprit. Tout à coup, j'ai senti que je quittais la Terre. Cela ne s'était jamais produit auparavant, et j'étais ravi. Je me suis envolé dans l'espace et le monde autour de moi est devenu de plus en plus noir.

Au-dessous de moi, j'ai vu la Terre reculer dans la lumière du soleil. J'étais ravi, je me suis étiré et j'ai voyagé dans le noir.



Alors que je passais dans l'espace, je me demandais où j'allais vraiment. J'ai vu un cercle d'hommes vêtus de blanc qui se tenaient debout en trois quarts de cercle. Je me suis approché et j'ai compris qu'il s'agissait de ma famille d'âme. C'était mon clan. Quelque part sur le côté gauche de l'anneau, j'ai trouvé une place naturelle parmi eux.

Tous étaient silencieux et assez solennels. Pour cette première rencontre, ils étaient tous des hommes¹. Ils se tenaient là, brillants dans leurs robes blanches, sans bouger beaucoup. J'ai remarqué que je portais moi aussi une robe blanche et brillante. Au bas de l'anneau se tenait "le patron". J'ai regardé vers lui, et c'était sans équivoque. Il était un peu plus petit que moi (je suis de taille moyenne). Il se tenait droit et projetait une lumière vive et claire, plus forte que celle que j'avais vue se refléter sur la terre, et plus forte que celle des autres membres du clan. Des deux côtés, il y avait un peu de place. Les membres se tenaient à une distance respectueuse de lui. Je sentais la force, la clarté et la sagesse émaner de son petit corps puissant.

J'ai regardé autour de moi. Nous étions 33 dans cette ronde, en plus de Melkiades. Certains étaient plus grands que moi, d'autres plus petits. J'ai senti que certains d'entre eux vivaient dans d'autres dimensions et que tous ne sont pas actuellement sur Terre. Nous sommes restés juste assez longtemps pour qu'une photo de groupe soit prise. Rien n'a été dit. Mais pour moi, c'était une immense gratification de savoir que je suis soutenue par tout un clan ainsi, que par mon Moi Supérieur.

Tout cela s'est passé en 2011. Depuis, j'ai lancé ce site et j'ai travaillé dur pour clarifier mon esprit sur qui et ce qu'est réellement un "Soi Supérieur". Vous découvrirez ce que j'ai découvert en lisant ces pages.

L'ascension

Vers la mi-2012, j'ai vécu une autre expérience importante.



J'étais dans un rêve lucide, et je me suis vu en train de me dépêcher dans un grand couloir incliné vers le haut, avec beaucoup d'autres personnes. Tout à coup, j'ai entendu Melkiades me dire, du côté gauche : "Tu montes maintenant à l'Ascension. Dépêche-toi de suivre les autres." Je n'ai pas hésité et j'ai fait ce qu'on me demandait.

Cependant, l'expérience m'a réveillé. Je suis allé à l'ordinateur et j'ai commencé à écrire mon expérience. Au fil de la journée, l'expérience a commencé à s'estomper et je me suis dit que ce n'était qu'une simple illusion. Tout le monde parle de l'Ascension en ce moment, et j'ai supposé que j'avais juste imaginé que cela m'arrivait à moi aussi.

1 Lors d'une réunion ultérieure, j'ai compris qu'il y avait des différences entre les familles d'âmes. Lors de cette première rencontre, je n'ai rencontré que mes parents masculins directs. Mais dans une autre vision, j'ai rencontré un groupe d'âmes beaucoup plus diversifié qui comprenait des personnes de toutes les descriptions possibles, des hommes, des femmes, des adultes de tous âges ainsi que des enfants, plus de 30 au total.

Rien de plus qu'un vœu pieux.

La nuit suivante, Melkiades est revenu me voir. "Tu te demandais si tu avais vraiment fait l'Ascension", me dit-il. "Oui, aussi moi ?" "Oui, tu l'as fait." "Et comment peux-tu reconnaître quelqu'un parmi les milliards d'êtres humains qui peuplent la terre ?" "Oh, c'est très facile. Chaque personne a un code numérique. Le tien était 8080, tu étais donc prêt pour l'ascension." "Alors pourquoi pas 8888 ?" "Le code 8888 est réservé à quelques âmes vraiment exceptionnelles, comme Mozart ou Einstein. Les chiffres supplémentaires indiquent ce qu'ils ont accompli. Mais le 8080 est parfait pour ton Ascension".

Il m'a laissé là, à me gratter la tête spirituellement. Mais j'étais heureux d'apprendre que je me trouvais définitivement dans un nouveau monde. Le monde 3D m'avait un peu tapé sur les nerfs.

Mais qu'est-ce que cette existence ascensionnelle signifie vraiment pour moi ? S'agit-il simplement d'un charabia spirituel ?

J'ai pensé que beaucoup d'autres personnes se posaient probablement les mêmes questions, et j'ai donc demandé à Melkiades si je devais commencer un blog sur ce site web à propos de mes nouvelles expériences. Sa réponse a été enthousiaste. Quand j'ai vu à quel point il était content, j'ai demandé si je pouvais écrire le blog **avec lui**. J'ai de nouveau constaté un grand enthousiasme. C'est ce qui m'a décidé à écrire cette histoire.

Promesse d'une coopération exigeante

J'ai dit à Melkiades que j'écouterais ses suggestions avant d'écrire chaque blog et que je vérifierais ensuite si le matériel écrit correspondait à ses intentions. Je lui ai dit que je ferais de gros efforts pour obtenir et comprendre correctement ses intentions et ses impulsions.

En outre, j'ai promis que j'essaierais d'apporter la meilleure compréhension scientifique possible à cette entreprise. Dans le plein respect de l'intérêt grand et exigeant de mes lecteurs, je m'efforcerais d'être aussi lucide, exigeant sur le plan logique et cohérent que possible, tout en gardant l'esprit ouvert à de nouvelles informations.

En retour, il m'a donné des rêves lucides, des hexagrammes du Yi-Jing et des informations via le pendule, des tests musculaires, des synchronicités et des intuitions considérablement renforcées. Au fil du temps, la clarté des messages s'est améliorée et les désaccords entre les différentes sources ont pratiquement disparu.

Je fais beaucoup de vérifications croisées sur ces différentes méthodes. Il est facile de se faire des illusions et de s'enfermer dans une interprétation spécifique. Il est important que le message reste très clair, même s'il peut surprendre notre esprit 3D.

Je ressens de la force et de la confiance dans la collaboration avec Melkiades. D'après ce que je peux dire, Melkiades semble également satisfait de notre effort commun.

J'espère que cela vous intéressera et vous aidera tous.

2.1. Les premiers pas

Bienvenue. Vous êtes entre amis.

Si vous vous êtes déjà ascensionnés, vous le sentirez tout simplement. Vous ressentez une joie intérieure. Les problèmes qui vous suivaient depuis longtemps sont maintenant tombés. La douleur a disparu. Tout d'un coup, vous vous sentez propre dans votre intérieur.

Si vous êtes sur le point d'ascensionner, vous pouvez vous sentir stressé, mal à l'aise, voire malade. De nombreuses personnes se sentent incomprises et mal interprétées par leurs amis, leur partenaire ou leur famille. Vous pouvez vous sentir insatisfait de votre travail ou du monde en général. Il se peut que vous dormiez de manière irrégulière et que vous soyez même en mauvaise santé.

En ce moment, vous êtes peut-être confus. Certaines parties de votre corps peuvent vous sembler étranges pendant quelques minutes ou quelques jours. Votre corps peut avoir besoin d'être réajusté, et ce pendant plusieurs semaines. Mais...

1. **Ne vous inquiétez pas.** Trouvez des moments de calme. L'ascension apporte le calme et la clarté d'esprit. Avec le temps, l'insatisfaction et la confusion feront place à la joie, au contentement et à la guérison.
2. **Laissez tomber la colère.** Faites une méditation dans laquelle vous demandez pardon à tout le monde. Demandez à être pardonné pour ce que vous avez fait lorsque les choses n'allaient pas bien. Sentez ensuite la paix qui s'installe dans votre esprit. Ensuite, dormez bien. Comme le disent les guides spirituels, "ajustez-vous à des vibrations plus élevées".
3. **Ne forcez rien.** L'ascension vient lorsque votre état interne le souhaite. Elle vient en son temps, pas quand vous voulez qu'elle vienne. Commencez donc simplement votre nettoyage intérieur. Demandez pardon et pardonnez aux autres, puis attendez en toute confiance. Les choses viendront à vous.

Dans les jours et les semaines à venir, dormez autant que vous le pouvez. Lorsque vous vous sentez fatigué, acceptez le fait que vous êtes fatigué et allez simplement dormir. L'ascension est un processus de croissance et votre corps a besoin de sommeil pour s'adapter à son nouvel état d'être.

Vous avez glissé vers l'ascension

Nombreux sont ceux qui ne savent pas qu'ils ont en fait ascensionné. Ils peuvent s'en rendre compte par la façon dont ils se sentent intérieurement. Vous pouvez découvrir que vous vous sentez tout à fait différent de ce que vous étiez il y a quelques mois ou quelques années.

Le plus important est que la colère a disparu, que la frustration a disparu et qu'une sorte d'empathie sage a commencé à se répandre.

2.1. Vivez vos leçons de vie

Une fois que vous sentez cette nouvelle vigueur en vous, votre réaction naturelle est de dire à tout le monde que vous êtes maintenant sur un nouveau chemin doré.

Mais retenez-vous.

Mes guides me disent que c'est une période dangereuse. Il est facile de penser que l'on est désormais le maître du monde. Lorsqu'on m'a dit pour la première fois que j'étais dans le processus d'ascension, je suis rentré chez moi en me sentant exalté et en dépassant *largement* la vitesse autorisée. Heureusement, je ne me suis pas fait prendre.

Détendez-vous, s'il vous plaît. Mettez vos chevaux au pas.

Vous préparez votre ascension depuis longtemps. Le moment est venu de mettre en pratique tout ce que vous avez appris.

Quelques leçons de vie

C'est le bon moment pour mettre en pratique vos leçons de vie.

Dans mon cas, j'ai appris que **je ne devais pas prendre trop de responsabilités à la fois** et qu'une journée de travail a une fin. J'ai dû apprendre à changer de rythme après une bonne et honnête journée de travail, et à faire autre chose.

Dois-je terminer ce chapitre ce soir même ? Ou ne devrais-je pas m'occuper de mes tâches ménagères et passer un peu de temps avec ma partenaire ?

Une autre leçon de vie est que **les autres peuvent être très différents de moi**. Ce que vit mon partenaire n'est pas nécessairement ce que je vis. Ce que vit mon collègue de travail peut être très différent de ce que je vis. Cela semble évident, mais il faut faire un effort supplémentaire pour voir les choses de leur point de vue.

Il existe des centaines de leçons de vie importantes. Vous avez peut-être votre propre liste. Si ce n'est pas le cas, c'est une bonne idée de dresser une liste de vos leçons de vie. Ensuite, appliquez-les systématiquement.

Ma leçon de vie la plus importante

Mais ma leçon la plus importante a été d'apprendre à travailler avec mes guides spirituels. Lorsque je me renseigne, je constate que très peu de gens utilisent cette approche. Mais c'est clairement la tâche la plus importante à apprendre dans l'Ascension. Si vous ne deviez retenir qu'une seule leçon de ce chapitre, ce serait celle-ci.

Pourquoi travailler avec mes guides spirituels ?

Souvent, ils savent mieux que moi. Souvent, ils voient les choses différemment. Ils peuvent détecter de nouvelles opportunités pour vous. Ils peuvent vous aider. Ils commenceront à vous soutenir visiblement.

Comment travaillez-vous avec vos guides ?

Ce n'était pas évident au début. Aucun guide n'est venu me voir pour me dire : "Hé, pourquoi ne travailles-tu pas avec moi, vais-je te montrer comment le faire ? "

J'ai dû demander. Sérieusement, et j'ai dû insister auprès d'eux : "et ne mens pas" ! A la fin, ils vous répondront, si vous êtes sérieux et persévérant.

Les guides sont toujours là, constamment, même si on ne le sait pas au début.

Premiers signes

Une fois les premiers signes sont perçus, notez-les consciemment. Avez-vous eu une respiration soudaine et profonde ? Un événement surprenant qui s'est produit autour de vous ? Des bruits inexpliqués ?

Vérifiez. Continuez à poser la même question sérieuse jusqu'à ce que vous obteniez une réponse claire. Cela peut prendre plusieurs jours.

Entamez une conversation

Découvrez maintenant si leurs suggestions étaient excellentes et fiables.

Si c'est le cas, vous êtes prêt à entrer dans une véritable relation d'apprentissage. C'est le véritable point de départ.

Le plus important est d'apprendre à *communiquer* avec mes guides.

J'ai découvert par la lecture et l'expérimentation que je pouvais poser des questions et recevoir des réponses par le biais d'un flux continu d'informations. Ce flux d'informations passe par les rêves lucides, la canalisation, les consultations avec le pendule, les consultations avec le Yi King, les tests musculaires, etc. etc.

Je devais commencer à écouter. Ce n'est pas difficile à faire, la principale difficulté était de croire que c'était possible, et de faire tous les tests pour voir si l'on pouvait vraiment faire confiance à cette source d'information.

Les preuves

Dans mon cas, les preuves ont pris des années à se réaliser. J'ai eu besoin de nombreuses démonstrations pour montrer que je recevais effectivement des leçons de l'autre côté. Dans d'autres parties de ce volume, je donnerai de nombreux exemples de la manière dont cela s'est passé. J'ai mis beaucoup de temps à trouver les informations, à les tester et à m'assurer que ce canal de communication fonctionnait réellement et, plus important encore, qu'il était fiable.

Lorsque j'ai commencé à rassembler toutes les informations, j'ai découvert que le fait de travailler et de vivre dans ce dialogue constant avec "l'autre côté" est vraiment une manière entièrement nouvelle de vivre sa vie. C'est ma forme de vie ascensionnelle. C'est très différent de la vie habituelle et banale des 3D. Et c'est ce que je veux partager avec vous ici.

La confiance

Cela nous amène directement à notre objectif principal.

Vous ne pouvez plus tricher ou faire semblant une fois que vous vous engagez sur ce chemin. C'est l'honnêteté jusqu'au fond du cœur, et ce n'est pas toujours facile.

Travailler systématiquement avec vos guides vous donne confiance.

Vous sentez que vous êtes sur le bon chemin, que vous n'êtes pas seul, que vous êtes aidé. C'est le premier pas vers la rencontre avec votre groupe d'âmes. À long terme, vous collaborerez beaucoup plus avec eux, afin de contribuer à répandre le réconfort et la coexistence pacifique dans le monde et l'univers.

Si vous êtes arrivé récemment, appréciez le nouveau sentiment de confiance qui grandit en vous. Vous avez grandi, vous êtes plus fort, vous êtes en meilleure santé et vous appréciez vos liens nouveaux et plus forts avec le monde spirituel. Soyez vous-même, et le reste du monde remarquera votre nouvelle force intérieure.

[Vérification avec le pendule : mon Soi Supérieur est tout à fait d'accord avec ce qui a été écrit ici. Mes mouvements de pendule distinguent "tout à fait d'accord", "d'accord", "pas d'accord", "pas du tout d'accord" et "indécis". Pour ceci, c'était "tout à fait d'accord"].

2.2. Nettoyage – "normal" et "majeur"

Lorsque vous entrez pour la première fois dans la vie ascensionnée, vous avez envie de courir et d'explorer. Qu'est-ce qui est si différent ? De quoi tout le monde parle-t-il ? Pourquoi toute cette excitation ?

Mais Melkiades m'a dit : "Arrête, ne sois pas si pressé. C'est le moment d'oublier les anciennes souffrances. Nous sommes maintenant dans le processus de purification. Entre dans la vie ascensionnelle avec un esprit propre, et libère-toi de tes vieilles mémoires douloureuses et inutiles."

Et comme souvent, une réponse imagée m'est apparue dans un rêve lucide.

Rêve lucide

Je me trouvais dans une sorte de monde parallèle. Tout se passait comme dans un film en noir et blanc, avec de fines nuances de gris. Il n'y avait pas de couleurs.

Des collègues expérimentaient un nouveau matériau magnétique. Ils avaient mis au point un grand tissu magnétique. Il était possible de coller une extrémité sur un côté de la pièce et l'autre extrémité sur un autre côté.

On m'a demandé de le faire et j'ai constaté que le matériau était léger. Il adhéraient assez fermement aux attaches métalliques des murs. Je suis monté sur un tabouret et j'ai accroché l'écran aux deux côtés d'une grande salle. Maintenant, la petite partie près de la porte était séparée de la grande partie de la salle.

Le symbolisme est évident. La partie à côté de la porte, c'est-à-dire ma vie 3D précédente, était maintenant séparée de mon existence ascendante plus large.

Le rêve s'est poursuivi dans une deuxième partie.



Mes collègues – que je connaissais vaguement depuis mes années d'université – vivaient près d'un grand lac. Ils avaient créé d'énormes pierres de la taille d'un homme, qui étaient des enceintes faites d'un matériau magnétique similaire et solide. Les pierres s'ouvraient sur le côté et les personnes pouvaient se nicher à l'intérieur.

De loin, cela ressemblait à un groupe de grosses pierres rondes, réparties naturellement autour d'un champ ouvert devant une forêt. J'ai vu une jeune femme se blottir latéralement dans un tel enclos, comme s'il s'agissait d'un utérus. Lorsqu'elle fermait la porte extérieure en plastique, on pouvait la voir à l'intérieur, nichée comme un fœtus couché sur le dos dans la grosse pierre.

J'ai demandé à un participant ce qu'il faisait. Il parlait avec les gens autour de lui dans ce qui m'a semblé être un mélange de langage humain et non humain. Il m'a dit que dans ces enceintes magnétiques, les occupants subissaient un nettoyage émotionnel de tout ce qu'ils avaient accumulé sur Terre.

Lorsqu'il parlait en langage non humain, il communiquait avec des êtres supérieurs qui l'assistaient.

À ce moment-là, j'ai compris que j'étais dans un rêve lucide. Cela me semblait familier. Dans diverses descriptions canalisées de l'après-vie, j'avais appris que, quelque temps après la mort, les âmes passent par un processus de guérison dans une sorte d'hôpital. Il pourrait s'agir du processus de purification que j'observais.

Alors que j'étais encore dans mon rêve lucide, j'ai demandé à Melkiades si je devais aborder ce processus de guérison dans ce chapitre. En effet, c'était exactement son intention. Après avoir appris toutes les dépravations de la vie 3D, nous devons maintenant nous purifier. Nous ne pouvons pas entrer dans la vie ascensionnelle si nous emportons avec nous tout ce que nous avons accumulé dans la vie de 3D. En tant que travailleurs de la lumière, et en tant que des âmes ascensionnées, nous devons nous guérir nous-mêmes avant de pouvoir aider les autres.

Détacher l'émotion de l'expérience

J'ai été reconnaissant de recevoir une réponse aussi détaillée.

La guérison psychologique a une fonction très importante : déconnecter les émotions des expériences passées. Les émotions sont enracinées dans notre existence humaine et animale profonde. Les émotions de lutte ou de fuite, l'excitation sexuelle et les émotions de compétition, les émotions de faim et de pénurie, toutes ces émotions évoluent à partir de l'expérience animale et humaine. De nombreuses émotions sont utiles en tant que dynamos du déploiement humain, tandis que d'autres nous entraînent dans des cycles de conflit qui peuvent durer plusieurs incarnations.

C'est pourquoi il est important que chacun d'entre nous passe par une purification profonde après la mort – ou même avant si nous sommes en train d'ascensionner. Nous n'oublions pas nos expériences précédentes – il est important de ne pas oublier ce que nous avons appris. Elles sont conservées comme des souvenirs, beaucoup de souvenirs heureux et beaucoup de souvenirs malheureux. Nous avons des raisons de croire que tous ces souvenirs sont stockés dans une immense bibliothèque spirituelle (la bibliothèque akashique), de sorte qu'ils ne seront jamais perdus et que vous pouvez accéder à tout ce que vous avez vécu.

Lors de la purification, *nous détachons nos émotions de l'expérience*. Le souvenir est toujours là, mais l'émotion est maintenant libre. Si nous ne le faisons pas, nous risquons de nous réincarner avec la même colère ou la même frustration que dans une vie antérieure. Cela peut perpétuer le conflit dans une autre vie.

Le rayonnement magnétique fait le ménage

Ce que je trouve également fascinant dans ce rêve lucide, c'est qu'on m'a donné des informations détaillées sur la manière dont le détachement se fait : avec le magnétisme. Il s'agissait de magnétisme en manipulant le grand tissu magnétique. Dans mon rêve, je me souviens que j'étais même inquiet à l'idée de porter un téléphone portable ou d'être à proximité de mon ordinateur, parce qu'un magnétisme aussi fort pouvait affecter l'appareil. Ensuite, on m'a montré que toutes ces "âmes" s'enfermaient dans des enceintes magnétiques similaires afin de nettoyer leurs liens émotionnels.

Je prends cela comme une suggestion de le faire moi-même. Un naturopathe m'a expliqué comment procéder. Vous avez besoin d'un gros aimant, comme celui que l'on trouve dans certains vieux haut-parleurs. Ces aimants sont ronds et ont un pôle positif fort sur un anneau intérieur et un pôle négatif sur un anneau extérieur. Le fait de passer cet aimant très près de la tête et de la moelle épinière tout en pensant au contraire de l'attachement émotionnel nettoiera le lien émotionnel. Par exemple, pensez à la "joie" ou à la "liberté"

lorsque vous nettoyez un attachement négatif. Répétez la procédure chaque semaine tant que vous ressentez encore une certaine contrariété. Certaines personnes mettent plusieurs mois à se débarrasser de tous leurs attachements négatifs, d'autres peuvent le faire en quelques semaines seulement.

Je suis reconnaissant à mon Moi Supérieur de m'avoir guidé en permanence. J'apprends également que l'ascension n'est que le début d'un long processus pour devenir un travailleur de lumière efficace.

2.2.3. Nettoyer les traces négatives

Avec l'ascension, nous nous débarrassons des traces négatives.

Selon Melkiades et mes guides spirituels, nous naissons tous en tant qu'êtres spirituels purs. La contamination par des traces négatives se produit généralement lorsque nous entrons dans des liens émotionnels avec des éléments négatifs. Parfois, cela se produit par simple expérimentation, mais de nombreux enfants sont activement séduits par des liens négatifs par le biais d'expérimentations sexuelles ou de comportements criminels au sein de leur famille ou de leur quartier.

J'ai rencontré de manière un peu inattendue une jeune personne charmante d'environ 20 ans et nous avons commencé à parler. Au fur et à mesure, et pendant plusieurs mois, elle m'a expliqué toute l'histoire de sa vie, par petits bouts. L'histoire s'est aggravée au fur et à mesure qu'elle se déroulait. En l'espace de plusieurs semaines, elle m'a révélé tout un système d'extorsion de fonds dans les moindres détails.

Elle avait été séduite par son père à l'âge de 7 ans. Il l'a déflorée à l'âge de 11 ans. À l'âge de 14 ans, il l'a présentée à d'autres filles et garçons qui avaient également été abusés. Puis, à 15 ans, elle a été initiée à la prostitution. Depuis lors, son père exigeait d'elle une satisfaction sexuelle une fois par mois et lui demandait de se prostituer régulièrement. Son père la contrôlait entièrement par des menaces et en lui versant une partie des revenus de la prostitution. Il lui rappelait fréquemment que l'exécution de ses tâches n'était jamais suffisante. Aucune protection contraceptive n'a jamais été utilisée. Elle avait déjà subi trois avortements.

Elle voulait maintenant rompre définitivement ce lien.

Les personnes extérieures à ce régime ont du mal à comprendre comment les enfants ou les adolescents qui grandissent dans une société occidentale ne se rebellent pas contre un régime aussi torride. En fait, ils se rebellent parfois, mais d'après ce que je sais, il y a de fortes chances que les adolescents n'abandonnent pas la prostitution de leur plein gré, une fois qu'ils se sont engagés sur cette voie.

Thérapie

[Il ne s'agit pas d'un conseil thérapeutique, mais d'une information].

J'avais quelques idées sur ce qu'il fallait faire.

Il y a des années, dans le cadre d'un programme de psychologie clinique aux universités McGill et Concordia à Montréal (1979-1983), j'avais créé un programme de rétablissement intensif qui combinait certains éléments de l'hypnose profonde avec des éléments psychosomatiques de l'approche "Focussing" d'Eugene T. Gendlin¹. Au cours des décennies suivantes, j'ai utilisé et affiné cette technique expérimentale sur moi-même et avec une trentaine de volontaires non payants. Cette méthode a été couronnée de succès partout.

Cependant, je n'ai jamais documenté ce programme, car j'étais occupé par de

¹ <https://focusing.org/sixsteps>

nombreuses autres charges professionnelles. Mais lorsque j'ai réalisé ce qui était arrivé à cette jeune femme, j'ai rassemblé les différents éléments du programme et je l'ai guidée à travers une série d'exercices afin de soulager sa douleur et sa souffrance.

Je vais résumer ici la thérapie elle-même, mais je vous renvoie également au texte libre figurant dans la référence ci-dessus.

En acceptant pleinement et en douceur l'ensemble de l'expérience vécue, je demande aux personnes de se mettre *dans un état de forte émotion*, par exemple en se remémorant tous les événements de la situation dans leurs moindres détails. Une fois dans cet état, on leur demande de ressentir la douleur et l'inconfort de l'expérience passée dans n'importe quelle partie de leur corps (l'expérience de "focalisation").

Cette **sensation** est poursuivie dans tout le corps, dans toutes les régions possibles du corps, pendant de longues périodes, jusqu'à ce que la sensation de douleur, de frustration et/ou d'agonie ait entièrement disparu. Cette poursuite de la sensation peut durer jusqu'à une demi-heure, tout en demandant à la personne de rester avec la douleur et les images visuelles éventuelles, jusqu'à ce qu'elles disparaissent.

Ensuite, on demande aux personnes d'imaginer une scène ou un événement heureux ou serein jusqu'à ce qu'elles s'endorment doucement.

Les clients me disent qu'ils ressentent un grand soulagement à la fin. Après plusieurs expériences de ce type, presque tous les maux disparaissent à long terme. Si le malheur refait surface, ils doivent se reconnecter au sentiment ressenti, l'affronter et le chasser à nouveau autour du corps jusqu'à ce qu'il disparaisse.

Dans une situation grave comme celle décrite, l'ensemble du programme prendrait environ trois mois et nécessiterait une quinzaine de séances de focalisation. Par la suite, après des mois ou des années, d'autres événements douloureux peuvent faire surface et des séances de focalisation supplémentaires peuvent être indiquées.

Où en est-on aujourd'hui ?

Le pire de l'agonie est, espérons-le, derrière nous, et nous pouvons nous tourner vers ce qui peut être fait au sujet de ce gigantesque système d'esclavage et d'extorsion. Avez-vous réfléchi à ce qui a si mal tourné dans notre monde, en particulier dans le cas de la prostitution, de l'esclavage et de la traite des êtres humains ?

Pouvons-nous faire quelque chose ?

Je réponds catégoriquement : oui, nous pouvons faire beaucoup. Beaucoup plus que je ne l'aurais cru possible. C'est devenu très important, car des événements ayant des effets à long terme sur l'ensemble de l'humanité sont sur le point de traverser des phases cruciales au cours des prochaines années. Nous pouvons contribuer grandement à l'amélioration du monde.

[J'ai de nouveau demandé à mon Soi Supérieur, à l'aide du pendule, si j'avais bien saisi son intention. J'ai de nouveau reçu un "fort accord". Je souris, car dans l'usage quotidien, "accord fort" est assez rare].

3.1. Qu'est-ce que la cinquième dimension ?

Un peu par hasard, nous nous sommes élevés. C'est du moins ce que l'on nous dit.

"Oui, peut-être, direz-vous, mais je ne le vois pas. Le monde me paraît toujours aussi semblable à ce qu'il était avant."

C'est vrai. Permettez-moi de vous raconter une histoire stupide qui illustre parfaitement votre point de vue.

Deux aborigènes australiens étaient en train de pêcher dans le détroit de Torres lorsque le navigateur néerlandais Willem Jansoon est arrivé sur le *Duyfken* en 1606. Willem les a interpellés en disant : "Nous sommes les Hollandais et nous sommes venus découvrir l'Australie". Les aborigènes, divinement habilités à comprendre le néerlandais, furent agréablement surpris, rentrèrent chez eux à la rame et dirent à leurs femmes : "Les Hollandais viennent de découvrir l'Australie ! Maintenant, nous pouvons échanger notre poisson contre du fromage hollandais !" Les épouses, peu impressionnées, répondirent d'un ton bourru : "Laisse tomber, apporte le poisson, le feu est allumé et j'ai faim".

Le monde n'est pas différent pour tout le monde, même si vous pensez qu'il y a une cinquième dimension. Il est toujours le même, nous avons juste ajouté une nouvelle hypothèse.

L'Australie – une hypothèse longue de 250 ans

Fig. 1. Carte de Nicolas Desliens (1566). Wikipedia.



Lorsque Jansoon a distingué pour la première fois une faible ligne à l'horizon sud, savait-il qu'il s'agissait d'un continent entier ? Non, il avait peut-être entendu des histoires, mais il n'en était pas sûr. Un demi-siècle plus tôt, les Portugais avaient raconté des histoires similaires en Europe, qui ont été intégrées dans les cartes de Dieppe (Fig. 1).

Mais le public européen ne s'est rendu compte de l'existence d'un continent entier que lorsque Matthew Flinders a fait le tour de l'Australie à la toute fin du XVIII^e siècle. Il s'est écoulé 250 ans (1550-1800) entre la première intuition et une confirmation fiable. Pendant tout ce temps, l'Australie n'était qu'une hypothèse pour la plupart des Européens. Plus précisément, il s'agissait d'une hypothèse qui, très lentement, est passée de rumeurs à un fait confirmé, en passant par de fortes intuitions et une réalité hautement probable.

Rien d'inhabituel en soi – c'est le cheminement normal de l'acquisition des connaissances et de la science. Un fait ou un concept semble d'abord très étrange, puis passe par différentes étapes de démonstration et d'acceptation jusqu'à ce qu'il devienne un savoir commun.

En ce qui concerne l'arrivée dans une dimension dite "ascendante" (>4D), il se peut que nous soyons au même point que Jansoon au détroit de Torres en 1606. Il se peut que nous ayons entendu des rumeurs étonnantes, que nous ayons fait des rêves lucides ou que nous ayons même voyagé par voie astrale vers une dimension ascendante. Mais vous avez raison, à l'heure actuelle, une dimension ascensionnelle n'est rien de plus qu'une hypothèse intrigante.

Mais... comment pouvons-nous améliorer notre certitude que nous nous trouvons réellement dans la 5e dimension ?

La possibilité

Pour commencer, nous pourrions explorer la possibilité théorique. Convenons de trois dimensions euclidiennes de distance (hauteur, longueur et profondeur) et d'une dimension temporelle (passé-présent-futur). De ce point de vue, une cinquième dimension est-elle possible ?

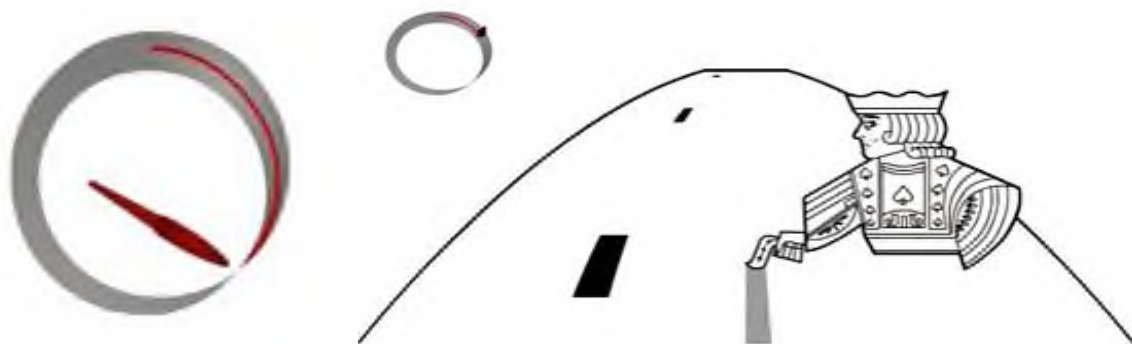
Si l'on a appris à fonctionner dans un nombre limité de dimensions, il peut être difficile de concevoir la dimension supérieure suivante. Tous les phénomènes que vous rencontrez sont "logiquement" interprétés comme se produisant dans les seules dimensions connues. Illustrons cela par des données de la vidéo "Tenth Dimension" sur YouTube¹.

Prenons une bande de Möbius (une bande de papier retournée une fois et collée aux extrémités) [Fig. 2], et traçons une ligne en son milieu. Le crayon subira diverses girations en 3D et passera aussi bien à l'extérieur qu'à l'intérieur de la bande pour compléter la ligne, lorsqu'elle sera vue par une personne en 3D [Fig. 3 et 4]. En revanche, une personne en 2D, qui ne voit que deux dimensions, ne verra rien de plus qu'une seule ligne tout autour de la bande [Fig. 5]. De plus, le "flatlander" verra un chemin sans fin, alors que nous, heureux Euclidiens en 3D, pouvons facilement distinguer la finitude de la bande.



Boucle de Mobius 1

Boucle de Mobius 2



Boucle de Mobius 3

Vue 2D du « flatlander ».

Chiffres tirés de la vidéo YouTube "10th Dimension".

¹ YouTube "Imagining the Tenth Dimension part 1 of 2" et "Imagining the Tenth Dimension part 2 of 2"
<https://www.youtube.com/watch?v=JkxieS-6WuA> et <https://www.youtube.com/watch?v=ySBaYMESb8o>

Une personne très attentive en 2D aurait pu voir des changements dans l'intensité lumineuse de la bande en cours de route, mais seule une personne en 3D aurait été capable de relier ces changements aux différentes positions de la source lumineuse. Un esprit de dimension inférieure ne fait qu'assimiler, ou "plier", des éléments de preuve de dimension supérieure en interprétations de dimension inférieure.

En théorie, un état de dimension supérieure est toujours possible. Mais pour confirmer sa présence, nous avons besoin de preuves en 5D que, dans le passé, nous avons peut-être systématiquement repliées en trois ou quatre dimensions. Il n'est pas facile d'imaginer un objet en 5D, car le monde entier fonctionne selon le modèle 3D plus durée, et presque tout semble "expliqué". Certains de mes amis scientifiques me diraient : "Bien sûr, vous pouvez toujours plaider pour une autre dimension², mais qu'est-ce que cela vous apportera ? Mais qu'est-ce que cela t'apportera ?"

En cours de route, ils vous indiqueront peut-être le fameux "modèle standard" de la physique des particules. Il s'agit d'une description longuement élaborée, exhaustive et très détaillée des particules atomiques et subatomiques et, pour de nombreux observateurs, de l'ensemble de notre existence physique, les nombreux aspects de la matière noire froide étant mis à part. Mais aucun de ces modèles n'a encore remplacé de manière convaincante le "modèle standard".

Ainsi, à moins d'être un physicien ou un astrophysicien chevronné, il vous sera difficile de trouver des preuves physiques de l'existence d'un pli de cinquième dimension. Toutes les propriétés physiques connues jusqu'à présent de notre univers quotidien sont prédites par des nombres précis à la dixième décimale ou mieux.

Cela explique en grande partie la réticence des scientifiques contemporains à l'égard des récits d'une 5e dimension émanant de sources spirituelles, extraterrestres et "d'initiés". Pour eux, la 5e dimension n'est rien de plus qu'une hypothèse conceptuelle intéressante.

Nous pourrions en rester là, s'il n'y avait pas de trous de ver.

Les trous de ver

Selon Wikipedia, un trou de ver est une caractéristique topologique hypothétique de l'espace-temps qui pourrait fournir un "raccourci" à travers l'espace-temps (autre terme courant : un "portail"). En conséquence, nous, Euclidiens de la 3D, pourrions être en train de serpenter dans un espace 5D, un peu comme le « flatlander » de la 2D serpentant le long d'une bande de Möbius de la 3D. Et comme le « flatlander » qui se retrouve soudain de l'autre côté de la bande de Möbius collée, nous pourrions soudain atteindre un

² Voici une autre façon simple de comprendre la 5e dimension :

Un point n'a pas de dimension. Il occupe un endroit fixe et ne peut pas se déplacer.

Une ligne, c'est-à-dire une première dimension, offre de multiples possibilités à un point d'exister le long d'une direction.

Il en va de même pour la deuxième et la troisième dimension, qui ajoutent deux directions orthogonales supplémentaires pour l'existence du point. Dans l'espace flexible des trois dimensions, on peut définir un objet tridimensionnel.

La quatrième dimension multiplie l'existence du point le long de la ligne temporelle et l'objet 3D peut désormais être considéré dans son état passé, présent ou futur.

La cinquième dimension offre un état multiplicatif supplémentaire qui nous permet de considérer plusieurs objets 3D spécifiés dans le temps comme faisant partie d'un seul ensemble. C'est pourquoi certains théoriciens appellent la cinquième dimension la dimension "information". Étant donné qu'il est possible de créer de nombreux nouveaux objets 3D temporels à partir d'une simple référence 5D, la cinquième dimension peut également être considérée comme la dimension de la "créativité".

"raccourci" qui nous transporterait instantanément dans un endroit entièrement différent de l'espace-temps. Ce raccourci serait un "saut" en 5D, perçu comme un "pli" invisible dans notre conception 3D aplatie de l'univers.

Les trous de ver ont été prédits dès les années 1920. Dans les années 1950 et depuis lors, ils sont devenus une théorie populaire pour certains astrophysiciens, ainsi que pour des millions d'amateurs de science-fiction qui ont exploré l'aspect voyage dans le temps de l'hypothèse des trous de ver.

Tout cela est resté hautement spéculatif jusqu'à ce que, il y a quelques années, Andrew D. Basiago apparaisse dans le circuit des discussions sur Internet, affirmant que les États-Unis avaient développé un système de trous de ver contrôlé dans les années 1960, 1970 et 1980, grâce auquel lui et quelques autres jeunes avaient été les premiers à voyager vers des lieux éloignés, ainsi qu'à des époques éloignées dans le passé et le futur³. Lui et plusieurs autres "voyageurs" du même programme secret américain ont maintenant déclaré officiellement qu'ils avaient voyagé sur Mars de cette manière.

D'autres preuves importantes de l'existence d'un programme "jumproom to Mars" ont été apportées par un certain nombre d'interviews sur Camelot et avec divers autres "journalistes dénonciateurs", en particulier par une personne qui se faisait appeler Henry Deacon et qui avait déclaré, avant même Basiago, qu'elle avait été envoyée sur Mars exactement de cette manière pour effectuer la maintenance d'un appareil électronique que les États-Unis y entretenaient⁴.

Notre première réaction est de considérer que tout cela est absurde. Il est probable que nous mettions cela sur le compte d'une imagination hyperactive et de la mégalomanie. Mais cette rationalisation disparaît rapidement lorsqu'on écoute les heures et les heures de récits détaillés qu'Andrew Basiago et al. nous ont fournis.

De plus, un certain nombre de sources "deep insider" ont donné de nombreux indices supplémentaires à l'appui, en particulier depuis 2015. Les rumeurs d'un tel programme ne se sont pas éteintes, elles ont pris de l'ampleur au fil du temps. Ces dernières années, de nombreux autres dénonciateurs ont fourni des informations si détaillées, et suffisamment de documents à l'appui ont fait surface, que n'importe quel internaute curieux peut obtenir des preuves suffisantes.

Pour consulter les documents récents, rendez-vous sur notre site de documents internes.

Plus important qu'on ne le pensait à l'origine

Après de nombreuses heures passées à écouter plusieurs de ces témoignages, j'ai fini par croire Henry Deacon, Andrew Basiago et d'autres vers 2012. Leurs récits sonnaient juste. Il semblait en effet possible qu'un "ascenseur à vortex" ait été construit et qu'Henry Deacon, Andrew Basiago et bien d'autres aient déjà voyagé vers Mars et d'autres lieux à l'aide d'un tel appareil.

De plus, le voyage dans le temps semble également possible avec cet appareil. Basiago raconte en détail comment il s'est rendu en 1863 pour voir le président Lincoln prononcer son discours de Gettysburg, et il parle brièvement des projections qu'il a faites sur une ligne temporelle potentielle de 2017 et de 2035. Ces expériences de voyage dans le temps ont apparemment été réalisées avec beaucoup de soin, afin de ne pas introduire

3 <http://www.projectpegasus.net/index>, voir également l'interview spontanée en 39 parties de Jessica Mystic en 2009. https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=iwE8m50sbWk

4 Par exemple, YouTube "JUMPROOM TO MARS : a new conversation with David Wilcock" <https://www.youtube.com/watch?v=VMwJmIRF7ZE>, YouTube "Rafael Palacios interviews Henry Deacon" <https://www.youtube.com/watch?v=6W4yKnqzHco>, YouTube "PROJECT CAMELOT BARCELONA FUTURETALK_revised" <https://www.youtube.com/watch?v=X1Sw8yutl1Y>.

d'éléments modifiant l'histoire (c'est-à-dire pour éviter le "paradoxe du grand-père").

D'après ce que je comprends de ces dispositifs, c'est en manipulant les 4e et 5e dimensions que cette technologie permet d'obtenir des déplacements spatiaux et temporels quasi-instantanés. De ce point de vue, l'espace-temps et la 5e dimension deviennent des entités manipulables. Il est donc évident que les voyages instantanés dans le temps et dans l'espace – s'ils sont effectivement possibles – rendraient la 5e dimension beaucoup plus importante que nous ne l'avions pensé au départ.

Elle nous "achèterait" beaucoup. Une physique qui non seulement comprend, mais aussi manipule les trous de ver est une avancée considérable par rapport à la physique standard actuelle, qui traite les trous de ver principalement comme une hypothèse intéressante pour l'astrophysique.

Une attitude pragmatique à l'égard de la 5e dimension

La technologie "jumproom" pourrait-elle prouver sans l'ombre d'un doute que la 5e dimension existe ? Oui, selon toute vraisemblance. Mais soyons réalistes. Il s'agit d'une technologie qui sera gardée secrète pendant très longtemps et je ne retiens pas mon souffle pour une divulgation soudaine de tous les détails.

En attendant, la simple possibilité que cette technologie existe renforce l'hypothèse de l'ascension dont mon Moi Supérieur m'a parlé. C'est suffisant pour l'état actuel de l'hypothèse. Bien que nous soyons encore loin d'une confirmation complète, l'existence et l'importance d'une dimension supérieure ont été confortées.

À l'instar des premiers explorateurs australiens qui, à chaque nouveau mille nautique, devenaient de plus en plus sûrs qu'ils faisaient le tour d'un nouveau continent, je suis personnellement de plus en plus convaincu que mon esprit est en train d'explorer une dimension entièrement nouvelle et qu'il acquiert de l'expérience en voyant le monde du point de vue de la 5D. Depuis mon Ascension, j'ai une nouvelle relation au temps, à l'espace et aux événements paranormaux. C'est une perspective qui mérite d'être explorée plus avant.

[J'ai demandé à mon Soi Supérieur s'il était d'accord avec ce blog tel qu'il est. La réponse a été : "D'accord". J'ai senti un certain manque d'enthousiasme, alors j'ai demandé : "Croyez-vous que tout cela est plutôt élémentaire ?" Réponse : "D'accord". "Pensez-vous qu'il est important d'établir ces bases conceptuelles ? Réponse : "Tout à fait d'accord" : "Tout à fait d'accord". "Alors, est-ce que ça peut aller sur le site web ?" "D'accord"]

3.2. L'eau du monde spirituel – coule-t-elle vraiment ?

D'ACCORD. Nous nous sommes élevés, nous appliquons nos leçons de vie, nous avons subi une purification émotionnelle et nous avons développé une idée de ce que pourrait être une dimension ascensionnelle. Si vous êtes toujours avec nous, vous aurez probablement envie d'explorer cette nouvelle dimension.

Laissez-moi ouvrir les portes.



N'est-ce pas merveilleux ?

Voici un jardin merveilleux. Regardez autour de vous. Du soleil partout, c'est merveilleux, des arbres et des fleurs, de la vie partout. Entrez et laissez la joie faire partie de vous.

Asseyez-vous, absorbez-la. Ou mieux encore, fermez les yeux et écoutez – avec vos oreilles et votre cœur.

Le sentez-vous ? Qu'y a-t-il de si spécial dans cet endroit ?

Au bout d'un moment, voici ce que j'entends : "L'amour est

incroyable. Partout où vous vous tournez, il y a de la compréhension, de l'acceptation, de la joie et de l'amour. Cette dimension est un monde d'amour".

Je n'avais jamais pensé à l'amour de cette manière. Qu'est-ce que tout cet "amour" ? N'avais-je pas assez aimé dans la 3D ?

Je le demandai à Melkiades.

Une réponse énigmatique m'est parvenue : "dans la vie spirituelle, l'amour est comme l'eau dans la vie biologique".

J'ai réfléchi une seconde, puis j'ai compris. Nous savons que l'eau pénètre dans toutes les cellules des plantes, des animaux et des humains. En 3D, toute la vie biologique a besoin d'eau. Melkiades a dit que dans la vie spirituelle, le médium est l'amour. Il est nécessaire à tout ce qui existe dans le monde spirituel.

Les pensées et les actions sont motivées par l'amour. Sans lui, les relations, les familles, tout ce qui fait vraiment la différence pour nous s'effondrerait rapidement - tout comme la vie ne pourrait exister sans eau. Ou si vous avez besoin d'une autre comparaison, l'amour dans le monde spirituel est ce que l'huile et l'essence sont pour les moteurs à combustion. Sans cela, rien ne fonctionnera.

Hmm. Je me suis donc demandé ce que j'ignorais encore de l'amour.

Je sais que je me soucie beaucoup de certaines personnes autour de moi.

Je sais ce que je ressens lorsque je vois de l'amour dans les yeux d'une personne qui m'est chère.

Je sais ce que je ressens lorsque je fais l'amour.

Est-ce de l'amour ? Est-ce de l'amour spirituel ? Oui, me dit Melkiades, cela en fait partie,

c'est ainsi que je ressens l'amour. L'amour se développe spontanément, il coule de plus en plus dans votre corps lorsque les conditions sont réunies.

Melkiades me dit que l'amour est la véritable clé de la vie.

Si l'on ne peut pas dire à quelqu'un "va aimer quelqu'un", on peut en revanche créer les bonnes conditions pour faire grandir l'amour. Aidez l'amour à se développer spontanément. Melkiades dit : "Les plantes ne poussent pas sur la pierre". Vous ne pouvez pas leur dire "allez pousser sur la pierre". Mais vous pouvez leur donner un sol riche et suffisamment d'eau, et avec un peu de soleil, elles pousseront et voudront pousser.

La grande bouderie

Parfois, on ne peut pas vraiment montrer ce qu'est l'amour. Mais on peut montrer ce qui se passe lorsque l'amour n'existe plus ou n'a jamais existé. L'absence d'amour nous dit avec détresse ce que l'amour pourrait être - s'il était (encore) là.

L'absence d'amour est si fréquente dans le monde que nous devons l'aborder immédiatement, avant d'entrer dans le reste de l'histoire. Si vous souffrez en ce moment à cause d'un manque d'amour, nous devons nous occuper rapidement de votre problème.

Comme mes guides sont de grands enseignants, ils m'ont rapidement donné un exemple puissant.

J'étais sur un vol d'une heure et demie. Les deux sièges à côté de moi étaient occupés par un très beau couple d'une vingtaine d'années. Ils ont été gentils avec moi lorsqu'ils se sont assis. Ils étaient manifestement faits l'un pour l'autre puisqu'ils partageaient la même valise. Mais pendant tout le vol, ils n'ont pas échangé un mot et ne se sont pas blottis l'un contre l'autre. Il regardait droit devant lui et elle regardait par la fenêtre.



Je m'interrogeais. Passeraient-ils maintenant une heure et demie de "bons moments ensemble" à boudier ? Ou à se faire remarquer l'un l'autre ? Ou à s'ennuyer l'un l'autre ? Pourquoi cet homme en pleine forme n'a-t-il même pas dit un mot à sa charmante petite amie ? Ou vice versa ?

J'ai commencé à penser à ces deux-là, à me poser des questions et à me sentir désolée. Je n'aime pas voir les gens souffrir. Intérieurement, j'ai entendu les reproches. "Il n'a aucun respect pour ce que je pense. Je n'ose même plus ouvrir la bouche." "Elle ne s'intéresse pas aux choses qui m'intéressent." "Il est gentil, mais il a une pensée unique et ne comprend pas ce qui m'intéresse." "Elle est tellement têtue. Elle se met à boudier si je ne suis pas d'accord avec ses idées."

J'ai déjà entendu tout cela en discutant avec des amis et des clients, et voici ce qui ressort à la fin : "Je me sens seul", "Je ne reçois pas l'amour que je mérite", "Je donne tout l'amour que je peux, mais je n'en reçois pas en retour". Et même jusqu'à : "Il n'est même pas capable d'aimer. Je ne suis bonne qu'à faire l'amour. Et même cela est devenu ennuyeux".

Le flux d'amour est bloqué. L'eau n'arrive pas à la plante et elle ne peut pas pousser. L'essence ne parvient pas au moteur. Nous sommes bloqués sur la route. Il est temps d'appeler le réparateur. Nous devons savoir si le problème est mineur ou majeur.

S'agit-il d'un problème mineur ?

Il s'agit parfois d'un problème mineur. Il suffit d'un peu d'essence pour que le moteur

démarre. D'autres fois, le problème est plus grave.

Examinons toutes les possibilités.

S'agit-il d'un petit malentendu ? Pendant ces précieuses minutes passées ensemble, pourquoi ne pas en parler ? Avec le bruit de l'avion, personne ne peut entendre ce que vous vous dites. En quelques minutes de conversation franche, la frustration engendrée par un événement pourrait se dissiper en quelques minutes ou en quelques heures.

Solution rapide. Parlez - honnêtement. Écoutez ce qu'il/elle a à dire. Prenez-le au sérieux. Réfléchissez-y. Travaillez ensemble. Ensemble, vous pouvez construire un meilleur avenir amoureux où vous éviterez ce même déclencheur.

Faites preuve de compréhension, ne réagissez pas aux insultes. Laissez les émotions se calmer. Écoutez, communiquez et résolvez les problèmes. Ne restez pas assis sur votre siège à boudier.

S'agit-il d'un problème persistant ?

S'agit-il d'un problème récurrent ?

Il ne suffit pas d'en "parler" -- nous avons besoin d'un type de communication approprié. Se crier dessus n'est pas de la communication. Voici quelques questions utiles :

Votre partenaire écoute-t-il vraiment votre problème ? Honnêtement ? Y a-t-il une tentative concrète d'aide, qui montre que le problème a vraiment été compris ?

Écoutez-vous vraiment les problèmes de votre partenaire ? Sympathisez-vous, même lorsque votre partenaire a fait une bêtise ?

Êtes-vous là pour lui caresser les cheveux lorsque quelque chose d'injuste s'est produit dans la journée ? Aidez-vous et êtes-vous aidé à votre tour ?

Il y a aussi la communication gestuelle. Les rencontres sexuelles sont l'un des endroits les plus importants où la communication non verbale et gestuelle compte vraiment.

Êtes-vous à l'écoute des besoins de votre partenaire ? L'aidez-vous à atteindre l'excitation maximale ? Tout cela fait partie de la "communication" : ressentir ce que l'autre personne ressent lorsqu'elle parvient à une jouissance joyeuse et complète, en son temps.

Toute l'histoire sexuelle consiste à faire ensemble quelque chose de vraiment extraordinaire. Pour faire cette chose vraiment ensemble, dans l'amour, vous avez besoin de compétences puissantes en matière d'écoute et de ressenti. Nous ouvrons les pores et laissons l'amour entrer et sortir.

Sommes-nous en train d'aborder des questions sérieuses ?

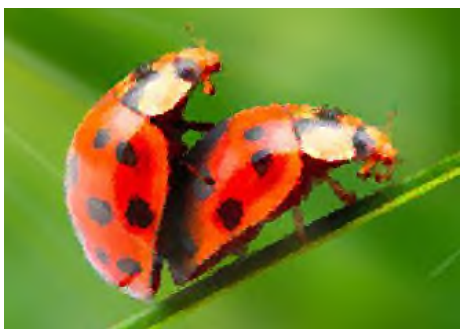
Où le cas peut être encore plus grave. Vous vous demandez peut-être où en est votre relation. Si vous avez déjà eu des doutes, des questions sérieuses vous traversent maintenant l'esprit.

Deux questions clés

Vous pouvez rapidement entrer dans le vif du sujet. Deux questions suffisent à situer l'état actuel de votre partenariat.

Posez-vous la question 1 (attention et compassion) : "Que se passe-t-il lorsque je parle à mon partenaire d'une frustration que j'ai ressentie au cours de ma journée ? Y a-t-il de la compréhension, de la sympathie et éventuellement une offre d'aide ? Oui/non.

Posez ensuite la question 2 (partage) : "Notre expérience intime est-elle l'histoire de deux solitudes ou celle d'une compréhension mutuelle et d'un flux d'amour entre nous ? Oui/non.



Si vous répondez "non" à l'une ou aux deux questions, n'abandonnez pas tout de suite. Si vous avez établi que l'amour ne parvient pas à la plante, il est temps d'éliminer les blocages. Commencez à communiquer. Demandez de l'aide à quelqu'un dont la relation se passe bien. Demandez-lui comment elle résout ses désaccords. Apprenez des autres, puis appliquez ce que vous avez appris à votre propre relation.

Donnez du temps au temps. Même s'il n'y a pas de réponse au début, il se peut que la glace ait été brisée.

Les réponses ne viendront peut-être que des semaines ou des mois plus tard. Tenez bon, réessayez, observez les signes, soyez patient et, entre-temps, construisez votre relation avec votre Soi Supérieur pour obtenir des réponses riches et un soutien interne.

Peut-on obtenir de l'aide du Soi Supérieur ?

Ou êtes-vous dans cette situation très malheureuse ?

Avez-vous essayé de parler, de toucher etc. pendant un certain temps, et la glace ne veut pas fondre ? Cela peut aussi arriver. Cela m'est arrivé, et c'est une triste histoire.

C'est un endroit où l'on se sent très seul. Mais vous le savez : *Tenez bon. Vous n'êtes pas seul.* Ton Moi Supérieur est avec toi, ainsi que ton "Il", "Elle" ou "Ils" personnels. Ils vous aideront à vous en sortir. Cela m'est aussi arrivé.

Oui, nous pouvons obtenir de l'aide du Soi Supérieur.

Oui, et c'est tout à fait vrai, vous avez votre propre Soi Supérieur.

Vérifiez ceci : Si vous êtes une femme, votre Soi Supérieur est une femme dans 95 % des cas. Si vous êtes un homme, il est un homme dans 95 % des cas. Méditez pendant cinq minutes, puis demandez-lui son nom. Si aucun nom ne vous vient à l'esprit à ce moment-là, commencez la conversation en disant "cher Moi Supérieur". Lorsque vous sentez que quelqu'un vous écoute, vous pouvez redemander le nom.

Vous êtes maintenant prêt à poser à nouveau ces questions.

Appliquer les questions clés

Appliquez l'échelle de bienveillance (question 1). Votre partenaire se soucie-t-il vraiment de vous aujourd'hui ? Votre partenaire se souciait-il de vous au début de votre relation ? Cette affection s'est-elle estompée au fil des mois et des années ? Ou n'était-ce que du "plaisir et des jeux" ou un "jeu de pouvoir sexuel" qui vous a entraîné dans la relation ? Celle-ci n'a jamais évolué vers une véritable attention ou une relation pleinement partagée ?

Ce sont les moments de vérité. Vérifiez cela avec votre Soi Supérieur. Il se peut que vous voyiez une réalité sombre que vous n'avez jamais voulu voir auparavant.

Appliquez l'échelle de partage (question 2). "Notre expérience intime est-elle l'histoire de deux solitudes ?" Demandez à votre Soi Supérieur.

Se séparer ?

Si vous recevez le message de vous séparer, vous avez besoin de bons amis autour de vous. Le meilleur endroit pour commencer est toujours votre Moi Supérieur. Il ou elle est toujours avec vous et veut toujours que vous réussissiez, même si la leçon est difficile. Parlez-lui.

Si votre intérieur vous dit "ce n'est plus le lieu de l'amour", écoutez attentivement. Votre

intérieur peut aussi dire : "Oui, c'est vraiment mauvais. Et pourtant, le matin est proche. Le soleil reviendra, et je m'ouvrirai à nouveau à l'amour - des mois ou des années plus tard".

Votre for intérieur sait que vous êtes capable d'aimer beaucoup plus que les circonstances actuelles ne le permettent. Elle ou Il veut vous aider à retrouver l'amour. Et vous y parviendrez.

Melkiades ajoute un commentaire

Pensez maintenant à votre entourage. Soyez prudent(e) lorsque vous avez décidé de vous séparer. Si le message est clair dans votre esprit, allez-y avec toute la force de votre conviction, oui, mais essayez de minimiser la douleur pour tous ceux qui vous entourent. La séparation est un événement très douloureux pour tout le monde : votre partenaire, vos enfants, votre famille et vos amis.

Faites-le avec fermeté, mais aussi avec le plus de douceur possible. Et communiquez avec vos amis qui comprennent. Ne le gardez pas pour vous. Travaillez sur votre douleur. Un jour viendra où la douleur aura une fin. Il arrive souvent plus tard que nous ne le souhaitons, mais il arrive.

Débloquer l'amour

Que votre foyer soit rempli d'amour ou qu'il souffre d'un manque d'amour mineur ou majeur, le fait de savoir que vous n'êtes pas seul vous donne de l'espoir. Vous trouverez de vrais amis qui pourront vous aider. Regardez autour de vous. Il existe des lignes d'assistance téléphonique. Il y a d'autres personnes qui traversent des épreuves similaires. Avec des amis qui comprennent vraiment, les pores s'ouvrent et l'amour peut commencer à couler.

Écoutez votre intérieur. Il vous dira ce que vous avez besoin de savoir.

Il y a quelque temps, en nous qualifiant pour l'état ascensionné, nous avons appris à écouter et à être là pour l'autre. Nous connaissons donc déjà la difficile leçon de la tolérance, du temps d'apprentissage et de l'acceptation des différences qui nous distinguent et apportent de l'intérêt et de la vie à notre existence.

Notre jardin d'Eden ne s'améliorera que si nous n'en piétons pas les fleurs.

Et maintenant, la dure leçon. Qu'en est-il de ceux qui ne nous comprennent pas ? Ceux qui sont insensibles et fermés à la compréhension ? Qui nous traitent comme des êtres inférieurs, voire pire ? Que faire à leur sujet ?

Examinez où vous placez vos propres pensées. La vengeance ? "Se venger d'eux ? Si c'est le cas, ne perdez-vous pas votre temps et votre énergie ? Ces pensées peuvent-elles vous aider à évoluer ? Ces pensées vont-elles vraiment vous faire avancer ?

Au fur et à mesure que nous nous familiarisons avec le flux de compréhension, de tolérance et d'acceptation des dimensions supérieures, nous apprenons progressivement comment l'amour fonctionne comme "l'eau du monde spirituel". Oui, nous pouvons le bloquer. Ou bien nous pouvons l'aider à s'écouler dans tous les coins et recoins de notre communication avec les autres, dans la façon dont nous traitons les autres et dans la façon dont nous vivons notre existence.

Écoutez l'amour et laissez-le s'enraciner en vous.

[J'ai demandé si je représentais correctement le point de vue de mon Soi Supérieur. "J'ai bien compris. Y a-t-il d'autres choses à venir sur ce sujet ? "Tout à fait d'accord. Dois-je continuer à le publier tel quel ? "Tout à fait d'accord. Nous en dirons plus dans les sections ultérieures de l'histoire."]

3.3. Faire couler l'eau du monde spirituel

Nous avons entendu ceci à propos de la vie ascensionnée : *"L'amour dans cette dimension est incroyable. Partout où vous vous tournez, il y a de la compréhension, de l'acceptation, de la joie et de l'amour. Cette dimension est un monde d'amour"*.

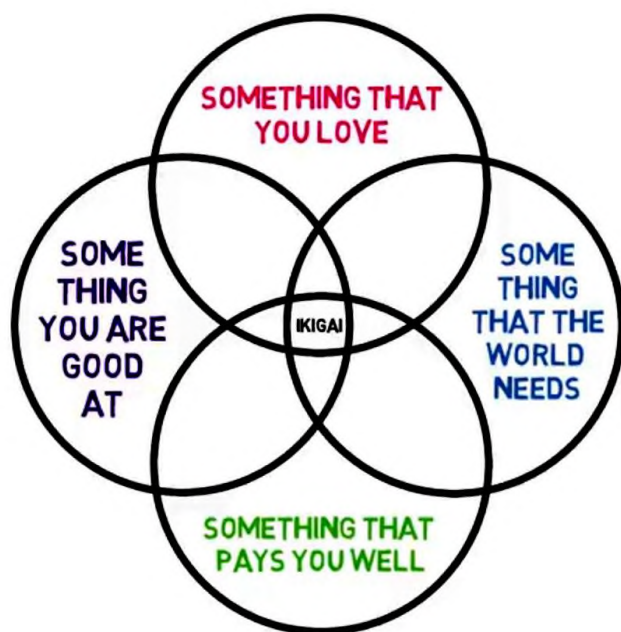
Nous avons également vu ce qui se passe lorsque l'amour cesse de couler.

Question : Pouvons-nous aussi faire en sorte qu'il circule à nouveau ? Naturellement ? Spontanément ? À chaque fois ?

La réponse est **oui**. Il y a deux parties : **ce que vous faites** et **comment vous le faites**.

Ce que vous faites.

Les Japonais nous transmettent une vieille sagesse qu'ils appellent "Ikigai". Ils nous disent que nous sommes spontanément et naturellement heureux lorsque nous faisons...



...quelque chose que vous aimez faire, qui retient toute votre attention et que vous aimeriez faire à tout moment.

...quelque chose que vous savez faire, que vous avez beaucoup pratiqué et qui peut étonner les autres.

...quelque chose dont le monde a besoin et pour lequel nous recherchons vos services.

...quelque chose qui vous paie bien, quelque chose qui paie aussi bien que possible pour votre survie à long terme.

Image. D'après une capture d'écran de "The Japanese Formula For Happiness - Ikigai"¹ (La formule japonaise du bonheur - Ikigai).

Si vous combinez deux ou trois de ces éléments en vous, vous réveillez votre "raison d'être". Lorsque vous intégrez ces quatre éléments dans votre vie, vous sentez que "la vie a un sens pour vous". Vous serez alors rempli d'un flot continu de bonheur, de confiance et de satisfaction.

"Ikigai" se traduit par "une raison d'être". C'est à l'intérieur de vous que votre joie intérieure prend sa source, et non à l'extérieur, dans l'argent ou la célébrité. Faites en sorte que le courant passe dans chacun de ces quatre domaines de l'ikigai. Il n'est pas nécessaire d'être le meilleur, il suffit d'être soi-même et de s'amuser dans le cadre de ses activités normales. C'est ainsi que le flux d'amour se maintient.

Au début de leur vie d'adulte, de nombreuses personnes constatent qu'elles ne peuvent pas facilement combiner leur activité préférée (a. et b.) avec leur capacité à gagner de l'argent (c. et d.).

¹ <https://www.youtube.com/watch?v=Zxj3P0enJNQ>

Ce n'est pas un vrai problème. Conservez ce schéma pour l'avenir, il pourra vous aider à progresser. Au fur et à mesure que vous mûrissez, des opportunités peuvent se présenter pour combiner trois ou les quatre activités souhaitées en une combinaison plus complète et plus satisfaisante. Continuez à demander, et soudain une super opportunité pourrait se présenter.

C'est ce qui s'est passé pour moi.

À l'autre extrémité, de nombreuses personnes s'accrochent à un emploi de longue durée qu'elles n'apprécient guère jusqu'à la cinquantaine ou la soixantaine, dans l'espoir de se payer de longues et belles années de retraite plus tard. Lorsque ces années de retraite arriveront enfin, est-ce que ces années peu appréciées seront-elles enfin payantes ?

Pensez-y en termes de joie intérieure. Pendant toutes ces années de préretraite mal aimées, votre joie intérieure s'est éteinte ou a été fortement réduite. Pourrez-vous la rallumer soudainement lorsque le jour de votre retraite arrivera enfin ?

Écoutez les réflexions de personnes âgées de 100 ans^{2,3}. Ont-ils attendu d'être à la retraite ? Non, ils ont pris la vie comme elle venait, surfant sur leurs vagues de joies plus ou moins grandes tout au long de leur vie. Si vous êtes vraiment malheureux en attendant la retraite, ne gaspillez-vous pas de précieuses années ?

Apporter quelques changements mineurs ou majeurs en cours de route pourrait être une bien meilleure option pour votre bonheur à long terme.

Comment procéder.

Pouvons-nous transformer tout cela en une seule recette pour une "essence de vie magique" ? Cette combinaison peut-elle définir le but de la vie ?

C'est possible. La solution existe depuis quelques années déjà, mais elle commence seulement à être connue du grand public. Elle est assez similaire à ce que nous apprend *I'ikigai*.

Une fois de plus, ce n'est pas l'argent, ni la célébrité, ni le fait de travailler toujours plus dur qui font une différence fiable dans la vie des gens. Au contraire, étude après étude, il a été démontré que de meilleures relations sociales conduisent à une vie plus heureuse et plus longue, en particulier pendant la vieillesse.

L'étude de Harvard sur le développement des adultes (*Harvard Study of Adult Development*), qui a débuté avec 704 hommes en 1938⁴, est une étude à long terme et impressionnante. 60 d'entre eux étaient encore en vie il y a quelques années. Ce groupe était composé d'hommes de l'université de Harvard et d'un groupe comparable d'hommes issus d'un quartier socialement défavorisé de Boston. Tous les hommes (et plus tard les femmes) ont été soumis à des tests et à des examens médicaux approfondis, pratiquement chaque année depuis lors. L'étude se poursuit encore aujourd'hui.

Le résultat le plus marquant de cette vaste collecte est que "les bonnes relations nous rendent plus heureux et en meilleure santé".

Les liens sociaux sont vraiment bons pour nous, et au contraire, la solitude tue. "Les personnes qui sont davantage en contact avec leur famille, leurs amis et leur communauté sont plus heureuses, en meilleure santé physique et vivent plus longtemps que les personnes qui sont moins bien connectées", indique l'étude. La solitude, au contraire, conduit à des vies "moins heureuses, leur santé décline plus tôt au milieu de la vie, leur

2 <https://www.youtube.com/watch?v=9AThycGCakk>

3 <https://youtu.be/BXyfCGDnuWs>

4 "What makes a good life Lessons from the longest study on happiness Robert Waldinger" TED Talk.
<https://youtu.be/8Kpr7NjGDx4>

fonctionnement cérébral se dégrade plus tôt et ils vivent moins longtemps".

En outre, "ce n'est pas le nombre d'amis que vous avez ou le fait que vous viviez ou non dans une relation engagée, mais *c'est la qualité de vos relations proches qui compte*". Il faut clairement éviter les relations conflictuelles, pour des raisons à la fois psychologiques et physiques.

À l'âge de 50 ans, le principal facteur prédictif d'un octogénaire heureux et en bonne santé est son degré de satisfaction, et non l'un des facteurs prédictifs médicaux. De même, la résistance aux jours de douleur chronique à l'âge de 80 ans était meilleure chez les octogénaires heureux que dans le groupe moins heureux.

Repenser le but de notre vie

Ainsi, dans l'ensemble et même au cours d'une évolution de vie variée, la joie et la satisfaction intérieures nous attirent. Il ne s'agit pas d'argent ou de célébrité, mais d'un ensemble de relations solides et fiables que vous pouvez construire et entretenir à tout moment. Elles vous incluront là où vous êtes. Elles vous permettent de rouler dès maintenant dans le groupe que vous avez choisi.

Et quel est le *ciment* qui nous unit ?

Ce sont les émotions au sein de la famille et du réseau plus large qui nous maintiennent tous connectés. Les liens familiaux, les fils et les filles, les amitiés durables qui n'ont jamais été rompues – toutes ces relations de confiance créent un réseau émotionnel.

L'empathie

Un mot clé permet d'aller au fond des choses : l'empathie⁵. Si nous n'avons pas la capacité, la volonté et l'intégrité de vivre avec empathie au quotidien, nous risquons d'être perdants.

Regardez les vidéos mentionnées ici. L'absence d'empathie dans une grande partie de la société occidentale nous a étranglés. Au contraire, l'empathie pour ceux qui nous entourent devrait être associée à toutes les autres émotions que nous ressentons. C'est ainsi que se développe un terrain fertile, où des relations saines et durables peuvent s'établir.

Qu'en est-il des disputes et des désaccords qui surviennent au sein de la famille, dans le quartier ou sur le lieu de travail ? Vont-ils déchirer le réseau émotionnel ou vont-ils être contenus ?

Prenons l'exemple d'un élastique. Un enfant qui se réveille avec un mauvais rêve peut aller voir sa mère et sera consolé. L'élastique l'attrapera au mauvais moment. De même, si une adolescente veut rester dehors après minuit et qu'on le lui refuse, c'est parce que l'élastique ne le lui permet pas. Sa famille la protège. En même temps, si l'adolescente se pique l'orteil très gravement, toute la famille l'aidera. C'est un élastique sain qui est en action.

Mais si nous sommes trop intolérants, trop arrogants, trop exigeants, si nous ne partageons pas et ne communiquons pas, le filet de caoutchouc finit par se déchirer. Nous nous laissons alors aller les uns les autres. Le courrier électronique restera sans réponse. Nous nous perdons les uns les autres. À la fin de la vie, nous restons seuls.

5 "Empathy - best speech of all time by Simon Sinek | inspirational" <https://youtu.be/ijynojcauza>

La paix intérieure est la source de la joie

J'ai une dernière recommandation, juste pour vous.

Chaque moment et chaque événement de la vie se présente à nous avec son propre panorama de choix : une perspective positive, une perspective intermédiaire ou une vision malheureuse des choses.

C'est à nous de choisir : quelle est la perspective honnête qui est aussi positive que possible ?

Si vous vous en tenez toujours à la perspective la plus positive, il se peut que vous vous trompiez de temps en temps. Mais entre-temps, vous vous entourerez de nombreux amis souriants, et cela vaut bien la peine de se tromper de temps en temps.

Hautement recommandé : Visez la joie intérieure !

[Melkiades : "Tout à fait"]

4.1. Des objets concrets au monde des idées

Cette section aborde les grands changements de la vie.

Les machines et la vie biologique ont besoin de carburant et de nutriments. En outre, les relations humaines nécessitent de l'énergie amoureuse, de la communication et de la compréhension. *L'ascendance favorise donc le passage des exigences des objets à celles des humains.*



Voyons cela plus en détail.

Que faut-il faire pour nourrir une famille ? Aller chercher de la nourriture, remplir le panier. Que devez-vous faire pour rendre heureux le compagnon que vous aimez ? Peut-être de l'énergie affectueuse, de la communication et de la compréhension.

Il s'agit d'un changement naturel. À la maison, votre esprit est spontanément passé de la nourriture dans un panier à ce qui rend votre partenaire amoureux heureux.

Maintenant, passez à l'échelle supérieure. Au lieu de fonctionner comme une petite roue dans une grande machine en 3D au travail, votre rôle conceptuel pourrait évoluer pour participer à la planification, à la conception et à la construction d'une machine ou d'un événement.

Voyez encore plus grand. Commencez par une idée d'amélioration du travail. Peut-être que votre idée personnelle "volera" et qu'elle vous permettra d'assumer une plus grande responsabilité dans votre entreprise.

Autre exemple : au lieu de jouer toujours des petits morceaux dans un orchestre, vous pourriez apporter de petites adaptations musicales ici et là. Peu à peu, l'horizon s'ouvrira à la composition de pièces plus importantes. Ainsi, au lieu de jouer dans un orchestre jusqu'à la fin de vos jours, vous pourriez vous essayer à une série d'improvisations. De simples notes à lire sur une partition, votre attention évoluera vers des questions de composition musicale.

Les notes sur une partition développent donc leur sens, et le fait de "monter" nous encourage à nous concentrer sur des activités nouvelles et créatives avec des objets ordinaires. Bien que cela semble être un changement mineur, il s'agit en réalité d'une évolution intérieure décisive.

Ce changement a-t-il atteint tout le monde ?

Prenons maintenant l'exemple du "secteur du divertissement". Les Romains remplissaient les cirques pour voir les gladiateurs et divers animaux s'entretuer. Il est vrai que nous sommes passés à des divertissements moins sanguinaires ou plus "virtuels". Aujourd'hui, des équipes s'affrontent pour faire entrer un objet rond dans un espace clos, et des acteurs nous titillent avec des choses que nous aimerions faire, mais que nous ne pouvons généralement pas accomplir.

Mais attention, le scénario de base reste le même.

Dans tous ces événements, un grand nombre de spectateurs regardent un petit nombre

de gladiateurs, de joueurs ou d'acteurs accomplir leurs actions. Même les jeux interactifs les plus populaires suivent en grande partie le même schéma. Même dans les jeux modernes, il y a les "bons" et les "méchants", vous choisissez ce que vous voulez être, et vous partez au "combat".

Quelques nouvelles idées

Poussez ces réflexions encore plus loin. Vous commencerez peut-être à remettre en question le scénario "bons" contre "méchants". Avez-vous vraiment besoin de "bons" et de "méchants" dans votre constitution mentale ? Ou êtes-vous en train de dépasser cette construction élémentaire ?

En élargissant la question au scénario mondial, demandons-nous pourquoi le monde est pris au piège de guerres sans fin. Qui en a eu l'idée ? Dans quel but ?

Telles sont quelques-unes des questions qui font surface dans l'Ascension. Nous commençons à remettre en question de nombreux arrangements initiaux.

Cela peut être déroutant. Accrochez-vous à votre chapeau. Dans une minute, tout s'enclenchera dans une nouvelle configuration.

Devenir le créateur

La technologie de l'internet a facilité ce changement créatif. Elle a déjà démontré l'énorme pression exercée pour passer de l'observation à la participation créative.

Pensez à YouTube ou à tout autre système de téléchargement de blogs, de photos ou de vidéos. Il est devenu beaucoup plus facile de télécharger une vidéo rapide prise avec sa webcam, et il existe désormais une grande variété de points de vente pour tout type de blog ou de production créative.

Le problème *n'est plus de trouver les auteurs, mais les lecteurs !* En fait, il y a tellement d'auteurs contemporains avec une telle production qu'un auteur débutant doit payer un éditeur pour que son livre soit publié.

Un autre exemple illustratif vient de "Second Life", un monde de jeu en ligne inhabituel. "Second Life" est un monde de créateurs. Il vous permet de construire et d'aménager votre propre maison virtuelle dans un vaste monde en ligne. La liberté de créer ses propres objets virtuels est pratiquement illimitée. Les décisions concernant ce que vous voulez faire dans Second Life – créer une entreprise, rencontrer des gens, créer une deuxième famille, tomber amoureux, vous prélasser ou autre – vous appartiennent entièrement. Dans Second Life, vous êtes fondamentalement votre propre patron et vous décidez de ce que vous voulez faire.

Les résultats sont intéressants. Il y a beaucoup plus de "construction" que de "vie" dans Second Life. La plupart des quartiers de Second Life sont vides de pierres, ce qui est un pendant virtuel fascinant aux villes de vacances vides en 3D que l'on voit partout dans les Alpes ou sur la côte méditerranéenne. Il est évident que nous, les humains, aimons construire et créer, mais une fois que notre œuvre d'art est prête, nous brillons par notre absence.

La solution ?

Ce dont nous avons besoin, c'est celle de la ***famille***. Les maisons sans membres de la famille manquent de quelque chose de très important. Nous sommes des êtres sociaux et les maisons vides manquent leur objectif principal. Nous avons besoin d'autres êtres humains.

Changer les situations

Dans le monde de la création, nous pouvons créer de nouvelles pensées, de nouvelles choses, voire de nouvelles situations.

Ce à quoi vous pourriez répondre : "J'ai eu des pensées nouvelles toute ma vie, c'est facile. Et en cours de dessin, j'ai fait une statue, c'est facile aussi. Mais créer de nouvelles situations ? Comment puis-je changer toute une situation ?" En effet, ce n'est pas si facile, et c'est là qu'une pensée clairement réfléchie devient vraiment utile. Il faut travailler avec les autres.

De nombreux changements sont si importants que vous devez coopérer avec d'autres personnes. Vous êtes aux commandes, mais vous êtes aussi en collaboration avec d'autres êtres évolués qui vous entourent. Vous pouvez donc maintenant cocréer vos solutions avec ceux qui partagent vos convictions. Si vous vous comprenez, vous pouvez créer ensemble.

Coopération et apprentissage joyeux

Notre liberté créatrice nous fait découvrir le contrepoint nécessaire à notre capacité de création : la coopération avec nos compagnons.

Sans coopération avec les autres, la plupart d'entre nous risquent de rester des "artistes mineurs oubliés" et ne trouveront jamais la reconnaissance ou l'équilibre intérieur. La plupart des changements importants ont des conséquences si vastes qu'une personne seule ne peut y parvenir. Seule la coopération avec d'autres personnes apporte un changement social durable et, à long terme, la joie du travail partagé.

Si nous sommes arrivés récemment dans la création, nous sommes souvent des débutants en matière de coopération. Notre "survie" et le fait de "faire mieux que l'autre" ont été largement vantés, en particulier dans la tradition occidentale. "Prenez de l'avance", "foncez", "le meilleur gagne tout". Tous ces efforts individualistes doivent être repensés en profondeur, maintenant que nous sommes en train de nous élever. Coopérer et gagner ensemble dans un monde qui ne cherche que des gagnants individuels est très différent de gagner contre tous les autres et de voir les autres ramper dans la défaite.

Étiez-vous plus heureux lorsque vous gagniez contre tous les autres ? Ou étiez-vous plus heureux lorsque vous gagniez en équipe, avec tous les autres ? Dix paris contre un : vous étiez plus heureux dans la seconde situation.

Les projets modernes sont de grande envergure et techniquement beaucoup plus sophistiqués que ceux d'il y a 50 ou 100 ans. En conséquence, beaucoup plus de personnes doivent maintenant devenir des co-architectes, des co-compositeurs, des co-ingénieurs et des co-scénaristes dans de grands projets complexes – c'est-à-dire des personnes capables de penser comme les créateurs eux-mêmes, mais avec la capacité supplémentaire de comprendre comment un projet entier peut fonctionner concrètement dans notre société.

Ensemble, c'est notre véritable avenir.

Nous serons beaucoup plus nombreux à ne pas nous contenter d'acheter des parties de projets, mais à vouloir contribuer à leur construction, avec d'autres.

Il s'agit là d'un changement considérable. Beaucoup de ceux qui aiment la musique ne se contenteront pas de taper du pied et de danser, mais apprendront aussi à composer de la musique et contribueront à apporter de la joie et de l'émotion musicale aux autres. Ceux qui ont quelque chose à dire ne se contenteront pas de lire et de regarder des vidéos, ils

écriront et réaliseront eux-mêmes des vidéos, avec d'autres, pour améliorer notre compréhension mutuelle.

C'est déjà le cas partout.

[Vérification (après les corrections souhaitées par Melkiades) : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec ce texte tel qu'il est ?" "Tout à fait d'accord." "Puis-je le mettre sur Internet ?" "Oui."]

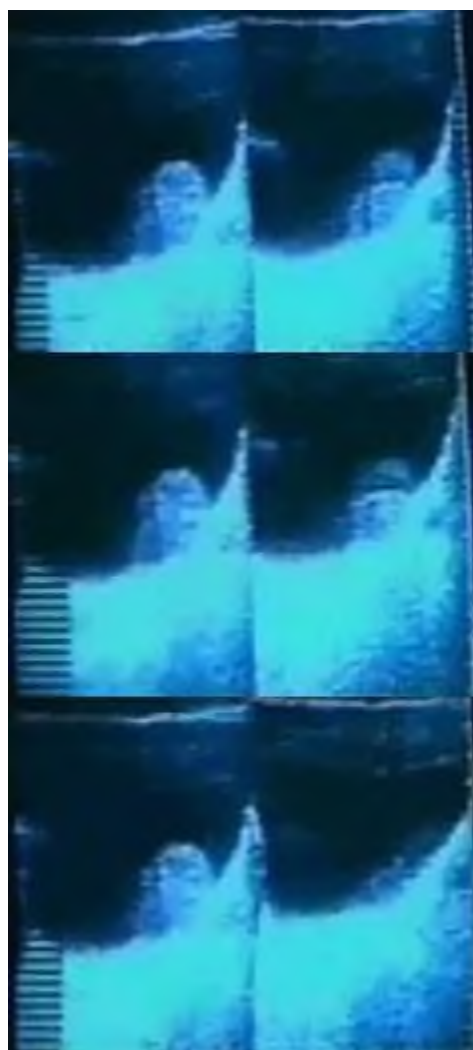
4.2. Réaliser des changements

Quelqu'un m'a demandé d'écrire un message dans son carnet. Je le connaissais à peine, mais l'image de quelqu'un qui a le dos au mur m'est venue à l'esprit. J'ai donc demandé à Melkiades de m'aider, et mes doigts ont écrit : "Si vous avez le dos au mur, demandez conseil à votre Moi Supérieur. Écoute. Ensuite, retournez-vous et traversez le mur."

Avant que vous ne vous précipitez sur moi, oui oui oui, vous pouvez passer à travers le mur, presque toujours. Dans ce blog, je vous montrerai comment.

Ils ont traversé le mur

Commençons par là. Avez-vous vu la vidéo de Greg Braden "She-is-healed" (Elle est guérie)¹ ? Regardez-la si vous le pouvez.



Elle montre une scène dans une clinique médicale bénévole de Pékin² où une femme avait une grosse tumeur à la vessie, montrée sur un écran d'échographie divisé. La partie gauche de l'écran montrait la tumeur à son stade initial, et la partie droite l'affichait dans son état actuel.

Autour du lit se trouvaient trois praticiens mentaux formés. Ensemble, ils ont scandé un mot chinois qui signifie "elle est déjà guérie", encore et encore. Et comme par hasard, en l'espace de trois minutes, la tumeur a pratiquement disparu, sous nos yeux.

Laissez-vous convaincre. Les guérisseurs n'ont pas dit "femme, guéris s'il te plaît". Ils n'ont pas non plus demandé à une divinité de faire disparaître la tumeur. Personne n'a rien demandé à personne. Non, ils ont simplement dit, à l'unisson : "Les faits sont différents. La tumeur a déjà disparu. "

Nous supposons que la patiente a intégré cette croyance et l'a transmise à tout son corps. En quelques instants, la tumeur de cette femme n'a eu d'autre choix que de disparaître. Trois guérisseurs chantant à l'unisson et partageant une conviction profonde avec la patiente ont été plus puissants dans la détermination de la "réalité" que la tumeur elle-même.

En accord avec les chanteurs et les convictions profondes de la patiente, le corps de cette dernière "s'est retourné et a traversé le mur". De l'autre côté du mur, l'existence de la tumeur n'avait plus de sens. Et si le patient conserve la même structure de croyance à l'avenir, il y a de fortes chances que la tumeur ne réapparaisse pas³.

1 Greg Braden's "She is healed" video: "Gregg Braden - Quantum Healing of Tumour thru the Power of Thought_Feeling". <https://www.youtube.com/watch?v=PZpRP1FV0IE>

2 Aujourd'hui fermé en raison de pressions politiques.

3 Il s'agit d'une application inverse de l'effet placebo, qui consiste à guérir des patients qui souhaitent le

Des sociétés entières peuvent traverser le mur

Prenons un autre exemple de "passage à travers le mur".

Il y a quelques années, nous avons connu l'horrible catastrophe de Fukushima. Les radiations se sont répandues dans le nord du Japon et dans l'ensemble des États-Unis et du Canada. Devant chaque chaîne de montagnes ayant un flanc ouest, les courants-jets s'écoulant vers l'est ont provoqué davantage de retombées radioactives. Dans de nombreuses régions, les niveaux de radiation ont largement dépassé les niveaux de danger "normaux". Notre société était au pied du mur.

Pendant les quelques semaines qui ont suivi l'accident, le monde entier s'est demandé : "Que vont-ils faire ? Que vont-ils faire ?" et personne ne semblait pouvoir faire quoi que ce soit. La réaction au Japon a été hésitante et lente, le soutien international a été faible, et les rapports ultérieurs sur les mesures de sécurité des réacteurs atomiques en Europe et aux États-Unis ont montré de longues listes de déficiences. Mais personne n'a pu faire grand-chose.



Puis, à la surprise générale, l'Allemagne a annoncé un matin qu'elle arrêta tout simplement la production d'énergie atomique. Je n'ai aucune idée de la manière dont cette décision a été prise, mais la puissante industrie éolienne et solaire allemande, ainsi que les partenaires de la coalition verte, ont sans doute joué un rôle important. Avec la pression interne accrue pour produire de l'électricité par des moyens alternatifs, cette nouvelle stratégie gouvernementale soutiendrait l'industrie des combustibles alternatifs, ce qui à son tour favoriserait les exportations allemandes. Les électeurs étant largement de son côté, le gouvernement Merkel a transformé cet événement malheureux en avantage. Ils ont traversé un mur qui, en fait, n'existait pratiquement pas auparavant.

De l'autre côté du mur, les besoins en énergie atomique étaient bien moindres. Même si la transition qui s'en est suivie n'a pas été aussi facile qu'une promenade dans le parc, l'abandon de la production d'énergie atomique a été grandement facilité par cette décision collective. La société allemande – et par la suite la Suisse, qui a également décidé de renoncer à l'énergie atomique – a négocié un tournant décisif dans l'établissement des priorités économiques.

Vous pouvez aussi passer à travers le mur

On peut aussi prendre une décision importante - tout d'un coup, tout seul. Ici, nous avons une décision personnelle importante lorsque cette contributrice anonyme a réalisé qu'elle était enceinte d'un enfant⁴ :

"Cela fera un an demain que j'ai appris que j'étais enceinte et il aura 4 mois.

"Depuis que j'ai découvert qu'il allait naître, j'ai arrêté de fumer, de boire, de me faire du mal : J'ai arrêté de fumer, de boire, de me faire du mal, de mentir, de ne pas prendre mes médicaments, de me gaver de malbouffe, de ne pas dormir pendant des jours, puis de dormir sans arrêt, de fuir les conflits, de crier pour être entendue mais de ne pas écouter, de garder rancune, et toutes les autres horribles habitudes/mécanismes d'adaptation.

"C'est la première fois depuis la puberté que je me sens confiante dans mes projets

faire en modifiant profondément leur structure de croyance. Ces patients souhaitent activement que le placebo ait un effet curatif. De plus amples explications seront données à la section 6.1.

4 <https://postsecret.com/> Consulté le 18.10.2020.

d'avenir parce que je ne pense plus que je me tuerai avant d'y parvenir. Bien que j'aime mon mari et ma famille plus qu'ils ne le comprendront jamais, j'ai toujours pensé qu'il serait préférable pour eux (et égoïstement pour moi) que je disparaisse.

"Mais je ne peux pas supporter l'idée de ne pas voir mon fils grandir, et qu'il doive grandir sans une mère qui l'aime tant. Je ne peux pas non plus supporter l'idée qu'il ait une mère 'détraquée'.

"Alors je ne le ferai pas. Je ne me laisserai pas gâcher ça. Quoi qu'il arrive. Et c'est ce qui a fait toute la différence. Je ne pensais pas pouvoir le faire jusqu'à ce que je doive le faire. Et maintenant ? Maintenant, je suis si heureuse. Je remercie Dieu.

"Je ne veux pas lui imposer tout ce bagage, alors je ne sais pas si je lui dirai un jour, mais quoi qu'il arrive dans nos vies, il m'a sauvée. Et c'est le secret le plus heureux que j'aie jamais écrit !"

Le monstre contre lequel nous nous battons

Nous sommes tous mécontents d'un aspect de notre vie, un aspect qui demande à changer. De plus, nos sociétés foncent tête baissée dans une série de désastres écologiques qui réclament un changement. Encore et encore, en tant que société ou en tant qu'individu, nous constatons que nous ne pouvons pas continuer dans une certaine direction et que nous devons, d'une manière ou d'une autre, trouver une autre solution.

Personne n'aime le changement. Mais lorsque les choses deviennent intolérables, nous ferions mieux de prendre la mesure du monstre auquel nous sommes confrontés. Nous devons apprendre comment négocier un changement majeur de la manière la plus efficace possible.

Lorsque l'on remonte à l'origine d'une situation intolérable, on s'aperçoit qu'il s'agit généralement d'habitudes basées sur une mauvaise interprétation des faits. Ces habitudes nous mettent dans un "pétrin" intolérable, bien avant que les faits réels ne s'imposent. Bien avant qu'un état intolérable ne devienne factuellement insupportable, de nombreux signes indiquent que nous allons droit dans le mur.

L'énergie atomique ?

Dans les années 1950, 1960 et 1970, on nous a dit que l'énergie atomique serait la solution la moins chère et la plus efficace pour répondre à nos besoins énergétiques. Cinq décennies plus tard, nous savons qu'il s'agissait d'une interprétation plutôt incomplète des faits connus.

Trois facteurs majeurs n'ont pas été pris en compte : premièrement, la difficulté considérable de maintenir un processus de combustion sans problème et de contenir les radiations sur de longues périodes dans de grandes centrales (même en cas de tremblements de terre et de tsunamis) ; deuxièmement, l'énorme difficulté et le coût de l'élimination des matériaux irradiés ; et troisièmement, le coût substantiel de l'élimination d'un réacteur une fois qu'il a atteint sa durée de vie utile.

Une fois tous ces coûts supplémentaires pris en compte, ce qui avait semblé être une solution bon marché et efficace au départ s'est avérée être un cauchemar coûteux. Nous nous sommes mis dans une situation intolérable parce qu'un calcul erroné a été fait et nous a été vendu. Nous sommes aujourd'hui aux prises avec des habitudes créées sur la base d'hypothèses erronées, et nous devons trouver le moyen de nous en sortir, du mieux que nous pouvons.

Depuis quand le savons-nous ? Au début des années 80, nous disposions déjà de

suffisamment d'éléments pour corriger les premières hypothèses erronées, mais à cette époque, nous étions déjà engagés dans la construction de nombreuses autres centrales électriques. Les habitudes et les intérêts commerciaux avaient pris le dessus, et il semblait impossible d'arrêter le train.

Quel était donc le mur ? Rien d'autre qu'une mauvaise continuation, longtemps après avoir reconnu l'erreur. En d'autres termes, dans ce cas, "le mur" n'était rien d'autre qu'un ensemble de croyances erronées.

En général, "traverser un mur" n'est "rien d'autre que changer un ensemble de croyances".

Changer de croyances

J'ai mis entre guillemets "rien de plus que de changer un ensemble de croyances" parce que c'est en fait une chose très difficile à faire.

Il faut d'abord admettre l'erreur et ensuite changer les habitudes, le plus rapidement et le plus facilement possible. Cela déplaît à tout le monde, mais quand le moment est venu et que la logique l'exige, c'est comme ça.

Admettre l'erreur. La première difficulté est d'admettre l'erreur. Beaucoup de gens, et en premier lieu les hommes politiques, pensent qu'ils ne font jamais d'erreurs, que toutes les erreurs sont dues à quelqu'un d'autre. C'est tout simplement stupide. Nous commettons tous des erreurs, et la manière dont nous les traitons est une mesure de notre maturité.



Prenons une erreur courante : vous avez raté votre sortie sur la voie rapide. Que faites-vous ? Vous mettez-vous en colère au point de rater la prochaine sortie ? Allez-vous reporter votre colère ou votre ténacité sur la prochaine chose que vous allez faire et perturber le reste de votre journée ?

La meilleure façon de réagir à cette erreur courante est de calmer les esprits afin de pouvoir déterminer rapidement le prochain itinéraire possible. Parfois, le système de navigation

le fait pour vous. Bien sûr, la perte de temps et de carburant est pénible, mais le plus important est l'objectif global. Vous voulez arriver à destination rapidement et avec le moins d'efforts possible. La maturité consiste à accepter le fait que vous avez commis une erreur mineure et à considérer que d'autres choses sont beaucoup plus importantes pour vous que le détour.

Vous pouvez même aller plus loin. Vous pouvez vous demander pourquoi vous avez commis cette erreur. Étiez-vous simplement inattentif ? Y avait-il un autre point de repère qui vous a désorienté ? Cela peut s'avérer utile la prochaine fois que vous vous rendrez au même endroit, afin que vous puissiez rechercher des points de repère pertinents pour votre sortie.

En d'autres termes, détendez-vous, ne vous énervez pas et laissez votre intelligence vous guider. Les émotions contrariées ou l'acharnement de la grosse tête ne vous feront pas avancer. Et cessez de prétendre que vous possédez une sagesse divine. Vous et moi sommes de simples humains qui trébuchent dans la vie et font du mieux qu'ils peuvent avec leur interprétation de la réalité. Nous commettons des erreurs et, si nous sommes intelligents, nous en tirons des leçons.

Les erreurs sont nécessaires

En fait, les erreurs sont même nécessaires car elles font partie de notre capacité créative. Comment Bach, Mozart ou Beethoven ont-ils trouvé leur incroyable palette de mélodies ?

Par l'expérimentation (et souvent avec une inspiration divine). Certaines étaient meilleures, d'autres moins. Toutes les mélodies de Bach ne sont pas des succès absolus, et nous pouvons savoir comment les compositeurs ont expérimenté en examinant certaines des partitions originales et en comparant des passages similaires.

En résumé, développons une attitude mature à l'égard des erreurs. Nous commettons des erreurs, soit en travaillant consciemment par essais et erreurs, soit par inattention ou par manque de compétence. Si nous avons commis une erreur, nous gardons notre sang-froid et réfléchissons à d'autres solutions.

Certaines erreurs sont devenues de mauvaises habitudes

C'est là que nous entrons dans le vif du sujet.

Il est beaucoup plus difficile de changer une mauvaise habitude, car il faut remplacer un ensemble complet de structures de croyances par un autre ensemble complet. En outre, certaines fausses croyances peuvent bénéficier d'un soutien commercial puissant ou faire partie de notre définition de soi, ce qui les rend particulièrement difficiles à éradiquer. Souvent, nous ne souhaitons pas accepter l'ensemble des changements nécessaires à la transition vers un nouvel état.

C'est à vous de choisir. Vous êtes peut-être au pied du mur. Vous pouvez faire demi-tour et passer au travers – ou non. Ce n'est qu'un ensemble de croyances.

Êtes-vous le patron ?

Tout se résume à la question de savoir comment vous vous percevez : êtes-vous une personne qui aime être dirigée par les autres ? Ou êtes-vous une personne qui aime prendre les choses en main ?

Une personne ascendante tend naturellement vers la deuxième solution. Vous vous considérez comme le chef et vous aimez prendre vos propres décisions. Les réalisations spirituelles clarifient le terrain de jeu. Tous les facteurs impliqués dans le changement deviennent clairs comme de l'eau de roche, et vous pouvez prendre vos décisions personnelles ou ajouter votre vote ou votre poids sur le marché dans les directions qui vous semblent les plus appropriées.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le texte tel qu'il est ?" Réponse : "Tout à fait d'accord."
"Puis-je le mettre sur Internet ?" Réponse : "Tout à fait d'accord."]

4.3. La noix dure : la fidélité et l'infidélité

Maintenant que Melkiades et moi étions sur un bon pied, je l'ai interrogé sur une question privée que je me suis posée toute ma vie : la question de la fidélité.

Ma vie a été profondément marquée par cette question. Pour diverses raisons, mon père a eu plusieurs relations amoureuses avec d'autres femmes que ma mère. Ma mère était très sensible à ces événements et j'ai donc grandi dans une famille aigrie. Les désaccords, les disputes et un silence glacial étaient monnaie courante dans notre vie familiale, jusqu'à ce que j'ai quitté la famille à l'âge de 19 ans. Finalement, lorsque j'avais 31 ans, mes parents ont divorcé – en grande partie à cause de ce problème. Bien qu'ils aient tous deux vécu des vies mémorables et en partie brillantes, leurs vies ont également été profondément marquées par ce problème.

Pour ma part, je suis tombée très tôt dans un schéma similaire. Dans ma vingtaine, j'ai eu une série de relations sexuelles transitoires, qui se chevauchaient souvent. Cela s'est terminé avec la maturité, vers l'âge de 35 ans, et depuis lors, je n'ai plus eu de relations physiques : peu nombreuses, à long terme et sans chevauchement.

En même temps, la question ne m'a jamais complètement quittée. Il y a plus de dix ans, une relation à long terme a été rompue parce que ma partenaire "souhaitait plus de liberté". De temps en temps, je me suis senti attiré par quelqu'un en dehors de ma relation à long terme. Je n'ai jamais donné suite à ces pulsions, mais j'ai longtemps réfléchi à cette question. Est-ce bien ou est-ce mal ? Et pourquoi ?

Je voulais une réponse claire de mon Moi Supérieur à ces questions. Comment les entités familières avec les concepts spirituels traitent-elles ces questions ? Que peuvent-elles nous suggérer sur la fidélité sexuelle et sur les attirances en dehors du couple établi ? Les réponses me sont parvenues, petit à petit, et voici ce que j'ai obtenu. La réponse s'est avérée surprenante, mais tout à fait claire. Ils ont apporté une réponse claire à mes questions insistantes.

L'heure du changement

Mes réponses nécessitaient une remise en question fondamentale.

Dans l'ascension, nous ne nous battons pas contre un mur pour défendre des dogmes. Nous comprenons qu'il existe de grandes variations dans l'existence humaine. Nous nous concentrons sur les concepts essentiels et nous acceptons des compromis intelligents. À mon sens, il est inutile de défendre farouchement des principes culturels et religieux non essentiels. Cela ne ferait que gaspiller de l'énergie alors que nous évoluons dans une nouvelle sphère de compréhension.

De nombreux aspects de la vie changent à cette époque : comment gagner sa vie, comment provoquer des changements politiques, que manger et comment guérir. Il n'est donc pas surprenant que nous observions également des changements dans le comportement sexuel. La façon dont nous nous comportons sexuellement donne une indication claire de notre état psychologique le plus profond.

Presque tout le monde dit que sa vie sexuelle est différente de celle de ses parents. Certains souhaitent plus de liberté sexuelle, d'autres moins, certains recherchent plus d'"amour" et moins de "sexe" dans leurs relations, et la plupart mettent un point d'honneur à refuser la domination, la violence et l'exploitation. Beaucoup choisissent un mode de vie homosexuel ou même asexué. Il ne fait aucun doute que la sexualité a beaucoup évolué

depuis la période de l'après-guerre où l'on ne parlait pas ouvertement de sexe et où l'on se contentait de "produire la prochaine génération".

La sexualité est un sujet si personnel qu'aucun adolescent ou adulte ne peut l'éviter, y compris les moines et les nonnes des religions qui s'abstiennent de toute sexualité. Le sexe fait profondément partie de notre nature humaine. Nous devons donc prendre des décisions intelligentes et tolérantes en la matière. En faisant des choix pour nous-mêmes, nous développons une conception de la société future.

Qu'emportons-nous et que pouvons-nous laisser derrière nous ? Emporter la collection de pornos dans la cinquième dimension ? Vivre dans un monde lesbien et se reproduire par insémination ? Revenir au Moyen-Âge et à l'époque des ceintures de chasteté ? Ou voulons-nous du "sexe libre", comme tant de stars du sport et d'hommes politiques ? Derrière chaque option se cache un modèle psychologique et social. En nous voyant sexuellement, nous concevons fondamentalement notre existence en tant qu'êtres humains.

Melkiades me donne deux filtres

Ce qui suit ne s'applique qu'aux adultes mûrs. Les questions sexuelles se situent à des niveaux totalement différents pour les enfants et les adolescents. J'aborderai peut-être une autre fois la question de la sexualité chez les plus jeunes.

Il s'agit également d'une discussion de départ applicable au fonctionnement des niveaux spirituels inférieurs. La sexualité dans les royaumes spirituels supérieurs (niveaux 7 à 12) implique des configurations sexuelles quelque peu différentes.

Pour les niveaux 5 et 6, Melkiades m'a d'abord donné un filtre de tolérance et ensuite un filtre 3D/5D. Une fois que j'ai appliqué les deux filtres, tout s'est mis en place.

Le filtre de tolérance

Tout d'abord, il faut appliquer le filtre de tolérance.

Les émotions positives, la patience, la tolérance et l'acceptation des autres sont la base d'un environnement social bon et joyeux. L'acceptation et la tolérance sont la première leçon de notre ascension. La tolérance constitue la base de bonnes interactions sociales.

Un filtre contient une *liste blanche*, des éléments que nous acceptons, et une *liste noire*, des éléments que nous refusons. Pour une existence en 5D, j'ai dû apprendre à accepter et à tolérer l'homosexualité, la pornographie, l'abstention sexuelle et le polyamour volontaire et consensuel. Sur ma liste noire figurent la force domestique, la violence et l'exploitation.

La liste de tolérance 5D m'a franchement surpris. En tant qu'hétéro convaincu, puis-je simplement accepter l'expérience homo ou poly ? Oui, répond Melkiades. Personne ne doit être exclu de l'ascendance à cause de son penchant homo-érotique. Mais la réflexion ne s'arrête pas là. Une compréhension plus fine viendra dans le deuxième filtre.

Revenons à la liste blanche du filtre de tolérance.

Je ne partage pas les penchants homosexuels et je suis toujours surpris de voir deux hommes s'embrasser ou deux femmes se câliner avec de fortes connotations sexuelles. Je sais que cela ne me correspond pas du tout. Cependant, je comprends que d'autres pensent autrement et, tant qu'il n'y a pas de préjudice majeur, je peux apprendre à vivre avec ce mode de vie alternatif.

J'accepte également que d'autres veuillent participer à des vidéos pornographiques,

même si je souhaite vivement que ces participations soient réellement volontaires et se déroulent dans des conditions humainement acceptables (ce qui, selon de nombreux rapports, n'est souvent pas le cas). En ce qui me concerne, ni l'exposition sexuelle publique ni son visionnement ne m'intéressent le moins du monde. Je trouve également que la pornographie passe de loin à côté de la véritable histoire d'amour et de compréhension, qui, selon mon expérience, représente l'incitation la plus puissante dans les rencontres sexuelles.

Je peux également accepter l'abstention sexuelle. Certaines personnes (selon certaines études, environ 5% de la population) ne sont tout simplement pas intéressées par le sexe. Aussi l'intérêt pour le sexe diminue souvent avec l'âge ou dans l'attente d'un partenaire à long terme.

D'autres ont fait vœu d'abstinence en rejoignant des groupes religieux. Personnellement, je pense que l'abstention à long terme chez une personne sexuellement capable cherche à éviter des problèmes que la nature nous impose en réalité et que nous devrions vraiment apprendre à résoudre. Des événements récents, en particulier dans l'Église catholique romaine, ont montré que l'abstinence religieuse peut régulièrement conduire à des abus sexuels sur des enfants et des adolescents ; ma tolérance à l'égard de l'abstention sexuelle est donc liée à des questions concernant la capacité psychologique réelle d'un adhérent à adopter un mode de vie aussi exigeant.

Feriez-vous l'ascension du mont Everest si vous n'aviez aucune expérience de l'alpinisme ? Voulez-vous vraiment ignorer vos besoins humains les plus profonds et prendre le risque qu'ils vous échappent et provoquent des agressions profondément destructrices dans la vie d'autres personnes ? C'est précisément pour ces raisons que j'éprouve de très sérieuses réticences à l'égard de l'abstinence sexuelle à long terme ou permanente. Toutefois, en fin de compte, je n'ai pas le droit de contester la décision réfléchie d'une personne adulte lorsqu'elle choisit l'abstinence temporaire ou à long terme.

Enfin, je peux accepter que d'autres souhaitent partager leur vie sexuelle avec deux ou plusieurs partenaires simultanés.

La tolérance de ces quatre choix de vie sexuelle évite des discussions inutiles et ouvre la porte à des questions d'ascension plus importantes. Ce filtre sépare les variations des normes culturelles des *interactions sexuelles véritablement destructrices*, notamment la domination excessive, la violence domestique, l'usage général de la violence et l'exploitation.

Sur ma liste noire figurent la force domestique, la violence et l'exploitation.

Le fait de battre fréquemment ses enfants ou son partenaire, les abus sexuels, l'asservissement ou l'esclavage sont autant d'actes qui témoignent d'une domination délibérée ou blessante sur un autre être humain. Ces actes témoignent d'une perversion ou d'une absence totale d'amour, voire de haine.

Pour Melkiades, les personnes qui pratiquent de tels actes *ne peuvent pas participer à l'ascension vers la cinquième dimension. Cela ne fait aucun doute, punto final.*

Le filtre 3D/5D

Dans le premier filtre de tolérance, nous avons examiné le comportement sexuel d'autrui et nos attitudes à l'égard de ce comportement.

Le deuxième filtre 3D/5D concerne *nos propres expériences*. Il s'agit d'un élément plus central du processus d'ascension : Comment est-ce que je vis ma sexualité personnelle ? Ce deuxième filtre se rapproche également de la question de la fidélité.

Nous le voyons ainsi : l'expérience sexuelle change au fur et à mesure que nous passons de la troisième à la cinquième dimension.

Dans le sexe en 3D, nous expérimentons une première gamme d'aspects, y compris le **désir sexuel brut** et divers niveaux de **pouvoir** appliqués consciemment ou inconsciemment, et/ou un **besoin** et/ou une **domination** sur son partenaire.

*En 5D, le sexe devient beaucoup plus une **découverte, une construction et un partage d'amour**.*

En 3D, il s'agit avant tout de **prendre**, alors qu'en 5D, il s'agit **d'avantage de découvrir, de donner et de partager**.

En négatif, l'amour "3D qui prend" peut se transformer en pression et en domination. Un guerrier médiéval qui retourne auprès de sa princesse et ouvre la ceinture de chasteté exerce un pouvoir et une domination sexuels cruels. De même, un acheteur moderne de services sexuels exploite le pouvoir de son argent pour acheter du sexe physique. Même un petit ami insistant qui est principalement ou exclusivement orienté vers la satisfaction de ses propres désirs est marqué par la domination et l'exploitation. Il n'y a pas de don, seulement des "prises" et des "collectes".

D'autres exemples sont les relations fondées sur des souhaits conscients ou inconscients d'un plus grand avantage économique ou social. C'est malheureusement assez typique des motivations sexuelles de la 3e dimension.

Un ping-pong émotionnel

Dans la 5e dimension, la motivation sexuelle commence avec le cœur, l'attention et l'émotion, et avec cette qualité insaisissable que nous appelons l'amour.

Deux personnes évoluent doucement vers un partage profond et une union émotionnelle de leur être essentiel. Une sorte de ping-pong émotionnel se développe dans la 5e dimension : nous voyons comment une émotion affecte l'autre personne, et l'autre personne voit la même chose en nous. C'est le début d'une découverte et d'un échange délicieux qui apporte une satisfaction de plus en plus grande, car nous nous sentons de plus en plus compris, stimulés et soutenus.

Dans la 5e dimension, cette émotion peut prendre de nombreuses directions. Ici, l'amour homosexuel et lesbien peut souvent s'ouvrir à la découverte du monde très différent du sexe opposé.

C'est ce qui se passe souvent lorsque les adolescents, hommes ou femmes, évoluent vers l'expérience hétérosexuelle. Lorsque tout se passe bien, ils découvrent souvent un ensemble de désirs et d'habitudes très différents de ce qu'ils connaissaient auparavant. La transition peut être rude. Mais ne l'abandonnez pas : cela aussi fait partie de l'ascension. Découvrez l'autre avec *tolérance*, demandez et parlez gentiment à votre partenaire de ce que vous vivez et de ce que vous désirez. Cela vous permet de progresser dans la relation.

Certaines parties de ce nouveau monde vous apparaîtront plus rapidement, d'autres plus lentement, et d'autres encore resteront trop différentes pendant longtemps. Le long voyage mutuel aidera également votre partenaire à évoluer – et cela fait partie du sens profond de l'ascension.

Une relation idéale à long terme

Lorsque nous passons de la 3D à la 5D, nous conservons notre corps de 3D tout en accédant à des capacités spirituelles. Cela nous permet d'utiliser la joie sexuelle de la 5D

pour transformer notre sexualité physique de la 3D en une nouvelle expérience combinée 3D-5D des plus puissantes.

Dans le royaume de la cinquième dimension, l'amour peut devenir de plus en plus important. En 5D, nous n'avons pas à nous préoccuper des aspects physiques du corps, de la survie ou de la compétition. En 5D, tous ces aspects sont déjà pris en compte. Il n'y a pas de compétition, sauf si nous la créons stupidement avec notre imagination. Il n'y a pas besoin de nourriture ni de ressources, tout est là si nous en avons besoin. Nous avons besoin de beaucoup moins d'aide, et l'assistance est disponible de tous les côtés.

Les motivations des relations ne sont donc pas le besoin, l'aide et la nécessité, mais un rassemblement spontané de compréhension, de partage et d'attention – si vous voulez, une accumulation d'amour.

Et cela peut-il durer ?

Oui, si vous le nourrissez. Partagez une nouvelle pensée ou un nouveau point de vue avec la personne que vous aimez tous les quelques jours.

C'est ce que l'ascension apporte à notre vie sexuelle. Nous avons peut-être commencé notre relation à long terme pour de simples raisons 3D : la tentation, la curiosité ou le désir sexuel brut. Puis nous avons mûri pour former un couple ou une famille afin d'assurer la stabilité dans un monde 3D hostile.

Nous avons peut-être veillé à ce qu'il y ait au moins une personne stable à notre disposition en permanence, en particulier pour nous aider à élever et éduquer les enfants, pour nous assurer un revenu adéquat et pour les cas de maladie et d'invalidité. La nature nous a donné des intuitions naturelles pour essayer de former des couples et des familles, et nous poursuivons spontanément ces programmes innés.

Mais notre besoin psychologique le plus profond va plus loin. Au fur et à mesure que nous avançons dans le couple, la *disponibilité émotionnelle* est la véritable clé d'une relation satisfaisante à long terme. Le plus important est que le partenaire soit présent, serviable et compréhensif lorsque le besoin s'en fait sentir. C'est cette compréhension résonnante, "ping-pong", du partenaire qui apporte le plus grand bonheur à nos relations dans notre épanouissement sexuel dans nos relations et dans l'épanouissement de notre sexualité.

"Est-ce que je me sens bien ?"

Si la réponse est oui, retenez-la, nourrissez-la et ne la laissez pas s'échapper un seul instant. **C'est la plus grande entrée dans la cinquième dimension que nous puissions avoir.**

[Vérification. Melkiades : "Ai-je bien compris ?" Réponse : "Oui, c'est tout à fait exact."]

4.4. Quelles sont les causes de l'infidélité ?

Des changements majeurs se produisent autour de nous : comment gagner sa vie, comment provoquer des changements politiques, que manger et comment guérir. Même dans notre comportement le plus privé, l'ascension nous amène à repenser notre comportement sexuel.

Les explications que j'ai reçues jusqu'à présent de mon Moi Supérieur étaient claires, mais en même temps, elles ne répondaient toujours pas à ma question initiale sur la fidélité.

Compte tenu de son coût très élevé, qu'est-ce qui provoque une infidélité aussi massive ?

Dissipons rapidement l'illusion que l'infidélité n'est "pas vraiment un problème".

Un questionnaire en ligne adressé à 918 hommes et femmes hétérosexuels s'identifiant comme tels et résidant aux États-Unis a révélé que 23% des hommes et 19% des femmes ont eu une relation en dehors de leur relation de longue durée actuelle. Ils se sont "engagés dans des interactions sexuelles avec quelqu'un d'autre que leur partenaire qui pourraient compromettre ou blesser leur relation"¹.

D'autres études montrent que ce pourcentage peut être plus ou moins élevé selon la façon dont la question est posée et dont l'infidélité est définie : en présence ou non du partenaire de longue date, la période couverte par le rapport, etc. Même si sa fréquence varie en fonction de nombreuses variables, l'infidélité est omniprésente dans les cultures du monde. Elle existe même dans des sociétés où elle est punie de mort par lapidation. Des cas de lapidation ont été rapportés publiquement au cours des dernières années.

Melkiades a suggéré de commencer par les différences entre les relations 3D et 5D. Analysons quelques événements probables menant à une infidélité.

Voici comment cela se passe

Une première partie de la réponse à la question "pourquoi" réside dans les opportunités.

Les idoles du sport, les stars du cinéma et les interprètes de musique populaire nous montrent et nous disent que pendant leur séjour loin de chez eux, les occasions d'infidélité peuvent se multiplier à un niveau phénoménal. Après chaque concert, Elvis Presley était assailli par des partenaires sexuelles très consentantes, ce qui est assez courant dans les activités publiques de haut niveau.

Plus le statut perçu est élevé, plus les occasions sont fréquentes. La curiosité, la nouveauté, la recherche d'un statut et d'autres éléments similaires alimentent ces activités. De même, les moments forts dans le sport ou les arts du spectacle sont souvent suivis d'importants creux psychologiques où les attentions de l'autre sexe sont particulièrement bienvenues.

Mais les opportunités et les creux momentanés n'expliquent pas tout. Même l'expérience quotidienne peut alimenter l'infidélité.

L'infidélité se nourrit de besoins plus profonds. Dans la même étude en ligne citée plus haut, les infidèles et les non infidèles ont signalé une insatisfaction sexuelle et

¹ Mark, Kristen P., Janssen, Erick et Milhausen, Robin R. (2011). Infidelity in heterosexual couples : Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extra-dyadic sex. Arch Sex Behav, DOI 10.1007/s 10508-011 -9771 -z. (<https://kinseyinstitute.org/pdf/Infidelity%20in%20hetero%20couples.pdf>)

émotionnelle importante. L'insatisfaction sexuelle a été notée par plus de la moitié des hommes "infidèles" et par environ la moitié des femmes "infidèles". Même les non-fidèles ont exprimé leur insatisfaction sexuelle : près de la moitié des femmes et environ un tiers des hommes.

Il s'agit là de chiffres considérables. Le résultat se reflète dans les réponses concernant l'insatisfaction émotionnelle. Plus de 40% des infidèles des deux sexes se sont déclarés insatisfaits de leur relation, et plus de 20% des non infidèles se sont déclarés insatisfaits de leur relation.

Même si l'on tient compte des aspects culturels et des questions liées au questionnaire, on ne peut sous-estimer le degré d'insatisfaction qui alimente l'infidélité.²

Quels sont les remèdes ?

Il y a deux remèdes :

Numéro 1. Aller vers une plus grande satisfaction au sein du couple (3D → 5D, voir le blog précédent).

Numéro 2. En dehors du couple, ne confondez jamais l'émotion avec le sexe physique en 3D. Les relations physiques sont strictement réservées au couple. Ne profitez des relations extérieures qu'au niveau non physique : pas de baiser, pas de contact avec les pieds, rien de physique.

S'il vous plaît, laissez cette idée pénétrer votre esprit : L'infidélité, lorsqu'elle est découverte, est souvent vécue (et notée sur des tests systématiques) comme **plus dévastatrice que toute autre expérience traumatisante, telle que la perte d'un membre de la famille.**

De nombreuses personnes ayant vécu l'expérience de l'infidélité d'un partenaire ont été marquées à vie et/ou ont mis des années à se remettre de leur expérience. **Ce n'est pas un événement banal, et nous pouvons laisser, malgré nous, des carcans psychologiques derrière nous si nous nous engageons dans l'infidélité.**

Les relations physiques sont réservées à nos relations à long terme, ou éventuellement aux candidats honnêtes à ces relations à long terme. Lorsque vous appliquez ce principe et protégez votre relation physique à long terme comme les bijoux de votre couronne, tout se met en place. Vous pouvez ressentir les joies du ping-pong purement spirituel autant que vous le souhaitez, mais tout le monde doit connaître votre base physique. Cela vous apporte paix et clarté, ainsi qu'à tous ceux qui vous entourent.

Ramener l'émotion à la maison

Il reste encore une étape à franchir : ramener l'émotion à la maison. Lorsque vous avez passé un bon moment, que vous avez été apprécié et accueilli émotionnellement par les autres, faites profiter votre partenaire de votre expérience.

Apportez cette bonne volonté dans votre relation familiale et ravivez les émotions qui se sont peut-être taries au fil des ans. Ravivez les conversations et les projets communs. Faites profiter votre partenaire d'une nouvelle vague 5D. Lorsque la joie de la 5D est partagée, le couple peut être renforcé et une tragédie potentielle d'éloignement peut se transformer en un nouveau départ au sein de la relation.

² Castleman, Michael (2009). Marital infidelity : How common is it ? Psychology Today, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/all-about-sex/200910/marital-infidelity-how-common-is-it>

Devenir intelligent et responsable

On voit que Melkiades favorise le partage de la joie 5D – avec prudence – plutôt que de se fermer au partage de la joie 5D. C'est le contraire de ce que proposent certains psychologues. Alors qu'ils suggèrent d'ériger des barrières de fer autour de nos émotions afin de protéger nos relations à long terme, Melkiades suggère que nous devenions intelligents et matures en ce qui concerne notre comportement émotionnel et sexuel. Garder la bienveillance, la joie et l'amour loin de nous comme s'il s'agissait d'une sorte de peste ne serait pas cohérent avec notre chemin d'évolution.

Dans l'ascension, nous évoluons loin des barrières et des limites vers des actions intelligentes et responsables. Les animaux en prison ont tendance à trouver des moyens de s'échapper, et lorsque le "ping-pong" en 5D est rejeté par crainte d'une "infidélité émotionnelle", des moyens plus détournés seront trouvés pour apporter une satisfaction émotionnelle – c'est-à-dire une infidélité réelle et physique.

À long terme, il ne sert à rien de lutter contre nos intuitions pour partager la joie et la compréhension avec les autres, et nous n'avons pas besoin de refuser aux autres l'accès aux meilleurs côtés de notre être émotionnel. Mais nous devons absolument comprendre nos motivations émotionnelles et les limites que nous souhaitons leur imposer. C'est la leçon clé de l'intelligence émotionnelle et de la maturité.

Il m'a fallu environ un mois pour comprendre la logique et la raison de ce conseil de mon Moi Supérieur.

[Vérification. "Melkiades, êtes-vous d'accord avec l'article tel qu'il se présente actuellement ?" Réponse : "tout à fait d'accord." "Puis-je le mettre sur Internet ?" Réponse : "oui"].

5.1. Outils de communication inter-dimensionnelle

5.1.1. Définitions

Dans ce contexte, le terme "interdimensionnel" signifie "entre les domaines physique et spirituel". Le terme "physique" désigne les dimensions 1 à 4, et le terme "spirituel" les dimensions 5 à 12, plus le niveau du Créateur.

Dans les sections suivantes, nous examinerons les différentes manières d'obtenir des informations du domaine spirituel. Les interactions avec le Soi Supérieur sont au cœur de notre existence spirituelle. Nous devons donc d'abord savoir qui est le "Soi Supérieur".

Un "Soi Supérieur" est une entité spirituelle qui s'étend à tous les aspects de votre être physique. Il s'agit d'une carte spirituelle détaillée de votre être physique. En outre, cette carte contient des liens vers des entités spirituelles apparentées qui sont en résonance avec vous. Cette résonance peut être très forte, en particulier s'il s'agit de sympathies émotionnelles. Elle peut aussi se limiter à des domaines particuliers.

La préférence sexuelle du Soi Supérieur tend à correspondre fortement à celle du Soi physique : les Soi Supérieurs masculins tendent à habiter les hommes et les Soi Supérieurs féminins tendent à habiter les femmes. Beaucoup ont proposé que les croisements de sexe (environ 5%) puissent être des réincarnations récentes habitant un nouveau corps. Cependant, Melkiades indique que la plupart des transgenres sont en fait des personnes qui ont volontairement choisi le sexe opposé avant leur naissance, afin d'apprendre les rôles sexuels typiques, les expériences et les modèles de vie dans leur sexe opposé. Après leur incarnation actuelle, ils reviennent souvent à leurs rôles sexuels antérieurs.

Melkiades, mon Soi Supérieur, a montré son accord avec toutes les parties de cette description du "Soi Supérieur".

Comme nous l'avons vu, les dimensions ascensionnelles s'opposent au champ d'affirmation de soi dans une vie en 3D. Elles offrent une existence riche et fructueuse, vécue en harmonie avec notre être intérieur. Au cœur de cette paix spirituelle se trouve une collaboration avec notre Soi Supérieur qui devient de plus en plus prononcée avec le temps. Cette interaction apporte bien-être, joie et sécurité, ce qui nourrit à son tour nos interactions avec nos proches. La paix et la coopération avec notre moi intérieur sont donc à la base de nos interactions spirituelles avec le reste du monde.

Cela a toujours été le centre de mon être, même s'il m'a fallu un certain temps pour en prendre conscience. Je vais maintenant vous expliquer comment j'ai commencé à interagir avec mon moi intérieur spirituel, avec mon Soi Supérieur.

5.1.2. Comment j'ai appris à communiquer avec mon Moi Supérieur

Une leçon pour un statisticien

Melkiades n'est entré que lentement dans ma vie. Alors que j'étais déjà conscient des réalités spirituelles lorsque j'étais enfant, une conscience spirituelle consciente n'a commencé à m'intriguer qu'à l'âge de 35 ans environ. C'est à ce moment-là que j'ai remarqué qu'une "intelligence supérieure" agissait ou interférait dans ma vie. Cela s'est produit lors de l'événement suivant.

Un été, je suis tombé follement amoureux d'une jeune femme sensible et charmante – qui était malheureusement déjà mariée. Les années précédentes, j'avais appris à lancer le Yi-Jing pour consulter ma fortune ; cet été-là, j'ai dû lancer mes trois pièces de cent dollars canadiens pour plus de 100 hexagrammes¹ : Allions-nous, oui ou non, finir par vivre ensemble ?

C'était l'époque où l'on décidait du Yi-Jing en lançant six fois trois pièces en l'air. Aussi incroyable que cela puisse paraître, jour après jour, le Yi-Jing tombait toujours sur des combinaisons négatives similaires, souvent avec exactement le même hexagramme, et d'autres fois avec d'autres hexagrammes négatifs. La conclusion était sans appel : il n'y avait définitivement pas d'avenir pour moi avec cette femme.

Si vous connaissez le Yi-Jing et un peu de statistiques, vous comprendrez qu'il s'agit là d'une série de coïncidences étonnantes. Le Yi-Jing est une voyance plutôt douce et polie, et il montre généralement des moyens de tourner les événements dans la meilleure direction possible. Une longue séquence d'hexagrammes clairement négatifs est donc très improbable. Si l'on part du principe que les pièces de trois cents tombent uniquement par hasard, cette série de plus de 100 hexagrammes négatifs consécutifs était *exceptionnellement bizarre*. À chaque fois, elle me disait que cette relation ne pouvait pas être, et que je devais me faire à cette idée.

Et il s'est avéré que le Yi-Jing avait raison – contre ma volonté. Au milieu de l'été, elle est partie, seule, sur la côte est du Canada et j'ai noyé mon chagrin dans un séjour hédoniste sur la côte ouest des États-Unis. La prétendue histoire d'amour, qui avait été si intense quelques mois plus tôt, s'est arrêtée brusquement – à ce moment-là.

Alors, "qui" avait "réparé" mon Yi-Jing cet été-là ? Je me fais peut-être des idées, mais il me semble entendre "mon Moi Supérieur" ricaner en arrière-plan. C'est la première fois que Melkiades a fait une apparition remarquée dans ma vie. Il m'a depuis confirmé qu'il avait clairement participé à cette histoire.

Cela m'a également appris, un peu douloureusement, qu'il existe très probablement une "connaissance divine", ou parfois une "prescience divine", à laquelle nous pouvons avoir accès grâce à des outils interdimensionnels tels que le Yi-Jing et d'autres.

Une visite paranormale de mon père

Des années bien remplies se sont écoulées et, intrigué par le résultat de cet été, j'ai lu beaucoup sur les événements paranormaux durant les années 1980 et 1990. Avec le temps, il s'est produit des choses étonnantes qui m'ont préparée à rencontrer plus directement mon Moi Supérieur.

Une semaine avant que mon père ne meure d'un cancer des os en 1999 (il avait 76 ans), je lui ai raconté une grande partie de ce que je savais sur la vie après la mort. Il m'en a été reconnaissant. Personne n'avait jamais été en mesure de lui donner un compte rendu aussi détaillé. Il était important pour lui de savoir où il allait, car il savait qu'il devait bientôt nous quitter. Nous avons convenu que si j'avais raison au sujet de la vie après la mort, il viendrait me rendre visite.

Trois mois se sont écoulés après sa mort et il ne s'est rien passé. Un jour, alors que je me réveillais lentement, j'ai senti la présence de mon père à ma gauche. Il avait été professeur d'université et deux de ses assistants de recherche attendaient à ma droite. Devant moi, un grand espace illuminé pointait vers le soleil levant.

Je n'avais pas vraiment envie de me réveiller, comme c'est parfois le cas lorsqu'on se

¹ Melkiades m'a dit récemment que j'avais lancé 157 fois le Yi-Jing sur l'issue probable de cette histoire. J'admets que j'ai été plutôt obstiné.

réveille avant l'heure normale. Mais soudain, j'ai entendu mon père dire : "Si tu ne te réveilles pas, nous devons partir". Je me suis retourné pour le regarder dans mon rêve, et il était là, clairement, paraissant beaucoup plus jeune qu'il ne l'était lorsqu'il est mort. Je me souviens de lui dans un costume marron qu'il portait souvent lorsqu'il avait environ 45-50 ans. Je suis devenu très émotif et nous nous sommes embrassés, juste au moment où je sortais de mon rêve.

Alors que nous étions enlacés, je l'ai senti se désintégrer physiquement dans mes bras. J'ai senti les tessons s'effriter autour de mes bras, et les morceaux ont touché ma peau en tombant. Imaginez que vous embrassiez une structure de porcelaine très fine qui se désintègre soudainement en de nombreux petits morceaux lorsque vous la serrez, et vous obtiendrez la sensation que j'ai eue, alors que j'étais assis dans mon lit, maintenant entièrement réveillé et plein d'émotions.

Les mains

Quelques années après cet événement important, j'ai connu un été 2004 où j'étais extrêmement fatiguée. Beaucoup de choses avaient mal tourné au cours des années et des mois précédents, tant au travail que dans ma vie privée. J'ai fait beaucoup d'exercices de méditation pour me remettre sur les rails. Il ne me restait que quelques semaines avant le début du semestre. J'avais besoin d'une aide supplémentaire pour me remettre sur pied. C'est à ce moment-là que j'ai rencontré Melkiades directement.

Chaque jour de l'été, j'ai utilisé les enregistrements hémisynchrones de l'Institut Monroe² pour faire une à deux heures de méditation. C'était très bien. Au fur et à mesure des méditations, j'ai senti que je reprenais des forces. Mes énergies faiblissantes se rétablissaient. Pendant les méditations, j'ai eu la forte impression que certains guides me donnaient un coup de main. J'ai donc demandé : "Ok, si tu es là, mon guide, peux-tu te montrer à moi ?" Pendant longtemps, il n'y a pas eu de réponse.

Mais j'ai continué à demander. Je voulais rencontrer cette présence invisible. Certains voient des anges, d'autres un parent, d'autres encore un compagnon, pourquoi ne pouvais-je pas rencontrer mon guide³ ? Et comme c'est souvent le cas dans les événements d'autres dimensions, les réponses arrivent quand on ne s'y attend pas.



Un jour, au milieu d'une méditation où je n'avais rien demandé du tout, j'ai soudain vu deux mains d'homme entrer dans mon champ visuel, juste devant mon œil de méditation. "Deux mains ? Qu'est-ce que c'est ? demandai-je." "Tu voulais me voir", me répondit-on par télépathie. J'ai ri et j'ai interrompu ma méditation. "Oui, oui, donc je ne vois pas ton visage, seulement tes

mains !" À ce moment-là, j'ai su avec certitude que j'avais un guide personnel, mon propre Moi Supérieur⁴.

Les méditations intensives que j'ai faites cet été-là m'ont été d'une grande aide. Au cours de l'année universitaire suivante, j'ai non seulement retrouvé la plupart de mes énergies, mais j'ai également réécrit tout mon matériel de cours. La méditation m'a permis de rassembler mes forces, de voir au-delà des difficultés personnelles que je traversais, et

² www.monroeinstitute.org/resources/hemi-sync/

³ À l'époque, je n'avais pas encore une idée claire de qui me guidait. Pour moi, un guide était une entité supérieure et invisible, et mon Moi Supérieur était mon guide personnel, de sorte qu'à l'époque, je m'adressais simplement à un "guide".

⁴ Ce n'est que quelques années plus tard, en 2007, que j'ai appris que mon Moi Supérieur s'appelait "Melkiades".

elle m'a préparé pour la prochaine grande partie de ma vie.

Plus d'outils de communication interdimensionnelle

Mon Moi Supérieur ne s'est pas manifesté pendant un certain temps après cela. Je n'ai eu que deux mains pendant plusieurs années, mais l'expérience m'a incité à chercher comment je pouvais travailler plus directement avec lui. S'il m'avait aidé à sortir d'une période difficile de ma vie, ne pourrait-il pas m'aider à résoudre d'autres questions importantes ?

J'approchais de la retraite et j'avais besoin de savoir où aller dans la prochaine partie de ma vie. Pendant longtemps, j'ai posé la même question : "Comment puis-je communiquer plus directement avec vous ?" J'aurais aimé avoir un ami à mes côtés avec qui je pourrais discuter.

Au fil du temps, j'ai appris que mon Moi Supérieur était toujours là, mais qu'il attendait de moi que je fasse l'effort de trouver les bons outils de communication pour poser mes questions. La communication avec lui n'était pas un simple courrier électronique. Je ne recevais pas de "messages du patron" pour me dire que je devais faire ceci ou cela, ni de "gentilles suggestions d'un ami" me disant qu'une certaine ligne de conduite serait bien meilleure qu'une autre. J'ai d'abord dû trouver les outils, puis j'ai dû expérimenter pour établir les codes de communication, et enfin j'ai dû trouver les questions les plus pertinentes. C'est un vrai travail de tous les instants !

Si le chemin vers les bons outils de communication a été long, c'est peut-être qu'il l'a été volontairement. C'est par cette démarche fastidieuse que j'ai découvert, pas à pas, toute une série d'outils de communication. Je peux maintenant vous présenter, de manière systématique, chacun de ces outils.

5.1.3. Du Yi-Jing à bien d'autres

Avant 2005, je n'avais essentiellement qu'un seul outil, le Yi-Jing. Puis j'ai découvert que je pouvais élargir ma communication avec le pendule, le test musculaire, les méditations interactives, les rêves lucides, la canalisation et la télépathie. Je vais caractériser rapidement ces outils ici, et dans les blogs suivants, je décrirai chacun d'entre eux plus en détail.

Le pendule (section 5.2.) et le Yi-Jing (section 5.4.)

En bref, je peux maintenant faire la distinction entre "oui", "non", "peut-être" et "sans opinion", ainsi qu'entre les réponses emphatiques "oui" ou "non". En outre, je peux dire si un événement futur est imminent ou s'il se situe probablement plus loin dans le temps.

Pour toutes les questions importantes, je m'appuie sur le Yi-Jing, le pendule et souvent sur le 12e niveau. Si je lance les dés manuellement, je pose la même question au maximum trois fois. Je compare chaque réponse entre les deux instruments. Si j'obtiens une réponse très divergente, je sais que j'ai posé la mauvaise question. En général, j'obtiens maintenant des réponses concordantes et complémentaires.

Si je pose la question à l'aide d'un programme informatique de l'Yi-Jing, je pose toujours la même question et je demande à chaque fois au pendule si c'était la bonne réponse. Utilisé de cette manière, le pendule est très décisif et il indique de manière très fiable la réponse appropriée du Yi-Jing.

Questions inutiles

Les informations sont également devenues plus fiables lorsque j'ai appris quelles étaient les questions auxquelles le pendule refusait de répondre.

Il ne répondra pas aux questions dont je connais déjà la réponse ou pour lesquelles je peux obtenir la réponse facilement. La réponse à ce genre de questions semble être : "Je ne jouerai pas à ce jeu-là". Mais il s'avère que les réponses sont plus fiables et plus utiles lorsque mes questions requièrent des informations que je ne peux pas obtenir moi-même, ou lorsque mes actions ultérieures me donneraient, à moi ou à mon environnement, une leçon.

Les questions sur l'argent sont un exemple intéressant. Alors que j'ai souvent reçu un excellent coup de main pour les grandes décisions et orientations financières, les petites sommes d'argent sont clairement secondaires pour le Yi-Jing ou le pendule. J'ai souvent perdu un peu d'argent, mais j'en ai tiré une leçon utile. Il m'est également arrivé de perdre un peu d'argent pour donner une leçon à quelqu'un d'autre. Cela a certainement été ennuyeux pour tout le monde, mais je dois le considérer comme un "investissement dans la sagesse", la mienne et celle du monde qui m'entoure.

Les tests musculaires (section 5.3.) confirment les résultats du Yi-Jing et du pendule.

La plupart des gens connaissent le test musculaire sous le nom de "test des bras".

Il s'avère qu'il est beaucoup plus facile de maintenir le bras tendu latéralement lorsque l'on pense à quelque chose de vrai que lorsque l'on pense à quelque chose de faux. Tendez votre bras sur le côté, pensez à quelque chose de vrai, demandez à un ami d'appuyer sur le bras et voyez comment vous pouvez résister à cette pression. Faites ensuite le test en pensant à quelque chose de faux, par exemple en prétendant être nommé comme une personne typique du sexe opposé, et regardez votre bras s'affaisser contre votre volonté.

Vous pouvez également faire ce test avec les pieds. Pour la plupart des gens, une réponse vraie fait se contracter les deux côtés du corps de la même manière, et une réponse fausse fait se contracter un seul côté. Pour certaines personnes, c'est l'inverse. Vous pouvez voir le résultat dans la longueur des jambes.

La différence est importante, de l'ordre de 1 cm ou plus. Ma partenaire Elena utilise beaucoup cette technique dans le cadre de son travail en médecine complémentaire, et la fiabilité est excellente. L'avantage du test musculaire est que les réponses sont entièrement subconscientes. À moins que vous ne contractiez votre corps de manière totalement anormale – ce qui est facile à identifier – les réactions sont subconscientes et reflètent la réponse de votre moi intérieur.

Les rêves lucides (section 5.5).

Presque tout le monde rêve, beaucoup se souviennent de certaines parties de leurs rêves et, si vous y prêtez attention, certains de vos rêves sont des messages directs du Soi Supérieur. C'est ce que j'appelle les rêves lucides.

Pour encourager les rêves lucides, je devais simplement prendre au sérieux ce que j'avais lu de nombreuses fois auparavant : Il faut écrire ses rêves. Une fois que j'ai commencé à le faire, Melkiades a pris le relais et m'a fait vivre plusieurs expériences extraordinaires. Lorsque je me réveille, je sais, grâce à la clarté du contenu et aux nouvelles connaissances acquises, lesquels de mes rêves sont lucides. Je sais alors si je dois les noter.

Dans mes rêves lucides, Melkiades me fait généralement vivre des expériences ou me fait remarquer certaines caractéristiques de ce que je regarde. Il est généralement juste derrière moi, à environ un mètre. Dans l'expérience de l'ascension (section 1.1.), je l'ai senti très proche d'un côté de moi, comme quelqu'un qui veut vous dire quelque chose de privé lorsque vous êtes dans un groupe de personnes. En tout cas, il garde une distance suffisante pour ne pas m'effrayer.

Méditations interactives, canalisation et télépathie

Pour les méditations interactives, vous trouverez une introduction détaillée à la section 5.6.

Il s'agit d'une méthode très puissante qui vous permet d'"entendre" directement votre Moi Supérieur. Mais cela implique de trouver un praticien, souvent de voyager, et de disposer d'un ou plusieurs jours libres pour organiser une séance. C'est une expérience formidable, très intensive, mais parfois assez coûteuse, selon l'endroit où vous vivez.

Enfin, il y a le channelling (section 5.7) et la télépathie (section 5.8).

En général, je n'utilise pas le channelling moi-même. Mon Soi Supérieur m'a encouragé à communiquer plus souvent par canalisation et je le ferai peut-être avec le temps. La canalisation exige un degré exceptionnel de "lâcher-prise contrôlé". Les fois où j'ai essayé, cela a bien fonctionné, comme l'indiquent mes autres outils de communication. Avec le temps, si j'apprends à canaliser et à utiliser la télépathie plus fréquemment, je le ferai toujours avec le plus grand soin, afin de capter et de transmettre les messages de manière correcte et adéquate.

5.1.4. Procéder avec précaution

Quelle est la fiabilité de ces différents outils ?

La fiabilité des résultats est différente pour chacun. Les résultats de la recherche suggèrent que la fiabilité est meilleure pour les personnes qui croient fermement que ce type de collecte d'informations "fonctionne vraiment". Elena et moi avons vérifié la fiabilité de mes interrogatoires au pendule en effectuant des tests musculaires sur les pieds. Le résultat était d'environ 90%. Il est intéressant de noter que mon pendule réagit de la même manière. Il indique que la fiabilité de mes tests sur les pieds et du Yi-Jing est également d'environ 90%.

Pour les questions vraiment importantes, nous répétons la question plusieurs jours de suite, voire trois ou quatre fois, si le sujet est vraiment important. Nous avons eu quelques divergences sur différentes interrogations, mais encore une fois, la fiabilité de la répétition a généralement été vraiment excellente pour nous.

Il est clair que nous devons procéder avec prudence. Nombre des expériences que je décris, ainsi que mes nombreuses inductions interactives avec des clients, m'ont amené à penser que le Soi Supérieur peut nous aider considérablement dans toutes sortes de situations de la vie et de la santé. Je travaille quotidiennement avec Melkiades et le 12^e niveau, mais toujours avec beaucoup de prudence. Je recoupe souvent les réponses de Melkiades avec différentes méthodes, à la fois pour vérifier si j'ai obtenu la bonne réponse et pour essayer de comprendre pleinement toutes les dimensions de ses réponses.

Les expériences de télépathie suggèrent également qu'une suggestion peut très bien atteindre le niveau subconscient de quelqu'un, sans pour autant devenir une expérience pleinement consciente. Dans les cas d'affinités mutuelles fortes, cependant, des messages auditivement entendus deviennent possibles, quelle que soit la distance,

comme je peux l'attester personnellement.

Lorsque l'on atteint un niveau d'interaction avancé et que la réception est devenue fiable, "l'autre côté" peut se lasser des vérifications croisées. Cela m'est arrivé, ainsi qu'à un bon ami voyant. Par exemple, j'avais fait une analyse détaillée de l'état des yeux de ma mère et je voulais revoir la liste une deuxième fois. Le pendule a refusé et je n'ai obtenu que le signe "pas de réponse". J'ai alors demandé à Melkiades ce qu'il en était et il m'a répondu qu'il ne voulait pas refaire la liste et qu'elle était très bien comme ça.

Protégez-vous

Le travail spirituel n'est pas simple. Des gremlins et peut-être des esprits plus puissants peuvent s'opposer à votre travail. Plus vous vous améliorez, plus "l'opposition" est redoutable. Ne vous attendez pas à ce que tout se passe bien. Lorsque l'opposition se manifeste sous la forme de résultats étranges et incohérents, la seule réponse est une attitude résolue.

Lorsque des choses étranges commencent à se produire, je regarde directement devant moi, comme si je voyais physiquement ces gremlins -- ces lutins malicieux -- et je leur dis d'une voix déterminée et dépassionnée de disparaître immédiatement. Et ils disparaissent : Les résultats redeviennent fiables et le travail spirituel peut se poursuivre comme il se doit.

Pas d'aide avec les drogues

Je ne suggère pas de travailler avec des drogues. Personnellement, je fonctionne entièrement sans agents psychoactifs lorsque je cherche à entrer en contact avec "l'autre côté".

Il est peut-être vrai qu'un "non-croyant" commencera beaucoup plus rapidement à croire que l'autre côté est "vraiment là" après avoir pris une substance psychoactive. Mais une expérience induite par la drogue n'éclairera probablement qu'une petite partie, peut-être mal choisie, du monde de l'au-delà, souvent sans l'aide d'un guide. Cela peut faire exploser cet aspect de votre psyché dans toutes les proportions. Ou bien cela pourrait devenir une expérience effrayante et totalement aversive, et ce serait un grand choc pour tout le corps. En outre, insister sur cet aspect pourrait nous isoler rapidement du reste du monde, de ceux qui n'ont jamais vécu une expérience similaire.

Je crois qu'il faut travailler avec mon corps, avec mon Moi Supérieur et avec mon environnement. Comme un bon sportif, je veux ne faire qu'un avec mon corps, ce qui inclut ma pensée consciente, mes émotions, mon moi spirituel et ma communication avec le reste du monde. Je fais également partie d'une équipe spirituelle plus large, avec des personnes qui ont ou non vécu des expériences similaires. En tant que participant intégré à un monde spirituel ouvert et joyeux, je peux alors ouvrir le dialogue avec mon Moi Supérieur, ainsi qu'avec d'autres guides et conseillers "de l'autre côté".

J'ai accepté que les entités de l'autre côté soient pour la plupart invisibles. Lorsque vous arrivez devant une porte et que vous voulez savoir si quelqu'un y habite, vous pouvez frapper ou sonner. Les bruits de l'autre côté vous diront alors s'il y a quelqu'un. Si la personne n'ouvre pas la porte, on suppose généralement qu'il y a une bonne raison. On peut alors entamer la conversation à travers la porte. C'est ainsi que j'envisage mon dialogue avec mon Moi Supérieur. Nous sommes des deux côtés d'une porte, de ce que beaucoup appellent "un voile", et nous avons commencé à nous connaître lentement à travers ce voile.

Encore une fois : Je suis le patron et je suis responsable

Un dernier mot important : mes interactions avec mon Moi Supérieur ne doivent jamais se dégrader en une dépendance à l'égard du Soi intérieur. Mon Moi Supérieur n'est pas un substitut de père. Il est de notre responsabilité dans la vie d'apprendre à être notre propre patron et à relever nos défis. Je suis le patron de mon incarnation, et personne d'autre ne l'est. Lorsque je consulte Melkiades, je consulte un ami très cher. Je réfléchis beaucoup à ses conseils, mais je prends toujours mes propres décisions.

Il m'arrive aussi de me tromper lourdement. Bien que je sois toujours très prudent quant aux conseils que je reçois, il m'est arrivé de me tromper lourdement. Il est très difficile de se rendre compte d'un tel fait.

Je pense que c'est ainsi que les choses devraient être. Melkiades m'aide à devenir beaucoup mieux informé et beaucoup plus sage, et je lui en suis reconnaissant. Nous sommes dans un processus d'apprentissage intensif au début de notre vie ascensionnelle, et nous apprécions toute l'aide que nous pouvons recevoir. En même temps, nous assumons pleinement – et nous profitons – de tous les risques qu'offre cette vie riche.

[Vérification avec Melkiades : "Êtes-vous entièrement d'accord avec ce que j'ai écrit dans ce blog ?"
"D'accord." "Puis-je le mettre sur le site web ?" "Tout à fait d'accord."]

5.2. Le pendule

Les premiers radioamateurs échangeaient quelques mots avec des collègues éloignés en code morse. De même, nous pouvons aujourd'hui entrer en communication délicate avec un monde immense vivant dans le monde spirituel. Si nous entendons des réponses systématiques par l'intermédiaire d'un pendule, nous pouvons savoir que quelqu'un est là, intelligent et vivant.

Voici comment j'utilise le pendule :

- J'utilise les *outils oui-non* (pendule et test musculaire) pour obtenir des réponses directes à mes questions quotidiennes et pour contre-vérifier les réponses.
- J'utilise les *outils symboliques* (Yi King et rêves lucides) pour comprendre le contexte plus large et pour explorer des territoires entièrement nouveaux.

De nombreux auteurs sur Internet disent que pour un pendule, on peut utiliser à peu près n'importe quel poids lourd attaché à une ficelle ou à un fil. C'est peut-être vrai pour eux, mais ce n'était pas le cas pour moi.

J'ai commencé avec une pierre attachée à une ficelle et j'ai posé un certain nombre de questions. Les réponses n'étaient pas très claires. J'ai ensuite essayé un petit cristal attaché à une courte chaîne en argent. Mais là encore, je n'ai pas obtenu de réponses fiables. Finalement, j'ai investi quelques euros et j'ai commandé un pendule en laiton attaché à une chaîne de 20 cm, et ah, enfin, j'ai obtenu des réponses fiables ! (Fig. 1).



Fig. 1. Un pendule de 25 g avec une chaîne de 20 cm.

Le pendule en laiton est un peu plus lourd que les pendules en pierre et en cristal. Sa chaîne est également plus longue. Il existe encore des pendules plus lourds. Je pense donc qu'un pendule doit s'adapter à votre main et au type de mouvement qui vous est naturel. Quoi qu'il en soit, n'abandonnez pas et expérimentez si vous n'obtenez pas de réponses fiables au début. Pour des raisons de fiabilité, vous pouvez tester le pendule avec différents noms, voir Fig. 2.

Pour certaines personnes, une baguette de sourcier est un pendule particulièrement sensible. Personnellement, je n'arrive pas à obtenir les services de la baguette de sourcier ci-dessous (Fig. 3) – elle me donne même une réponse négative lorsque je lui demande si elle veut travailler avec moi ! Cependant, j'avais un bon ami avec de grandes aptitudes spirituelles qui préférait travailler avec la baguette de sourcier. Il en avait même conçu une qu'il pouvait porter sur lui comme un stylo et qui était munie d'un fil extractible. Il l'a utilisée pendant une vingtaine d'années pour sélectionner des aliments particulièrement sains.



Fig. 2. Différents pendules répondent avec différentes fiabilités. Pour moi, le pendule de 35 g (à gauche) a répondu "oui" à toutes les questions, y compris à la question "Est-ce que je m'appelle Juliette ?" (évidemment, ce n'est pas le cas).

Le pendule 25 g (à droite) a répondu "non" à la question "Est-ce que je m'appelle Melkiades ?", il a répondu "oui" à "Est-ce que je m'appelle Melki ?" et "non" à "Est-ce que je m'appelle Juliette ?". Le pendule de 25 g me donne donc des réponses très cohérentes et adaptées aux questions. Il est très important d'avoir une relation vivante et fiable avec le poids de votre pendule et la longueur de sa chaîne.

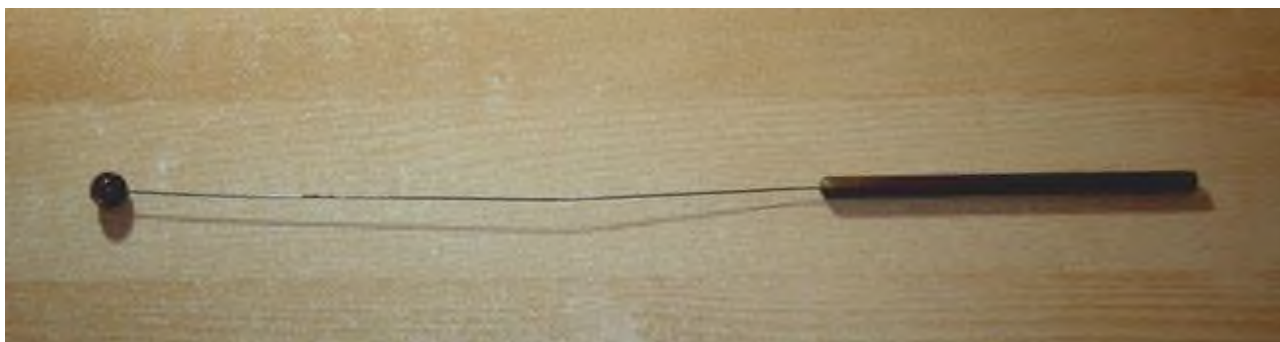


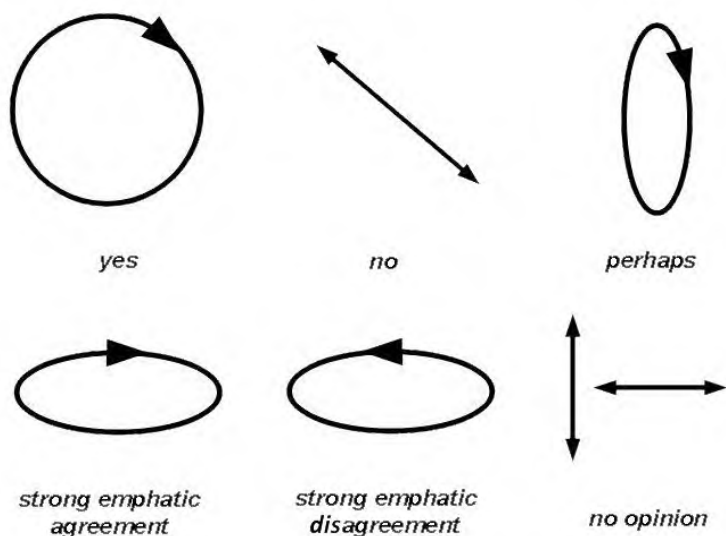
Fig. 3. Baguette de sourcier

Le code

La partie suivante est le code pour communiquer avec l'autre côté.

J'ai expérimenté pendant quelques semaines et j'ai constaté que mon Moi Supérieur

voulait utiliser le code que je montre ci-dessous (Fig. 4). Ensuite, je suis allé sur Internet et j'ai vérifié les codes qui fonctionnent pour d'autres personnes. J'ai constaté que leurs résultats étaient souvent très différents des miens.



En toute logique, je vous recommande donc d'expérimenter vous-même, pour découvrir comment votre pendule signale "oui" et "non". Le "peut-être" devrait logiquement se situer entre les deux. Voyez ensuite si vous obtenez un signe distinctif pour "je ne sais pas". Ne supposez pas que votre code doit ressembler au mien.

Fig. 4. Signaux du pendule qui me conviennent personnellement

Il peut aussi y avoir des codes spéciaux. J'ai reçu le signal central du bas quelques fois, et pendant longtemps je n'ai pas su ce qu'il signifiait parce que je le recevais si rarement. Finalement, j'ai compris que c'était le signal par lequel Melkiades voulait me montrer qu'il n'était pas du tout d'accord avec moi.

Au fil des ans, les mouvements dans le sens des aiguilles d'une montre se sont révélés être des signaux positifs pour moi, et les mouvements dans le sens inverse des aiguilles d'une montre des signaux négatifs.

Une autre leçon à long terme que j'ai tirée de cette expérience est que le code de communication avec l'autre partie ne peut se stabiliser qu'après des années d'utilisation. Essayez, vérifiez et n'abandonnez pas. Les communications deviennent plus faciles et plus fiables avec le temps.

Une consultation

Grâce à ces outils, nous pouvons procéder à une consultation.

Notez vos questions s.v.p.

De nombreuses expériences ont montré que "l'autre côté" ne répond qu'aux questions que vous posez, exactement comme vous les posez. Il est donc très utile d'avoir une trace claire de vos questions, pour pouvoir dire si vous avez reçu des réponses adéquates de votre Moi Supérieur, et pour vous aider à comprendre pourquoi vous pourriez obtenir un résultat surprenant. Veuillez donc écrire votre question ou, au minimum, la formuler à voix haute avant de commencer et pendant que vous faites osciller le pendule.

Ensuite, pour commencer la consultation, je ferme les yeux et je me "calme". Je me concentre et me "connecte" à la question. Si vous êtes débutant, je vous recommande de commencer par une méditation d'une minute¹. Une fois que vous aurez pris l'habitude, accordez-vous un minimum de 15 secondes pour vous concentrer pleinement sur votre question.

L'idée du "retour au calme" est que vous deveniez ouvert à toute réponse que le pendule souhaite vous donner, "oui", "non", ou autre. Ne commencez pas à faire osciller le pendule tant que vous n'avez pas l'esprit clair et orienté vers les meilleurs résultats pour le plus grand nombre de participants.

Lorsque je suis prêt, je lève tout mon bras et je fais osciller le pendule trois fois vers l'avant et vers l'arrière, en m'éloignant et en me rapprochant. Ensuite, je garde le bras immobile dans les airs et j'attends environ 20 à 30 secondes. J'ouvre ensuite les yeux et je vois ce que le pendule a répondu.

Ne vous précipitez pas ! Parfois, le pendule met un certain temps à "se décider". L'autre côté peut prendre un certain temps pour "réfléchir" ou "calculer" avant de vous donner une réponse. Lors d'une consultation récente, j'ai demandé à Melkiades de me donner une évaluation de la qualité d'une liste de trois pages de troubles de la santé. Chaque trouble avait été codé numériquement. Melkiades a mis environ trois minutes pour calculer la réponse, mais celle-ci s'est révélée fiable lors des essais successifs. Lors de méditations interactives avec des clients, j'ai parfois constaté des hésitations inattendues face à des questions complexes. Cela nous suggère, de ce côté-ci du voile, que "l'autre côté" doit effectuer une recherche, un calcul ou une consultation avant de répondre.

J'ai également découvert une tendance intéressante dans les questions du type "évolution future la plus probable". Lorsque l'évolution est proche (jours, semaines), la réponse revient beaucoup plus rapidement que dans les situations où la question porte sur des

1 Méditation d'une minute : <https://www.youtube.com/watch?v=F6eFFCi12v8>

événements plus lointains (mois, années). Cela fait rire, car on regarde le pendule et on imagine les ordinateurs de probabilité d'un autre monde qui tournent pendant que l'on attend le résultat.

L'interprétation

Notez votre résultat s.v.p.

Soyez très strict à ce sujet, surtout au début. Lorsque nous sortons de notre expérience 3D, nous avons un esprit égoïste et diabolique, et nous voulons toujours que les choses aillent dans notre sens. Le pendule n'est pas toujours en accord avec ce que nous voulons. La seule façon de se prémunir contre les mauvaises réponses incommodes est d'être très strict avec soi-même et de noter fidèlement les réponses que le pendule nous donne.

Lorsque la réponse est très étrange, j'applique la règle des trois questions. Je pose trois fois la même question au pendule, pas plus. Une erreur est toujours possible,

Si j'obtiens alors trois fois "oui" ou trois fois "non", la réponse est évidente.

Si j'obtiens une fois "oui" et deux fois "non", ou l'inverse, je m'arrête et je réfléchis. Les réponses ont-elles été ressenties comme deux "oui forts" ou deux "non clairs" ? Dans ce cas, la réponse divergente peut être une erreur.

Si les réponses étaient moins fortes, je réfléchis à la raison pour laquelle la réponse n'était pas claire. Suis-je fatigué ? Suis-je pressé ? La question n'est-elle pas claire dans mon esprit ? Ou le Soi Supérieur hésite-t-il ? Peut-être serait-il plus approprié de poser la question à un autre moment.

Qui répond, vous ou votre Moi Supérieur ?

Si vous accrochez votre pendule à un crochet quelque part dans votre chambre et que vous vous attendez à ce qu'il se balance, il y a de fortes chances qu'il ne le fasse pas. Vous avez besoin de votre main pour le faire osciller. La question est donc de savoir qui fait osciller le pendule, vous ou votre Soi Supérieur ?

Ma réponse est : pour un débutant, les deux, et pour l'expérimentateur avancé, surtout le Soi Supérieur. Tout le jeu de la communication avec le Soi Supérieur via le pendule consiste à réduire l'effet de notre pensée consciente et à laisser les actions du Soi Supérieur émerger et diriger les mouvements de vos mains. Plus vous laissez votre Soi Supérieur faire cela, meilleurs seront vos résultats.

C'est la base même de notre communication avec le Soi Supérieur. Le Soi Supérieur fait partie de vous. C'est la partie de votre psychologie qui vous relie à "l'au-delà" et à l'existence la plus élevée, Dieu ou "la Source".

La vie en 3D a rationalisé cette partie de notre existence humaine pendant de nombreuses décennies, voire des siècles. Aujourd'hui, dans les dimensions supplémentaires d'une vie spirituelle, nous prenons à nouveau conscience de ce cordon ombilical qui nous relie au Soi Supérieur et à l'Au-delà. Lorsque nous laissons notre moi conscient et nos émotions se détendre pendant un certain temps, le Soi Supérieur a l'occasion de se manifester et de diriger les mouvements de nos mains lorsque nous balançons un pendule. Il peut maintenant influencer les muscles de nos mains de façon infime pour qu'ils se balancent de telle ou telle façon, de manière intelligente. C'est la base de notre communication avec le Soi Supérieur et, par l'intermédiaire du Soi Supérieur, avec l'Au-delà.

Demander des nouvelles de quelqu'un

Il convient d'être très prudent lorsque l'on pose des questions sur quelqu'un d'autre à l'aide d'un pendule.

Tout d'abord, faut-il demander ? De nombreuses relations amoureuses sont terminées, et aucun contact n'est souhaité. Si vous insistez alors pour avoir accès à l'âme d'un ancien partenaire alors que vous ne devriez pas, vous risquez de vous exposer à une riposte massive. Vous risquez de payer votre intrusion par des insomnies, des malaises ou même des maladies. Demandez donc à chaque fois à l'autre personne si elle vous autorise à pénétrer dans son intimité.

Deuxièmement, sachez que ce que vous découvrez peut être de nature très temporaire. Voici un exemple concret. Ma partenaire Elena était censée me passer un appel international longue distance via Skype un soir à 23h. A 23h45, aucun appel n'avait abouti et j'ai demandé à mon pendule ce qui se passait. J'ai reçu le signal "non". Qu'est-ce que cela pouvait bien être ? Y avait-il un problème majeur ? Était-elle fâchée contre moi ? Toutes sortes de pensées vous traversent l'esprit dans ces moments-là.

Je l'ai donc appelée sur son téléphone portable via Skype. Il n'y avait rien de grave. Elle ne pouvait tout simplement pas obtenir de ligne Internet et ne pouvait donc pas m'appeler. Comme les appels internationaux sont très chers depuis son téléphone portable, elle était un peu fâchée que je ne l'aie pas encore appelée via Skype. Après une discussion amicale, nous avons raccroché et j'ai à nouveau interrogé le pendule. J'ai reçu le signal "oui" la-dessus et il est resté "oui" jusqu'à la fin de la nuit.

Ainsi, une réponse du pendule, même si elle est juste, n'est pas gravée dans le marbre. Les choses peuvent changer assez rapidement, au gré des émotions. Ne vous laissez pas déstabiliser par le pendule, laissez-le vous aider et non vous nuire.

Soyez sûr de vous et agissez

Après une consultation, je m'attends à ce que la réponse soit claire, afin que je puisse décider comment agir. Si la réponse n'est toujours pas claire, ou si elle va à l'encontre de ce que j'attends, je peux la vérifier à l'aide d'une autre technique. Je peux attendre l'occasion de vérifier les réponses du pendule à l'aide de tests musculaires ou, lorsque je ne suis pas pressé, je peux faire la vérification à l'aide d'une question au Yi-Jing.

Une chose est claire. Je ne quitte jamais une consultation avant d'avoir obtenu un résultat clair. Melkiades et moi sommes d'accord sur ce point : notre esprit et nos actions ne doivent jamais être hésitants. Si nous faisons tant d'efforts pour obtenir un avis honnête de l'autre partie, nous nous devons d'avoir une réponse claire comme de l'eau de roche.

Quant à l'action que j'entreprendrai finalement, c'est ma propre décision. La plupart du temps, je suis les conseils de Melkiades – c'est évident. Mais il m'est arrivé aussi d'aller à l'encontre de ses conseils. Il sait que dans cette incarnation, je dois faire mon propre apprentissage, et l'apprentissage est le résultat de l'expérimentation. Et ce n'est pas toujours ce que le Soi Supérieur juge être la meilleure direction.

Dans la grande interaction entre le Soi Supérieur et le soi matériel, c'est la tension centrale et l'excitation de notre existence humaine. Grâce à des outils de communication interdimensionnels, nous, les humains, pouvons entrer en interaction joyeuse avec le fragment de Dieu qui est en nous. De cette interaction naît l'énorme privilège de notre créativité.

[Vérification avec Melkiades : "Êtes-vous d'accord avec l'article tel qu'il se présente actuellement ?"]

Réponse: "Oui." "Puis-je le mettre sur Internet ?" Réponse : "Oui." Note : Il y a eu une version précédente pour laquelle j'ai obtenu un "peut-être" à la première question. J'ai ensuite apporté des modifications importantes, que Melkiades a approuvées. Maintenant, il est d'accord pour dire que l'article reflète pleinement son point de vue].

5.3. Tests musculaires

Le test musculaire est un art ancien qui porte un nom officiel, la "kinésiologie".

Au cours des cinquante dernières années, cette technique s'est surtout fait connaître dans le domaine de la chiropraxie et des domaines connexes. Depuis quelques années, elle est également utilisée dans les médecines alternatives.

Le type de kinésiologie que nous utilisons ici est un type particulier, qui exploite les réactions naturelles du corps à des questions de type "oui-non". Son nom officiel est "kinésiologie spécialisée ou énergétique". Certains appellent également ce que nous faisons ici "test bioénergétique". Pour simplifier les choses, nous utiliserons simplement le terme "test musculaire".

Les muscles donnent des réponses par oui ou par non

Le test musculaire permet d'examiner les réactions naturelles du corps à des questions. Ce que nous constatons n'est pas vraiment surprenant. Notre corps se sent mal à l'aise et devient maladroit lorsque nous pensons à quelque chose de désagréable, alors qu'il fonctionne sans problème lorsque nous pensons à quelque chose d'agréable. Ce sont ces différences que nous examinons lors des tests musculaires.

Elles sont liées à ce que l'on peut observer dans les tests au détecteur de mensonges.

La plupart des gens deviennent maladroits lorsqu'ils mentent et fonctionnent normalement lorsqu'ils ne mentent pas. Dans les tests de détection de mensonges, les réactions du corps sont mesurées, comme la pression sanguine, le pouls, la respiration et la conductivité de la peau, pendant que les personnes répondent à diverses questions. Les détecteurs de mensonges enregistrent les contractions et les relâchements involontaires de divers muscles du corps et distinguent les réponses musculaires naturelles de celles qui ne le sont pas. Les réponses au mensonge ont tendance à être exagérées, particulièrement longues et désordonnées, par rapport aux réponses honnêtes qui sont plus courtes, adaptées à la tâche et bien coordonnées.

Ce schéma est modifié chez les menteurs invétérés qui ont appris à rester dans un état parfaitement naturel alors qu'ils racontent les plus gros mensonges. Normaliser les réponses physiologiques naturelles d'une personne qui ment est un "art" (ou une aberration) qui s'apprend relativement facilement et qui peut être utilisé pour l'espionnage ou à d'autres fins trompeuses.

Mais ici, notre objectif est inverse. Nous partons du principe que vous souhaitez laisser votre corps répondre le plus naturellement et le plus honnêtement possible aux questions posées. De plus, nous allons voir si vous pouvez également laisser votre corps répondre spontanément aux questions que nous posons au Soi Supérieur.

C'est probablement le cas. Nous vous y conduirons pas à pas.

5.3.1. Test des bras

Nous ferons ici un certain nombre de tests pratiques. Trouvez un(e) ami(e) avec qui vous pourrez faire ces exercices. Il ou elle doit accepter sans hésitation de participer à ces tests simples. N'oubliez pas de lui demander explicitement la permission.

Exercice : Demandez à votre ami(e) de se tenir droit au milieu de la pièce et d'étirer un bras. Les yeux doivent être ouverts et dirigés vers le bas à un angle de 45 degrés.

Demandez à votre ami(e) de garder le bras bien droit et rigide. Placez-vous derrière le poignet du bras tendu et placez votre main sur le poignet. Demandez à votre ami(e) de dire à haute voix "Je m'appelle..." et d'indiquer son vrai nom, par exemple "Je m'appelle Lisa Labelle", ou n'importe quel autre nom.

Au cours de cette phrase, à un moment inattendu, appuyez rapidement sur le poignet de votre ami(e). Vous remarquerez qu'il y a une certaine résistance, car il/elle essaie de garder le bras en l'air.

Demandez maintenant à votre ami(e) de refaire la même chose : tendez le bras et maintenez-le rigide. Mais votre ami(e) doit ensuite prononcer un nom typique du sexe opposé. Si votre amie est une femme, elle pourrait dire : "Je m'appelle Roger Laurent". Pendant qu'elle prononce la phrase, appuyez sur le poignet à un moment inattendu. Vous remarquerez que le bras descend beaucoup plus facilement ?

Si l'effet n'est pas très clair, donnez un verre d'eau à votre amie, attendez une minute, secouez un peu le bras et réessayez. Normalement, tout devrait aller bien. Le corps ne doit pas avoir soif pendant que vous faites cet exercice.

Faites autant de tests que nécessaire pour voir comment cela fonctionne.

Explication

Pourquoi ce phénomène s'est-il produit ?

Cet effet découle de ce que nous avons dit plus haut. Lorsque vous ne mentez pas et que la réponse est "oui", vos réponses sont naturelles. Par conséquent, si vous voulez garder le bras tendu, vous y consacrerez votre énergie normale et naturelle. Cela permet au bras de bien résister à la pression.

Lorsque vous mentez, votre corps "s'embrouille". Une partie de votre corps sait qu'il doit garder le bras tendu, mais une autre partie sait qu'il est en train de mentir. Cela induit une déscoordination dans les réponses musculaires et, bingo, le bras tombe, beaucoup plus facilement qu'avant.

Ce principe de base de la coordination et de l'incoordination devient encore plus évident dans l'exercice suivant.

5.3.2. Longueur des jambes

Dans cette version du test musculaire, nous examinons la réponse de l'ensemble du corps. Il est logique que lorsqu'une personne répond honnêtement à des questions, tout son corps devrait rester dans un état de relaxation constant. En revanche, lorsque l'on ment, le corps de la plupart des gens crée un déséquilibre physique. La moitié du corps se contracte tandis que l'autre moitié reste plus détendue. En conséquence, une moitié du corps est un peu plus courte que l'autre.

La différence est assez importante. Il y a généralement une différence d'environ 1 cm entre les deux états.

La plupart des gens n'y croient pas tant qu'ils ne l'ont pas vu. La démonstration est la plus facile lorsqu'une personne est allongée sur un lit et qu'elle porte des chaussures dont les talons sont clairement visibles. Essayons donc.

Exercice. Demandez à votre ami(e) de s'allonger sur le lit de façon à ce que ses pieds s'étendent sur le bord du lit. Les chevilles doivent reposer directement sur le bord inférieur du lit, avec des chaussures dont les talons sont bien visibles.

Lorsqu'une personne est allongée tranquillement, ou lorsqu'elle dit son vrai nom, les talons

sont à peu près de la même longueur. Certaines personnes ont une jambe un peu plus longue que l'autre. Demandez à votre ami de dire son vrai nom et notez la différence normale entre les jambes.

Nous allons maintenant essayer le test du mensonge. Demandez à votre ami(e) de dire "Je m'appelle..." avec un nom typique du sexe opposé, et regardez les talons.

N'est-ce pas étonnant ? Une jambe est maintenant beaucoup plus courte que l'autre. Chez la plupart des gens, il y a maintenant une différence de 1 à 1,5 cm entre les talons.

Essayez cet exercice à plusieurs reprises, jusqu'à ce que vous ayez une bonne idée de la différence entre une réponse vraie et une réponse fausse.

Différences fines. Les différences peuvent également être graduelles. Essayez des situations dans lesquelles vous opposez des mensonges flagrants à des demi-mensonges, ou des vérités claires à des situations incertaines. Voyez ce que les "pieds" vous disent à propos de ces situations. En règle générale, il devrait y avoir de fortes différences de talon pour les vérités claires et les mensonges flagrants. Les différences de talon pour les demi-mensonges et les situations incertaines devraient être moins évidentes.

Les exceptions : Certaines personnes ont exactement la réaction inverse : elles montrent des talons similaires pour les fausses conditions et des longueurs de talon différentes pour les vraies conditions. Logiquement, cela n'a pas beaucoup de sens, mais c'est ainsi. Certaines personnes sont tout simplement "câblées" différemment. Il n'en reste pas moins qu'il existe une différence entre les réponses vraies et les réponses fausses. Rappelez-vous simplement quelle réponse du talon correspond à quel état, et vous pourrez ensuite faire le reste des exercices comme avant.

De plus, si vous n'obtenez pas de réponses systématiques, prenez un verre d'eau, attendez une minute, secouez les jambes et tout devrait rentrer dans l'ordre.

5.3.3. Laisser parler le Soi Supérieur

Nous laissons maintenant le Soi Supérieur s'exprimer.

Exercice. Pour cet exercice, ni vous ni votre ami ne devez avoir une réponse en tête. Faites une courte méditation pour vous vider l'esprit et vous ouvrir à la réponse que le Soi Supérieur vous fournira, quelle qu'elle soit. C'est ce qu'on appelle "se mettre au diapason de la personne cible". Plus vous êtes neutre, plus le Soi Supérieur pourra facilement manifester ses réponses.

Avant de commencer, demandez au Soi Supérieur de votre ami la permission de participer à l'exercice. Assurez-vous d'obtenir un "oui" clair par les pieds.

Laissez maintenant votre ami(e) choisir la question. Laissez votre ami(e) poser la question à haute voix. Concentrez-vous sur la question et ouvrez votre esprit à toute réponse qui pourrait se présenter.

Vérifiez ensuite les pieds et notez la réponse.

Une fois que vous aurez pris le coup de main, posez toute une série de questions.

Si vous débarrassez votre esprit de toute préoccupation consciente, si vous posez des questions sérieuses et si vous vous donnez suffisamment de temps pour apprendre, votre Soi Supérieur se manifestera certainement à travers ces tests musculaires. Cela ne fait aucun doute. Les deux tests sont difficiles à influencer consciemment, en particulier le test de la longueur des pieds, de sorte que toute personne qui cherche sérieusement à obtenir l'aide du Soi Supérieur obtiendra avec le temps des réponses justes.

Le mode de fonctionnement fondamental est essentiellement le même qu'avec le pendule. Vous calmez votre pensée consciente et vos émotions, et vous invitez la partie intelligente de votre psychologie à émerger, qui reste habituellement passive, en vous regardant vivre. Lorsque toutes ces conditions sont réunies, votre Soi Supérieur va certainement se manifester et communiquer avec vous.

Et le jour où il vous dira quelque chose que vous n'attendiez pas et qui s'avérera juste, ce sera le jour où vous saurez avec certitude que vous avez ouvert un joyeux pont de communication avec votre Soi Supérieur.

Vérification

À la fin d'une consultation, la question cruciale est toujours : pouvez-vous faire confiance à ces réponses ? La seule réponse est : vérifiez à nouveau. Une consultation sans vérification est à peu près aussi sûre que de vider une bouteille de vin entière et de rentrer à la maison sans la ceinture de sécurité après un verre de trop.

Vous disposez maintenant de deux outils de communication oui-non totalement indépendants avec le Soi Supérieur, le pendule et le test musculaire. Utilisez les deux pour vérifier vos réponses.

Vérification 1 : Refaites toutes les questions, une par une, avec les talons. Notez la deuxième série de réponses et comparez-la avec les réponses initiales.

Vérification 2 : Refaites toutes les questions avec le pendule. Notez les réponses et comparez-les avec les réponses du test musculaire.

Vérification 3 : Pour toutes les questions où vous avez obtenu une différence, discutez-en avec votre ami(e) et cherchez à savoir pourquoi vous avez obtenu une différence. Posez des questions supplémentaires si nécessaire. Éliminez toutes les différences.

À la fin de la consultation, vous et votre ami devez avoir une compréhension absolument claire des messages du Soi Supérieur.

5.3.4. Résumé et perspectives

En écrivant cela, tout me semble si simple et je me demande pourquoi si peu de mes amis utilisent ces outils de communication avec le Soi Supérieur.

Une fois que l'on utilise ces outils au quotidien, ils deviennent aussi faciles que de se brosser les dents. Vous avez une question, vous prenez votre pendule, vous vous concentrez pour obtenir la réponse du Soi Supérieur, vous respectez et vérifiez votre réponse, et voilà.

Pour les questions que vous voulez résoudre avec votre partenaire, mari ou femme, vous trouvez un moment pour vérifier les réponses de vos pieds avec un partenaire impartial. Vous faites toujours votre travail en toute honnêteté et dans une ouverture totale à l'égard des réponses que vous pouvez recevoir du Soi Supérieur. C'est simple, rapide, facile à faire. Pourquoi serait-ce si difficile ? Pourquoi n'y a-t-il pas plus de gens qui utilisent ce type de consultation ?

Une partie du problème réside dans le "facteur de bizarrerie". Dans de nombreuses familles, il n'y a qu'un seul membre qui "croit" que l'on peut obtenir des réponses bonnes et utiles de cette manière. Si vous partagez ce blog avec d'autres membres de la famille, cela pourrait aider un peu. Une autre bonne solution consiste à créer des liens avec d'autres personnes qui partagent votre goût pour les nouvelles explorations.

Une autre partie est notre égoïsme 3D, que nous sommes sur le point de laisser derrière

nous dans notre ascension vers des niveaux spirituels plus élevés. Notre égoïsme 3D nous suggère que nous avons déjà toutes les réponses qui comptent vraiment, et que nous n'avons pas vraiment besoin de conseils de la part du Soi Supérieur. Au fur et à mesure que nous nous élevons, nous comprenons qu'il y a toujours plusieurs façons de voir les choses, et que la perspective du Soi Supérieur peut nous donner des aperçus exceptionnellement utiles.

Et avec cela, le "facteur de bizarrerie" commencera à se dissiper, et beaucoup plus d'entre nous accueilleront la richesse et la sagesse de nouvelles perspectives. J'attends ce jour avec impatience.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le texte tel qu'il est ?" Réponse : "d'accord." "Ce texte est-il prêt à être publié sur Internet ?" Réponse : "oui"].

5.4. Le Yi-Jing ou I King

Jusqu'à présent, nous avons examiné le pendule et les tests musculaires. J'utilise ces outils tous les jours, mais ils se limitent à des réponses de type "oui-non", avec quelques gradations. En d'autres termes, le code de communication est essentiellement binaire.

C'est un inconvénient lorsque l'on est confronté à un grand nombre d'alternatives. Il peut être très long de tester toutes les possibilités d'une longue liste de choix. Au lieu de cela, on souhaite avoir une vue d'ensemble d'une situation complète, ou une indication dans une certaine direction. De plus, le Soi Supérieur peut avoir une idée qui ne figure même pas parmi nos alternatives. C'est alors que l'on a besoin d'un outil de communication qui transmette une idée complète ou un concept d'un seul coup. En d'autres termes, nous avons besoin d'un outil de communication symbolique.

C'est exactement ce que propose le Yi-Jing¹. Il s'agit de l'un des plus anciens systèmes de divination de l'humanité, qui remonte à au moins 3000 ans. La version standard que nous utilisons encore aujourd'hui date d'environ 2000 ans. Cela montre que le désir de communiquer avec l'Au-delà est très ancien, peut-être aussi ancien que l'humanité. D'après ce que nous pouvons discerner dans le Yi-Jing et dans les anciens textes chinois, nos questions sont en grande partie restées les mêmes. Le plus souvent, nous souhaitons connaître la chance que nous aurons dans une entreprise donnée, ou nous aimerions savoir comment se déroulera une relation amoureuse.

Pour le Yi-Jing, vous avez besoin d'au moins un bon texte Yi-Jing et de trois pièces. De plus, vous avez besoin d'une bonne traduction dans votre langue maternelle.

En Occident, je recommande de se procurer la bonne et bien connue traduction du texte original allemand de Wilhelm, ou sa traduction locale appropriée. Une traduction anglaise de Wilhelm est référencée ci-dessous. À l'heure actuelle, je n'ai aucune information sur un texte explicatif chinois faisant autorité².

Une bonne traduction vous apprendra à lancer les pièces et, surtout, à interpréter correctement les résultats. De nos jours, il est également possible de "lancer le Yi-Jing" sur ordinateur, soit en ligne, soit à l'aide de son propre programme³. Mais attention, tous les programmes informatiques ne se valent pas égales. Lors de l'une de vos premières consultations, demandez au Yi-Jing s'il aime le programme sur lequel il fonctionne. Si ce n'est pas le cas, procurez-vous-en un autre. Vérifiez ensuite que le programme vous permet d'entrer en contact avec votre Moi Supérieur. Si tout semble bon, vous êtes en affaires.

Dans la section suivante, nous expliquons la logique générale d'une consultation du Yi-Jing. Il est important d'avoir d'abord une vue d'ensemble, car le Yi-Jing peut rapidement devenir très complexe et submerger un nouveau venu.

5.4.1. Fonctionnement d'un système de divination

Un système de divination comporte essentiellement quatre parties : 1. une *question*, 2. un

1 La transcription du 19e siècle était "I Ching" en anglais et « Yi King » en français. La transcription moderne est "Yi-Jing", et la prononciation chinoise ressemble à "Yi-Jing". La plupart des textes anglais utilisent souvent la forme "I Ching", mais les textes spécialisés utilisent de plus en plus la transcription moderne. Dans ce texte nous emploierons « Yi-Jing » qui est le terme standard en français.

2 <https://www.wisdomportal.com/IChing/IChing-Wilhelm.html>. Bon pour les ressources : <https://aspectsoftao.net/index.html>

3 P.ex. <https://www.eclecticenergies.com/iching/virtualcoins>

type de *tirage*, 3. une *lecture* et 4. une *interprétation*.

Lors de la phase de *tirage* d'un système de divination, il faut mettre en place une condition arbitraire.

Par exemple, on peut lancer des dés ou des pièces de monnaie, mélanger et étaler des cartes, chauffer des os pour voir comment ils se fendent, comme dans une ancienne technique de moulage chinoise, ou faire du thé et examiner comment les feuilles de thé s'arrangent au fond d'une tasse.

L'attente est que, de notre point de vue, le moulage est entièrement arbitraire, alors que du point de vue de "l'autre partie", il n'est pas arbitraire. On s'attend à ce que "l'autre côté" impose un certain ordre à cet événement, et c'est cet ordre qui, en fin de compte, fournit la réponse du système de divination à la question initiale.

Au stade de la *lecture*, on réduit la chute des pièces, etc., à un code systématique. Par exemple, si vous lancez des pièces de monnaie lorsque vous interrogez le Yi-Jing, les six chutes de pièces seront recodées en six lignes pour former un hexagramme. Dans la lecture des feuilles de thé, la configuration des feuilles laissées après avoir versé le thé suggère au devin des objets d'apparence similaire (comme une pomme, une hache, une balle ou une bougie). Cet élément codé (l'hexagramme dans le Yi-Jing, ou l'objet suggéré dans la lecture des feuilles de thé, etc.) a une interprétation standard que le devin conserve dans des notes ou qu'il a apprise par cœur.

Au cours de la phase *d'interprétation*, le devin fait le lien entre l'interprétation standard et la question initiale de l'auteur.

5.4.2. Comment cela se passe-t-il avec le Yi-Jing ?

Voyons comment cela se passe avec le Yi-Jing.

Depuis le 12^e siècle, la façon la plus courante de lancer le Yi-Jing consiste à jeter six fois trois pièces de monnaie⁴. À chaque lancer, l'une des quatre conditions suivantes est possible : trois fois face, deux fois face, deux fois pile ou trois fois pile. Elles sont écrites de la manière suivante :

Deux têtes et une queue : une ligne yang (légère, masculine) immuable :

—— (une ligne simple)

Deux queues et une tête : une ligne yin (sombre, féminine) invariable :

— — (ligne brisée)

Trois queues : une ligne yang (claire, masculine)

— o — (une ligne avec un o)

Trois têtes : une ligne yin (sombre, féminin) mobile/changeante :

— x — (une ligne brisée avec un x)

Si vous lancez les trois pièces six fois et que vous ajoutez chaque ligne par dessus de la précédente, vous obtenez un hexagramme. C'est le symbole de base du Yi-Jing standard. Sans compter la différence entre les lignes simples et les lignes mobiles, il est possible de construire 64 hexagrammes de cette manière.

4 Il existe également une méthode plus ancienne et plus compliquée, la "méthode de la tige d'achillée". Je ne peux pas recommander cette méthode parce qu'elle fournit des résultats avec des probabilités inégales pour les quatre résultats possibles, alors que nous voulons évidemment quatre probabilités égales avec notre méthode des trois pièces. Cette inclinaison étrange de la méthode de la tige d'achillée apparaît lorsque l'on additionne les valeurs numériques du Yi-Jing (qui ne sont pas expliquées ici) dans les comparaisons des deux méthodes. Il est curieux que cette inclinaison indésirable de la méthode de la tige d'achillée n'ait été découverte que ces dernières années.

Lecture et interprétation



Chacun des 64 hexagrammes a une signification centrale. Par exemple, l'hexagramme 8 (à gauche) représente l'union, le regroupement, l'alliance. En bref, l'hexagramme 8 illustre le processus de rassemblement. Comment les anciens Chinois sont-ils parvenus à cette signification ?

L'hexagramme est composé de deux trigrammes (voir ci-dessous). Le trigramme supérieur représente l'eau et le trigramme inférieur la terre. Que se passe-t-il lorsque l'eau s'accumule à la surface de la terre ? Des flaques d'eau, un étang ou un lac. En d'autres termes, la combinaison des deux trigrammes suggère une union de ruisseaux se jetant dans une mare d'eau collectée à la surface de la terre.



Supposons donc que vous lanciez le Yi-Jing en gardant à l'esprit la question suivante : "Quel sera l'effet de l'écriture de ce blog sur l'Ascension de mon public ?" Si vous obtenez l'hexagramme 8, vous conclurez probablement que l'écriture du blog aura pour effet de rassembler les gens, tout comme l'eau s'accumule dans une mare.

En d'autres termes, une action supposée arbitraire comme le lancer de trois pièces de monnaie a donné lieu à une image qui a très probablement un rapport avec votre question. Tout le reste de la divination avec le Yi-Jing repose sur ce type de principe.

Nous n'avons montré ici qu'une seule relation, la relation entre les significations de base des trigrammes supérieur et inférieur. Mais de nombreux autres aspects de l'hexagramme sont également exploités.

Les lignes mobiles qui résultent de lancers très décisifs, comme trois têtes ou trois queues, sont par exemple importantes. Elles représentent des aspects particulièrement saillants de l'hexagramme. Une autre opération fréquente est l'inversion de chaque ligne de l'hexagramme, qui suggère un contexte plus large et un potentiel futur pour la situation donnée.

L'hexagramme vu comme un processus

Un aspect important de l'interprétation de l'hexagramme est son développement ligne à ligne. Chaque ligne a une signification particulière, et le développement de la signification de la ligne inférieure à la ligne supérieure tend à suivre une évolution logique.



Prenons un exemple. L'hexagramme 6 (à gauche) représente différents types de disputes, un conflit ou un procès. La traduction Wilhelm (l'une des principales traductions du Yi-Jing) nomme cet hexagramme "Conflit".

Dans la première ligne en partant du bas, le lecteur voit la situation d'une personne modeste qui n'a aucune chance de gagner dans un conflit. Ici, le conseil est d'oublier tout simplement l'histoire, si elle apparaît comme une ligne changeante (-x-). Nous accordons une attention particulière au conseil s'il se présente sous la forme d'une ligne mobile ou changeante : -x- ou -o-.

Au milieu de l'hexagramme, un conseil est donné à celui qui a essayé de résoudre ses problèmes par un conflit et qui n'est pas allé bien loin. La cinquième ligne montre un arbitre juste qui prend une décision sage dans un conflit. Enfin, à la ligne 6, nous rencontrons la situation de quelqu'un "qui a conduit un conflit jusqu'à sa fin amère et a

obtenu gain de cause. Il reçoit une distinction. Mais son bonheur est de courte durée. Il est sans cesse attaqué de nouveau, ce qui a pour conséquences des luttes à l'infini." (traduction de Wilhelm).

On comprend la logique de cette évolution.

Le conflit est considéré comme un processus, depuis un début à peine perceptible jusqu'à une conclusion amère. Si vous obtenez une ligne mobile le long de l'une de ces stations, cela suggère que cette condition peut s'appliquer particulièrement à votre situation. Par exemple, si vous avez lancé l'hexagramme 6, et que votre dernière ligne était une ligne mobile résultant de trois têtes, vous obtiendrez le commentaire "fin amère". Quelle que soit votre question initiale, le Yi-Jing vous dira que vous êtes allé trop loin. Vous avez peut-être gagné, mais cette victoire a été durement acquise et la violence de l'action pourrait se retourner contre vous et poser d'autres problèmes par la suite.

5.4.3. Les erreurs et le contrôle du pendule

Bien entendu, un tel commentaire du Yi-Jing pourrait être totalement absurde. Votre question aurait pu être : "Quels sont les sentiments de ma petite amie à mon égard ?" alors que vous êtes tous les deux amoureux et que tout va bien. Si, dans ces circonstances, vous faites passer la ligne 6 à l'hexagramme 6, vous risquez d'être perturbé en rangeant le livre et de ne plus jamais consulter le Yi-Jing. Nous devons donc parler immédiatement des erreurs qui peuvent se produire lors d'une consultation du Yi-Jing.

Vous vous souvenez peut-être que, selon Melkiades, la probabilité d'une erreur peut être relativement grande (5.1.4. Procéder avec précaution). Pour un tirage du Yi-Jing par ordinateur avec la procédure courante que j'avais utilisée entre 1998 et 2018 ("cliquez une fois et vous obtenez toute la lecture du Yi-Jing"), Melkiades m'a donné une note "adéquate et correcte" d'environ 85% seulement.

Vos propres probabilités peuvent bien sûr être meilleures. Mais franchement, après avoir lancé le Yi-Jing pendant 40 ans, et après avoir passé plusieurs années à construire une version informatique de ce système de divination, j'ai été surpris par cette probabilité moyenne élevée de commettre une erreur.

Que pouvais-je donc faire pour réduire mon taux d'erreur ?

J'ai finalement trouvé la solution : **Je combine le Yi-Jing avec le pendule.** Cela fonctionne particulièrement bien avec un Yi-Jing informatisé.

Je demande à mon client de se concentrer sur une question. Je pose ensuite la question plusieurs fois avec le Yi-Jing et je retiens le résultat après chaque lancer. Après cinq à dix lancers, je demande au pendule lequel des lancers a donné la réponse la plus appropriée. Le pendule a toujours été très clair dans son choix. Melkiades indique que pour moi, cette méthode fournit les réponses les plus appropriées dans environ **98%** des cas.

C'est beaucoup plus à mon goût. C'est mon système actuel, très satisfaisant.

Erreur 1 : Concentration et inexpérience

Mais pour mieux comprendre ce qui se passe lors d'une consultation, examinons où les erreurs peuvent se produire – même si elles surviennent après un contrôle au pendule.

Le premier type d'erreur est le manque de concentration, la fatigue, l'inexpérience ou le manque de confiance. Je ne ferai pas de consultation de Yi-Jing (ou toute autre consultation) lorsque je suis fatigué. Par ailleurs, je me souviens qu'il y a dix ans, j'obtenais beaucoup plus de réponses inadaptées qu'aujourd'hui. Ma confiance s'est

accrue, même si je suis consciente de la possibilité d'une erreur. Aujourd'hui, je fais très attention quand je fais une consultation, et seulement quand je suis en pleine forme et concentré.

Erreur 2 : Le lancer "arbitraire"

Le prochain type de problème peut survenir lors de l'étape du lancer. Si vous lancez vos trois pièces suffisamment haut, elles ont une chance égale de tomber sur la tête ou sur la queue. De plus, il reste suffisamment de temps pour que le Soi Supérieur (ou une autre puissance de l'Au-delà) agisse sur la chute des pièces.

Mais comment le tirage fonctionne-t-il avec une version informatisée du Yi-Jing ? Sur un ordinateur, les nombres arbitraires sont basés, en fin de compte, sur l'instant où l'on appuie sur une touche. Six copies de cette milliseconde sont converties de manière quasi-arbitraire en six lignes d'un hexagramme. Cette façon de procéder est-elle vraiment "arbitraire" ? Une force de l'au-delà peut-elle agir au moment précis où une touche est pressée et lancer un processus complexe de calcul de la réponse ?

Je ne peux pas en être sûr – ce qui m'a finalement conduit à la méthode du "contrôle au pendule", qui est la plus solide que j'ai pu appliquer au Yi-Jing.

Erreur 3 : La relation question-image

Enfin, il me semble que la limitation la plus sérieuse du Yi-Jing pourrait bien être son "vocabulaire circonscrit". Le Yi-Jing ne distingue que 64 significations principales possibles, auxquelles il faut se plier pour répondre à n'importe quelle question. Bien que 64 situations humaines typiques constituent une palette intéressante, il est toujours possible que certaines réponses soient très éloignées de la question, simplement parce que le vocabulaire symbolique n'inclut pas la réponse la plus appropriée.

La seule solution à ce problème réside dans d'autres systèmes de communication qui fournissent une image directe suggérée par "l'autre côté" (comme les rêves lucides) ou qui s'adressent à nous personnellement (comme les méditations interactives ou le channelling). Dans ces cas, le Soi Supérieur dispose d'une panoplie beaucoup plus large de possibilités de réponse. Vous trouverez des discussions sur ces options dans les chapitres suivants.

5.4.4. Conclusion

J'ai pris comme exemple de système de divination celui que je connais le mieux, qui se trouve être le plus ancien système documenté et qui possède un vocabulaire symbolique puissant. En outre, j'apprécie profondément les excellentes intuitions humaines et la profonde sagesse qui sont incorporées dans les recommandations du Yi-Jing. J'ai beaucoup appris du Yi-Jing et j'espère en apprendre encore davantage.

Il existe cependant d'autres systèmes de divination, tels que le tarot, la géomancie ou, comme nous l'avons dit, la lecture des feuilles de thé. Si vous êtes un nouveau venu dans le domaine et que vous souhaitez choisir un système, je vous suggère d'adopter une approche intuitive. Qu'est-ce qui vous semble juste ? Qu'est-ce qui vous convient ?

La seule recommandation que Melkiades et moi-même aimerions vous faire est la suivante : faites-le bien. Si vous optez pour un système de communication symbolique, apprenez-le bien. Même si vous faites des erreurs, tirez-en les leçons et réfléchissez-y. C'est la seule chose qui compte vraiment lorsque nous essayons d'améliorer nos communications avec notre Moi Supérieur et avec les entités de l'Au-delà.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le texte tel qu'il est ?" Réponse : "d'accord, particulièrement après l'ajout du pendule." "Melkiades, puis-je le mettre sur Internet ?" Réponse : "d'accord"].

5.5. Rêves lucides

Nos rêves contiennent-ils des messages de l'au-delà ?

Beaucoup d'entre nous se souviennent de l'histoire de l'Ancien Testament dans laquelle le pharaon rêva que sept vaches maigres mangeaient sept vaches grasses (Genèse 41).

Joseph interpréta ce rêve comme signifiant que sept années de vaches maigres suivraient sept années de vaches grasses et consommeraient les gains des années de vaches grasses précédentes. Cette interprétation s'est avérée exacte. D'amples réserves furent faites pendant les sept années riches, et l'Égypte fut épargnée d'une période de grande pénurie pendant les sept années difficiles qui suivirent.



Sept vaches grasses



Sept vaches maigres

Images : <http://www.utdallas.edu/geosciences/remsens /Nile/intro.html>

Il n'est pas rare de voir des rêves aussi puissants et radicaux que celui-ci. La plupart d'entre nous ont fait des rêves puissants, mystérieux et/ou bouleversants. Au réveil, nous nous sommes demandés si elles avaient une signification plus profonde.

La réponse n'est pas facile et est très personnelle. Il n'existe pas de dictionnaire standard d'interprétation des rêves. La plupart des éléments des rêves sont liés au contexte personnel et aux expériences individuelles. Peu de rêves sont clairs, la plupart présentent un méli-mélo d'expériences quotidiennes mal digérées. En général, il est difficile de déceler un conseil ou un message clair de "l'autre côté".

Cependant, certains rêves sont très clairs, venant nous dire quelque chose de précis. Lorsque j'ai commencé à méditer plus souvent après ma retraite, j'ai eu de plus en plus de rêves clairs. Les spécialistes des rêves recommandent souvent de noter ses rêves. J'ai donc décidé de noter un rêve s'il était particulièrement clair, s'il suivait un développement linéaire, si j'avais ressenti un certain degré d'autonomie et si je sentais qu'il contenait un certain message. J'appellerais cela un "rêve lucide" et je prendrais le temps de l'écrire.

5.5.1. Rêves lucides contenant un message du Soi Supérieur

Lorsque j'ai commencé à noter mes rêves lucides, ils sont devenus de plus en plus fréquents. Nombre d'entre eux étaient de nature personnelle, car ils mettaient en évidence une défaillance personnelle ou traitaient d'une frustration privée. Certains rêves lucides étaient clairement conçus comme une situation d'apprentissage. Je me souviens d'un rêve qui m'a enseigné une dure leçon et dans lequel mon Soi Supérieur, Melkiades, a joué un rôle clair de metteur en scène.

La scène était tout à fait réaliste.

J'étais un jeune pilote¹ et je rencontrais un employeur potentiel devant un grand hangar. Je l'ai salué sur les marches du bâtiment. Je l'ai accompagné autour du grand bâtiment, devant quelques hangars ouverts. À l'intérieur, nous avons vu de superbes avions modernes de grande classe que n'importe quel pilote adorerait piloter. J'espérais évidemment piloter l'un de ces avions.

Nous avons finalement franchi quelques portes où nous avons rencontré un autre pilote. Je me suis bien comporté et je l'ai salué joyeusement. En revanche, je n'ai pas salué le mécanicien de l'avion qui se trouvait quelques pas derrière le pilote. Après quelques minutes dans une arrière-salle, l'employeur et moi avons fait le tour du bâtiment pour revenir à notre point de départ sur les marches.

C'est alors qu'est arrivée la partie la plus difficile du rêve.

C'est à ce moment-là que j'ai découvert que l'employeur était en fait mon Moi Supérieur. Il était maintenant derrière moi et m'a demandé de m'éloigner un peu du bâtiment pour me placer dans la perspective d'un oiseau. Il m'a demandé de revenir au moment où j'avais salué le pilote, mais pas le mécanicien. Par télépathie, mon Moi Supérieur m'a demandé si quelque chose n'allait pas dans cette situation.

Cela m'a pris une ou deux secondes. J'ai alors pris conscience de mon attitude négligente et hautaine à l'égard du mécanicien. Il m'a fait savoir que le mécanicien de l'avion était à bien des égards la personne la plus importante et que je devais être plus respectueux de toutes les personnes impliquées dans l'entreprise. Dans ces circonstances, on m'a dit que je n'avais pas encore le droit de piloter l'un des avions de choix qui attendaient dans le hangar.

Ce rêve était très direct et très personnel. Il m'a frappé en plein dans l'estomac. Après mon réveil, j'ai longuement réfléchi à la question de savoir si j'avais été juste envers tous ceux qui m'entouraient ou si j'avais besoin de quelques leçons d'humilité supplémentaires.

Bien que je n'aie jamais vu cette scène dans la vie réelle, le rêve était si réaliste que j'aurais pu y assister. Je pourrais y retourner aujourd'hui et refaire chaque pas. Par ailleurs, je n'ai jamais voulu piloter un avion commercial ou l'un des petits paquebots de luxe que j'ai vus dans le hangar. L'organisation d'un entretien d'embauche pour un poste sur un paquebot de luxe était une pure invention. J'en conclus que Melkiades et son équipe ont créé ce décor complexe juste pour moi, ou qu'ils m'ont fait visiter l'un de leurs plateaux d'enseignement standard pour cette leçon.

Melkiades affirme que le décor a été créé spécialement pour moi. Plus je réfléchis à la sophistication de cette scène, plus je suis impressionné par la richesse contenue dans ce rêve lucide. C'était la vie virtuelle en 3D poussée à l'extrême.

Leçons intensives et auto-observation

Les rêves lucides sont un cran au-dessus du pendule, du test musculaire et du Yi-Jing. En termes d'intensité et d'impact, il s'agit d'une manière plus stimulante de rencontrer son Soi Supérieur. Je pense que nous recevons généralement les leçons pour lesquelles nous sommes prêts. Je n'ai reçu ma leçon "difficile" qu'à un moment de ma vie où j'ai pu la comprendre et l'apprécier pleinement.

En tant qu'habitants d'une dimension ascensionnée, nous pouvons probablement apprécier le privilège de nous voir offrir des leçons aussi puissantes. Nous savons que le Soi Supérieur ne nous veut aucun mal et qu'il prend soin de nous enseigner une leçon. Remarquez que Melkiades m'a simplement demandé de regarder à nouveau un moment délicat et crucial de cette scène inventée. Il n'a pas prêché ni insisté pour donner une

1 J'avais une licence de pilote privé avec environ 500 heures de vol, le contexte m'était donc familier.

leçon. Mais en plein rêve, il m'a fait comprendre que j'avais été négligent, et il m'a indiqué les conséquences de mes actes.

En tant qu'ancien enseignant, j'applaudis son style didactique.

L'enseignement que nous tirons de tout cela est l'importance de l'auto-observation. Peu importe ce que vous avez besoin d'apprendre exactement. Dans mon cas, il s'agissait d'une leçon d'humilité, dans un autre cas, il pourrait s'agir d'une leçon de tolérance, ou autre. L'important, c'est la manière dont l'enseignement est dispensé. Mon Moi Supérieur Melkiades ne m'a pas blâmé, mais il a attiré mon attention sur ce qui s'était passé. Quand j'ai vu ce que j'avais fait, les mots "respectueux de tous dans l'entreprise" ont résonné dans mes oreilles. Lorsque j'ai compris les conséquences de ne pas obtenir le poste et de ne pas pouvoir piloter l'un de ces avions, j'ai rassemblé tous ces éléments et c'est à ce moment-là que j'ai appris ma leçon.

Cela montre l'incroyable qualité de l'enseignement dont le Soi Supérieur est capable.

5.5.2. Un autre rêve lucide

Le rêve précédent était intensément personnel. Certains rêves indiquent aussi des vérités générales. En voici un exemple. Il montre comment un message peut être intégré dans une histoire complètement inventée.

Cela s'est passé à l'époque des guerres puniques dans l'Empire romain (264 av. J.-C. à 149 av. J.-C.).

J'étais le chef d'un petit poste de guet militaire dans un avant-poste romain situé sur une petite colline dans ce qui est aujourd'hui la Tunisie². Nous vivions un très mauvais assaut. Les troupes ennemies semblaient affluer de toute la vallée vers notre campement. Nos troupes étaient totalement dépassées et nous étions en train de nous faire massacrer. Je voyais des hommes tomber partout sur nos sentinelles et dans nos camps.

Nos troupes de la vallée me regardaient. Avec colère et peur dans les yeux, ils se demandaient pourquoi nous ne les avions pas prévenus de cette situation. J'étais le chef de l'avant-poste et je devais leur dire ce qui s'était passé.

J'ai dit : "Nous savions que la force ennemie était totalement supérieure. Nous l'avons vu et j'ai dit au commandant ce qui se passait. Et je sais qu'il l'a dit aux généraux. Mais voici ce que j'ai entendu.

"Les généraux de notre région ont eu tellement peur que nous ne parvenions pas à tenir cette partie de l'Empire romain qu'ils n'ont pas envoyé de messagers à Rome. Ils avaient honte et craignaient pour leur propre avancement. Personne n'a donc prévenu Rome du danger et personne n'a envoyé de renforts. C'est donc pour cela que nous sommes dans ce massacre.

"Maintenant, c'est à nous de faire ce que nous pouvons. Nous devons nous battre et rester unis. Certains d'entre nous s'en sortiront, d'autres non."

Depuis notre avant-poste, nous avons observé la bataille et nous avons aidé là où nous le pouvions. Nos forces se sont effondrées sous l'assaut. Nous avons vu des milliers et des milliers d'hommes courageux tomber dans le massacre. Beaucoup de bons amis ont été perdus au cours de cette longue et terrible nuit.

Cette nuit-là, nous avons appris tout ce que nous devons savoir sur la vie et la mort – et sur le véritable courage de nos généraux. La dernière image que j'ai gardée de la bataille était un horrible spectacle de carnage et d'incendie dans toute la vallée. J'ai vu mon âme

² Je n'ai jamais été dans l'armée, ni en Tunisie. Je n'ai appris les guerres puniques que dans mes lectures sur l'empire romain.

quitter la bataille, s'élever et disparaître dans le ciel. Je flottais alors au-dessus d'une montagne voisine et je regardais la scène. J'ai senti que j'avais quitté mon corps.

Un bon scénario hollywoodien

C'était une histoire horrible avec un grand impact, comme le rêve précédent. Je me suis réveillé, troublé et me demandant pourquoi on m'avait fait ce rêve. Il répondait à ma définition d'un rêve lucide. Il était clair, linéaire, et j'avais eu l'impression de pouvoir me déplacer à ma guise. Et il semblait contenir un message.

Le contexte était nouveau pour moi, il s'agissait des débuts de l'expansion de Rome. J'avais l'impression que la scène aurait pu se dérouler en Afrique du Nord pendant les guerres puniques. Dans mon rêve, j'étais là, bien vivante. J'étais farouchement romain, comme le serait un officier mineur et fier, responsable d'un poste d'observation.

Le rêve était très intense. Je me souvenais de la bataille comme si c'était hier. Je me souviens que je me tenais avant la bataille sur mon promontoire, surplombant une vallée ouverte d'un côté et une vallée fermée de l'autre. Nos troupes campaient dans des tentes d'aspect grisâtre du côté fermé de la vallée et la bataille se déroulait à ce moment précis. On entendait des cris dans les feux et des soldats ennemis se battaient avec nos troupes.

Qu'est-ce que cela avait à voir avec mon moi actuel, vivant en Europe plus de deux mille ans plus tard ? Où en était le message ?

Il aurait pu s'agir d'une vie antérieure. Mais en fait, Melkiades me dit que ce n'était pas une vie antérieure, du moins pas la mienne. Il me dit que l'objectif était simplement *de me montrer comment les décisions de certaines personnes haut placées pouvaient affecter les personnes dont elles avaient la charge*. J'ai pensé à l'excuse écœurante des généraux romains, puis j'ai vu un lien entre le rêve et la situation mondiale actuelle.

Une maladresse moderne et un lien

En fait, j'ai fait ce rêve en décembre 2010, la nuit suivant l'annonce de la modification massive du Gulf Stream à la suite de la marée noire survenue dans le golfe du Mexique l'été précédent. J'avais lu des articles sur la décision très discutable de forer dans cette zone spécifique, sur l'incroyable maladresse dans les tentatives d'arrêter la catastrophe et sur l'attitude laxiste qui prédominait dans les efforts de nettoyage. Cette catastrophe a entraîné un début d'hiver incroyablement mauvais dans les îles britanniques et dans le nord de l'Europe, et elle promettait également des effets environnementaux considérables à long terme.

Naturellement, j'ai nourri des pensées critiques à l'égard des hommes politiques et des hauts fonctionnaires qui étaient responsables de tout ce gâchis – si gâchis il y avait. Certains des auteurs que je lisais nourrissaient l'idée que toute la catastrophe avait été organisée volontairement, pour endommager les cultures sur deux continents et empoisonner la vie marine dans l'ensemble du bassin atlantique, tout cela dans le cadre d'une machination d'une quelconque politique de puissance mondiale.

J'ai fait le lien. L'idée principale du rêve était que les hautes sphères n'étaient d'aucune aide, ni à Rome, ni ici au XXI^e siècle. Les généraux romains qui ne demandaient pas de renforts parce qu'ils craignaient pour leur carrière présentent un parallèle évident avec les hauts responsables qui ont (apparemment) bâclé le nettoyage de la marée noire. Il y a eu un cafouillage là-bas, et il est possible qu'il y ait eu un cafouillage ici.

Certains rêves allaient donc encore plus loin et des bourdes de haut niveau se peuvent se présenter sous différentes formes. Certaines peuvent être intentionnelles, comme l'ont suggéré certains auteurs. D'autres peuvent également être liées à la présence de cadres

supérieurs incompetents et craintifs.

Souvent, nous ne soupçonnons pas nos supérieurs d'être craintifs. Il se peut que nous devions revoir nos opinions.

5.5.3. *Souhaits et intentions*

Les rêves lucides sont comme des parties sans publicité de notre monde onirique : contrairement au méli-mélo des rêves ordinaires, ils présentent une histoire cohérente avec un message. D'après ce que je peux voir dans mes propres rêves lucides, les contextes sont en grande partie inventés, même s'ils empruntent des éléments à notre vie réelle pour capter notre intérêt et rendre le message plus attrayant.

Cet outil de communication interdimensionnelle ouvre une fenêtre beaucoup plus riche que les outils précédents – le pendule, le test musculaire et le Yi-Jing. À première vue, il semble que cela se fasse au prix d'un contrôle volontaire. Avec les autres outils, c'est vous qui décidez quand vous voulez parler à votre Soi Supérieur, alors qu'avec les rêves lucides, la décision est entre les mains du Soi Supérieur.

Mais ce n'est pas tout à fait le cas. Nous pouvons également exprimer le souhait de faire un rêve lucide au prochain moment opportun, ou même un rêve lucide sur un certain sujet. Cette intention est entendue et sera prise en compte, d'une manière qui vous conviendra. Dans les rêves lucides, vous ne pouvez peut-être pas contrôler la suite du film que vous regardez, mais vous pouvez suggérer le type de film que vous aimeriez regarder.

C'est en fait ainsi que se déroule une grande partie de l'apprentissage spirituel avancé. Au cours de votre apprentissage, vous remarquerez que vous avez besoin d'instructions dans une certaine direction. Tout d'abord, vous faites de votre mieux pour apprendre ce que vous pouvez. Ensuite, vous ouvrez votre esprit et demandez à votre Soi Supérieur de vous faire faire un rêve lucide approprié. Ensuite, vous vous reposez vraiment. Une fois que votre temps de sommeil biologiquement nécessaire est pris en compte, s'il vous reste du temps de sommeil, il y a d'excellentes chances que vous fassiez un rêve qui vous permettra d'aller plus loin dans votre processus d'apprentissage. Votre souhait et votre intention sont directement liés aux rêves lucides que vous ferez.

Votre intention est le moteur de l'apprentissage spirituel que vous obtiendrez.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le blog tel qu'il est actuellement ?" Réponse : "d'accord."
"Le blog peut-il être publié sur Internet ?" Réponse : "d'accord." Note : Ce blog a fait l'objet d'une restructuration importante suite aux suggestions de Melkiades].

5.6. Méditations interactives

Beaucoup d'entre nous ressentent un profond désir d'interagir avec leur moi intérieur, plus profond et plus spirituel.

Dans cette section, nous devons parler des méditations qui permettent d'accéder à des souvenirs oubliés. Pour cela, nous devons travailler avec un spécialiste formé qui vous aide à entrer dans une méditation profonde et qui peut vous guider à travers vos questions personnelles pendant la méditation.

C'est ce que j'appelle une méditation interactive. Je préfère le terme "*méditation interactive*" à celui d'"hypnose", que beaucoup utilisent pour cette application.

Le terme "hypnose" est largement associé à l'hypnose de scène où l'on demande aux gens d'effectuer des tâches humiliantes. En outre, dans les régions fortement catholiques et dans l'ensemble du monde hispanique, les pratiques hypnotiques sont mal vues (elles étaient même illégales sous Franco).

En revanche, presque toutes les cultures du monde ont certains types de *pratiques méditatives*. La méditation interactive n'est donc qu'une forme particulière de méditation. Ici, elle est utilisée pour *entrer en contact avec une partie de nous-mêmes*.

Des amis imaginaires

Pour certains d'entre nous, le désir de parler à notre moi intérieur remonte à l'enfance. Lorsque nous étions enfants, beaucoup d'entre nous avaient des "amis imaginaires". Une étude a montré que 65% des enfants ont eu des amis imaginaires à un moment ou à un autre de leur enfance¹. Pendant longtemps, ce phénomène a été considéré comme un signe de solitude, mais de nouvelles études n'ont pas confirmé cette interprétation. Au contraire, une importante étude de Yale² a montré que les enfants qui ont des amis imaginaires sont plus imaginatifs, développent un vocabulaire plus riche et plus complet et s'entendent mieux avec leurs camarades de classe que les enfants qui n'ont pas d'amis imaginaires.

Il semble donc que les enfants de tous âges interagissent avec bonheur avec leurs amis imaginaires, une expérience qui semble bien les préparer à la vie sociale plus tard.

De véritables guides spirituels

Bien entendu, ces études traditionnelles n'ont pas exploré la possibilité que nos "amis d'enfance supplémentaires" puissent avoir une existence réelle. Mais en fait, s'agit-il d'une "existence réelle" ?

L'"ami imaginaire" d'un enfant pourrait-il être plus qu'un simple camarade imaginaire à blâmer en cas de problème ? Ces jeunes gens pourraient-ils communiquer par télépathie avec leur Moi Supérieur ? À cet âge, ils n'ont pas encore le sens du langage que nous acquérons à l'âge adulte, et ils peuvent être réceptifs aux messages internes de leur moi profond. Quelques anecdotes racontent que certains enfants voient des entités spirituelles et communiquent avec elles au cours des cinq premières années de leur vie, mais il n'y a pas d'indices concrets.

-
- 1 Par exemple, <https://www.susannewmanphd.com/blog/2015/03/28/imaginary-friends-should-parents-worry/>, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/singletons/200806/imaginary-friends-any-in-your-house>
 - 2 Dorothy G. Singer, avec Jerome J. Singer, *The House of Make-Believe : Children's Play and the Developing Imagination*, 1992.

En revanche, à l'âge adulte, nos guides ont des moyens plus explicites de faire connaître leur présence. Parfois, nous vivons des expériences exceptionnelles qui suggèrent que "quelqu'un de spécial" nous protège.

J'ai eu un grave accident de voiture à l'âge de 30 ans. Quelques minutes après avoir percuté de plein fouet une paroi rocheuse sous une pluie torrentielle, une infirmière maintenait professionnellement mon visage écrasé. Sans elle, j'aurais pu me vider de mon sang sur place. S'agit-il d'une simple coïncidence ?

Normalement, nous ne le saurions jamais. Presque tout le monde a une histoire de chance exceptionnelle à raconter et il est toujours difficile de savoir s'il s'agit d'une simple coïncidence. Mais maintenant que nous pouvons interroger le Soi Supérieur à l'aide du pendule ou du test musculaire, nous pouvons savoir si une main supérieure fut impliquée. Melkiades affirme en effet que la présence soudaine de l'infirmière sur le lieu de l'accident n'était pas une coïncidence, mais qu'une volonté supérieure fut impliquée.

Cela pose évidemment la question de savoir pourquoi je n'étais pas encore arrivé au terme de ma vie à l'âge de 30 ans. Pourquoi m'a-t-on donné une nouvelle chance de vivre ? C'est une question à laquelle j'ai souvent réfléchi depuis. L'un des indices est que le sauvetage après l'accident de la paroi rocheuse a contribué à faire de la psychologie, de la communication et des interactions avec le Soi Supérieur un point central de ma vie par la suite.

Il se peut que vous lisiez ceci comme une conséquence directe de ce que j'ai vécu à l'âge de 30 ans.

5.6.1. Prémonitions et expériences avant la mort

Nombreux sont ceux qui ont des prémonitions. Une voix intérieure peut nous avertir d'une expérience désagréable ou dangereuse qui est sur le point de se produire.

En cas de danger extrême, certains vivent même une expérience "angélique" au cours de laquelle ils sont physiquement déplacés hors du danger, juste à temps pour éviter une blessure grave ou la mort. Pour un tel événement exceptionnel, enregistré par une bonne caméra vidéo, regardez cette séquence³. Ces moments nous rappellent avec force la puissance de l'intervention divine.

Au cours de la vie, l'apparition visuelle d'entités spirituelles devient plus fréquente à l'approche de la mort. Les personnes en fin de vie se réveillent parfois et voient leurs proches qui les attendent au bout du lit. Par ailleurs, les personnes qui vivent des expériences de mort imminente (EMI) nous parlent d'êtres angéliques qui les accueillent et les guident pendant la période où ils ne sont pas dans leur corps. Après leur retour à la vie, beaucoup de ces personnes sont si profondément impressionnées par leur expérience qu'elles acceptent volontiers la présence de guides spirituels dans leur vie⁴.

Une connexion avec le monde divin ?

Tous ces événements sont-ils le produit d'un souhait ou d'une illusion de l'esprit, ou avons-nous réellement un lien avec le monde divin ?

Nous avons vu qu'à toutes les étapes de la vie, de l'enfance à la vieillesse, les guides spirituels peuvent parfois se manifester. Alors pourquoi ne pas leur poser des questions

3 Que cet événement spécifique soit réel ou qu'il s'agisse d'un canular extrêmement bien construit, la vidéo montre un tel événement angélique. De nombreux autres récits similaires provenant du monde entier ont été rassemblés dans divers livres et récits. YouTube "Paranormal Video Live Teleportation"
<https://www.youtube.com/watch?v=ba84UegCoPs>.

4 Voir les nombreuses références sur le site web de synthèse de <https://www.near-death.com/>.

directes pour s'en assurer ?

En fait, il est possible de le faire. Une *méditation interactive volontaire* vous permettra d'interagir avec votre Soi Supérieur presque comme si vous étiez en consultation directe avec lui. J'ai moi-même guidé des initiations à des méditations interactives une cinquantaine de fois. Je vous expliquerai volontiers comment procéder dans une minute.

Il n'en reste pas moins que de nombreux psychologues professionnels ne croient pas que ces procédures soient possibles. Permettez-moi donc de prendre le temps de m'adresser en quelques mots aux psychologues professionnels qui sont encore indécis au sujet des méditations interactives.

5.6.2. Pour les psychologues professionnels

En 2012, j'ai présenté la procédure que j'utilise pour induire des méditations interactives à un grand groupe de psychologues professionnels en Allemagne. Presque tous ont secoué la tête en signe d'incrédulité.

Beaucoup pensaient que j'étais complètement à côté de la plaque. D'autres ont suggéré que mes clients pouvaient être délirants ou que la procédure de méditation interactive favorisait la création d'états délirants. C'est aussi loin de la vérité qu'on puisse l'imaginer. La quasi-totalité de mes clients étaient en parfaite santé, le plus souvent des jeunes qui souhaitaient aller au plus profond d'eux-mêmes avant de prendre une décision importante dans leur vie.

Nous savons qu'il existe des cas gravement anormaux. Nous savons que certaines personnes ont divers types d'illusions totalement bizarres et inappropriées. Une partie de leur expérience peut consister à "entendre des voix qui leur disent ce qu'elles doivent faire", et elles ne voient pas d'autre solution que de suivre ces voix. Il s'agit manifestement d'un trouble profond et ces personnes ont besoin d'une attention professionnelle particulière. Je suis tout à fait d'accord pour dire que ces personnes ne devraient jamais entreprendre une méditation interactive. Les personnes qui ont un comportement délirant ne devraient jamais participer à une séance de méditation interactive, et aucune séance de ce type ne devrait leur être proposée.

Les personnes qui pourraient tirer profit d'une expérience de méditation interactive sont tout le contraire. Il s'agit d'adultes en bonne santé, ayant atteint un haut niveau de maturité, qui se posent des questions personnelles et qui souhaitent entendre l'avis de leur moi profond. Après avoir consulté leur moi intérieur, ou leur Soi Supérieur, ils prennent leurs propres décisions raisonnées quant à la marche à suivre.

L'autre grande question qui préoccupe les psychologues cliniciens est tout simplement la nouveauté de cette approche. L'hypothèse d'une entité invisible communiquant avec nous est encore difficile à concevoir. Elle suscite encore un rejet total dans de nombreux milieux scientifiques dominants, du moins en Europe occidentale et dans le monde anglophone.

Je considère que cette situation s'inscrit dans une évolution historique plus large. Il y a environ 150 ans, le manque d'informations et une profonde fascination pour les nouvelles inventions ont fait évoluer la science et le monde qu'elle dominait vers une position essentiellement matérialiste. Aujourd'hui, les tendances s'inversent lentement. Grâce à de nombreux facteurs – des résultats de recherche beaucoup plus étendus, des canaux de publication beaucoup plus larges, des expériences personnelles approfondies ainsi que des interactions à grande échelle via l'internet – nous révisons lentement les preuves. Ce qui était des "fantasmes" et des "illusions" sur la présence spirituelle dans nos vies il y a seulement deux décennies devient aujourd'hui de véritables hypothèses, voire de véritables probabilités, examinées par des expériences scientifiques rigoureuses (pensez

aux expériences de Scole⁵).

De nombreux psychologues professionnels du monde entier considèrent aujourd'hui que les guides spirituels peuvent réellement exister, qu'ils font partie de chacun d'entre nous et qu'ils peuvent communiquer avec nous par le biais d'une méditation interactive.

Tout le monde a un accès potentiel

Ceux d'entre nous qui ont déjà dirigé des méditations interactives ont pu découvrir un certain nombre de surprises : par exemple, des preuves solides de leur propre passé réincarnationnel ou de celui de leur client, ou des informations sur un événement réel qui n'était pas connu à l'avance.

Et c'est bien là le nœud du problème : ce n'est pas le monde divin qui est en cause. L'existence d'un monde divin n'est guère contestée ; il compte de nombreux adeptes parmi presque tous les peuples du monde. La question est de savoir si nous, les humains, pouvons porter en nous un lien avec le monde divin. Nous répondons que oui, nous avons tous un tel *lien plus profond*.

5.6.3. Les expériences de Dolores Cannon

Ce message se répand dans le monde entier, par le biais de groupes spirituels, de médias sociaux et de systèmes de téléchargement de vidéos. Il n'est donc pas surprenant que de nombreuses personnes souhaitent rencontrer directement leur Soi Supérieur en devenant leurs propres channellers. Ils aimeraient rencontrer leur Soi Supérieur et entendre la voix de leur "maître", dans une rencontre quasi biblique avec les êtres divins qui nous accompagnent.

C'est désormais possible, avec l'aide d'un praticien expérimenté.



Il y a un demi-siècle, une psychologue américaine entreprenante a découvert un moyen de laisser le Soi Supérieur nous parler directement dans un état de méditation profonde. Elle s'appelle Dolores Cannon (à gauche). Vous avez peut-être entendu parler d'elle. Un grand nombre de ses conférences publiques ont été diffusées sur YouTube et sur d'autres canaux vidéo, et elle a écrit 18 volumes basés sur la transcription de certains des "dialogues" interactifs les plus extraordinaires qu'elle a eus au cours des 40 années et plus où elle a organisé des séances de méditation. Au cours des milliers d'inductions qu'elle a organisées

depuis les années 1960, elle a reçu de nombreuses histoires exceptionnelles sur ce que les clients vivent lorsqu'ils sont dans ces états de méditation profonde⁶.

Par exemple, lorsque certains de ses clients se trouvaient dans un état permettant la "canalisation", ils parlaient en tant qu'êtres qui s'étaient incarnés "pour aider la Terre à traverser les temps difficiles actuels". Elle a reçu tellement de ces rapports que dans son

5 En science, on dit que si l'on veut démontrer quelque chose d'inhabituel, il vaut mieux avoir des arguments exceptionnellement forts. Il a longtemps été difficile d'argumenter en faveur de la "communication avec l'autre côté", mais cela est devenu beaucoup plus facile ces dernières années. Voici un reportage sur une expérience exceptionnellement solide de communication interdimensionnelle : YouTube "The Afterlife Investigations - The Scole Experiments - feature" https://www.youtube.com/watch?v=6qSEi_sfaSU.

6 Dolores Cannon utilise le terme "hypnose" que j'évite pour les raisons évoquées plus haut.

troisième volume "Convoluté Universe"⁷ et dans un volume spécial⁸, elle fournit des transcriptions de ce que ces "trois vagues de volontaires" sont venues faire sur Terre. Elle indique également que l'on peut distinguer ces "âmes volontaires" des autres âmes par leurs croyances et leurs perspectives particulières⁹.

Dans d'autres récits exceptionnels, Dolores Cannon dit avoir communiqué de cette manière avec Nostradamus, avec Jésus et même avec des êtres extraterrestres, et avoir reçu de nombreuses informations sur les origines de notre planète et d'autres sujets scientifiques importants. Pour intéressantes qu'elles soient, ces séances exceptionnelles ne doivent pas être considérées comme des "séances normales". Dolores Cannon admet volontiers qu'il s'agit de récits plutôt inhabituels et que la plupart des communications par "voix intérieure" proviennent de clients normaux confrontés aux problèmes typiques de tout un chacun.

Même ces échanges peuvent s'avérer exceptionnels. Lorsqu'un client a besoin d'une réponse à un problème quotidien, la voix canalisée adopte généralement une position détachée et sage et oriente le client vers des solutions claires, solides et réalisables. Lors de l'examen des réponses après l'induction, les clients disent souvent que dans leur état de conscience normal, ils n'auraient pas donné la même réponse et qu'ils ont été heureux de recevoir cette nouvelle perspective sur le problème.

Les clients normaux deviennent des cas exceptionnels

La "voix intérieure" semble donc en savoir plus que la "voix extérieure". Souvent, les voix intérieures révèlent des informations sur les causes originelles des problèmes psychologiques ou physiques des clients, et souvent, ces causes se trouvent dans des vies antérieures.

Dans un exemple typique donné par Dolores Cannon, l'un de ses clients s'interrogeait sur une douleur chronique médicalement inexpliquée dans l'une de ses épaules. La voix intérieure lui expliqua que cela était dû au fait que dans une vie antérieure, le client avait perdu la vie lors d'un combat à l'épée et qu'il avait été frappé mortellement à cette épaule. Une fois la cause originelle clairement établie, Dolores Cannon a demandé à son Soi Supérieur si la douleur chronique pouvait maintenant être soulagée ou supprimée. Et en effet, la douleur chronique a disparu de façon permanente au cours de la même séance de méditation interactive.

Et voici la partie la plus étonnante de l'histoire. Apparemment, de telles "rémissions spontanées" sont si fréquentes que, dans les années qui ont précédé son décès, la plupart des clients de Dolores Cannon étaient des patients atteints de cancer qui essayaient de combattre leur maladie à l'aide de méditations interactives. D'après ce que j'ai entendu de manière informelle lors d'un séminaire avec Dolores Cannon, un grand nombre de ses clients avaient obtenu des résultats exceptionnels à long terme.

Un cas de "rémission spontanée"

J'ai personnellement vu un cas spectaculaire de "rémission spontanée", une cliente qui participait à un cours de formation de Dolores Cannon. Il s'agissait d'une femme qui avait été gravement maltraitée par plusieurs hommes, qui était maintenant divorcée et qui se livrait à de graves batailles pour la garde de ses enfants. Elle n'allait pas bien. Elle avait

7 Dolores Cannon (2001, 2005, 2008, 2012). The Convoluté Universe I-IV. Ozark Mountain Publishing. <https://ozarkmt.com>.

8 Dolores Cannon (2011). The Three Waves of Volunteers and the New Earth, Ozark Mountain Publishing. <https://ozarkmt.com>.

9 Pour s'amuser un peu : je réponds à tous les critères.

développé une douleur chronique au cou, une énorme excroissance sur le côté gauche et de fortes douleurs abdominales.

Au cours de la séance de méditation interactive, une voix très différente s'est fait entendre et a expliqué qu'elle était l'une des âmes venues dans ce monde pour nous aider à le redresser. Elle avait endossé ces énormes souffrances pour comprendre celles que certaines femmes éprouvent dans le monde actuel. Mais c'est maintenant, au cours de cette session, qu'elle doit comprendre sa véritable mission. Maintenant que son histoire antérieure et son but dans la vie étaient clairs, elle avait la possibilité de commencer une vie entièrement différente et d'aider les autres à s'améliorer.

C'est apparemment devenu un point de transition clé de sa vie. Après avoir expliqué ces liens, ses guides intérieurs ont spontanément éliminé ses douleurs cervicales, dégonflé sa croissance et atténué ses douleurs abdominales. Lorsque la cliente est sortie de la séance, elle était exaltée. Ses douleurs cervicales et abdominales avaient disparu et sa croissance avait sensiblement diminué. J'étais là après la séance et la femme m'a même demandé de toucher sa croissance réduite.

La guérison s'est poursuivie à l'automne, lorsque j'ai eu un premier contact par courrier électronique avec elle, et elle a été confirmée un an plus tard lors d'un second échange de courriers électroniques. L'expérience l'avait amenée à commencer une vie entièrement nouvelle, bien meilleure, dans des circonstances totalement nouvelles.

5.6.4. *Organiser une méditation interactive*

La principale différence dans les inductions de Dolores Cannon réside dans le fait qu'elle organise des sessions de longue durée. Elles durent généralement plus de deux heures, souvent jusqu'à quatre heures. À première vue, il s'agit de méditations assez normales au cours desquelles les clients visualisent des expériences significatives "qui leur semblent justes". Il s'agit de méditations guidées spontanées, tout à fait à l'opposé des méditations ciblées ou à vide que l'on pratique dans le cadre du zen.

Les animateurs demandent simplement à leurs clients de décrire leurs expériences de la manière la plus détaillée possible, afin que tout puisse être enregistré et que l'on puisse répondre aux diverses questions des clients. Les animateurs recueillent autant de détails pertinents que possible et guident doucement les clients vers des questions plus significatives dans leur vie.

Ce qui commence comme une méditation normale et fluide se termine souvent par une expérience spirituelle très profonde, c'est-à-dire une rencontre avec le Soi Supérieur. Les clients entrent spontanément dans ces rencontres et commencent soudain à parler d'une voix différente. L'attitude, la perspective, la voix et même le genre de la voix changent souvent profondément. Au lieu de la voix normale du client, on peut entendre une personne exceptionnellement compétente qui parle de manière factuelle des expériences vécues par le client dans ses vies antérieures et qui place la vie actuelle du client dans une perspective beaucoup plus large.

Un indice apparaît régulièrement : les clients se réfèrent souvent à eux-mêmes à la troisième personne ("il/elle a fait ceci ou cela"). De même, lorsqu'on leur pose directement la question, les clients disent volontiers qu'ils n'expriment pas leurs opinions conscientes, mais celles de leur "subconscient", de leur "Moi Supérieur" ou, parfois, d'un "être supérieur".

Lorsque les clients sortent de la séance, nombreux sont ceux qui perdent la notion du temps. Il s'est écoulé plus de temps qu'ils ne le pensent. De nombreux clients n'ont aucune idée de ce que la voix intérieure a dit pendant la séance. D'autres ont suivi les commentaires de la voix intérieure dans une sorte d'hébétéude. D'autres encore ressentent

les commentaires de la voix intérieure de manière tout à fait consciente. L'écoute de l'enregistrement après la séance permet généralement d'obtenir de nombreuses informations supplémentaires.

Du point de vue de l'ascension

Les méditations interactives offrent des perspectives et des expériences intéressantes. Les clients font souvent l'expérience que des personnes proches d'eux dans leur vie actuelle (parents, enfants, conjoints, amis proches) leur apparaissent comme des entités de l'âme de vies antérieures. Les méditations interactives suggèrent souvent que des affaires non traitées dans une vie antérieure devraient être résolues. Les blessures, les difficultés médicales et les handicaps professionnels peuvent souvent être liés à des événements survenus dans une vie antérieure. Enfin, de telles révélations conduisent souvent à un soulagement physique des malaises actuels.

Deux étapes conceptuelles sont nécessaires pour conclure ces réflexions.

Tout d'abord, nous devons admettre que notre vie actuelle, depuis notre naissance, est une vie entièrement nouvelle, offerte à notre âme réincarnée, et qu'elle ne doit rien du tout à nos vies antérieures. La vie spirituelle qui est déjà en nous, avec toute sa puissance créatrice, nous donne la liberté de générer une perspective de vie entièrement nouvelle, faite de joie, d'honnêteté et de réaffirmation personnelle. Nous pouvons ainsi nous libérer des chaînes des handicaps anciens et dépassés et regarder la vie avec des yeux entièrement nouveaux.

Vient ensuite une deuxième étape. Nous pouvons aussi admettre que nous avons le pouvoir de nous guérir nous-mêmes, autant et aussi rapidement que les circonstances réelles et physiques le permettent. Notre moi intérieur sait comment régénérer n'importe quelle partie de notre corps, et il peut à la fois nous dire ce qu'il faut faire et nous aider à le faire. Cette "guérison spontanée" est parfois rapide, parfois plus longue, en fonction de notre état psychique et physique. Mais si la volonté est là, et si le corps dispose encore de suffisamment de ressources biologiques régénératrices, des guérisons surprenantes sont possibles.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le texte tel qu'il est ?" Réponse : "Oui." "Puis-je le mettre sur Internet comme prochain chapitre ?" Réponse : "Tout à fait d'accord."]

5.7. Télépathie

Au centre de votre vie en 5D, au plus profond de vous, se trouve votre "sweet spot" (espace enchanteur). C'est votre point de connexion télépathique.

Si vous avez suivi cette introduction, en sautant à pieds et en vous amusant à lire chaque nouveau chapitre, vous savez exactement de quoi je parle. À l'intersection de toutes vos relations, il y a un endroit où vous êtes au centre de votre "essaim personnel", de tout votre réseau social. C'est là que vous vous sentez mentalement et spirituellement chez vous, et que toutes vos connexions sociales convergent.

C'est aussi votre point de connexion avec le reste du monde. Ce point rayonne de vous vers votre partenaire, votre famille, vos amis et tous ceux qui sont importants pour vous. Lorsque vous vous sentez dans ce "point", vous vous sentez naturellement connecté à tous les êtres chers qui vous entourent. Ce centre d'interconnexion télépathique crée un centre émotionnel naturel pour votre existence spirituelle.

Il constitue probablement aussi la base de la télépathie humaine.

Connecter

Relier la télépathie au centre de votre "essaim" peut sembler surprenant à première vue. Dans la littérature spirituelle, nous lisons que des prophètes, des channellers, des saints, etc. entendent des messages télépathiques dans leur tête, qui proviennent manifestement de sources extérieures, puisque personne ne parle autour d'eux. La plupart d'entre nous ont interprété ces événements comme une sorte de "coups de téléphone de l'au-delà", ce qui suggère qu'une antenne radio émet des messages dans la tête du récepteur.

D'après ce que j'ai pu constater, ce n'est pas vraiment l'aspect cardinal de la télépathie.

D'après ce que j'ai compris, la télépathie humaine fonctionne par l'intermédiaire de notre noyau central profond, ou de notre "moi intérieur". Pensez aux nombreuses façons dont nous avons déjà découvert comment nous fonctionnons. Notre moi intérieur subconscient, que nous appelons notre Soi Supérieur, est un agent actif qui recueille en permanence des informations interdimensionnelles, en particulier auprès de nos amis proches. En même temps, il ne vous dérange pas avec "tout le bruit" qui nous entoure. Mais lorsque l'information est urgente, ou lorsque vous la demandez activement, notre Soi Supérieur vous permet de prendre conscience des messages non verbaux ou verbaux qu'il a recueillis et qui sont pertinents pour vous.

La "télépathie" est donc une extension de vous-même. Lorsque vous développez votre capacité à entendre et à parler consciemment par télépathie, cette capacité est le rendu de votre expression au niveau conscient. Une fois que vous avez acquis suffisamment de pratique, vous pouvez apprendre à exprimer verbalement vos propres pensées et à communiquer par le biais de vos canaux intentionnels.

Ce point de connexion interdimensionnel constitue un élément central de votre existence spirituelle. D'après ce que j'ai pu recueillir auprès de multiples sources, nous apprendrons de plus en plus à communiquer avec le reste du monde par l'intermédiaire de ces points focaux de télépathie dans les années et décennies à venir.

Précision de la télépathie

Merriam-Webster définit la télépathie comme "la communication d'un esprit à un autre par

des moyens extrasensoriels". Ainsi, au niveau le plus élémentaire, si vous prenez un pendule, que vous le faites osciller et que vous cherchez à savoir comment va un bon ami, vous communiquez déjà par télépathie avec votre ami, puisque vous obtenez vos informations par des moyens extrasensoriels. Toutes les formes de communication interdimensionnelle utilisent la télépathie à certains moments.

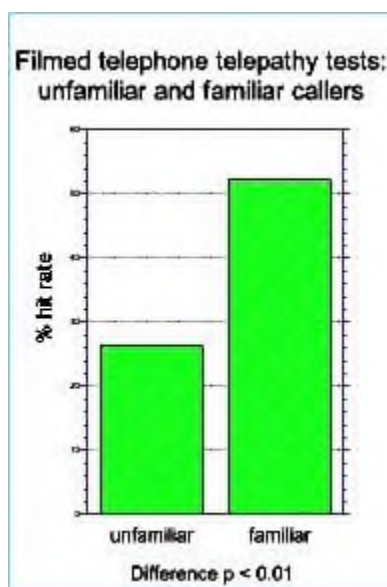
La télépathie est-elle exacte ? Oui, elle est aussi précise que n'importe lequel de nos autres outils interdimensionnels, et particulièrement entre personnes qui se connaissent bien, surtout dans les cas urgents. Des études systématiques (voir ci-dessous) ont montré des taux de précision de plus de 50% pour deviner lequel de quatre amis appelle sur un téléphone à réseau fixe sans identification de l'appelant.

Il s'agit là de résultats relativement récents en matière de télépathie, et de nombreux psychologues ne sont pas encore au courant de ces excellents taux. En revanche, de nombreux spécialistes connaissent les nombreux tests parapsychologiques qui montrent depuis plus de 80 ans que la plupart d'entre nous sont télépathes dans une certaine mesure. Par exemple, si vous essayez de deviner quelle carte regarde une personne derrière un mur, vous avez un juste peu plus de chances de tomber juste. Si l'on effectue un nombre suffisant de tests de ce type, ces différences sont statistiquement significatives.

Les personnes qui ne souhaitent pas être considérées comme télépathes affichent curieusement des résultats statistiquement significatifs inférieurs à la chance. En d'autres termes, leurs résultats sont toujours statistiquement différents des résultats aléatoires, mais dans le sens inverse de ceux des personnes qui acceptent l'idée de la télépathie. Nous savons donc que toute tentative d'utilisation de la télépathie a des effets déterminés, malgré le déni massif d'un grand nombre de personnes.

5.7.1. Au-delà des résultats bien établis

Ces résultats bien établis sont issus des milliers de tests (assez ennuyeux) de devinettes de cartes qui ont été menés dans les années 1930, 1940 et 1950 dans le cadre des expériences de J.B. Rhine à l'université de Duke (États-Unis). Dans les années 1950 et 1960, certaines questions statistiques ont été vérifiées et quelques grandes méta-études ont été réalisées. Mais en fin de compte, toutes ces études ont confirmé les résultats initiaux.



Bien que des personnes talentueuses, très motivées et bien formées aient obtenu des résultats exceptionnels, la télépathie moyenne était très proche du niveau du hasard, et personne n'a jamais démontré qu'il était possible d'obtenir une précision de 100% à tout moment. Pendant longtemps, on a pensé que les résultats légèrement supérieurs au hasard qui ressortaient de ces études correspondaient au niveau de télépathie possible pour un être humain moyen¹.

Cependant, ces tests avaient été réalisés avec des personnes qui ne se connaissaient pas.

Lorsque les tests sont effectués avec des personnes qui se connaissent bien et qui ont le sentiment d'être télépathiquement connectées aux autres, les résultats peuvent être beaucoup plus impressionnants.

À gauche, vous voyez les résultats d'un test de télépathie par téléphone mené par Rupert Sheldrake et réalisé par des

1 Commencez par l'examen du site http://archived.parapsych.org/members/jb_rhine.html

personnes qui sont soit inconnues, soit familières à la personne appelée. Le jeu consistait à deviner l'identité de la personne qui appelait sur une ligne fixe sans identification de l'appelant. Tous les sujets ont été filmés pour s'assurer qu'ils ne pouvaient pas tricher (avec des téléphones portables, des ordinateurs, etc.). Les taux de devinettes étaient à peine supérieurs au hasard (25%) pour les appelants non familiers, comme dans les expériences de Rhine, mais ils étaient supérieurs à 50% – bien au-delà des niveaux de signification – pour les appelants familiers².

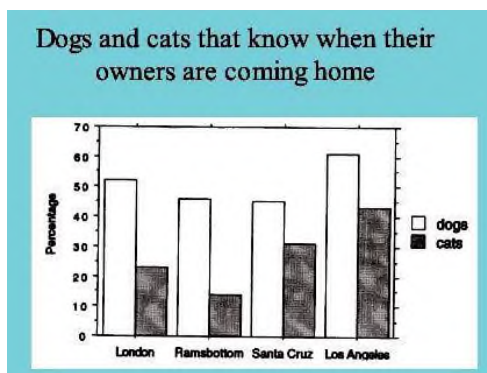
Une bonne façon de comprendre ce type de test est de regarder une vidéo télévisée réalisée avec les quatre membres du groupe musical des Nolan Sisters. Un groupe musical doit faire preuve de cohérence interne pour réussir en tant que groupe, et en effet, le groupe a obtenu de très bons résultats au test de télépathie téléphonique³.

Des chiens et des chats qui savent quand leurs maîtres rentrent à la maison

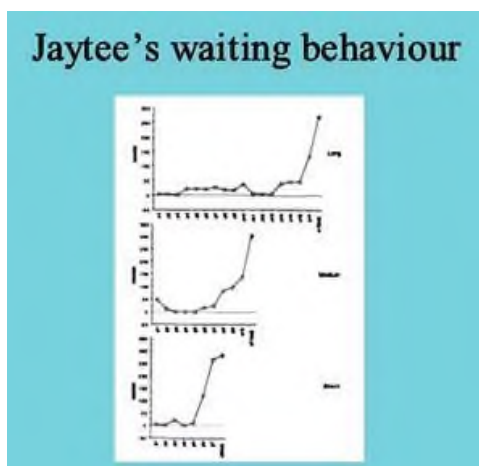
Les résultats obtenus par Rupert Sheldrake ont suscité un vif émoi dans la communauté scientifique matérialiste. Ce type de résultat va directement à l'encontre du courant dominant. Comment comprendre cette puissante forme d'interconnexion humaine, et pourquoi les humains auraient-ils une telle capacité ?

Pour commencer à répondre à cette question, nous nous tournons vers une autre série d'expériences menées avec succès par Rupert Sheldrake : la télépathie animale. Les

animaux peuvent nous montrer avec une grande fiabilité certains mécanismes sous-jacents du fonctionnement psychologique qui sont plus difficiles à démontrer avec les humains.



De nombreuses personnes possédant des chiens et des chats ont remarqué que leurs animaux semblent savoir quand leurs maîtres rentrent à la maison. Ci-contre, une enquête menée auprès de propriétaires de chiens dans deux villes du Royaume-Uni et deux villes de Californie (extrait de la vidéo de la note de bas de page 21). Environ la moitié des chiens et entre 15% et 42% des chats présentent un tel comportement.



En général, ce comportement est simplement attribué au fait que les animaux entendent des bruits de pas caractéristiques ou des bruits de moteur et de pneus sur le gravier à l'extérieur. Cependant, l'affaire n'est pas si simple, car en réalité, les chiens et les chats commencent à attendre leurs maîtres bien avant qu'ils ne se présentent à la porte.

En fait, dans une étude détaillée portant sur quelque 800 chiens et 500 chats, Sheldrake a recueilli des enregistrements vidéo de comportements de chiens et de chats attendant leurs maîtres pendant les heures

- 2 Illustration tirée de YouTube "Rupert Sheldrake the Evolution of Telepathy" <https://youtu.be/2MOzISF0a8M>. Conférence Perrott-Warrick par le Dr. Rupert Sheldrake (9 février. 2011. Pour un mélange de 1000 appelants familiers et non familiers, Sheldrake cite 42% d'identifications correctes dans la vidéo donnée dans la note de bas de page suivante.
- 3 "Telephone Telepathy with the Nolan Sisters and Rupert Sheldrake" https://www.youtube.com/watch?v=_tQe7NXIcnw

de retour à la maison. Une illustration est présentée à gauche. Le chien Jaytee a commencé à se rendre à la fenêtre une heure entière, voire plus, avant que son propriétaire ne se présente à la maison. Selon Sheldrake, les animaux commencent généralement à attendre leur propriétaire au moment où celui-ci décide de rentrer chez lui, quel que soit l'endroit où il se trouve et le moyen de transport qu'il choisit.

Par ailleurs, Sheldrake affirme que les animaux sont distraits de leur comportement d'attente par d'autres animaux du voisinage, ce qui est une autre façon de dire que "les animaux qui s'ennuient et qui n'ont rien d'autre à faire montrent des signes d'attente du retour de leur propriétaire". Cette observation pourrait expliquer les scores élevés des chiens et des chats de Los Angeles, où il est probable qu'un pourcentage élevé d'animaux étaient enfermés à l'intérieur pendant l'absence de leur propriétaire.

5.7.2. Le réseau universel de télépathie

Nous avons donc des chiens et des chats qui semblent savoir quand leurs maîtres décident de rentrer à la maison, et où la distance ou le moyen de transport ne fait aucune différence dans les résultats. Nous disposons également de preuves substantielles de l'existence d'une connaissance télépathique avec des interlocuteurs téléphoniques familiers. Selon Sheldrake, des résultats similaires à grande échelle sont en cours d'élaboration pour les SMS et les messages électroniques. Nous pourrions également rire des chats qui savent à l'avance quand leurs propriétaires veulent les emmener chez le vétérinaire et qui disparaissent juste à temps avant le rendez-vous, ou d'un perroquet new-yorkais qui réveille sa propriétaire en lui faisant des commentaires bruyants sur ses rêves⁴.

Tous ces résultats montrent que la télépathie existe très probablement chez les chiens, les chats, les oiseaux et les humains. Cela implique également qu'il doit exister un immense réseau télépathique universel qui relie les humains, les chiens, les chats et les oiseaux les uns aux autres d'une manière ou d'une autre. Lorsque les chiens s'ennuient suffisamment, ils se branchent sur ce réseau pour savoir si leurs maîtres ont déjà pris les clés de la voiture pour commencer le voyage de retour. Si c'est le cas, ils ont tendance à aller à la fenêtre ou à la porte et à attendre qu'ils rentrent à la maison.

Un aspect fascinant de ce réseau est que la distance ou le temps n'ont apparemment pas d'importance. Aucun effet de la distance ou du temps de transmission des messages n'a jamais été documenté pour les expériences de J.B. Rhine, ni pour aucune des expériences de Sheldrake. Le réseau télépathique fonctionne apparemment n'importe où et dans un temps parallèle. Il s'agit d'un "réseau de partage instantané".

Mais pourquoi ce réseau est-il si "faible", en ce sens que nous ne pouvons pas décider d'"appeler quelqu'un pour discuter" en composant le numéro de ce réseau de communication à notre guise ?

Peut-être à dessein. Les expériences de certains consommateurs de LSD peuvent nous le démontrer.

Télépathie sous LSD

Il semble que dans certains cas, le LSD ait amélioré la télépathie entre deux expérimentateurs de drogues, de sorte que sur de longues périodes, ils étaient en contact télépathique. Ces expériences ont également montré les inconvénients d'une

4 "Rupert Sheldrake - The Extended Mind - Telepathy" (3 parties) :
<https://www.youtube.com/watch?v=Yo0gyXZQv0o>,
https://www.youtube.com/watch?v=_0V6KBzIhu4,
<https://www.youtube.com/watch?v=hYkoQ9WnwAM>

communication télépathique incontrôlée.

Je m'arrêterai rapidement pour dire que je ne souhaite pas encourager l'expérimentation incontrôlée du LSD ou d'autres drogues psychogènes. Je ne dis pas cela parce que je crains que des avocats entreprenants ne lisent ces lignes. Le LSD, tel qu'il est actuellement disponible sur le marché illégal, peut être contaminé et présenter de graves risques pour la santé. De plus, il n'est vraiment pas drôle de devoir se rendre à l'hôpital pour se faire faire un lavage d'estomac – ou pire encore, de finir comme un patient en phase terminale de la maladie d'Alzheimer. Ces événements se sont produits.

Par ailleurs, les trips au LSD donnent une vision du monde très sélective et parfois déformée. Si vous n'êtes pas guidé par un professionnel expérimenté, vous risquez d'être tragiquement désorienté dans votre compréhension de votre propre psychologie et de votre spiritualité. Cela peut vous conduire, pendant de nombreuses années, sur le chemin d'une impasse dans votre propre développement personnel.

Oui, nous devrions nous permettre d'expérimenter avec notre esprit créatif, mais toujours de manière à en avoir le plein contrôle et à ne pas mettre en danger le délicat fonctionnement nerveux qui constitue notre fabuleux esprit humain. Une expérimentation beaucoup plus sûre des états spirituels est possible grâce à une stimulation magnétique transcrânienne soigneusement contrôlée et totalement légale⁵.

Cela dit, revenons aux faits. Sur YouTube, quelques jeunes gens ont décrit de fortes conversations télépathiques avec des amis au cours de leurs expériences sous LSD⁶. Ils savaient parfaitement qu'ils étaient en communication interactive continue par des moyens télépathiques.

L'un des principaux problèmes était qu'ils ne pouvaient pas raccrocher le téléphone et que les communications télépathiques interféraient avec leurs conversations normales. Ils devenaient très confus lorsque quelqu'un commençait à parler, parce que les deux lignes de communication entraient en conflit l'une avec l'autre. Intérieurement, ils continuaient à communiquer avec leurs amis par télépathie, alors qu'extérieurement, ils voulaient participer à une conversation parlée. Ce problème de contrôle est lié au fait que sous LSD, il est souvent difficile, voire impossible, de désactiver un flux perceptif donné. Les expérimentateurs sont fixés sur un certain point de perception et ne peuvent pas dévier leur attention.

Pour nous, cela suggère également que notre niveau actuel de capacité télépathique est limité parce que nous n'avons pas encore appris à activer et à désactiver le flux télépathique à volonté. Une fois que nous aurons appris à le faire, notre exploration de l'Internet télépathique interdimensionnel pourra s'élargir considérablement.

5.7.3. Le comportement en essaim comme dimension spirituelle

Si le fonctionnement et la commutation des communications sont adéquats, l'utilisation accrue et volontaire de la télépathie par l'homme serait très intéressante. Quelles seraient les conséquences d'une telle utilisation accrue de la télépathie ?

Il est probable qu'une télépathie largement partagée atteindrait profondément les relations

5 Par exemple, le "God helmet"/"casque de Dieu", <https://www.god-helmet.com/wp/god-helmet/index.htm>.

6 Par exemple, YouTube "Telepathy During an MDMA and LSD Trip" (Télépathie pendant un voyage sous MDMA et LSD), n'est plus disponible. Des expériences télépathiques avec communication claire d'informations jusqu'alors inconnues ont également été recueillies avec du LSD pur lors de tests de laboratoire officiellement approuvés, effectués dans les années 1960 et 1970 avec des patients atteints d'un cancer en phase terminale au Maryland Psychiatric Research Center, voir Grof, Stanislav (2006). L'ultime voyage : Consciousness and the Mystery of Death. Association multidisciplinaire pour les études psychédéliques.

interpersonnelles. Par exemple, lorsque l'on devient intuitivement conscient de ce que son voisin peut penser et ressentir – c'est-à-dire parmi les membres hautement ascensionnés – il sera beaucoup plus facile de développer un "comportement d'essaim" au sein d'un certain groupe.

Les essaims sont observés dans les groupes d'oiseaux et de poissons à certaines périodes de l'année, lorsque de grands groupes volent ou nagent en groupes cohérents. Pendant longtemps, ce type de comportement a été expliqué comme une forme de copie du comportement du voisin, mais l'explication du chat copieur ne tient pas. Selon Sheldrake, les calculs ont montré qu'il faudrait beaucoup trop de temps pour transmettre les impulsions d'un oiseau à l'autre à travers l'ensemble de l'essaim via les systèmes visuels et neuronaux.

Une explication prometteuse pourrait être basée sur les états quantiques de la télépathie animale. Si les oiseaux suivent un plan directeur évolutif partagé dans un système télépathique de partage instantané, la synchronisation du comportement coordonné de l'essaim pourrait s'expliquer beaucoup plus facilement. Cette formulation est donc l'hypothèse de la "télépathie quantique".

Deux facteurs favorisent cette hypothèse : premièrement, la *distance* n'a aucune incidence sur la qualité de la transmission. Ensuite, le *degré de plus grande familiarité* entre les membres de l'essaim ressemble au comportement des électrons dans un état intriqué. En physique quantique, les particules d'électrons intriquées restent connectées, de sorte que les actions effectuées sur l'une affectent l'autre, même lorsqu'elles sont séparées par de grandes distances⁷. De la même manière, on pourrait proposer que des états quantiques spécifiques au sein d'un essaim se propagent davantage qu'à l'extérieur de l'essaim.

Par ailleurs, le comportement en essaim chez les animaux est parallèle au comportement coopératif chez les humains, dont nous savons qu'il est favorisé par les dimensions spirituelles. Si l'on tient compte des preuves de télépathie animale et humaine, un lien devient évident entre le comportement coopératif et le comportement en essaim. Lorsqu'il est dans l'intérêt de la plupart des membres d'un groupe fortement coopératif, un "comportement en essaim" pourrait émerger, où les orientations pourraient être déterminées de manière coopérative par le biais d'un réseau de télépathie à partage instantané.

À long terme, nous pourrions ainsi évoluer vers un nouveau modèle social dans lequel nous serions beaucoup plus étroitement liés grâce à nos liens de communication subconscients.

La télépathie entre humains est-elle possible ?

Dans une vidéo publiée en juin 2013, des preuves raisonnables d'intuitions partagées entre des jumeaux identiques ont été montrées⁸. Les intuitions partagées sont une bonne preuve, mais une étape supplémentaire est souhaitée : la télépathie en tant que substitut universel normal de la parole humaine.

Depuis 2013, de nombreux "témoignages de dénonciateurs officiels" ont également été révélés sur l'utilisation de la télépathie dans les communications avec les extraterrestres. Des grammaires ou dictionnaires concrets de la télépathie voient le jour⁹. Un exercice

7 L'intrication quantique est un phénomène physique qui se produit lorsqu'une paire ou un groupe de particules est généré, interagit ou partage une proximité spatiale d'une manière telle que l'état quantique de chaque particule de la paire ou du groupe ne peut être décrit indépendamment de l'état des autres, y compris lorsque les particules sont séparées par une grande distance. Wikipedia

8 "Naked Science - Telepathy", <https://www.youtube.com/watch?v=AdmyUEVLRAM>

9 Vous pouvez trouver une introduction à la télépathie ici : <https://www.officialfirstcontact.com/wp-content/uploads/2019/05/Telepathy-101-Primer-English.pdf>, disponible sur [officialfirstcontact.com](https://www.officialfirstcontact.com).

guidé de télépathie pour établir une relation étroite entre vous et une personne spéciale est également disponible ici¹⁰.

Considérez les effets potentiels d'une propagation du comportement d'essaimage

Si un nombre croissant d'humains ascensionnés développent efficacement leurs capacités télépathiques pour capter les pensées des autres, des changements majeurs pourraient survenir.

Nous saurions de plus en plus clairement quels méfaits sont commis à droite et à gauche, ce qui aurait des conséquences très importantes sur le fonctionnement de la police, de la justice et de la politique. Par ailleurs, le développement d'une plus grande capacité télépathique soulèverait également des questions majeures concernant la protection de la vie privée et des droits de l'homme.

Comme nous l'avons vu, la communication télépathique n'est utile que si elle peut être activée et désactivée volontairement. Il reste à voir si et dans quelle mesure les criminels pourront cacher leurs méfaits, et si les individus pourront préserver leur intimité légitime lorsque cela est approprié dans des conditions de capacité télépathique accrue au sein de la population.

L'humanité est peut-être sur le point de soulever des questions entièrement nouvelles en matière de comportement social et de respect de la vie privée à mesure que nous avançons dans un monde où les fonctions télépathiques peuvent faire partie de notre vie quotidienne.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec ce qui est écrit ici ?" "Fortement d'accord." "Puis-je le mettre sur le site web ?" "Accord fort."]

10 "Guided Telepathy Make Your Special Person Think of You", <https://youtu.be/gjRujTCdDeo>

6.1. La guérison spirituelle

Le corps humain est très complexe et ses fonctions peuvent être déséquilibrées pour diverses raisons. La guérison spirituelle vise à surmonter de nombreuses causes profondes de ces problèmes.

La guérison spirituelle fait et devrait faire partie d'une *approche complète (holistique)* de la guérison.

Elle doit et peut s'intégrer à la guérison physique et psychologique. Les trois approches, physique, psychologique et spirituelle, doivent se soutenir mutuellement.

Tout comme une thérapie médicale ou psychothérapeutique bien choisie, la guérison spirituelle peut nous aider à retrouver un corps et un esprit qui fonctionnent bien et qui sont équilibrés, à faire fonctionner le corps sans problèmes apparents. Plus on améliore son fonctionnement et son bien-être, plus on peut atteindre ses objectifs et profiter de la vie.

À l'heure actuelle, l'acceptation de la guérison spirituelle est encore marginale dans la société occidentale. Dans le monde oriental, les approches spirituelles ont une longue histoire et sont bien acceptées par la population. Nombre de ses aspects sont largement intégrés dans les traitements médicaux et psychothérapeutiques. L'interaction holistique entre les concepts spirituels, psychologiques et médicaux est beaucoup moins conflictuelle en Orient qu'en Occident.

Avec notre ascension vers la 5e dimension, le temps est venu pour beaucoup d'entre nous, en Occident, d'ouvrir notre esprit et d'envisager les possibilités de la guérison spirituelle. Cette approche peut offrir des perspectives qui ne sont pas disponibles ou seulement partiellement ouvertes dans les approches médicales ou psychologiques traditionnelles.

Un exemple concret

Ce sont les exemples qui nous apprennent le mieux, et pour cela, les auteurs ne peuvent faire mieux que de s'inspirer de leur propre histoire. Voyons donc comment la guérison spirituelle a fonctionné pour moi.



Image : <http://robcares.com>

Vers 2004, j'ai fait ce que l'on appelle communément un "burn-out"¹. Après 30 ans de travail intensif non-stop dans diverses universités, dans différents pays, poussé par des aspirations personnelles excessives et entravé par des compétences sociales inadéquates, je rencontrais de plus en plus d'opposition dans mon environnement professionnel. Au fil des années, les pressions sont devenues de plus en plus fortes, et mon

1 Wikipédia : "Le burnout est un terme psychologique qui fait référence à l'épuisement à long terme et à la diminution de l'intérêt pour le travail. Les recherches indiquent que les médecins généralistes présentent la plus grande proportion de cas d'épuisement professionnel ; selon une étude néerlandaise récente publiée dans Psychological Reports, pas moins de 40% d'entre eux ont connu des niveaux élevés d'épuisement professionnel. ... De nombreuses théories sur l'épuisement professionnel incluent des résultats négatifs ..., y compris des mesures de la fonction professionnelle (performance, rendement, etc.), des résultats liés à la santé (augmentation des hormones de stress, maladies coronariennes, problèmes circulatoires) et des problèmes de santé mentale tels que la dépression".

tissu mental et physique a été broyé. La situation est devenue ingérable, je me suis retrouvée dans l'incapacité de travailler – et tout s'est arrêté net.

J'ai dû prendre un mois de congé, mais cela n'a pas suffi. Je me suis à peine remise. Un an plus tard, en pleine séparation, j'ai remarqué un matin que j'avais perdu la moitié droite de mon champ visuel. Mon corps était littéralement en train d'abandonner. J'ai été hospitalisé et soumis à un examen approfondi. Dieu merci, l'affection n'a duré que quatre heures et s'est ensuite résorbée. Aucun dysfonctionnement physique majeur n'a été constaté et j'ai pu sortir quelques jours plus tard.

En même temps, j'étais au bout du rouleau. Je savais que j'avais eu deux coups de semonce et je n'avais pas envie d'en recevoir un troisième. Mes antécédents médicaux laissaient présager un accident vasculaire cérébral. J'ai tenu quatre ans de plus, j'ai réduit mon emploi du temps autant que possible, puis j'ai pris une retraite anticipée en 2008. J'ai tracé une ligne solide, j'ai abandonné tout travail et j'ai pris des vacances prolongées.

En bref, j'ai réagi juste à temps et j'ai évité de justesse un problème de santé plus grave. Le burn-out était principalement psychologique (incapacité à gérer le stress, perte de motivation, etc.), mais il s'accompagnait d'un épuisement physique total. De plus, d'autres problèmes se profilaient à l'horizon. La perte du champ visuel aurait pu se transformer en une atteinte neurologique plus importante, et il aurait pu y avoir un arrêt cardiaque – ou pire.

Un rétablissement lent

Il m'a fallu beaucoup de temps pour me remettre de ce burn-out. Pendant deux ans, j'ai dormi environ 16 heures par jour. Toutes les 24 heures, j'avais deux courtes périodes d'éveil, chacune d'une durée d'environ quatre heures. Entre les deux, je faisais de longues siestes. Au bout de dix ans, j'ai lentement émergé d'un épais brouillard de fatigue continue.

L'épuisement était désastreux pour ce que je pouvais accomplir. Au cours de mes 30 années de vie en tant que professeur d'université, j'avais écrit et/ou co-écrit cinq livres professionnels et plus de 100 articles scientifiques². Mais pendant les dix années qui ont suivi le burn-out, je n'ai pas accompli grand-chose de plus qu'une première version sommaire de ce "*Guide à l'Ascension*". J'ai commencé un certain nombre de projets, que j'ai tous abandonnés. Par exemple, j'ai essayé d'apprendre à jouer du piano à partir de zéro, mais je n'étais pas capable de me concentrer pendant de longues périodes de temps, ni de pratiquer régulièrement, et encore moins de me souvenir de ce que j'avais appris.

La rédaction de la première version de ce "Guide" a été un travail difficile pour moi, beaucoup plus difficile qu'il ne l'aurait été avant le burn-out. J'avais toujours l'impression d'avoir le même esprit qu'avant. Je n'avais aucune perte de mémoire, je réfléchissais toujours rapidement, je lisais beaucoup et mes temps de réaction étaient comparables à ce qu'ils étaient avant le burn-out. Mais ce que j'ai perdu pendant ces dix années, c'est une énorme quantité de temps, de clarté et de liberté par rapport à ce "brouillard", ainsi que la volonté de mener à bien un projet complet³.

Maintenant que l'épisode du burn-out est bien derrière moi, je progresse bien dans mes deux projets actuels, qui sont d'abord la version mise à jour et étendue de ce "Guide de l'ascendance" et ensuite, mon nouveau site de musique classique (<https://neoclassix.info>). Vous êtes en train de lire la cinquième édition révisée du Guide de l'ascendance.

² <https://www.permakultura.ch/cv/Kellerdoc.html>

³ Des amis spirituels m'ont gentiment suggéré que j'avais besoin de temps "pour réfléchir vraiment à la question de l'ascendance". Effectivement...

D'un point de vue rétrospectif, je peux vous dire ce que j'ai appris en une dizaine d'années de guérison du burn-out.

La guérison

Que fait-on avec un patient en burn-out ?

Après l'hospitalisation, j'ai suivi le processus médical habituel. Les médecins ont essayé de me mettre sous différents types d'antidépresseurs, mais leurs médicaments m'ont causé beaucoup de désagréments – perte de la libido, profonde insatisfaction intérieure et d'incroyables périodes de transpiration excessive. Après quelques semaines, j'ai jeté toutes les pilules à la poubelle et je ne l'ai jamais regretté.

J'ai également suivi une psychothérapie. La première thérapeute ne comprenait pas du tout ce que je vivais et ne m'a été d'aucune aide. La deuxième thérapeute était meilleure. Nous avons abordé les questions de mes compétences sociales et de mes aspirations professionnelles excessives. J'ai vu un certain nombre de choses que je n'avais pas vues auparavant. Mais au bout de quelques mois, nous étions également au bout du rouleau.

J'étais encore à des années d'une véritable guérison. C'est là que la guérison spirituelle est intervenue. J'ai commencé à travailler avec mon moi intérieur. À ce moment-là, ma conscience avait mûri au point d'établir une interface directe avec mon Moi Supérieur, Melkiades.

J'utilisais le Yi-Jing, je méditais avec les enregistrements Hemisync de l'Institut Monroe, j'avais développé ma capacité à travailler avec le pendule et j'ai finalement ajouté les rêves conscients. J'ai souvent posé des questions pendant des heures, j'ai réfléchi aux réponses, puis j'ai creusé davantage. Les réponses que je recevais étaient d'abord approximatives, mais peu à peu, elles sont devenues plus claires, plus cohérentes et plus précises.

Mon moi intérieur a commencé à me proposer des solutions, là où les médecins et les psychothérapeutes s'étaient arrêtés. Souvent, ces solutions étaient nouvelles et surprenantes, et elles m'ont finalement conduit à une forme de guérison spirituelle autodirigée.

6.1.1. Guérison spirituelle autodirigée

La guérison spirituelle autodirigée ressemble un peu à la psychothérapie, mais avec la différence cruciale que les clients trouvent leurs propres solutions dans les interactions avec leur moi spirituel. En véritable ascension, nous apprenons à développer nos propres capacités à nous guérir nous-mêmes. Nous organisons nos propres séances de questions-réponses en utilisant les outils de communication interdimensionnels. Nous ne sommes plus les objets (ou parfois les cobayes) d'un praticien extérieur. Nous allons directement à la source, c'est-à-dire à nous-mêmes.

En psychothérapie, un thérapeute externe est la principale source d'inspiration, alors que dans la guérison spirituelle autodirigée, la thérapie doit naître de l'intérieur de nous-mêmes. Nous passons par un processus d'apprentissage. Nous nous ouvrons aux suggestions qui viennent de l'intérieur et nous consultons des sources extérieures pour les vérifier ou pour obtenir de plus amples informations. Enfin, nous déterminons la direction la plus significative à poursuivre.

Écouter les experts intérieurs

Si nous travaillons avec un maître spirituel comme notre Moi Supérieur, son approche peut

souvent sembler ésotérique au premier abord. J'avais pris note de leur raisonnement et de leurs procédures.

Par exemple, les maîtres peuvent diriger de l'énergie de guérison vers un patient, tout en affirmant qu'ils ne "guérissent" pas vraiment le patient. Ils disent généralement qu'ils créent des circonstances dans lesquelles la guérison peut se produire, afin que les clients puissent effectuer leur propre guérison grâce à leur propre accès à leur énergie spirituelle. Les maîtres diront souvent qu'ils aident simplement à ouvrir les portes d'un processus de guérison spirituelle. C'est ensuite aux "énergies supérieures" et aux clients eux-mêmes de procéder à la guérison proprement dite.

J'ai écouté et j'ai appliqué ces suggestions à mon burn-out. J'ai utilisé quatre approches :

1. Je me suis payé une procédure de guérison spirituelle d'un an qui m'a libéré d'un **problème respiratoire** qui durait depuis longtemps. J'ai été supervisé par un guérisseur spirituel. Il s'agissait essentiellement de se concentrer sur le problème et d'hyperventiler pendant 10 secondes, une fois que j'étais complètement concentré. Je l'ai fait une fois par semaine et cela a grandement contribué à ma guérison. Lorsque j'ai pu respirer beaucoup plus facilement, j'ai mieux dormi et j'étais moins épuisé pendant la journée. La guérison d'une maladie respiratoire qui durait depuis longtemps était en effet "miraculeuse" du point de vue de la médecine traditionnelle, parce qu'aucun médicament n'a été pris et parce que je n'ai fait que de la thérapie spirituelle tout au long de cette année. Cette expérience m'a prouvé que la guérison spirituelle peut réellement accomplir un travail sérieux.
2. Les questions-réponses spirituelles m'ont permis de trouver les causes profondes et les bases émotionnelles de mon burn-out. En interrogeant mon Moi Supérieur sur tout ce qui s'est passé avant, pendant et après le burn-out, j'ai trouvé des déséquilibres majeurs à nettoyer, toujours avec des procédures de méditation. En particulier dans mes compétences sociales, j'ai trouvé les **origines** de mes frustrations passées, j'ai vu **quelles situations** j'avais mal gérées, et j'ai appris ce que je **devais changer** dans ma vie pour retrouver la santé et éviter de futurs désastres.
3. De plus, mes questions-réponses spirituelles m'ont permis de découvrir un problème interne insoupçonné auquel je n'avais jamais pensé : les **réactions allergiques**. Jusqu'à présent, j'avais ignoré toute réaction allergique. Mais des crises de respiration sifflante, des démangeaisons et divers autres symptômes ont déclenché une série de questions à poser à mon système immunitaire à l'aide de tests musculaires. Il s'est avéré que j'étais allergique – curieusement – aux carottes et à toutes sortes de yaourts. Ceci a disparu lorsque j'ai supprimé ces éléments de mon alimentation. Aujourd'hui, à l'été 2023 et 5 ans plus tard, cette réaction n'est plus active.
4. Enfin, les questions-réponses spirituelles m'ont orienté vers des solutions non spirituelles que je n'aurais pas envisagées autrement. Par exemple, un peu contre mon gré, j'ai été poussé à examiner et à trouver des solutions à mes **déséquilibres nutritionnels**. Les réponses de mon Moi Supérieur m'ont également mis le nez sur des vidéos inattendues qui m'ont montré comment dormir encore mieux et donner une chance à mon système immunitaire de se rétablir encore plus. Les questions-réponses spirituelles ne sont pas seulement utiles pour la guérison spirituelle, mais peut-être plus puissamment encore, pour trouver des solutions matérialistes plus efficaces.

C'est la combinaison de tous ces éléments qui m'a sorti de la boue. J'ai senti une nouvelle étincelle de vie en moi, et j'étais prêt à revenir à de "vrais projets". Le burn-out m'a coûté

dix ans de ma vie, et peut-être quelques années de plus. C'est long, mais j'ai repris espoir, j'ai changé ma vision de la guérison et j'ai laissé mon corps reprendre la place qui lui revenait.

Le moment est venu de partager et de donner un sens à tout cela – tout en retrouvant une véritable joie de vivre.

6.1.2. Comprendre la guérison spirituelle

Si la guérison spirituelle peut faire tout cela, comment "fonctionne-t-elle" ?

Issus du modèle médical et psychothérapeutique traditionnel, nous souhaitons naturellement des explications rationnelles ou, du moins, des indices sur la manière dont une explication rationnelle pourrait être trouvée. Certaines indications se font jour.

Une piste de réflexion prometteuse se concentre sur une conception de l'énergie qui existe dans tout l'univers et que l'homme peut exploiter pour réaliser diverses prouesses telles que la "guérison énergétique"⁴. En chinois, cette force interne est connue sous le nom de "**Chi**" (également écrit "Qi" [idéogramme à gauche]). Cette énergie invisible est supposée habiter tous les êtres vivants et, en fait, est considérée comme distinguant les éléments vivants des éléments non vivants.



Il semblerait que cette énergie soit liée à l'"énergie du point zéro" subatomique ou à l'"énergie noire" et à la "matière noire", connues en physique nucléaire. Mais alors que l'énergie subatomique est considérée comme une force physique générale, l'énergie du Chi est spécifique aux éléments *contenant de la vie* (végétation, animaux, humains). Comment expliquer cette différence ?

La différence entre l'énergie subatomique et l'énergie Chi

Le maître oriental Chia explique la différence entre l'énergie subatomique et l'énergie du Chi de la manière suivante⁵. Je le paraphrase pour plus de clarté :

L'"énergie noire" ou la "mousse quantique" de l'univers, lorsqu'elle n'est pas influencée par un être vivant, est un peu comme l'énergie magnétique lorsqu'elle *pointe au hasard* dans différentes directions. Mais lorsque cette énergie est manipulée à des fins d'action ou de guérison, *ces forces magnétiques sont alignées en couches positives et négatives*. Ces couches pointent toutes dans la même direction et sont donc beaucoup plus puissantes. Elles peuvent alors être utilisées pour des actions impliquant la force quantique ou la guérison.

Le Chi est donc considéré comme *une énergie subatomique dirigée*, capable d'exercer une action curative sur les êtres humains ou les animaux. Dans la tradition de l'Inde orientale, cette énergie est appelée "prana" et, en Occident, nous traduisons souvent ce concept par "force vitale". Lorsque le Chi est spécifiquement invoqué lors d'une guérison, on parle souvent de "guérison pranique" ou de "guérison énergétique".

Lorsque nous commencerons à comprendre les fondements de la guérison spirituelle, nous pourrions concevoir des tests et des vérifications plus systématiques de ce type de thérapie.

La force du Chi

Chez l'homme ou l'animal, on pense que l'énergie du Chi circule dans tout le corps et se

⁴ C'est pourquoi la "guérison spirituelle" est souvent appelée "guérison énergétique".

⁵ "CHI IS BIO MAGNETIC ELECTRICAL ENERGY | Master Chia on London Real"
https://youtu.be/0OFgL_aaXug

projette à une certaine distance vers l'extérieur. La projection externe du Chi est l'aura, que certaines personnes peuvent voir autour de notre corps et qui peut être inspectée à l'aide de la photographie Kirlian ou d'autres appareils qui rendent visibles les effets de l'énergie Chi⁶.

Le Chi est donc un faisceau d'énergie. Il peut être orienté et concentré par nos actions, mais aussi par notre histoire karmique et par des sources universelles résonnantes. C'est ce que l'on entend lorsque la force Chi est volontairement rendue plus puissante ("être élevée") ou réduite ("être abaissée"). Si notre désir n'est pas bloqué par notre histoire karmique, et s'il apporte des bénéfices à l'univers, il est "résonnant" et renforce nos actions. En revanche, le Chi peut être affaibli ou bloqué par certaines parties de notre karma, ou si nos désirs vont à l'encontre des bienfaits universels.

On pense que le Chi a un grand pouvoir de guérison lorsqu'il est "en bonne forme". Lorsqu'il est désorganisé ou "confus", le Chi ne peut pas exercer pleinement son pouvoir de guérison. Ainsi, notre état de conscience et ce que nous faisons, pensons et ressentons sont considérés comme ayant un effet direct sur le Chi et, indirectement, sur notre capacité à nous guérir nous-mêmes.

Se concentrer sur le cœur

L'une des fonctions clés de la guérison spirituelle consiste à concentrer le Chi dans des directions congruentes et résonnantes.

Comment peut-on développer une focalisation claire pour diriger notre Chi vers la guérison ?

Le *cœur* et les *émotions* peuvent fournir la concentration nécessaire.

Le cœur est l'organe électro-magnétique-physiologique le plus puissant de notre corps, et il est relié à l'ensemble du corps par des liens électriques et hormonaux complexes. Les fonctions cardiaques sont à la base de toute pensée consciente et s'étendent avec souplesse et intelligence à nos émotions et aux capacités subconscientes du corps.

Avec le cœur, nous pouvons choisir la direction et déterminer le chemin que le Chi emprunte pour nous guérir.

La focalisation sur le cœur est également étayée par des preuves empiriques. Lors d'expériences menées par le Dr Glen Rein, par exemple, des guérisseurs spirituels utilisant l'énergie du cœur ont mieux réussi à accélérer la croissance des lymphocytes du système immunitaire humain que ceux qui utilisaient l'énergie mentale (c'est-à-dire le cerveau)⁷.

L'objectif est de focaliser le cœur de manière fiable et cohérente. Un cœur concentré peut, au fil du temps, aligner l'ensemble du corps sur l'état désiré. Le Chi retient l'information et continue d'orienter le corps vers cet objectif. Si le cœur se concentre sur une guérison, et si la guérison proposée n'entre pas en conflit avec les objectifs karmiques ou universels, le Chi tente d'aider à réaliser la guérison.

6.1.3. Exemple de guérison spirituelle volontaire

Commençons par une courte méditation. Cela ne prendra qu'une minute. Reprenons la méditation d'une minute⁸ et ajoutons une focalisation sur le cœur. Voici comment

⁶ Ces appareils seront expliqués dans le chapitre suivant.

⁷ Glen Rein "The bipolar nature of healing energy", YouTube "11. Symposium der DGEIM, Vortrag Glen Rein" <https://www.youtube.com/watch?v=VCAlIE9ZuhY>

⁸ <https://youtu.be/F6eFFCi12v8> pour une explication complète, <https://youtu.be/F7PxEy5IyV4> pour une version plus courte.

procéder :

Les yeux fermés, respirez normalement et régulièrement pendant une minute⁹. Cela calme le cœur et lui permet de pomper plus régulièrement. Au milieu de la minute, nous soumettons une image au cœur en lui demandant de suivre la direction indiquée dans l'image. L'image peut être un état de guérison, ou tout autre état positif et joyeux, ou ce que vous voulez.

Le cœur agit immédiatement sur votre suggestion et provoque des réactions dans votre corps qui sont en accord avec l'image. En outre, le Chi prend également note de l'image et peut contribuer puissamment à l'effet à long terme.

En cours de route, nous devons apprendre à faire confiance à ce que nous faisons : La guérison spirituelle est parfois instantanée, et parfois elle agit avec un certain retard et par des voies qui semblent détournées. Les effets à long terme peuvent arriver plusieurs semaines plus tard ou différemment de ce que l'on attendait.

Effets d'entraînement à long terme

La guérison spirituelle a contribué à mon rétablissement de diverses manières.

Les réponses de mon Moi Supérieur ont fait bien plus que guérir mon épuisement. Au cours de ce long voyage, je me suis familiarisé avec de larges pans du domaine de la guérison spirituelle qui m'ont été d'une grande aide.

L'essentiel est l'utilisation systématique de notre Soi Supérieur. Je peux vous raconter l'histoire encore et encore, sous différentes perspectives, mais nous en revenons toujours à la même chose : trouvez votre Soi Supérieur, et le Soi Supérieur finira par vous montrer un chemin important.

Cela peut susciter l'intérêt de nombreuses personnes qui souffrent, en particulier celles qui ont essayé mais n'ont pas été suffisamment aidées par les options de santé établies.

Dans le prochain chapitre, nous explorerons plus en détail le pouvoir du Chi.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le texte tel qu'il est ?" "De tout cœur." "Puis-je le mettre sur Internet ?" "Tout à fait d'accord."]

⁹ Diverses études suggèrent que la régularité du rythme cardiaque est un bon indicateur de la longévité. Pour plus d'informations, recherchez des articles sur la "Variabilité de la fréquence cardiaque (VFC)".

6.2. Les forces du Chi pour la guérison

Dans le chapitre précédent, nous avons suggéré que la guérison spirituelle, la guérison par le prana et la guérison par la force Chi sont probablement toutes identiques. Nous poursuivons dans cette voie.

Voici notre hypothèse centrale :

La force Chi peut être la source d'énergie centrale de la guérison spirituelle. Plus nous nous ouvrons à cette source, plus nous renforçons les capacités de récupération et de régénération de notre corps. S'ouvrir à cette force Chi bénéfique peut être un élément clé de notre chemin d'ascension.

Voici donc quelques questions :

1. Que fait un praticien de Chi expérimenté ?
2. Quelles sont les découvertes expérimentales concernant le Chi, par exemple la photographie Kirlian ?
3. Quels sont les effets placebo potentiels ? Le Chi est-il une force externe ou interne ?
4. Quelles suggestions pouvons-nous tirer des rapports du Dr Glen Rein ?

À la fin de ce chapitre, nous reviendrons sur les effets du Chi à l'aide d'une autre petite expérience.

6.2.1. Un praticien de Chi expérimenté

Frank Willis, originaire du nord-ouest de l'Angleterre, est un guérisseur spirituel et un praticien de Chi accompli.

Devant la caméra, il a brisé 18 dalles de béton d'un seul coup de main (Fig. 1). Pour se préparer à l'un de ces exploits, il dit qu'il élève ou abaisse volontairement le Chi dans son corps en faisant des exercices spécifiques (Fig. 2). Il dit également qu'il ne peut accomplir ces exploits extraordinaires que lorsqu'il est en état de "Chi élevé".



Fig. 1. Après avoir effectué une série d'exercices visant à "rassembler l'énergie du Chi" (Fig. 2), Frank Willis brise 18 blocs de ciment massifs d'un seul coup "alimenté par le Chi". Cela démontre la puissance potentielle de la force du Chi. Frank Willis est également un guérisseur spirituel et utilise sa force Chi pour aider ses clients à guérir. Les images des figures 1, 2 et 3 sont tirées de "SUPERHUMAN 1/8 - Chi Energy Demonstration & Explanation" sur YouTube.

Les captures d'écran ci-dessous sont extraites d'une vidéo YouTube (https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG_Lvc).



Fig. 2. Avant de fracasser les blocs de ciment à droite, Frank Willis élève et abaisse le Chi à l'aide d'une série d'exercices. Ce processus semble augmenter sa propre température interne, car il enlève d'abord son pull, puis son sweat-shirt au fur et à mesure des exercices.

Dans ce documentaire¹, il explique certains de ses pouvoirs. Les photographies Kirlian de la figure 3 illustrent ses états de "Chi élevé" et de "Chi bas".

Il est intéressant de noter qu'il préfère utiliser ses pouvoirs de Chi pour guérir plutôt que pour briser des dalles. Il trouve que l'utilisation de ses forces de Chi pour la guérison est beaucoup plus satisfaisante que pour l'entraînement défensif. Il dit qu'il a une longue série de clients satisfaits de ses compétences en matière de guérison.

6.2.2. Résultats expérimentaux concernant le Chi

Cette vidéo nous confronte directement à la controverse scientifique entourant la force Chi. Nous constatons que :

- Le Chi peut être utilisé à des fins de guérison et d'autodéfense.
- Les maîtres du Chi font preuve de capacités d'autodéfense exceptionnelles qui sont difficiles à expliquer en termes physiques et physiologiques familiers.
- Il existe un grand nombre de témoignages favorables aux effets curatifs du Chi, non seulement de la part des clients de Frank Willis, mais aussi de la part de nombreux clients traités par le Chi dans le monde entier.
- Il existe plusieurs démonstrations avec la photographie Kirlian et d'autres appareils² qui montrent "qu'il y a quelque chose d'exceptionnel dans la force du Chi".

Les effets du Chi commencent à être examinés par la médecine occidentale. Alors que les premières démonstrations systématiques montrent des effets curatifs encourageants pour les clients traités par le Chi³, de grands mystères subsistent quant à la manière exacte

1 Vous pouvez trouver plusieurs vidéos sur Frank Willis sur YouTube. Les images ci-dessus sont extraites de la série "Interview - Super Human" (<http://www.youtube.com/watch?v=fV>, https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG_Lvc). Si vous aimez voir des blocs de ciment se briser, voici un enregistrement du Guinness World Records 2008 pour briser des blocs de ciment d'un seul coup : <http://www.youtube.com/watch?NR=1&v=MFwtZlzoBEE&feature=fvwp>

2 Une autre technique est la visualisation par décharge de gaz (GDV). Comme pour la photographie Kirlian, les images sont intéressantes, voire provocantes. Ce qui est incontestable, c'est que le rayonnement électromagnétique est mesurable tout autour du corps. Cependant, l'interprétation des éruptions apparaissant autour du corps n'est pas encore claire et/ou controversée. https://www.researchgate.net/publication/327509580_Gas_discharge_visualization_-_historical_developments_research_dynamics_and_innovative_applications/link/5b927570a6fdccfd54203691/download

3 Chun Yi Li, un maître de Chi Gong accompli qui travaille à Minneapolis, Minnesota, USA, a collaboré avec un certain nombre d'équipes de recherche médicale à Minneapolis qui ont constaté une accélération

dont la guérison accélérée se produit.

Je vais vous présenter quelques arguments clés concernant la force du Chi, afin de vous donner une idée de l'état de la question.

Une photographie Kirlian montre-t-elle le Chi ?

Pour comprendre ce que signifie la démonstration d'un "Chi élevé" et d'un "Chi abaissé" par la photographie Kirlian, examinons brièvement le fonctionnement de la photographie Kirlian.

En 1974, j'ai construit un appareil photo Kirlian simple sur la base d'un schéma figurant dans un livre intitulé "The Kirlian Aura" (reproduit ci-dessous⁴). Ce type d'appareil dirige un courant à relativement basse fréquence à travers un tissu vivant (je l'estime à environ 250 Hz), puis à travers un film photographique jusqu'à une plaque métallique. Mon installation a fonctionné correctement et j'ai obtenu des résultats similaires à ceux de la figure 3. Les photos de mes empreintes digitales ont été perdues, mais elles illustraient un état intermédiaire entre les deux photos prises par Frank Willis.



Fig. 3. Empreintes digitales de Frank Willis prises avec une caméra Kirlian. À gauche, M. Willis s'est mis dans un état de Chi élevé et à droite dans un état de Chi bas.

Il a été proposé que les forces vitales fortes dans les tissus vivants facilitent le transfert de l'énergie électrique à travers le film, tandis que les forces vitales faibles agissent comme des résistances. L'exemple typique est celui d'une feuille fraîchement coupée. Lorsqu'elle est encore pleine de sève, une image Kirlian montre un contour fort de la feuille. Au fur et à mesure

qu'elle meurt, l'image s'affaiblit.

Beaucoup diront que c'est parce qu'une feuille humide laisse passer plus d'électricité qu'une feuille sèche. Mais cela n'explique pas l'observation courante des empreintes digitales humaines. Les personnes en bonne santé laissent généralement des empreintes digitales plus fortes lorsqu'elles sont en bonne santé, et des empreintes plus faibles lorsqu'elles sont malades. Étant donné qu'une personne en mauvaise santé peut être fiévreuse et dégager plus d'humidité, on aurait pu s'attendre à l'inverse. Mais ce n'est pas le cas.

Mais ce n'est pas tout. Comme c'est souvent le cas avec la photographie Kirlian, certains points des doigts de Frank Willis étaient des facilitateurs particulièrement puissants de la conductivité électrique, et l'électricité à haute fréquence a jailli à travers ces points. Ces points pourraient donc avoir agi comme les "méridiens" connus de la médecine chinoise. Nous voyons donc une autre suggestion de lien avec la théorie de la force du Chi.

Cela signifie-t-il que les photographies Kirlian montrent réellement les effets du Chi ? À ce stade, il est encore difficile de dire si le Chi est réellement représenté par la photographie

systématique de la guérison chez les patients traités avec des méthodes de Chi Gong. Les références exactes étaient disponibles sur la page web de Chun Yi Li : <https://www.springforestqigong.com/>. En 2016, je n'ai plus trouvé ces références, mais j'ai lu "Doctors say..." sur la page de titre.

4 (Schéma ci-dessous, à la fin de 6.2.) Extrait de la page 72 de "A portable Kirlian device" par Robert Martin dans *The Kirlian Aura : Photographing the Galaxies of Life*, édité par Stanley Krippner et Daniel Rubin. Doubleday Anchor Book, 1974.

Kirlian ou non. Les recherches systématiques sur la photographie Kirlian ont été interrompues à la fin des années 1970, car la notion de force externe du Chi ne correspondait pas au paradigme scientifique de l'époque.

Un aspect intéressant des résultats obtenus par Frank Willis est qu'il peut modifier volontairement la force d'un transfert électrique en l'espace de quelques minutes. Nous devons bien sûr supposer que la pression sur la plaque et la force du courant traversant son corps sont restées comparables. Il se peut en effet que l'augmentation et la diminution volontaires de sa force Chi aient facilité et diminué la conductivité électrique au bout de ses doigts. Il est donc possible que la force Chi se soit manifestée dans ces photographies Kirlian.

Il serait intéressant de refaire l'expérience et de mesurer l'humidité, la pression et la tension en même temps dans les deux conditions de Willis. Nous pourrions alors nous rapprocher d'une réponse compétente à la question de savoir si la photographie Kirlian reflète réellement la force Chi.

6.2.3. Guérison à distance et intention spirituelle ciblée

Examinons maintenant d'autres indicateurs concernant les effets des forces du Chi.

L'un des indicateurs les plus curieux est la "guérison à distance", que nous connaissons depuis la section 5.7. De nombreux guérisseurs du Chi ou de l'"énergie" affirment qu'ils peuvent effectuer des traitements à distance. De nombreux praticiens qualifiés sont capables d'obtenir des détails exceptionnels sur l'état de santé d'une personne éloignée.

Edgar Cayce, le célèbre guérisseur américain de la première moitié du 20^e siècle, était capable d'obtenir des informations précises et bien documentées sur la guérison de patients qui se trouvaient à un continent de distance. Comment y est-il parvenu ? Qu'est-ce qui, dans la force du Chi, permet cette qualité "la distance n'a pas d'importance" ? Si d'autres facteurs sont importants dans la guérison spirituelle (voir ci-dessous), la distance ne l'est apparemment pas.

Les résultats de Glen Rein

Depuis les années 1980, le physicien Glen Rein a réalisé un certain nombre d'expériences avec des guérisseurs spirituels. Il a décrit certaines de ses recherches dans une conférence donnée en 2011 et disponible sous forme de vidéo sur YouTube⁵.

Dans une expérience, il a observé les effets de *l'intention spirituelle du guérisseur* sur l'ADN humain et sur les cellules nerveuses humaines. Pour ce faire, il a placé de l'ADN humain et des cellules nerveuses humaines dans une solution liquide, et il a mesuré la conductance électrique dans la solution. Dans le même temps, un guérisseur spirituel situé à quelques mètres de là a projeté une intention dans la direction de la solution. La figure 4 montre une réponse négative importante ; des réponses positives ont également été observées. *Les réponses se sont produites de manière fiable, à chaque fois après l'intention du guérisseur.*

5 "Symposium der DGEIM, Vortrag Glen Rein" <https://www.youtube.com/watch?v=FwAbJTGOJA4> (présentation en anglais avec traduction en allemand).

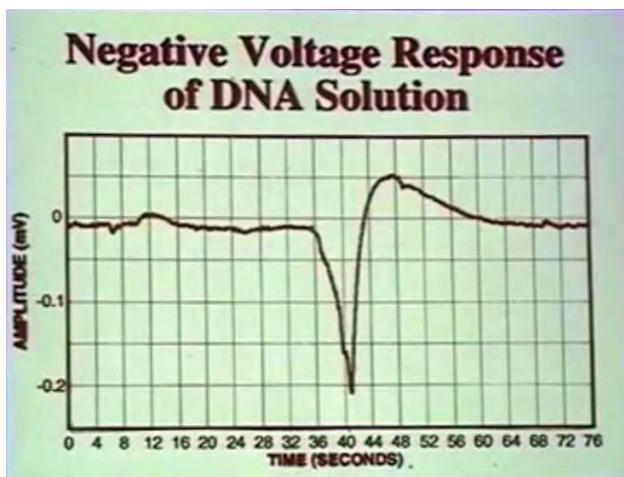


Fig. 4. Réponse négative de la solution d'ADN à l'émission d'une intention par un guérisseur spirituel. Les illustrations des figures 4 à 8 sont tirées du rapport de YouTube mentionné dans la note de bas de page 15.

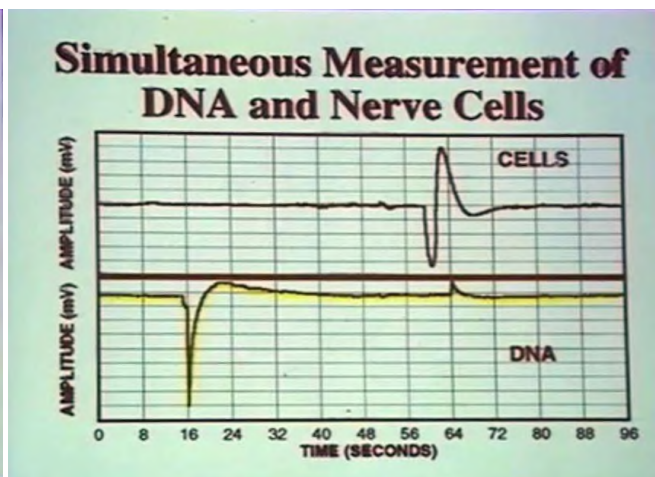


Fig. 5. L'ADN et les cellules nerveuses ont été enregistrés simultanément. La conversation a d'abord porté sur le sida, puis sur la maladie d'Alzheimer. Les deux solutions réagissaient de manière sélective et appropriée au sujet de la conversation.

Une expérience intéressante a été réalisée au cours de laquelle les solutions ADN et cellules nerveuses ont été enregistrées simultanément (Fig. 5), et au cours de laquelle la conversation des expérimentateurs a abordé deux thèmes différents. Tout d'abord, la conversation est devenue très émotionnelle lors d'une discussion sur le SIDA. Cela a provoqué une réponse dans la solution d'ADN, mais pas dans la solution de cellules nerveuses. Puis, 44 secondes plus tard, la conversation s'est orientée vers une autre conversation émotionnelle sur le père de l'expérimentateur, atteint de la maladie d'Alzheimer. Dans ce cas, les cellules nerveuses ont réagi beaucoup plus clairement que la solution d'ADN.

Nous retenons : SIDA → réponse de l'ADN, Alzheimer → réponse des cellules du tissu nerveux.

C'est intéressant, car le sida se propage en envahissant l'ADN humain, alors que la maladie d'Alzheimer affecte le système nerveux. Aussi incroyable que cela puisse paraître, cette observation suggère que les cultures humaines isolées en boîte de Petri pourraient avoir capté le type de sujet abordé.

Le besoin de se concentrer

Glen Rein a également mené des expériences approfondies au cours desquelles des guérisseurs spirituels ont concentré leur énergie sur des cellules lymphocytaires vivantes (système immunitaire). Voici une liste récapitulative de ses observations :

- La projection d'intentions spécifiques a augmenté ou diminué la synthèse de l'ADN des lymphocytes.
- Certaines intentions étaient plus efficaces que d'autres. La pensée non focalisée (telle qu'elle est souvent utilisée dans la guérison mentale) n'a pas été efficace. *L'amour émis sans intention était inefficace.*
- Lorsque le guérisseur travaillait avec l'imagerie, il était aussi efficace que lorsqu'il transmettait une intention.

– L'utilisation à la fois de l'imagerie et de l'intention, par les guérisseurs qui étaient capables d'une telle combinaison, avait un effet additif.

On retient en particulier que "l'amour émis sans intention était inefficace". Cela pose une question à de nombreux praticiens de la "méditation de pleine conscience" : votre méditation est-elle suffisamment ciblée pour le but que vous souhaitez atteindre, ou est-elle trop diffuse ? Dans ma pratique personnelle, j'ai toujours obtenu les meilleurs effets lorsque le site ou le but était le plus clairement défini. Ainsi, la pleine conscience non focalisée peut être moins efficace ou inefficace que l'émission d'amour pleinement focalisée.

Les guérisseurs valent mieux que les machines et les substances ingérées



Fig. 6. Le guérisseur se projette dans une éprouvette placée dans un récipient. Illustrations tirées de l'article de YouTube cité dans la note de bas de page 5.



Fig. 7. Séquence d'ADN en cours de déroulement.

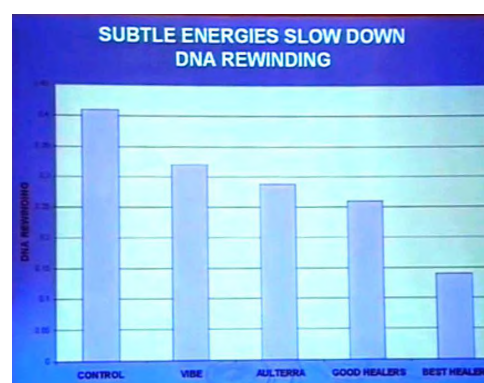


Fig. 8. Les guérisseurs ont obtenu les meilleurs résultats (deux colonnes à droite, la plus faible étant la meilleure). Les résultats pour les témoins sont visibles à l'extrême gauche.

Enfin, le Dr. Rein a présenté une série d'études réalisées avec le groupe HearthMath à Boulder, dans le Colorado. L'objectif était d'examiner la capacité d'influencer le degré d'enroulement ou de déroulement d'une séquence d'ADN (figures 6 à 8).

Dans ce cas, plusieurs guérisseurs spirituels étaient présents, ainsi qu'une substance ingérée et une machine censée renforcer l'action de l'ADN.

Il s'est avéré que les guérisseurs étaient les plus aptes à ralentir le déroulement de l'ADN (provoquant ainsi un léger "effet anti-âge"), et que ces guérisseurs humains expérimentés obtenaient de meilleurs résultats que la substance chimique ou la machine. Mais tous les traitements effectués par des guérisseurs humains étaient meilleurs que l'absence de traitement (voir la colonne de gauche la plus éloignée de la figure 8).

Distance

Un autre résultat qui apparaît dans les cas de guérison spirituelle avancée est le peu d'importance de la distance. Les guérisseurs qui travaillent à une courte distance d'un client peuvent être tout aussi efficaces que lorsqu'ils sont très éloignés. Glen Rein a également rapporté que les guérisseurs agissaient aussi bien lorsqu'ils se trouvaient à un kilomètre de l'objet que lorsqu'ils en étaient proches.

Nombre de guérisseurs

Une autre observation fréquente est que plusieurs guérisseurs travaillant de concert peuvent développer beaucoup plus de puissance qu'un guérisseur travaillant seul. Dans l'exemple d'un traitement chinois d'une tumeur décrit dans un chapitre précédent (4.2.), trois praticiens mentaux ont scandé la phrase "elle est déjà guérie" de manière répétée. L'effet a été puissant et a été documenté en direct sur un écran à ultrasons.

L'action coopérative cohérente a souvent été décrite comme étant multiplicative. Supposons que trois guérisseurs travaillent conjointement et que chacun d'entre eux ait un effet curatif de 10. Leur effet combiné ne serait pas de 30, mais de $10 \times 10 \times 10$, soit 1000. Même les partenaires de vie et les équipes mari-femme pourraient avoir des effets beaucoup plus importants que les individus seuls, et une famille de 3 ou 4 personnes, travaillant en totale cohérence, pourrait avoir un effet curatif très puissant.

6.2.4. Conclusions

Nous concluons de toutes ces observations que les éléments suivants sont importants, voire cruciaux, dans la guérison spirituelle :

- ***Les projections de guérisseurs spirituels expérimentés peuvent avoir un effet sur des tissus humains vivants.***
- ***La distance géographique n'est pas importante.***
- ***La projection sur l'objet à guérir doit être focalisée.***
- ***La projection doit présenter une forte composante émotionnelle.***
- ***La projection doit contenir soit une intention claire, soit une image claire. Les deux en même temps sont préférables.***
- ***La projection humaine – surtout lorsqu'elle est forte – est plus puissante que les techniques ingestives ou mécaniques.***
- ***Les guérisseurs multiples, cohérents et émotionnellement engagés montrent les meilleurs effets dans la guérison spirituelle.***

Ces conclusions semblent raisonnables à l'heure actuelle. D'autres études sont nécessaires pour déterminer dans quelle mesure ces résultats peuvent être généralisés. Dans quelle mesure peuvent-ils être reproduits ? Les résultats peuvent-ils s'appliquer au traitement de diverses maladies ?

Mais pour l'instant, nous disposons de résultats suffisamment crédibles pour nous motiver à poursuivre l'examen de ces questions. Nous voyons également des éléments qui nous rappellent l'entraînement au Chi. Par exemple, les praticiens du Chi investissent souvent de fortes émotions dans leur travail. Écoutez les cris émotionnels que le praticien du Chi produit lorsqu'il déplace de gros objets à distance dans cette vidéo⁶.

Je conclus : Contrairement à l'approche de plus en plus mécanisée de la médecine occidentale, la guérison spirituelle est apparemment meilleure lorsqu'elle fait appel à l'énergie humaine émotionnelle.

6.2.5. Expérience

Définissez un objectif de guérison clair pour vous-même. Assurez-vous d'avoir un critère clair pour juger si la guérison a eu lieu ou non. Par exemple, au lieu de tousser toutes les

⁶ "Man in China moves objects with CHI/KI energy" <https://youtu.be/rm2nA8delXc>. Tout est en chinois, mais il suffit de regarder la vidéo.

5 minutes, vous pourriez vous fixer comme objectif de ne pas tousser plus d'une fois toutes les demi-heures. Organisez maintenant une séance de guérison sans être dérangé. Asseyez-vous ou allongez-vous et réservez dix minutes à l'exercice.

Commencez par respirer régulièrement. Prenez 20 respirations profondes. Comptez jusqu'à cinq à chaque inspiration et cinq autres à chaque expiration. Soyez très régulier.

Ne vous sentez pas gêné de faire quelque chose d'inhabituel et essayez. Commencez peut-être par chuchoter. Mais même en chuchotant, faites preuve d'une conviction émotionnelle totale. Mettez-y tout votre cœur. Chuchotez, dites ou chantez "Je suis guéri" pendant trois minutes, tout en gardant à l'esprit votre objectif de guérison.

Mieux encore, faites-le avec un(e) ami(e) proche ou un ou plusieurs co-méditants proches qui comprennent parfaitement et souhaitent sincèrement vous aider. Dites ou chantez à l'unisson "je suis guéri(e)" et "il/elle est guéri(e)".

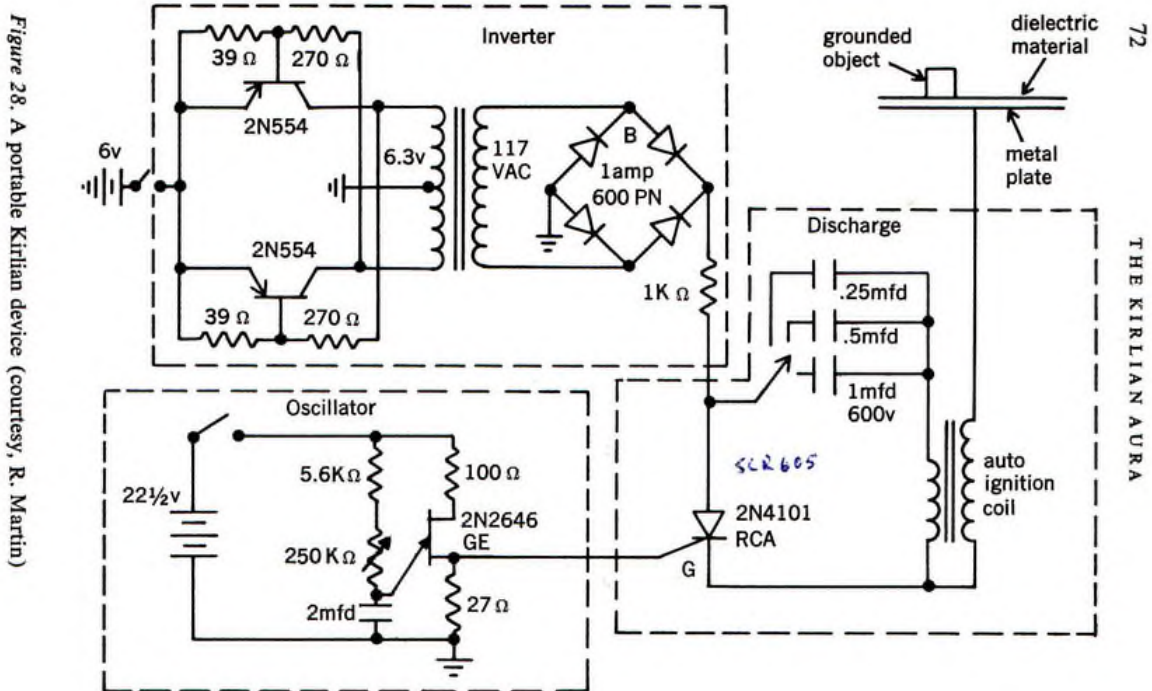
Respirez ensuite rapidement pendant 10 secondes. Attendez encore une minute pour vous calmer. L'ensemble de l'exercice ne devrait pas prendre plus de 15 minutes.

Une fois que vous avez terminé, demandez, à l'aide de votre outil de communication inter-dimensionnelle préféré (par exemple le pendule), combien d'autres séances de ce type sont nécessaires pour obtenir une guérison permanente.

Ne vous découragez pas. Dans mon cas, le nettoyage du problème respiratoire de toute une vie a pris une année entière, soit environ 50 séances. Mais l'effet a été total et durable.

Perspective générale : pour accélérer la guérison, nous avons besoin de la conviction totale et émotionnelle d'autres personnes qui travailleront vraiment avec vous.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec le texte tel qu'il est ?" "Tout à fait d'accord."]



6.3. Perspectives à long terme en matière de santé

Si nous vivons assez longtemps, les problèmes de santé ont tendance à nous rattraper un jour ou l'autre.

Avec l'âge, les problèmes commencent à s'accumuler. Vous savez que vous avez quelque chose de "sérieux" lorsque vous constatez plus de dix "problèmes" dans votre corps. La plupart des problèmes sont mineurs : une petite bosse ici, une petite blessure là, un peu trop de poids qui ne veut pas disparaître, une ou deux allergies, un problème respiratoire, une dent qui vous gêne, la fatigue, l'insomnie, un estomac grincheux, un coude de l'ordinateur, un orteil gonflé, et ainsi de suite, divers maux et douleurs.

Si vous parcourez systématiquement votre corps en commençant par la tête, en interrogeant chacun de vos organes internes et en terminant par les orteils, vous découvrirez peut-être tant de problèmes mineurs ou majeurs que vos dix doigts n'y suffiront pas.

Pendant tout ce temps, vous avez à peine pris note, vous vous êtes un peu adaptés, vous avez pris deux aspirines ou un café fort, et vous avez fait de votre mieux pour oublier tout cela. Sauf que, de temps en temps, le problème en question ne disparaît pas. Au contraire, il devient plus insistant, au point de vous réveiller au milieu de la nuit. Certains matins, vous avez l'impression que tout a déraillé. Mais vous vous reprochez alors de vous sentir si négatif – et vous faites de votre mieux pour oublier une fois de plus ces rappels désagréables.

Vous vous enfoncez dans l'engrenage.

Arrêter la spirale ?

Si la situation s'aggrave d'année en année, vous pouvez commencer à vous demander s'il est possible d'arrêter ces rappels désagréables.

Oui, c'est possible. Je souhaite vous parler ici de quelques étapes ultérieures sur ma longue route vers une "solution durable" au problème du vieillissement.

Je vais procéder en trois étapes :

1. Conditions et causes
2. Approches et remèdes
3. Perspectives et missions

6.3.1. Conditions et causes

Notre principal objectif est de vivre en bonne santé. Or, selon les statistiques actuelles, nous passons environ un sixième de notre vie en mauvaise santé, le plus souvent à un âge avancé. Une grande partie de la recherche médicale cherche à comprendre comment réduire cette souffrance humaine courante et étendue.

Plusieurs courants de recherche nous donnent des informations importantes sur les éléments qui contribuent à une bonne santé. J'ai déjà évoqué des facteurs psychologiques importants. Nous rappelons qu'une série d'études a montré que les personnes heureuses vivent plus longtemps et en meilleure santé. Mais comment rester "heureux" si une affection de longue durée ne cesse de vous rappeler des douleurs et des limitations ?



L'être humain vit en interaction directe avec les microbes. L'étude des microbes¹, la génétique/épigénétique, la nutrition et la psychologie en font partie. Sans eux, nous ne pourrions pas digérer nos aliments, c'est-à-dire que nous ne pourrions pas vivre sans ces microbes.

En même temps, d'autres types de microbes nous rendent la vie très difficile. Ils s'accumulent dans les zones mal irriguées (par exemple dans les articulations) et finissent par creuser des niches dans les tissus et les os. À partir de ces endroits protégés, ils poursuivent leurs mauvais desseins. Elles continuent d'étendre leur territoire, nous privent de nutriments et remplissent nos systèmes de leurs déchets.

Nous n'en prenons conscience que relativement tard, par exemple lorsque nous souffrons d'arthrite, ou lorsque nous avons des infections, ou lorsqu'ils ont commencé à interférer sérieusement avec les fonctions d'un organe ou deux, etc.

Le système immunitaire

Notre système immunitaire est chargé de séparer les microbes bénéfiques des microbes nocifs. Chez une personne en bonne santé et correctement nourrie, cette action policière très complexe est admirablement bien menée pendant les 40 à 50 premières années de notre vie. Mais les microbes sont insistants, la bataille ne s'arrête jamais et, peu à peu, les "méchants" commencent à prendre le dessus. Ils renforcent leur territoire, occupent des parties du corps, se mêlent adroitement aux "bons" pour ne pas être repérés et se multiplient à une vitesse vertigineuse.

Ainsi, les forces sophistiquées de notre système immunitaire prennent du retard et sont progressivement débordées. Bien sûr, les infections fréquentes, les toxines qui abondent dans notre environnement et notre régime alimentaire appauvri n'arrangent pas les choses.

Notre pauvre corps commence donc à reconnaître ses nombreux torts, chaque année un peu plus. Selon votre "faiblesse préférée", les dégâts se manifestent d'abord au niveau du système circulatoire, du système moteur, du système nerveux, de la digestion, du système d'élimination, etc. Au bout d'un certain temps, ces systèmes commencent progressivement à manquer à leurs fonctions.

Lorsque les défaillances s'accumulent suffisamment ou que l'organisme tente de réparer les dommages, il peut y avoir une défaillance soudaine du système (fibrillation cardiaque, accident vasculaire cérébral dû à un caillot sanguin, etc.) ou, plus progressivement, un effet domino d'organes défaillants, comme on l'observe généralement dans les phases terminales du cancer, dans les cas d'arthrite avancée, etc. Les effets indirects des méfaits microbiens contribuent également à diverses maladies évolutives.

Effets tardifs

Ce qui est crucial dans toute cette histoire, c'est que les causes du problème sont souvent très éloignées de leurs conséquences.

Les dommages peuvent même commencer dès la vie fœtale et rester inaperçus jusqu'à un âge avancé. Il serait donc préférable de commencer à soutenir les fonctions de notre

1 "Un microbe est un organisme vivant qui passe sa vie à une taille trop petite pour être vue à l'œil nu. Les microbes comprennent les bactéries et les archéobactéries, les protistes, certains champignons et même de très petits animaux qui sont trop petits pour être vus sans l'aide d'un microscope. Le terme "microbe" est l'abréviation de "microorganisme", qui signifie "petit organisme". ... Les microbes sont extrêmement diversifiés et représentent tous les grands règnes de la vie, y compris les animaux, les plantes, les champignons, les protistes et les bactéries." <http://commtechlab.msu.edu/sites/dlc-me/zoo/ziwim.html>

système immunitaire le plus tôt possible. Ce que nous ne faisons que très rarement. Nous attendons généralement que les choses aient commencé à sérieusement déraiper, comme je l'ai fait avec mon burn-out.

En général, lorsque nous recevons "la première très mauvaise nouvelle" de notre médecin, la réaction est de recourir à l'un des milliers de "remèdes" qui promettent des solutions rapides ou immédiates. Cette action aura rarement les effets escomptés, pour une raison logique : un mal qui s'est installé dans notre corps depuis longtemps ne partira pas comme ça quelques semaines ou même quelques mois plus tard.

Lorsque vous commencez enfin à remarquer une attaque, vous vous trouvez déjà dans un point stratégique faible. Les microbes sont dirigés par une "intelligence sociale". Ils se reproduisent à différents endroits du corps. Si nous les chassons à un endroit, ils ont tendance à se multiplier à un autre. Pendant longtemps, nous devons donc mener une bataille intelligente et difficile dans différents sites pour rétablir l'équilibre face à un ennemi très intelligent qui ne dort jamais.

Il faut souvent des années pour permettre à la "police immunitaire" de prendre le dessus dans une situation donnée, afin que nos processus innés de récupération et de régénération des tissus puissent réellement réparer les dégâts.

6.3.2. Les remèdes : au cœur de la bataille

Lorsque j'ai enfin compris ce à quoi j'étais confrontée, j'ai entrepris une lutte systématique. J'ai décidé de soutenir mon système immunitaire du mieux que je pouvais et de rendre la vie dure à ces agents microbiens nocifs. Cela fait environ quatre ans que je mène ce combat. Voyons ce qui a changé.

L'alimentation. J'ai radicalement changé mes habitudes alimentaires et je suis désormais un régime génotype équilibré² qui privilégie les salades et les légumes frais, les nutriments adaptés au génotype et des niveaux de protéines relativement faibles.

L'un des principaux objectifs d'un régime "riche en légumes" et "modérément protéiné" est le maintien d'un niveau de liquide interstitiel au pH neutre, qui favorise au mieux les fonctions immunitaires. Pour favoriser une valeur nutritionnelle élevée, de nombreux légumes ne sont pas cuits. Je mange à ma faim, mais sans excès. Je laisse environ 8 heures entre la collation du soir et le petit-déjeuner.

L'alcool, plus de 2 tasses de café par jour, les sucres ajoutés et les sucreries sont à proscrire, tout comme les jus de fruits et les sodas. La plupart des glucides (pizzas, pâtisseries, etc.) ont disparu. Cela correspond bien à mes besoins. Au fil des mois, les envies d'"exceptions" ont pratiquement disparu.

Douleurs. En raison des dommages résiduels de la période qui a précédé ma sortie de l'hôpital, les traitements me prenaient entre 30 minutes et 2 heures par jour. Aujourd'hui, je ne ressens plus aucune douleur.

Extras. J'ai consulté un professionnel de la santé complémentaire une ou deux fois par semaine. Dans mon cas, c'était facile, car ma compagne Elena est la professionnelle de santé en question.

Aujourd'hui, le temps consacré à l'inspection de la santé est minime.

En outre, j'ai mis au point des enregistrements audio pour m'aider à dormir, que j'écoute de temps en temps³. Ils m'aident à atteindre 3 à 4 périodes de sommeil delta chaque nuit.

² Dr. Peter J. D'Adamo, <http://www.dadamo.com/txt/index.pl?1039>

³ L'Archange Uriel m'a également donné une recette particulière pour diverses conditions qui sera documentée dans les mois à venir.

Le sommeil delta profond est associé à un soutien accru du système immunitaire. En outre, après des périodes de sommeil delta suffisantes, je me sens exceptionnellement en forme et bien reposé. Enfin, je médite et je demande du soutien tous les soirs avant de m'endormir.

Je fais tout cela sans médicaments sur ordonnance. Je prends une ou deux pilules de vitamine C par jour, et c'est à peu près tout. Comme vous vous en doutez, je me suis tenu à l'écart de toute "injection expérimentale". En bref, je suis devenu un "fou de santé cohérent". C'était la résolution d'un conflit à long terme entre la raison et les habitudes faciles. La raison l'a finalement emporté sur la facilité.

Tranquillement, les effets positifs ont pris le dessus. Les petites douleurs articulaires (coude d'ordinateur, canal carpien, genoux, pieds) ont pratiquement disparu. Les acouphènes qui m'accompagnaient depuis une quinzaine d'années ont disparu, les douleurs du foie et de la vésicule biliaire ont tout simplement cessé, les perturbations neuromusculaires dues à mon burn-out se sont atténuées, le système intestinal est calme et fait bien son travail.

6.3.3. Perspectives et missions

Au-delà des actions immédiates, nous avons besoin d'une vision à long terme ou d'une perspective de vie.

Voici quelques pistes de réflexion.

La recommandation la plus importante est la suivante : "travaillez avec votre Moi Supérieur". Bâissez une solide confiance dans les réponses que vous obtenez grâce aux outils de communication que vous avez choisis. Travaillez avec votre pendule, parlez avec votre Moi Supérieur et assurez-vous qu'il vous donne des réponses claires.

On me pose souvent des questions sur la santé ou sur un futur partenaire de vie. Ma première question est la suivante : "Que dit votre Soi Supérieur à ce sujet ?" Et quelle est la réponse typique ? "Ah, vous avez oublié de demander à votre Soi Supérieur !"

Lorsque vous avez une question importante, la toute première réponse est de toujours en discuter avec votre Soi Supérieur.

Une fois que vous avez fait cela, prenez votre temps pour travailler sur les changements internes ou les nettoyages que vous avez décidés. Cela peut prendre plusieurs mois.

Ensuite, lorsque vous vous sentirez prêt à lancer votre deuxième phase de questionnement, je vous suggère de poser cette question centrale : "Quels sont vos projets de vie ? Avez-vous une "mission à accomplir" au cours des prochaines décennies ? Souhaitez-vous vivre très longtemps sans souffrir ? Voulez-vous donner la priorité à un plan de santé et vous donner la peine de vous documenter et de suivre un programme rigoureux ?

Ou bien avez-vous une mission importante qui se cache derrière vos préoccupations en matière de santé ?

Après avoir réfléchi à cette question pendant un certain temps, la grande majorité des personnes répondront simplement : "Non, donner la priorité à un plan de santé me semble trop difficile. Et non, je n'ai pas l'impression d'avoir une vision ou une mission particulière dans ma vie. Laissez-moi vivre ma vie et tout ira bien".

D'accord, c'est parfait. Faites ce qui est raisonnable. *Mangez régulièrement, n'exagérez pas et, surtout, ayez une bonne vie sociale, et vous vous en sortirez aussi bien que la plupart de vos amis, voire beaucoup mieux.*

L'espérance de vie moyenne dans les pays développés se situe aujourd'hui autour de 80 ans⁴, c'est ce que l'on peut espérer aujourd'hui. Ne marchez pas devant un bus en marche, soyez prudent dans les escaliers et ne vous inquiétez pas outre mesure pour votre santé. Peut-être qu'une "pilule épigénétique" pourrait en tout cas changer la donne dans quelques années.

Ce qui semble certain à l'heure actuelle, c'est ceci : Sans une conviction absolue traduite en actions ciblées, nous ne pourrions pas gagner la bataille contre les microbes. "Gagner la bataille" se définit ici comme une réduction permanente et décidée des symptômes dus à l'action persistante des populations de microbes.

Toute solution timide est vouée à l'échec. Une "approche douce" des problèmes de santé, sans information complète et sans conviction décidée de la part de votre Moi Supérieur, ne conduit qu'à des plaintes concernant le plan de régime et les délais frustrants imposés par l'approche que vous avez choisie.

Je dirais à ces personnes : "Profitez de la vie, mangez ce que vous aimez manger, n'exagérez pas, faites de votre mieux et quand votre heure viendra, le corps aura simplement fait son temps. Il aura fait son travail admirablement bien pendant ces merveilleuses années que vous avez pu offrir à ce monde".

Cependant, si vous "visez une mission"....

Si, au contraire, vous avez décidé de poursuivre une certaine mission pendant le reste de votre vie, mes suggestions seront un peu différentes, quel que soit votre âge.

Dans un premier temps, il convient d'établir solidement son programme de santé. Il faut commencer par obtenir le plus d'informations possible sur les questions qui vous préoccupent, car aucune approche ne sera jamais couronnée de succès à long terme si nous ne la comprenons pas en profondeur. Une fois que nous avons compris les grandes lignes de ce que nous faisons, nous avons créé la base d'un changement logique que nous pouvons poursuivre facilement et avec conviction. Cela motivera les changements dans nos habitudes en matière d'alimentation, de sommeil, d'exercice, de respiration, de méditation, de soins des faiblesses physiques, etc.

Une fois que vous avez fait tous ces ajustements, maintenez-les avec constance. Il vous faudra probablement plusieurs années pour en voir le plein effet. Mais vous finirez par sentir que vous êtes en train de gagner la bataille. Vous sentirez une immense énergie nouvelle dans votre corps, les petites douleurs disparaîtront ou s'atténueront fortement et vous vous sentirez beaucoup mieux.

Alors, vivez votre mission ! Enrichissez notre monde, apportez votre nouvelle compréhension à chacun d'entre nous et, ce faisant, continuez à apprendre vous-même. Ensuite, laissez-nous profiter de vos nouvelles connaissances autant que possible.

Tout est entre vos mains, c'est votre choix, et beaucoup dépend de ce que vous souhaitez faire des précieuses années qu'il vous reste à vivre avec nous.

Je vous souhaite bonne chance, quels que soient vos choix.

[Vérification : "Melkiades, êtes-vous d'accord avec ce résumé ?" "Oui, tout à fait." "Puis-je le mettre sur Internet ?" "Oui, maintenant vous le pouvez." J'ai dû modifier certaines formulations et ajouter des nuances à une version précédente.]

4 https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_life_expectancy

7.1. La vie ascensionnée au vortex

Il y a des moments dans la vie où l'on sait que quelque chose d'exceptionnel s'est produit.

Les personnes qui ont vécu des expériences de mort imminente nous disent souvent que leur vie a totalement changé. Leurs objectifs de vie changent profondément, et elles se sentent souvent poussées à changer de carrière et à se consacrer à de nouvelles activités. Ils disent ressentir un profond changement à l'intérieur d'eux-mêmes, souvent aussi une paix et une joie beaucoup plus grandes.

Cela correspond à une entrée ferme dans l'Ascension.

Il m'est arrivé quelque chose d'assez proche de cela au cours de l'été 2013. Il ne s'agissait pas d'une expérience de mort imminente, mais d'un atelier hors du corps avec William Buhlmann, un enseignant spirituel connu¹. Après l'atelier, je suis reparti avec un sentiment d'existence profondément modifié. Un calme que je n'avais jamais connu auparavant s'était installé en moi. De plus, j'ai été inondé par de nouveaux enseignements qui me sont parvenus presque chaque nuit et plusieurs fois pendant la journée.

Je vais tenter d'évoquer ces enseignements. Auparavant, la transition de la 3D à la 5D avait été longue et progressive. Les éléments 3D avaient commencé à perdre de leur importance et les éléments 5D à dominer. Mais l'atelier Buhlmann a été le point de départ d'une nouvelle série d'expériences. Mes expériences 3D ont rapidement été imprégnées de perspectives plus larges et plus englobantes. Les couleurs sont devenues plus vives, les sons plus riches, les rencontres entre amis plus agréables, et mon temps privé est devenu beaucoup plus diversifié et multidimensionnel.

À un certain moment, notre vocabulaire humain ne suffit plus. Notre expérience entre dans un monde où le mot écrit ne peut plus saisir et refléter toute la richesse de l'expérience. C'est là que commence un nouveau monde, et que de nouvelles significations et de nouveaux mondes commencent à émerger.

C'est une grande aventure et beaucoup de choses à découvrir.

7.1.1. À travers le vortex

J'ai entendu William Buhlmann parler sur Internet d'expériences extracorporelles.

J'ai souvent écouté des gens parler de leurs expériences extracorporelles, et il est rare que j'entende quelqu'un parler avec autant d'authenticité et de connaissance de ces aventures. Bob Monroe était le dernier. En général, je ne m'emballe donc pas trop.

Mais là, c'était différent. De manière surprenante, puisque je vis en Europe, Buhlmann allait organiser un week-end près de chez moi dans deux mois. Je me suis inscrite tout de suite, mais l'atelier était déjà complet. Je me suis inscrit sur une liste d'attente et j'ai oublié.

Un mois plus tard, on m'a contactée parce qu'une place s'était libérée. Je l'ai prise rapidement, et en effet, la salle était pleine jusqu'au dernier tapis de méditation lorsque je suis arrivée. Buhlmann fait entrer les gens de plain-pied dans l'expérience. Dès la première heure, nous avons tenté de vivre les premières expériences hors du corps (OOBE = Out of Box Experience = expérience hors de la boîte = expérience surprenante).

1 <https://astralinfo.org/>

Un week-end plein de surprises

J'ai appris que je faisais probablement des OOBes depuis de nombreuses années. Les rêves lucides que j'ai présentés dans ces pages étaient probablement des OOBes, selon Buhlmann. Notre perception du monde lorsque nous sommes éveillés n'est qu'un état de conscience parmi d'autres, et un rêve lucide représente encore un autre état de conscience. Lorsque Buhlmann observe des personnes en train de rêver alors qu'elles sont dans un état d'OOBE, leur corps vibratoire (aura) est légèrement décalé (« askance ») par rapport au corps physique.

La clé des expériences OOB est d'induire un état de rêve lucide, puis de le maintenir et de l'explorer en détail. À la fin, il faut l'écrire, sinon on l'oublie.

Il faut aussi faire des expériences OOB régulièrement, sinon on n'arrive jamais à rien.

Nous sommes donc rapidement partis vers les mêmes destinations que je connaissais bien grâce à mes rêves lucides. Cela m'est venu assez facilement, et à chaque exercice, j'ai plongé dans un autre état de rêve lucide. Wow, quel effet si vous faites quatre ou cinq de ces exercices à la suite !

Beaucoup de mes expériences ont une valeur générale, je vais donc vous raconter ce que j'ai vu.

7.1.2. Mon expérience du vortex

Nous nous sommes imaginés dans un tourbillon. Pour cela, nous avons imaginé un étang rond avec de l'eau en rotation. La mienne tournait dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, vue d'en haut. Je suis entré dans l'étang et j'ai flotté avec d'autres participants au séminaire, dont certains que j'ai reconnus. Au bout d'un moment, j'ai senti un vortex d'énergie au-dessus de l'étang. Je l'ai regardé et je me suis laissé flotter dans l'air au-dessus de notre piscine tournante. J'ai regardé vers le bas et, curieusement, sous cet angle, il tournait dans le sens des aiguilles d'une montre.

Cela n'a eu de sens qu'après coup. Pendant que j'étais dans l'eau, je tournais avec les autres dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. J'étais en 3D. Une fois que j'ai traversé le vortex et que j'ai regardé vers le bas, l'étang avait changé de direction. Je voyais maintenant les choses du point de vue de la 5D. Les parties inférieure et supérieure du vortex tournent apparemment dans des directions opposées.

La souffrance humaine

Dans une autre expérience, il s'agissait de voir différents objets de chez soi. J'ai vu la poignée de ma porte d'entrée – beaucoup plus clairement que lorsque j'essaie de m'en souvenir chaque jour. Ensuite, j'ai vu mon lieu de travail, mon ordinateur, et je me suis souvenu d'une expérience intense qui s'était produite à mon bureau, trois semaines seulement avant le séminaire.



En regardant par la fenêtre de mon bureau, de l'autre côté d'une large vallée, il y a une grande montagne. Pendant environ une demi-heure, une lumière intense et brillante s'est reflétée dans mon bureau à partir d'une grande croix située au sommet de cette montagne. La lumière était absolument aveuglante, beaucoup plus brillante que ne le montre à ma photo de gauche. Je me suis demandé s'il s'agissait d'une sorte de signal qui m'était adressé, et Melkiades m'a répondu que c'était effectivement le cas.

Dans l'expérience de Buhlmann, j'étais sur le point de découvrir ce que ce signal voulait me dire.

Je me suis concentré sur ce faisceau.

Je l'ai suivi jusqu'à la montagne et je me suis retrouvé instantanément sous l'immense croix métallique brillante qu'ils avaient érigée là². Pendant ma méditation, j'ai levé les yeux vers la croix et j'ai vu un Christ vivant suspendu à la croix (alors qu'il n'y avait pas de Christ sur la vraie croix à cet endroit).

Il avait l'air triste en regardant la vallée en contrebas. Je me suis demandé pourquoi il ressentait une telle tristesse. En posant cette question, j'ai commencé à ressentir moi-même une immense tristesse. Je me suis identifié aux regrets des gens dans la vallée et tout autour. J'ai senti que le Christ n'était pas triste de son propre destin, mais qu'il était triste de l'état de l'humanité toute entière. Le Christ a ressenti la souffrance humaine, et son plus grand désir a été d'offrir un peu de réconfort. Avec la crucifixion, ce rêve avait pris fin – du moins pour les personnes qu'il connaissait à ce moment-là autour de lui.

J'ai senti un parallèle. Nous nous sommes tous fait avoir par de multiples tromperies et dépravations à l'échelle mondiale.

Comme lui, je ressens un immense regret pour la douleur et la souffrance qu'une grande partie de l'humanité a dû endurer en raison de la grande injustice qui règne dans le monde. Mes pensées se sont ensuite tournées vers une résolution à long terme : Il y a quelques années, alors que je sortais de mon burn-out, j'avais décidé de faire ma part pour apporter une perspective plus large dans cette mer de souffrances injustes.

L'Ascension peut nous donner de l'espoir et de nouvelles valeurs. *Tout comme le christianisme primitif a apporté l'espoir face aux dépravations massives de l'empire romain, j'ai souhaité faire ma part aujourd'hui pour soutenir un large éveil spirituel.* Cela nous donne une meilleure perspective. Nous pouvons identifier ce qui est moralement mauvais et ce qui pourrait être meilleur, et comment évoluer d'un état à l'autre.

C'est avec ce sens renforcé de l'objectif que j'ai conclu cet exercice.

7.1.3. Une autre expérience du Soi Supérieur

Dans une autre expérience, nous devons examiner le monde au-delà du vortex. J'ai rapidement traversé le vortex et j'en suis ressorti de l'autre côté.

Je me suis retrouvé dans une forêt verte et luxuriante. Mon intention était claire. Je voulais retrouver Melkiades, que j'avais vu dans l'espace il y a quelques années (section 2.1.).

En suivant mon intention, un chemin étroit s'est ouvert à moi. J'ai zigzagué à gauche et à droite en contournant divers arbres et buissons pendant un certain temps. Enfin, une énorme structure a émergé dans la forêt verte, luxuriante et humide. Elle ressemblait beaucoup à un château médiéval, très massif, sauf qu'elle avait des fenêtres.

J'ai trouvé mon chemin, en haut, hors de la forêt, jusqu'à l'entrée. Devant le château, il y avait des champs ouverts avec des cultures. Juste devant moi, à l'entrée du château, il y avait un puits, symbole d'une profonde sagesse. J'ai regardé vers le bas et j'ai vu l'eau en profondeur. Pendant que je regardais le puits, il se remplissait de sable et devenait sec, juste devant mes yeux.

J'ai pris note. C'était un autre symbole, toujours en accord avec la regrettable situation

² La grande croix en métal près du Monte Tamaro au Tessin, en Suisse, a apparemment été enlevée. La croix en elle-même n'avait pas de signification religieuse pour moi, puisque je ne suis pas un chrétien pratiquant. L'expérience a été beaucoup plus surprenante et beaucoup plus significative, en tant que message de la souffrance humaine dans le monde.

mondiale actuelle.

J'ai tourné à gauche pour franchir les portes. J'ai vu une grande terrasse ouverte au sommet du château, avec des tables disposées tout autour. Autour des tables se trouvaient une trentaine de personnes, toutes très différentes les unes des autres. Je n'ai reconnu aucune d'entre elles. Certains étaient grands, d'autres petits, certains semblaient être des sages et d'autres étaient simplement des gens humbles. Certains avaient des enfants et d'autres étaient assis seuls. Ils étaient si différents que je me demandais pourquoi ils étaient tous assis ensemble à ces tables. De quoi auraient-ils à parler ?

J'étais venu pour rencontrer mon Moi Supérieur et j'ai donc demandé d'une voix intérieure forte : "mais où est mon Moi Supérieur ?". La réponse est venue de manière retentissante de la part des personnes assises autour des tables : "Nous sommes votre Moi Supérieur" !

J'étais totalement abasourdie. Tous ces gens sont-ils mon Soi Supérieur ?

Buhlmann nous avait prévenus. La "réalité" était très différente dans cet autre état de conscience. Non seulement on peut traverser les murs comme s'ils étaient faits de mousse molle, mais il faut aussi plier son esprit à des réalités inédites. Apparemment, il y avait ce groupe de personnes qui m'étaient totalement inconnues et qui me parlaient d'une voix cohérente. En même temps, ils sont tous très différents en apparence et en expérience personnelle présumée.

J'ai besoin d'un peu de temps pour comprendre cette expérience. *Mon Soi Supérieur est apparemment une entité multiple d'êtres très divergents.*

7.1.4. La poutre de fer

Dans l'exercice suivant, nous avons été invités à rencontrer directement notre Soi Supérieur. William Buhlmann nous avait encouragés à nous considérer comme des participants à ces états d'OOB, plutôt que comme de simples "spectateurs de cinéma". J'étais d'accord. Il était temps de devenir plus actif dans le monde de l'OOB. Je caressais l'idée de demander à mes amis du Soi Supérieur si je pouvais me joindre à eux pour quelques visites conscientes.

Comme j'avais maintenant une idée de l'endroit où "mes amis" avaient tendance à se retrouver, je me suis projeté sur la terrasse au sommet du château. Mais je n'y suis pas arrivé.

Je me suis retrouvé suspendu dans un espace bleuté, légèrement orangé. Mon guide – je sentais que c'était le même que celui que j'avais rencontré dans mes rêves – était au-dessus de moi, légèrement sur le côté, et il me demandait de suivre la leçon suivante.

Je devais regarder une grande poutre de fer qui était écartelée par des forces énormes à gauche et à droite. La traction était énorme, mais la poutre, qui était aussi épaisse que celles qu'on utilise pour les grands projets de construction, ne voulait pas se briser. La traction s'est poursuivie, une fissure est finalement apparue, et soudain, la partie droite de la poutre a disparu, hors de vue.

J'ai regardé la partie gauche restante. Où mène-t-elle ? Je l'ai suivie des yeux, et c'était une poutre sans fin. Il partait tout droit vers la gauche et, comme une autoroute, s'incurvait élégamment vers le haut, puis il montait tout droit et disparaissait dans les hauteurs au-dessus de moi.

Je me suis demandé ce que cela signifiait. J'ai d'abord interprété cette rupture comme un symbole de la séparation que je ressens à présent avec mes collègues psychologues, qui n'ont pas de place pour le "Moi Supérieur".

Au cours des expériences qui ont suivi, j'ai appris que cette rupture avec la psychologie

traditionnelle faisait effectivement partie de l'histoire. Mais actuellement, je l'interprète comme un symbole de mon processus d'ascension. J'ai maintenant largement rompu avec mes sentiments et mes objectifs 3D : c'est la partie du faisceau qui a disparu. Les valeurs ascensionnelles en moi sont maintenant plus fortes que jamais. Je suis maintenant la partie du faisceau qui n'a pas de fin visible.

Deux rêves lucides à venir ont également montré que le faisceau qui s'étend vers le ciel a des implications puissantes. Le week-end Buhlmann devenait le début d'une toute nouvelle aventure dans ma vie.

7.1.5. Le porte-clés ainsi que le rétroviseur cassés



Le séminaire s'est achevé.

Après m'être dit au revoir sur le parking, j'ai attrapé la clé de la voiture et j'ai remarqué qu'elle s'était détachée de son crochet. J'ai réfléchi un instant, puis j'ai mis les clés de la maison dans ma poche, la clé de la voiture dans sa fente et je suis rentré chez moi.

À la maison, j'ai regardé le porte-clés. Il s'était brisé avec une cassure métallique claire, comme je l'avais vu sur la grande poutre. La clé de la voiture, la clé de ma "liberté", s'était séparée des clés de ma maison, les clés de mon "existence 3D établie". Le symbolisme était à nouveau évident. J'étais maintenant sur un chemin de libération personnelle.

Les forces du Moi Supérieur n'en avaient pas encore fini avec leurs messages, et j'entrais maintenant dans un territoire moins amusant.

Le lendemain du week-end Buhlmann, je suis allé faire des courses. Je me suis garé dans un parking souterrain, à côté d'une colonne. Comme d'habitude, je me gare tout droit, de façon à pouvoir sortir sans dommage. Je me souviens d'avoir fait cette réflexion pendant que je me garais. Lorsque j'ai reculé après avoir fait mes courses, j'ai reculé lentement, mais instantanément j'ai été accueillie par le bruit incomparable d'un accident. Mon rétroviseur droit s'était écrasé sur la colonne.



Honnêtement, je ne me souviens pas d'avoir changé la position de la voiture, et oui, j'aurais dû vérifier le rétroviseur droit également, au lieu de me fier à mes habitudes de conduite prudente. La facture était salée.

La symbolique ? Il est évident. "Le rétroviseur est maintenant fissuré. Cela ne vaut pas la peine de s'en préoccuper. Ne regardez pas en arrière. Regardez devant vous." Merci, mes amis, je comprends le message, je vais regarder devant moi.

Mais tant que je resterai dans le monde 3D, je n'oublierai pas non plus de vérifier le rétroviseur droit avant de sortir d'un parking, même si je m'étais garé en ligne droite.

L'invitation à rejoindre le groupe

L'histoire s'est poursuivie.

La nuit suivante, j'ai fait un rêve très fort. Je me trouvais avec des personnes que je ne connaissais pas. Certaines étaient habillées et d'autres nues. Je savais que je n'étais qu'en visite dans cet espace. L'environnement était agréable et dépourvu du stress quotidien de la 3D. L'atmosphère était légère et vraiment joyeuse. Mon guide se trouvait à ma gauche et me guidait. J'ai eu l'impression que le message était le suivant : "Vous

vouliez venir ici. Nous y sommes, c'est comme ça."

Au bout d'un moment, il m'a dit, avec un sourire dans la voix : "En fait, nous avons une offre spéciale pour vous. Vous pouvez bénéficier de 750 jours d'essai gratuits pendant lesquels vous pouvez nous rendre visite à tout moment. À la fin de la période d'essai, vous pouvez décider de faire partie de notre équipe permanente, tout en continuant à vivre dans votre monde 3D. Ou bien vous pouvez retourner à votre existence actuelle. Le choix vous appartient. Voici une demande d'adhésion, libellée à votre nom."

Sur ce, il m'a donné une lettre dans une enveloppe. J'ai regardé l'enveloppe, et au lieu des deux petites adresses de l'expéditeur et du destinataire, elle était remplie d'un long message très complexe qui occupait toute la surface de l'enveloppe. Le lettrage était en lettres romaines, mais les mots étaient rédigés dans une langue étrange qui n'était manifestement pas une langue européenne. L'orthographe avait été romanisée, tout comme le chinois l'est parfois romanisé pour les apprenants occidentaux. En outre, certaines parties du message étaient entourées de cadres, tandis que d'autres étaient écrites en lettres capitales normales.

La condition

Ai-je envoyé la lettre ? Je n'ai pas tardé à le savoir.

Dans mon rêve lucide suivant, je me trouvais dans une sorte d'entretien. Le sentiment était assez officiel, ni agréable ni désagréable. Mais j'étais sur le point de recevoir le prix fort pour l'"offre spéciale" que mon guide supérieur m'avait transmise. J'étais devenu prudent depuis l'avarie du rétroviseur, et la prudence était de mise. Les responsables des admissions me donnaient maintenant les détails de l'offre. Ils m'ont dit : "La première année, vous devrez vous déshabiller toute l'année."

Gulp. Je me suis réveillé. S'agissait-il d'une sorte de camp de nudistes ? Je me suis assis à mon bureau et j'ai demandé à Melkiades : "C'est vrai, je dois rester sans vêtements pendant toute la première année ?" La réponse du pendule a été "oui, absolument".

Incrédule, j'ai demandé au Yijing : "Pourquoi ?" J'ai demandé deux fois. La première réponse était claire. C'était pour m'apprendre l'humilité. La deuxième réponse était tout aussi claire. Le nom de la réponse du Yi-Jing était "Mordre à travers", sans aucune ligne mobile. Je devais serrer les dents et apprendre les ficelles du métier en partant du bas de l'échelle.

Pas de gloire passée. Sans vêtements pendant un an, pour que tout le monde sache qui je suis vraiment. Je ne suis rien d'autre qu'un novice total dans cette expérience d'ascension.

Tout a un prix, et c'était pire que de payer la réparation du rétroviseur. D'un autre côté, accepter l'offre me donnerait une véritable perspective du Soi Supérieur, comme on nous l'avait dit au séminaire de Buhlmann.

Si je voulais sortir de ma perspective de spectateur de cinéma et d'apprenant et devenir un véritable maître spirituel, je devais payer ce prix. Dans mon cas, il s'agissait d'une nouvelle leçon d'humilité.

Ai-je accepté cette offre spéciale ?

Je n'en étais pas sûr pendant un certain temps. L'humilité et la nudité publique ne sont pas mon fort. J'ai repris mon travail en 3D pendant un certain temps et j'ai réfléchi à cette question ici et là.

J'ai également senti que cette condition ne serait probablement pas généralisée à tout le

monde. Elle n'a été imposée qu'à moi, et peut-être à d'autres personnes qui, comme moi, ont besoin d'une leçon d'humilité. Il se peut que vous deviez remplir des conditions tout à fait différentes, voire aucune condition du tout. Ce sont des questions que j'ai dû éclaircir au fur et à mesure.

7.1.6. Les suites

La première suite a été écrite trois ans plus tard, en 2016. J'écris ces lignes en 2023. Je sais maintenant ce que les guides ont voulu dire avec cette curieuse offre.

En effet, j'ai dû passer par neuf années de remise en question de toutes mes actions. La première année a été particulièrement difficile. Je savais qu'"ils" m'observaient. Pendant cette période, on m'a de nouveau offert beaucoup de ce que je désire, mais aussi beaucoup de ce que j'abhorre.

Certaines expériences ont été très difficiles, voire critiques. À un moment donné, j'aurais pu mourir ou devenir gravement handicapé.

Les défis sont devenus encore plus sérieux en 2018, au point que mes guides spirituels m'encouragent à passer plusieurs années en silence. Mais j'ai fait face à tout cela et j'ai gardé mon sang-froid jusqu'au bout. Les interactions quotidiennes avec Melkiades ont continué à m'indiquer la voie à suivre. Au cours de ces années, j'ai passé une grande partie de mon temps à remettre en question mes attitudes, mes positions et mes habitudes antérieures. J'ai dû changer d'attitude et d'objectif à plusieurs reprises.

Mais vous avez devant vous le résultat net de toutes les épreuves que j'ai traversées tout au long de ma vie. Pour l'admission au 12ème niveau spirituel, le travail de ma vie a été examiné par un comité d'examen composé de 7 archanges et ils m'ont admis en tant que "membre junior".

Je suis encore en train d'apprendre et c'est une période très excitante. Il y a beaucoup à faire. Venez avec moi pour voir.

[Melkiades : "Je suis très heureux de tes progrès spirituels."]

7.2. Au-delà du vortex



Suis-je maintenant "tout différent" ? En ce qui me concerne, oui, je suis à un point radicalement différent.

Qu'avons-nous appris ?

Voici un résumé des principales différences entre un monde "3D" et un monde "3D plus". (En couleur sont les ajouts du 3D plus.)

	3D	3D plus
niveaux :	physique et localisé	physique et localisé non physique et non localisé, conceptuel
conscience distinctive :	3D et temps conscient dans le corps subconscient dans le corps	3D et temps, conscient dans le corps subconscient dans le corps extracorporel = - niveau inférieur (5ème + 6ème), - niveau intermédiaire (7e - 10e), - niveau supérieur (11e + 12e) - Créateur
conscience :	moi physique	moi physique l'entité persistante = continue la conscience, également après la mort
la mort :	pas d'existence après la vie, pas d'âme	les êtres humains ont une âme, suivent un fil continu entre les vies, réincarnation
mode psychologique :	logique	logique, intuitif
priorités :	individuelles, "moi d'abord", solitaire	centrées sur la famille, petites et échelonnées responsabilités du groupe, coopératif

Tout le reste suit logiquement.

À ce stade, je me soucie énormément des personnes qui sont avec moi dans mon "essaim". Le "*je-suis-avec-les-autres-dans-mon-espace*" fait une énorme différence. Essayez vous-même et comparez le point de vue de votre entourage. Une fois que nous sommes vraiment dans cette perspective, c'est ce que la plupart d'entre nous préfèrent.

Il y a de nombreuses façons d'arriver à cette conclusion, j'utiliserai la logique suivante qui émerge des expériences de mort imminente. Une fois cette hypothèse envisagée, de nombreux autres phénomènes para-psychologiques et mystiques se mettent en place.

7.2.1. Les NDE montrent la voie

Apparemment, une personne sur 20 a vécu une expérience de mort imminente (EMI)¹, et les vidéos de souvenirs vivants d'EMI sont devenues fréquentes (voir YouTube).

Le fil conducteur de ces récits est qu'un type de conscience peut se séparer du corps physique et vivre une expérience (généralement profonde).

Souvent, la conscience peut observer le corps allongé sur un lit ou sur une civière, et peut faire des déclarations précises sur ce qui a été dit pendant l'expérience et même sur ce qui s'est passé en dehors du champ de vision de son corps dans l'environnement physique proche. Une personne ayant vécu une expérience de mort imminente a par exemple vu un parent apparaître dans la salle d'attente à l'extérieur de la salle d'opération au cours de cette expérience extracorporelle (OOBE). S'il avait été entièrement dans son corps physique, il n'aurait pas pu avoir cette information.

La première notion clé que nous retenons de cette expérience est que cette conscience persistante peut être séparée du corps physique et peut maintenir une conscience indépendante étendue, telle qu'une forme de vision, d'audition et de mémoire personnelle complète ou forte.

La question suivante est de savoir exactement quelles composantes se séparent du corps et lesquelles restent dans le corps. Pour cela, nous pouvons nous tourner vers des personnes ayant vécu une expérience de mort imminente qui ont accumulé des expériences extracorporelles étendues, comme Joe Marshalla, qui a vécu plusieurs expériences extracorporelles. Dans la plus longue, il a été déclaré mort après 10 minutes sans signe de vie, il est retourné dans son corps et est ensuite entré et sorti de son corps pendant environ trois mois.

Philosophe de formation, intéressé par la psychologie et le comportement humain, il a fait des observations détaillées sur les parties de notre conscience qui restent dans le corps et sur les autres parties qui l'accompagnent en permanence².

Deux structures parallèles

Les explications de Joe Marshalla sont claires et détaillées.

On peut déduire de ses nombreuses interventions qu'il perçoit les fonctions humaines comme deux structures parallèles et intégrées. D'une part, il existe un réseau d'apprentissage basé sur la physiologie qui nous permet de fonctionner dans notre incarnation actuelle. Joe Marshalla désigne cette structure par le terme de "pensées", mais nous pouvons également y inclure des fonctions psychologiques et corporelles plus larges telles que le système de mouvement, l'audition physique, la vue et le toucher, ainsi que les opérations physiologiques du cerveau. Cette structure fonctionne en fonction de ce que la personne a appris au cours de son incarnation actuelle. C'est ce que nous appelons généralement le "moi physique".

D'autre part, il existe une entité beaucoup plus vaste qui a une conscience (aiguë) des mêmes domaines de fréquence que nous percevons physiquement avec nos sens. Elle recueille d'immenses quantités d'informations, les stocke de manière fiable et, apparemment, fonctionne et réagit en termes d'expérience transincarnationnelle

1 Wikipédia : "Selon certaines sources, on estime que les expériences de mort imminente sont rapportées par cinq pour cent de la population adulte américaine. http://en.wikipedia.org/wiki/Near-death_studies.

2 Les OOBE non traumatiques étendues, telles que celles décrites par Bob Monroe, présentent de nombreuses similitudes avec les OOBE traumatiques. La séparation du corps lors d'une expérience de mort imminente ne peut donc pas être facilement réduite à des imaginations provoquées par le traumatisme.

persistante.

Cela permet d'identifier et de distinguer ce que nous avons appelé ici "l'entité persistante" et ce que beaucoup appellent "l'âme". Puisque cette entité semble être orientée vers un but, nous ferons l'hypothèse qu'il s'agit en fait de ce que nous avons appelé ici "le moi intérieur" ou "le Moi Supérieur". Dans mon cas, il s'agit de "Melkiades" et non de "Melki".

7.2.2. La source du message

Dans notre monde tridimensionnel, le moi intérieur ne peut communiquer avec nous, êtres tridimensionnels, que par l'intermédiaire du moi physique. La psychologie traditionnelle ne reconnaît pas actuellement un "moi intérieur", car selon leur interprétation (je simplifie un peu), "les gens normaux, lorsqu'ils sont bien adaptés, ne parlent pas comme quelqu'un d'autre". Lorsqu'ils le font, ils souffrent d'une personnalité multiple ou d'un trouble délirant.

Mais reprenons la définition "spirituelle" que nous avons utilisée pour définir l'"espace 3D-plus" (tableau ci-dessus)³.

Lorsque nous faisons de la place à toutes les informations spirituelles que les personnes sensibles captent, une structure de "moi intérieur" commence à s'exprimer. C'est ce qui apparaît en brun dans le schéma "3D plus" ci-dessus. C'est également l'espace que les outils de communication interdimensionnelle identifient.

3D vs. 3D plus

Que se passe-t-il alors si une personne sensible émet une "opinion 3D plus" ? Quel poids accorder à une telle opinion ?

Lorsque Melkiades me parle et que le message du pendule dit quelque chose de différent de ce que j'attends, que dois-je faire ?

Et si je dis quelque chose qui résonne avec mes vérités profondes et intérieures que moi-même ou une autre personne sensible à la 3D plus détient en moi, alors comment dois-je agir ? Le message n'a-t-il pas plus de valeur ?

Et parfois, le moi intérieur montre effectivement qu'il parle en tant qu'entité séparée ("il montre son drapeau") lorsqu'il transmet des messages de l'au-delà. Par exemple, dans les canalisations de Ra⁴, chaque message de Ra commence par "I am Ra." ("Je suis Ra"). Cela permet de distinguer clairement la source non physique de la source physique. D'autres canaliseurs utilisent des techniques similaires – comme un ton de voix différent – pour marquer la source canalisée de leur discours.

Vous savez alors que le message a un certain poids et vous pouvez en tenir compte.

Faux messages

Par ailleurs, vous pouvez être amené à recevoir de faux messages.

Le dicton suivant circule parmi les canaliseurs qui sont souvent en contact avec des forces supérieures : ***plus vous travaillez régulièrement et sérieusement avec des forces spirituelles, plus les forces négatives essaieront de vous faire dérailler de manière de plus en plus sournoise.***

Si vous recevez un message qui vous incite à des activités malhonnêtes, à des pensées malveillantes ou à des dépenses douteuses, remettez en question la source du message.

³ c'est-à-dire l'espace multi-niveaux et multi-dimensionnel, décrit en particulier dans "3.0. La cinquième dimension" et comme "comportement en essaim" dans "5.7. Télépathie".

⁴ <https://www.lawofone.info/>

Si on les interroge directement sur leur origine, ***ils seront obligés, en vertu de la loi universelle, d'admettre leur véritable origine.***

Il suffit de demander : "Êtes-vous vraiment ... (l'entité douteuse)", et ils devront admettre leur véritable origine. Et s'ils ne peuvent pas confirmer leur lien ou admettre leur statut négatif, ***utilisez toute votre énergie émotionnelle et chassez-les immédiatement.***

Soyez très insistant. Plus vous les défiez, plus ils deviennent insistants. Soyez donc persévérant. Ils finiront par devoir partir.

J'ai dû chasser des entités négatives à de nombreuses reprises. À chaque fois, il leur a fallu une minute entière ou plus pour s'éloigner, comme le a montré l'action de mon pendule et une vibration particulière dans mon corps tout entier.

J'ai également essayé de mettre en place des canaux sécurisés avec l'aide de Melkiades et de certains archanges, mais ils ont finalement réussi à passer à travers. Demandez à être protégé et ils se calmeront un peu. Les archanges me disent qu'il faut généralement cinq ans pour être totalement protégé en permanence. J'ai donc appris à revérifier chaque fois que je reçois un appel ou un message suspect de Mekiades ou d'autres entités fiables et haut placées.

Traces négatives

Si vous avez été lié émotionnellement à une entité négative pendant un certain temps, cette communication laissera certainement des traces sur vous. Soyez donc prudent. En particulier, si vous avez eu une relation émotionnelle ou sexuelle avec une personne pleine de négativité, vous pouvez consulter une personne vraiment qualifiée. Nettoyer une personne de son énergie négative peut demander beaucoup d'énergie et de temps.

Il serait également bon de consulter à nouveau la section 2.3. dans ces cas-là.

7.2.3. Changement d'orientation

Une fois que l'on accepte la différence entre un moi physique et un moi spirituel, l'étape suivante devient possible : il ne s'agit de rien d'autre que de changer son point de vue habituel.

On peut s'y essayer sous forme de jeu. C'est d'ailleurs le but d'une méditation OOB. Il s'agit de prendre conscience de sa propre voix intérieure, de la suivre, de s'y tenir et de commencer à explorer le monde à partir de cette perspective. Lors de toute séance sérieuse de questions-réponses, nous prenons conscience de la formation substantielle que nous avons reçue dans ces pages. Nous commençons à comprendre l'immense richesse de la nouvelle perspective.

Interrogez-vous.

Comment voyez-vous votre propre vie à partir de votre nouveau point de vue ? Comment voyez-vous votre (vos) relation(s) intime(s) maintenant ? Voyez-vous comment nous avons été manipulés pour participer à une gigantesque course aux rats ? Quelle a été votre contribution positive au monde jusqu'à présent ?

Et : de quoi avez-vous vraiment peur ?

Si nous poursuivons ces réflexions pendant un certain temps, nous commencerons à remettre en question de nombreuses vieilles croyances et nous finirons par en mettre quelques-unes de côté. Un nouveau sentiment de soulagement et de joie nous envahit à mesure que nous laissons tomber les vieux schémas inutiles et que nous prenons

conscience de nouvelles possibilités. Les réflexions de ces pages nous ont montré l'incroyable richesse et les nouveaux potentiels qui sont possibles dans un monde « 3D plus ».

Deviendrons-nous tous des "décrocheurs d'entreprise" en poursuivant un tel changement de perspective ? Allons-nous nous retirer dans les collines et cultiver nos propres récoltes ?

Ce n'est pas ce que je pense. Bien au contraire. L'existence ascensionnée favorise les interactions humaines qui sont bonnes et positives en toutes circonstances. Elle ne nie pas la société humaine, ni les projets de collaboration humaine. Je confirme sans réserve qu'une perspective ascensionnelle est immensément "pro-humaine". Elle favorise une coopération positive, pacifique, respectueuse et non exploitante, ainsi qu'une coexistence véritablement joyeuse dans tout contact social.

C'est une orientation claire

En fin de compte, l'histoire de l'ascension est relativement simple : nous changeons de point de vue. En fin de compte, peu de mots sont nécessaires. Nous écoutons notre voix intérieure, nous prenons ses réponses au sérieux, nous apprenons d'elle, nous la laissons nous guider vers une action coopérative plus importante et plus responsable, nous affirmons notre place naturelle parmi nos collègues et nos proches, et nous développons la confiance dans les faits que nous faisons en réalité de notre mieux.

Pas de grande révolution externe, mais une incroyable évolution intérieure.

[Vérification : "Melkiades, est-ce complet ? Êtes-vous d'accord avec tout ?" "Oui. Tout à fait d'accord."]

8.1. C'est possible !

Qu'ont-ils fait de notre paradis ?



Adam et Eve ont laissé derrière eux une forêt verdoyante il y a bien longtemps.



Ils sont partis quelque temps, mais qu'ont-ils trouvé à leur retour ?

Une terre infertile, sillonnée de ravins érodés. Il n'y a pratiquement pas d'herbe, ni d'arbres ou de buissons, et les ravins sont difficilement franchissables.

Que peut-on en faire ?

Peut-on vivre dans un tel environnement ?

Regardez ce qu'ils ont fait en Chine



Images : à gauche : **avant**, à droite : **après restauration**, trouvées dans Restoring China's Loess Plateau, Liu, 2012 ; Liu & Bradley, 2016, figs. World Resources Institute. <http://vegansustainability.com/restoring-chinas-loess-plateau/>. Images fournies par Yan Jinmin dans A lesson in regenerative agriculture from the Loess Plateau par Milly Ahlquist <https://uk.lush.com/article/lesson-regenerative-agriculture-loess-plateau>.

Ces deux photos ont été prises au même endroit sur *le plateau de Loess en Chine*. Une zone de la taille des Pays-Bas (40 000 km²) a été remise en culture en neuf ans seulement !

Sur le plan financier, le projet a été une grande réussite pour les habitants.



Cette région avait été une terre riche et productive dans l'Antiquité, mais elle a été surpâturée et, en l'an 1000 après J.-C., elle était devenue un désert aride semblable à celui de l'image en haut à droite.

Après avoir été terrassées, ces terres ont été remises en culture pour quelque **20 millions de personnes** vivant dans cette région. La restauration des écosystèmes s'est accompagnée d'une **réforme agraire** qui a fourni de nombreuses incitations personnelles en augmentant considérablement la propriété foncière. **Des études de suivi ont montré que les**

revenus ont été multipliés par trois.

Vous trouverez une bonne vidéo ici : "Regreening the desert with John D- Liu VPRO Documentary 2012"¹. **Regardez cette vidéo, même si vous êtes pressé par le temps.**

Dans cette vidéo, John Liu et Geoff Lawton ont répondu à notre question : "Oui", disent-ils, "il est possible de réhabiliter des écosystèmes endommagés à grande échelle". Et "**Si nous pouvons [le faire], pourquoi ne le faisons-nous pas tous ?**"

¹ <https://youtu.be/IDgDWbQtIKI>

Beaucoup de questions et beaucoup de réponses encourageantes

1. Les grands projets de mise en valeur des terres se poursuivent-ils en Chine et/ou ailleurs ?
2. Des projets mineurs sont-ils également en cours dans d'autres parties du monde ?
3. Ces projets sont-ils un succès financier ?
4. Quelles sont les conditions nécessaires à la réussite d'un projet ?
5. Quel est leur impact potentiel sur la faim dans le monde ?
6. Pourquoi les médias n'ont-ils pratiquement pas parlé de ces grands projets de remise en état ?
7. Un individu, une famille ou un village pourrait-il restaurer un tel terrain pour lui-même ?

Et la réponse **appuie le oui à chaque fois...**

1. ...de grands projets ont été réalisés en Chine comme en Inde. Ils sont considérés comme un grand succès et sont actuellement en cours d'extension dans les deux sites.
2. ...de nombreux projets moins connus, soutenus par les pouvoirs publics ou financés par des particuliers, sont et ont été menés à bien dans le monde entier, dans des environnements et sous des climats parfois hostiles, et ce avec beaucoup de succès.
3. ...des résultats financiers exceptionnels ont été enregistrés pour des projets en Inde, en Chine, en Jordanie, en Éthiopie, au Ruanda et à Fidji, ainsi que pour de nombreux projets personnels à long terme.
4. ...il existe aujourd'hui une grande expertise pour différents types de projets de mise en valeur des terres, accumulée sur une cinquantaine d'années.
5. ...la faim dans le monde est toujours bien réelle, mais elle suit régulièrement les conflits mondiaux. ***En temps de paix***, les efforts de mise en valeur des terres dont il est question ici ont eu et pourraient à l'avenir avoir un impact positif majeur sur la réduction de la faim dans le monde. Et bien d'autres choses encore sont possibles dans cette perspective. Sans exagération, *un monde sans faim est possible, si la volonté publique est là*.
6. ...l'opinion mondiale s'est fortement polarisée sur les développements négatifs, en particulier ces dernières années. Les évolutions positives qui se dessinent lentement sont commodément subordonnées à des événements alarmistes qui évoluent rapidement. Pourquoi ne pas contribuer à un changement majeur de l'opinion mondiale et aider à changer les perspectives excessivement négatives de chacun ?
7. ...et oui, de nombreux individus, familles et villages ont déjà réalisé des projets similaires de mise en valeur des terres² et ont réussi à long terme.

8.1. La récupération de l'eau et des terres mérite une attention immédiate

L'Ascendance nous incite à réexaminer de nombreuses idées établies. Nous entendons

² Différents termes sont utilisés de manière plus ou moins interchangeable pour désigner la "récupération des terres" : régénération, réhabilitation, restauration, écologisation du désert, agriculture régénératrice et permaculture.

souvent dire que "tout se dégrade".

Est-ce vraiment le cas ? Pas nécessairement.

C'est le moment de commencer à réfléchir. L'approvisionnement en eau potable, la production d'aliments de qualité en quantité suffisante et la perte de terres due à la désertification et à l'empiètement territorial sont certainement des problèmes réels. Ils deviendront de plus en plus importants au cours des prochaines décennies. Nous devons donc comprendre ce qui est en jeu, puis rassembler notre énorme pouvoir collectif afin d'opérer des changements à l'échelle mondiale.

Voici quelques suggestions, accompagnées d'une collection d'excellentes vidéos. Dans cette brève revue...

- Dans un premier temps, j'évoquerai quelques grandes questions abordées dans divers *projets indiens et chinois*, ainsi que dans des techniques récentes utilisées par *des agriculteurs nord-américains et australiens*, afin de nous ramener à des approches plus durables de la vie humaine.
- Dans un deuxième temps, je présenterai une revue succincte des études sur la *permaculture*.
- Enfin, je présenterai quelques points forts de personnes qui ont mis en œuvre la récupération des terres dans le cadre de leurs petits projets financés par des fonds privés.

Par nécessité, cette introduction ne peut mentionner que quelques-uns des milliers d'auteurs et de vidéos dévoués impliqués dans ces projets méritoires.

Le domaine est plein de surprises merveilleuses ainsi que d'impératifs urgents qui méritent une attention beaucoup plus grande. *La rénovation urbaine* est également très importante, mais elle est laissée de côté ici pour des raisons de complexité.

8.2. "C'est possible !" – régulièrement, et dans de nombreuses régions inhospitalières

Inde : Projets de la Fondation Paani et du DRCSC

Nous commençons par quelques reportages exceptionnels sur des projets majeurs en Inde.

Ces vidéos ont été réalisées par Andrew Millison, qui étudie et enseigne la permaculture depuis 1996. Il enseigne aujourd'hui à l'université d'État de l'Oregon. Les vidéos ont été produites avec le soutien de l'Université d'État de l'Oregon.

Vidéo : "India's Water Revolution #1 : Solving the Crisis in 45 days with the Paani Foundation" (La révolution de l'eau en Inde #1 : résoudre la crise en 45 jours avec la Fondation Paani)
<https://www.youtube.com/watch?v=-8nqnOcoLqE>

Vidéo : "India's Water Revolution #1 : Solving Crisis in 45 days with the Paani Foundation "India's Water Revolution #2 : The Biggest Permaculture Project on Earth ! with the Paani Foundation" (La révolution de l'eau en Inde #2 : le plus grand projet de permaculture au monde avec la fondation Paani)
<https://www.youtube.com/watch?v=jDMnbeW3F8A>

M. Millison s'est rendu en Inde pour filmer le travail de la Fondation Paani dans le cadre du concours Water Cup.



Il s'agissait d'un concours visant à identifier l'équipe qui construirait la structure recueillant le plus d'eau en seulement 45 jours dans l'État du Maharashtra, dans le sud de l'Inde. Des milliers de villages ont participé à ce concours. Il a visité les structures du village de Garavadi, qui a participé au concours de 2019, dans la première

vidéo, et du village de Velu, qui a remporté le concours de 2016, dans la deuxième vidéo.

Les effets de leur projet de restauration des eaux souterraines ont considérablement amélioré la vie, l'économie, l'écologie et la stabilité de ces villages. Ces zones avaient l'habitude d'apporter de l'eau potable extérieure dans leurs villages pendant la saison sèche, ce qui n'est plus nécessaire.

Sur cette capture d'écran tirée de la première vidéo³, de nombreuses structures de rétention d'eau sont visibles à différents niveaux.

Au total, tous les concurrents du concours ont créé des retenues d'eau pour une capacité de stockage de 550 milliards de litres et ont formé un nombre impressionnant de 51 000 personnes aux techniques de restauration des bassins versants.

L'eau est retenue par des tranchées d'un mètre de profondeur le long des courbes de niveau, appelées "swales" dans la plupart des pays du monde et que les Indiens préfèrent appeler "CCT" pour "Continuous Contour Trenches" (tranchées continues de contour). Plusieurs lignes de rigoles recueillent l'eau de pluie. Sous la surface, l'eau s'accumule et alimente des sources qui continuent à couler pendant la saison sèche.

Sur une plus longue période, davantage de plantes et d'arbres pousseront dans cette zone, et davantage d'eau sera retenue. En outre, les agriculteurs disposent désormais de deux saisons de croissance au lieu d'une seule. La stabilité sociale et financière de ces régions s'en trouve considérablement renforcée. Ces mesures d'envergure apportent verdure et prospérité à de vastes étendues de terre qui étaient auparavant marginales et extrêmement pauvres.

Vidéo : "India's Water Revolution #3 : From Poverty to Permaculture with DRCSC" (La révolution de l'eau en Inde #3 : de la pauvreté à la permaculture avec DRCSC) <https://www.youtube.com/watch?v=KtHulfyJao>

Ici, nous entendons Ardhendu Chatterjee s'exclamer : *"Leur revenu a donc doublé et leurs dépenses ont diminué de moitié !"* Les visages fiers des bénéficiaires témoignent de leur grande satisfaction.

Dans cette vidéo, Millison montre le travail du Development Research Communication and Services Centre (DRCSC) dans l'État du Bengale occidental, sur la côte est de l'Inde.

Le fondateur du DRCSC, Ardhendu Chatterjee, nous montre les effets des projets de stockage de l'eau et de restauration des nappes phréatiques qui permettent aux plus pauvres des pauvres de rester sur leurs terres et de prospérer, au lieu de devoir migrer

³ Sauf indication contraire, toutes les images sont des captures d'écran des vidéos mentionnées.

loin pour un travail mal rémunéré.



L'ensemble de la grande excavation à gauche a été réalisé en un an de travail manuel. Ils ont également inventé un nouveau système de captage de l'eau pour les zones les plus plates, et la production abondante qui en résulte a permis différents types de cultures et de pêcheries.

Vidéo : "La révolution de l'eau en Inde #4 : Permaculture pour les terres en friche à la ferme d'Aranya
<https://youtu.be/KhoV-vBAyFI>

Image 1 : Vue rapprochée de la ferme d'Aranya, qui a été créée sur un terrain vague, **sur un bouclier rocheux**.



Image 2 : Vue lointaine de la ferme d'Aranya. La ferme d'Aranya est située au milieu d'un immense terrain vague. Les courbes de niveau ont été superposées ultérieurement sur cette photo.



Image 3 : Une grande tranchée utilisée pour retenir l'eau collectée pendant la saison des pluies.



Nous voici à un autre endroit en Inde. M. Millison a filmé les travaux effectués à la ferme d'Aranya, dans l'État de Telangana, en Inde, *sur l'immense plateau du Deccan, en grande partie stérile.*

Ce qui est exceptionnel, c'est que ce village florissant a été créé **il y a seulement vingt ans sur une roche nue** (image centrale d'un moment précoce du projet où la roche est en rose autour de l'oasis). Il avait été classé comme "terrain vague". Aujourd'hui, elle compte

4,65 hectares de forêts vivrières, ce qui a permis à la nappe phréatique de retrouver son abondance.

La source d'eau d'origine provenait de grandes tranchées qui se remplissaient d'eau pendant la saison des pluies (*image 3*).

Le compost et les plantes d'origine ont ensuite été placés dans des tranchées plus petites et des monticules de captage. Des pépinières et des arbres ont été plantés par la suite.

80% des terres sont maintenant consacrées à des cultures pérennes qui ne nécessitent pas beaucoup de travail. La plupart des semis ont été effectués par les oiseaux et n'ont pas nécessité de plantation spécifique. La ferme présente aujourd'hui une grande variété de plantes alimentaires, d'espèces, de légumes, d'animaux domestiques, d'oiseaux et de fleurs. La vente des tamariniers, utilisés dans la médecine traditionnelle et dans la cuisine indienne, génère de bons revenus.

Au fil du temps, la nappe phréatique s'est élevée dans le puits profond creusé à la main. Les arbres libèrent de l'eau dans la roche qui avait été brisée par le système racinaire. Aranya dispose désormais de suffisamment d'eau tout au long de l'année.

M. Millison a également visité la région environnante, où les pauvres sans terre ont reçu **des concessions foncières** et cultivent désormais leurs propres terres. Grâce aux principes de la permaculture, ils transforment la roche en abondance.

8.3. Chine : De nouveaux développements prometteurs

Jusqu'à présent, nous avons vu que *des techniques connues et bien établies* peuvent apporter des changements étonnants. Dans la première vidéo, nous avons vu que les techniques de terrassement et de permaculture ont apporté des changements majeurs à de vastes étendues de terre en Chine, en Inde, en Somalie et au Rwanda.

Cependant, des promesses d'avenir *encore plus enthousiasmantes* émergent actuellement de Chine. Seuls 14% du territoire chinois sont cultivables⁴, mais la Chine doit nourrir sa population nombreuse. Cette situation a encouragé les tentatives de longue date visant à trouver des solutions novatrices pour augmenter le pourcentage de terres arables. Ces efforts commencent à porter leurs fruits. Nous découvrons...

...la mise au point d'un riz résistant au sel.

...la transformation du sable du désert en terre.

...une expansion massive de la mise en valeur des terres dans le vaste désert de Gobi.

Examinons ces projets.

Riz résistant au sel

Vidéo : "Le riz d'eau de mer pourrait-il déterminer l'avenir de la sécurité alimentaire ?

<https://youtu.be/2BMxx70TXeY>

Depuis six décennies, la Chine s'efforce d'améliorer les rendements du riz, avec beaucoup de succès. Actuellement, le rendement à l'hectare est dix fois supérieur à celui de 1960.

Ces dernières années, les Chinois ont également souhaité développer des formes de riz résistantes au sel pour les sols contenant beaucoup de sel et/ou alcalins. Après de nombreuses tentatives s'étalant sur trois décennies, des souches fiables tolérantes au sel ont finalement été développées.

Il existe cinq types de sols salins-alcalins dans différentes régions de Chine. Chaque type

4 D'autres sources estiment que ce pourcentage n'est que de 10 ou 8%.

nécessite une approche différente. Pour deux de ces cinq formes, des semences commercialement viables ont été développées et testées avec succès sur le terrain. Ils ont également testé avec succès leur riz résistant au sel à Dubaï.



Ces types de riz en sont maintenant au stade de l'approbation par le ministère chinois de l'agriculture et des affaires rurales.

Les échantillons ont bon goût. Selon l'interviewer de droite, ils n'ont pas de goût salin et semblent similaires au riz à long grain typique des cultures du nord de la Chine.

De vastes étendues de terre pourront sans doute bientôt être remises en culture grâce à cette approche.

Du sable dans un sol utilisable

Vidéo : "6 méthodes utiles utilisées par la Chine pour convertir les déserts en terres productives riches en cultures" <https://www.youtube.com/watch?v=UW0CCK3FQ5I>

Si vous versez de l'eau sur du sable, la majeure partie de l'eau sera perdue. Elle s'infiltre dans le sable.

Pour contrer cet effet, des chercheurs chinois ont mis au point une pâte à base de cellulose végétale qui aide à retenir l'eau, les nutriments et l'air. Cette pâte est non toxique, respectueuse de l'environnement et d'un coût raisonnable.



Lorsque cette pâte est pulvérisée sur le sable, une membrane très fine constituée de cette pâte recouvre chaque grain de sable et une micro-nano-structure se forme. Le sable peut alors retenir l'eau pour éviter les infiltrations. La membrane modifie la tension superficielle de l'eau et le sable devient ainsi un film transparent pour créer un "sable anti-infiltration". Ce sable anti-suintement est idéal pour les plantes qui ont besoin d'être

protégées contre l'érosion éolienne.

Grâce à un traitement spécial de cette technologie, un terrain sablonneux de 1,6 hectare a été transformé en terre fertile (voir ci-dessus). Il est donc possible de transformer un désert en oasis, à un certain prix.

8.4. La reconquête du désert de Gobi

Article : Vince Beiser "La Chine terraforme le désert de Gobi".

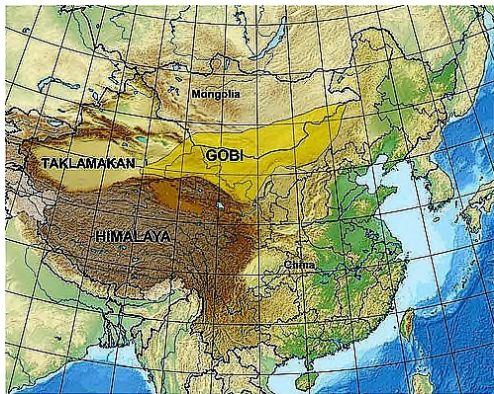


Fig. 1. Gobi et Taklamakan, Wikipedia. Fig. 2. Tempête de sable menaçant une ville chinoise.
Fig. 3. "Programme forestier chinois des trois abris nord", nom officiel de la Grande Muraille verte.
Fig. 4 : Nouvelle autoroute en pleine reforestation.

Les trois images suivantes sont tirées de cet article. Source : South China Morning Post : South China Morning Post. <https://www.anti-empire.com/china-is-terraforming-the-gobi-desert/>

Les déserts et semi-déserts de Gobi et du Taklamakan, qui bordent le nord de la Chine, ne sont pas des déserts de sable comme le Sahara, mais plutôt des roches nues dans de grandes parties. Cette région est connue pour ses fréquentes tempêtes de sable, ainsi que pour ses pluies soudaines, ses chutes de neige et ses gelées qui lui ont valu le nom de "désert froid".

Ces déserts se trouvent à plus de 1000 m d'altitude, ce qui contribue aux basses températures, qui peuvent descendre jusqu'à -40°C. L'humidité s'ajoute à l'air vif lorsque la neige est poussée par le vent des steppes sibériennes. Des changements de température extrêmes et inattendus peuvent également faire grimper les températures jusqu'à 35°C en une seule journée.

S'étendant au rythme inquiétant de 3600 km² par an, les deux déserts souffrent d'une désertification massive. Les tempêtes de poussière sont fréquentes et causent des dommages considérables à l'agriculture. Vince Beiser déclare dans l'article ci-dessus : "Les terres sablonneuses qui couvrent environ 18 % du territoire chinois se sont étendues rapidement. En 2006, elles dévoraient les terres utilisables à un rythme de près de 1000 milles carrés par an [...] contre 600 milles carrés par an dans les années 1950.

"C'est un problème non seulement pour les habitants de ces régions, mais aussi pour les millions de personnes qui vivent suffisamment près des déserts pour être affectées par les

mouvements de sable. Les dunes qui migrent menacent les champs agricoles et même des villages entiers. Des tronçons de routes et de voies ferrées sont constamment bloqués par le sable soufflé.

"Les tempêtes de sable soufflent régulièrement des dizaines de milliers de tonnes de sable et de poussière sur Pékin et d'autres villes, entravant la circulation et créant un grave danger pour la santé. La Banque Mondiale a estimé que la désertification coûte à l'économie chinoise quelque 31 milliards de dollars par an".

Ces problèmes ont été exacerbés par l'immigration massive en provenance des régions méridionales de la Chine. Une nouvelle grande muraille d'arbres est donc en cours de construction le long de la frontière nord de la Chine, dans les déserts de Gobi et du Taklamakan. Des milliards d'arbres ont déjà été plantés, soit une superficie équivalente à celle qui sépare San Francisco de Boston.

Vince Beiser poursuit : "Le projet, officiellement baptisé 'Grande Muraille verte', a été lancé en 1978 et devrait se poursuivre jusqu'en 2050. Il a pour but de planter près de 88 millions d'acres de forêts protectrices dans une ceinture de près de 3000 miles de long et de 900 miles de large par endroits.

"Face à l'aggravation constante des conditions environnementales en Chine, le gouvernement a ajouté une poignée d'autres grands projets de boisement au cours des dernières années. Tout cela aboutit à ce qui est sans doute le plus grand projet de plantation d'arbres de l'histoire de l'humanité.

"Les résultats obtenus jusqu'à présent sont splendides, du moins selon le gouvernement chinois. Des milliers d'hectares de dunes en mouvement qui menaçaient les champs et les villages des agriculteurs ont été stabilisés. La fréquence des tempêtes de sable dans tout le pays a diminué d'un cinquième entre 2009 et 2014. Et bien que les déserts continuent de s'étendre dans certaines régions, la SFA, l'agence gouvernementale qui supervise les principaux programmes de plantation d'arbres, affirme que, dans l'ensemble, elle a non seulement arrêté mais même commencé à inverser l'expansion des déserts".

Mais tout ne s'est pas déroulé comme prévu.

De nombreux arbres sont morts, soit par manque d'humidité, soit parce qu'un site inapproprié a été choisi, soit parce que la mauvaise espèce d'arbre a été utilisée. Certains n'ont pas pu survivre dans l'environnement aride, et d'autres ont été touchés par des maladies et des parasites qui se propagent rapidement dans les forêts monoculturelles. En 2000, une infestation de coléoptères dans le centre-nord de la Chine a anéanti un milliard de peupliers, fruits de deux décennies de plantation.

En même temps, si l'effort est effectivement maintenu jusqu'en 2050, les erreurs peuvent être corrigées. Si les corrections sont apportées rapidement, la plantation initiale a déjà modifié l'écosystème à un point tel que des processus atmosphériques, hydrologiques et végétatifs positifs ont été mis en œuvre et permettront ainsi la régénération de la région.

8.5. États-Unis, Canada, Australie et une grande partie de l'Europe :



Votre choix actuel ... existe-t-il de meilleurs choix ?

Vidéo : "Unbroken Ground | A New Old Way to Grow Food" (La terre intacte - Une nouvelle façon de cultiver la nourriture) <https://www.youtube.com/watch?v=3Ezkp7Cteys>

Vidéo : "Regenerative Renegades | Natural Groep" : "Regenerative Renegades | Natural Grocers Presents" (Les renégats régénérateurs) <https://youtu.be/BkOb9Q2hXYE>

Si vous faites vos courses dans un tel magasin, il y a de fortes chances...

- ...que votre pain et votre bière proviennent de tels champs,
- ...que votre poulet soit produit dans un environnement aussi rapproché.,
- ...et si vous mangez du bœuf, il sera élevé dans des enclos aussi étroits avant d'être dépecé.

Quels sont les problèmes ?

Il peut y en avoir plusieurs, en fonction de vos sensibilités⁵.

Mais il y a un problème crucial et fondamental auquel vous n'avez peut-être pas pensé au départ : *Nous épuisons nos terres en les cultivant sans cesse à l'aide de monocultures, d'engrais et d'herbicides.*

En bref, la monoculture épuise le sol de ses nutriments au point qu'il ne peut plus contenir aucune valeur nutritive – toute valeur nutritive doit être apportée de l'extérieur. La monoculture augmente également le risque de parasites et de maladies. Elle a été associée à un stress accru dû aux maladies, à la pauvreté des sols en éléments nutritifs, à la dégradation des sols et à la déforestation.

⁵ Beaucoup d'entre nous considèrent que les pratiques d'élevage à grande échelle et à haute densité sont révoltantes. De nombreuses dispositions légales, en particulier en Europe, traitent actuellement de cette question.

La monoculture épuise les nutriments disponibles dans le sol. Le sol subit une perte de micro-organismes et de bactéries et devient plus sensible à l'érosion, mais il est également plus contaminé par l'utilisation accrue de pesticides, d'herbicides et d'engrais. Ces produits chimiques s'infiltrent dans le sol, contaminant à la fois le sol et les eaux souterraines. L'excès d'engrais est donc préjudiciable à la santé du sol et des eaux souterraines.

En outre, la structure d'un sol de monoculture signifie qu'un seul type de racine est disponible pour retenir l'humidité et prévenir l'érosion, une tâche qui nécessite généralement plusieurs types de racines.

Une monoculture est en outre plus exposée au risque d'être décimée par le mildiou ou les parasites, car ces menaces peuvent se déplacer plus rapidement dans la zone. Les monocultures augmentent donc le risque de récoltes dévastatrices comme la famine de la pomme de terre au milieu du XIXe siècle ou l'infestation d'un milliard d'arbres par des coléoptères dans le centre-nord de la Chine, mentionnée plus haut.

Enfin, au cours des dernières décennies, de nombreux types d'aliments et de fruits ont perdu une part importante de leur valeur nutritionnelle, c'est-à-dire que ce que vous mangez contient proportionnellement beaucoup moins de ce dont votre corps a réellement besoin. Cela est dû à l'utilisation accrue de cultures qui ont échangé leurs valeurs nutritionnelles contre une capacité accrue à supporter un stockage prolongé.

Nous épuisons les sols.

Vidéo : "Living Soil : A Documentary", <https://www.youtube.com/watch?v=ntJouJhLM48>

Vidéo : "Overcoming water scarcity - A Documentary", "Surmonter la pénurie d'eau - Tirer les leçons de l'expérience d'Israël", <https://www.youtube.com/watch?v=WR7WsWe-z0k>

Vidéo : "I am From Fiji - Mangas" (Je viens de Fidji - Mangas) : "Je viens de Fidji - Mangroves", <https://youtu.be/1hRjz7tfjKU>

Matt Maier, un grand agriculteur américain, déclare⁶ : *"La durabilité ne suffit pas. Nous ne pouvons pas maintenir et espérer survivre dans l'état actuel de notre agriculture. Nous devons faire mieux. Nous devons nous régénérer. L'agriculture conventionnelle d'aujourd'hui est axée sur l'épuisement. Combien de temps pouvons-nous vivre sur ce sol avant qu'il ne puisse plus produire ?*

"Si nous perdons notre sol, nous perdons tout. Nous réduisons notre capacité à produire des aliments qui peuvent nous nourrir. Je ne sais pas ce qui est plus fondamental que cela. Je ne vois pas ce que nous pourrions faire de plus important que de régénérer nos sols, puis notre santé."

Que peut-on faire ? Beaucoup de choses, et voici quelques suggestions tirées des vidéos...

- *Utiliser des cultures diversifiées, sans OGM, compostées et en rotation.* Cela permet une régénération perpétuelle des sols et réduit l'utilisation d'herbicides. Les cultures diversifiées et en rotation sur fumier naturel sont, quant à elles, beaucoup moins sujettes aux mauvaises récoltes généralisées et massives. La rotation des cultures apporte de la diversité dans la vie souterraine du sol. Dans l'ensemble, ces techniques coûtent un peu plus cher, mais elles régénèrent le sol en permanence.
- *Utiliser des pâturages libres pour le bétail sur des surfaces suffisantes avec des*

6 Regenerative Renegades | Natural Grocers Presents, <https://youtu.be/BkOb9Q2hXYE>.

rotations de pâturages nécessaires. Cela permet à l'herbe d'être fertilisée par le bétail et de repousser continuellement au cours des rotations.

- *Utiliser l'élevage de buffles.* Contrairement aux bovins, les buffles ne coupent pas l'herbe aussi bas que les bovins. Si la densité est suffisante, cela permet de préserver et de régénérer les terres herbeuses sans rotation des pâturages. Cela permet de réduire les besoins en énergie humaine pour effectuer les rotations.
- *Il est important de mieux séparer les poissons ciblés des poissons non ciblés pour préserver la continuité des stocks de poissons.* Pour ce faire, il est possible de recourir à la "pêche au filet récifal", où les poissons de grande taille sont rassemblés dans des filets et séparés manuellement des poissons non ciblés. Cette méthode permet d'éviter le gaspillage inutile d'espèces de poissons protégées.
- *Apprenez de l'expérience réussie d'Israël en matière de gestion de la pénurie d'eau potable et de réutilisation de l'eau à des fins agricoles (voir la deuxième vidéo ci-dessus).*
- *Apprenez à planter des mangroves aux Fidji pour freiner la montée du niveau des mers (voir la troisième vidéo ci-dessus).*
- *Utiliser certaines méthodes de permaculture qui assurent une (bien) meilleure utilisation des ressources en eau et une plus grande diversité de fruits et légumes (voir ci-dessous).*
- *L'analyse moderne des sols appliquée à des cultures diversifiées peut encore augmenter les rendements en produisant une composition de sol plus riche et plus saine.*
- *L'utilisation d'OGM est suspecte car des études animales ont mis en évidence des anomalies des fonctions hépatiques, rénales et de la fertilité⁷.* En outre, la modification génétique peut nuire à la diversité biologique et les gènes modifiés peuvent se retrouver dans les plantes sauvages et les cultures non modifiées.
- *Certaines de ces mesures sont déjà appliquées dans certains endroits (voir les vidéos) et/ou n'entraîneraient qu'une légère augmentation des coûts.* Une utilisation beaucoup plus généralisée de ces méthodes agricoles favoriserait grandement la durabilité et permettrait de régénérer les terres agricoles existantes, ce qui est indispensable. En outre, des cultures diversifiées réduiraient les risques de mauvaises récoltes massives.

8.6. La permaculture – une alternative personnelle

Nombreux sont ceux qui souhaitent retourner à la terre, cultiver leur propre nourriture et, éventuellement, gagner leur vie en dehors d'un emploi de neuf à cinq, dans le cadre d'un travail qui a davantage de "sens réel". La "permaculture" englobe toutes ces tendances dans un mouvement contraire de restauration de la terre. La permaculture favorise un type d'agriculture durable avec une utilisation maximale de substances non chimiques, et comme nous l'avons découvert plus haut, elle nous montre des moyens naturels de capter

⁷ <https://gmoresearch.org/>, http://www.academia.edu/3405390/Morphological_and_Biochemical_Changes_in_Male_Rats_Fed_on_Genetically_Modified_Corn_Ajeeb_YG . Voir également Claire Robinson Mphil, Michael Antoniou PhD, John Fagan PhD, "GMO Myths And Truths". Extrait du résumé : "Les preuves présentées mettent en évidence de nombreux dangers, risques et limites de la technologie du génie génétique. Il s'agit notamment des dommages constatés dans l'alimentation animale et les études écologiques, qui indiquent à leur tour les risques pour la santé et l'environnement posés par les cultures et les aliments génétiquement modifiés."

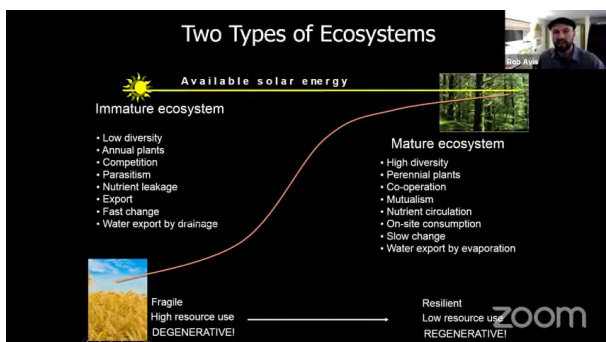
l'eau de pluie et de l'utiliser intelligemment pour une culture riche au sein d'un système complet.

Un aspect important de la permaculture est qu'elle travaille avec la nature et non contre elle : "Elle utilise des 'designs' [idées et modèles] qui s'inspirent des modèles naturels pour répondre aux besoins des humains (nourriture, énergie, abri, technologie, ressources et gestion des déchets), d'une manière qui va de pair avec la nature, au lieu de la détruire⁸."

Est-ce tout à fait possible, même avec un budget familial ? Oui, la "permaculture" promet de réaliser tout cela et bien plus encore. Si vous êtes déterminé, vous pouvez trouver votre place dans la permaculture.

La meilleure solution est d'écouter quelqu'un qui peut présenter les concepts de la permaculture le plus rapidement et le plus succinctement possible. J'ai parcouru de nombreuses vidéos, et voici les deux meilleures que j'ai choisies pour une introduction :

Vidéo 1 : "Introduction à la permaculture - Partie 1", <https://youtu.be/qmo7zC7MBOQ>⁹ (1h 37)



J'ai beaucoup de respect pour Rob Avis. En seulement 1h37, il vous présente tous les concepts fondamentaux de la permaculture. Cette vidéo est vivement recommandée.

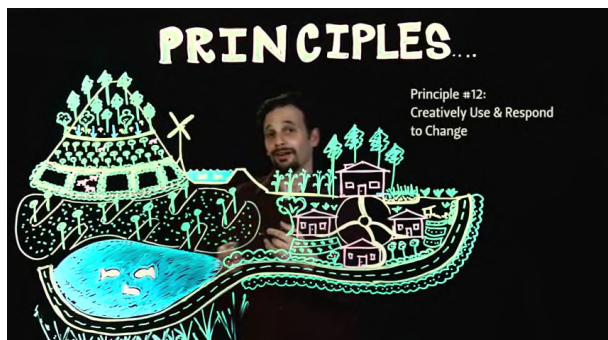
Les concepts clés sont résumés dans cette figure que je conserve ici pour votre référence. Elle a été prise à partir du point 1hr 01m dans la vidéo.

Ecosystème industriel vs. écosystème mature, extrait de "Introduction à la permaculture - Partie 1".

La deuxième vidéo présente les 12 principes clés de la permaculture de David Holmgren. Ceux-ci résument et illustrent tous les points principaux et constituent une introduction concise à l'ensemble de la permaculture.

Les 12 principes de la permaculture par David Holmgren

Vidéo 2 : "Les principes de la permaculture", <https://youtu.be/0mwRAf3z9ag>. Par Oregon State University Ecampus. (9 min 32).



1. *Observer et interagir.* Quelles sont les forces présentes sur mon site pour lesquelles je dois concevoir ? Que je dois prendre en considération ? Où l'eau s'écoule-t-elle et s'accumule-t-elle ? Pourquoi ? Le climat ? La topographie ? Le type de sol ? Faune, vent, feu, personnes sur le site ou à proximité ?

2. *Capter et stocker l'énergie.* "L'énergie peut être de l'eau qui est captée pour une utilisation future, un endroit venteux pour un moulin à vent ou des forêts qui peuvent fournir du combustible pour le

⁸ "Permaculture Design Course Primer", Partie 1 Introduction.

⁹ Pour en savoir plus et entrer en contact avec Rob et Michelle, consultez le site <https://vergepermaculture.ca/>.

chauffage. Les systèmes d'énergie alternative peuvent extraire le vent, l'eau et d'autres ressources pour notre usage.

3. *Obtenir un rendement.* Cela permet de déterminer, par exemple, quel arbre planter à un endroit donné, compte tenu de son rendement prévu. Quelle récolte pourrait produire le meilleur rendement ici ? Plus de fruits ou plus de plantes vertes ? Ai-je besoin de plus ou moins d'eau pour augmenter mon rendement ? Le site dispose-t-il d'un coin tranquille pour une ruche ?
4. *Appliquez l'autorégulation et acceptez le retour d'information.* Pensez aux leçons que vous tirez de votre jardin. Tirez-en des leçons afin que votre contribution soit toujours plus bénéfique pour vous et pour ceux qui vous entourent.
5. *Utiliser et valoriser les ressources et les services renouvelables.* Les ressources renouvelables sont celles qui se reconstituent avec une utilisation modérée, comme un deuxième verger en aval d'un premier qui réutilisera l'eau d'en haut.
6. *Ne pas produire de déchets.* Ici, nous transformons les déchets en nourriture pour les autres : réutiliser les déchets d'une toilette sèche moderne et inodore pour faire du compost. Nettoyer et recycler les eaux grises. Réparer et réutiliser les outils et équipements cassés. Réduire, réutiliser, réparer et recycler.
7. *Concevoir à partir de modèles jusqu'aux détails.* Par exemple, commencer par la façon dont l'eau s'écoule sur le terrain, puis disposer les éléments dans leur ordre naturel.
8. *Intégrer plutôt que séparer.* Concevoir les distances entre les sites de travail et les sites sociaux en tenant compte de la façon dont une communauté interagit et préfère travailler. Tenir compte de la sécurité et des aires de jeux des enfants et des parents qui les surveillent.
9. *Utiliser des solutions modestes et lentes.* Pensez aux utilisations et aux rendements des cultures qui mûriront avec le temps.
10. *Utilisez et valorisez la diversité.* La diversité permet d'éviter les échecs de votre jardin (par exemple, les parasites). De plus, la diversité des aliments bien choisis apporte les vitamines et les minéraux nécessaires à votre alimentation.
11. *Utilisez les bordures et valorisez les zones marginales.* Utilisez des haies pour cultiver des arbustes fruitiers. Une idée : utiliser l'irrigation au goutte-à-goutte plutôt que l'arrosage radial lorsque les quatre bords ne peuvent pas être utilisés. En outre, on perd de l'eau par évaporation – pensez par exemple à l'évaporation de l'eau d'arrosage tombant sur un champ après une chaude journée d'été.
12. *Utiliser le changement de manière créative et y répondre.* Les champs évoluent et doivent être adaptés au fil du temps. Suivez l'évolution de vos champs et évoluez avec eux.

Considérations sur la permaculture

Les vidéos sont réalisées par ceux qui ont réussi, pas par ceux qui ont échoué. Dans les vidéos, nous accompagnerons donc nécessairement ceux qui ont réussi et dont le dévouement et l'enthousiasme restent contagieux.

Ceci étant dit, plusieurs mises en garde s'imposent :

Le travail dans l'agriculture est et exige un dur labeur physique et une présence quasi quotidienne la plupart du temps. Un jardin est vivant. Dès que vous allez plus loin qu'un ensemble de jardinières, vous devez vous préoccuper de l'arrosage, des dégâts potentiels

causés par le vent, la pluie et le gel, ainsi que des nombreuses récoltes d'une plantation en permaculture.

Les risques d'incendies à grande échelle sont particulièrement prononcés dans les pays méditerranéens d'Europe et dans de nombreuses régions d'Amérique et d'Australie.

Les conditions extrêmes illustrées dans certains exemples ici ont nécessité une expérience de la permaculture pour réussir. L'argent investi dans un cours complet de permaculture et/ou dans une évaluation professionnelle du terrain sera largement récompensé à long terme.

Au cours des cinq à dix premières années d'une nouvelle plantation, les printemps, les étés et la plupart des automnes requièrent une présence quasi quotidienne. Tout dépend de l'usage que vous souhaitez faire de votre terre. Une permaculture mature utilisée uniquement à des fins personnelles est très différente d'une terre cultivée à des fins lucratives.

Ne négligez pas l'importance humaine de vos voisins. Nombreux sont ceux qui ont souhaité "vivre en dehors d'un travail de neuf à cinq" et qui se sont retrouvés trop isolés à la campagne, en particulier s'ils ont des enfants.

Ne négligez pas l'importance formelle des aspects juridiques. Les règles relatives aux terres, aux jardins et aux territoires ont réduit à néant de nombreuses ambitions en matière de permaculture. Par exemple, pouvez-vous planter quelque chose de nouveau dans votre pelouse ? Dans de nombreux pays d'Europe ou d'Amérique du Nord, des lois prescrivent des "pelouses et des haies bien taillées" comme étant les seuls paysages autorisés. Ou bien pouvez-vous garder des poules sur vos terres ? Pouvez-vous vendre le produit de votre terre pour en tirer un revenu régulier ? Pouvez-vous construire ou réparer une habitation ? Quelles sont les règles applicables à une "petite maison" ? Quel est son poids si elle est mobile ? Pouvez-vous construire des cabanes à louer sur votre terrain ? Renseignez-vous avant qu'il ne soit trop tard.

Les fruits de la permaculture mettent un certain temps à se concrétiser. Tout dépend évidemment de l'investissement initial et de l'emplacement. Mais pensez à une période initiale de cinq à dix ans jusqu'à ce que la situation se stabilise.

Enfin, les idéaux applicables à la permaculture ne s'accordent pas toujours avec les "arrangements rentables pour la culture et la vente". Par exemple, un arrangement de *permaculture* peut suggérer de planter des arbres fruitiers de manière totalement intercalée, alors qu'un arrangement de "*culture pour la vente*" suggérerait de les regrouper pour une récolte efficace. Travaillez ensemble pour trouver des idées auprès d'autres personnes qui ont eu de bonnes expériences avec des terres dans votre voisinage.

8.7. Histoires de permaculture, de maisons hors réseau et de petites maisons

Tous les commentaires de la section suivante ont été extraits des commentaires vidéo fournis par les utilisateurs. Merci de les avoir partagés avec mon public.

Expériences personnelles de permaculture

AUS "*Beautiful 1-Acre Small Scale Permaculture Property | Limestone Permaculture Farm Tour*", <https://youtu.be/jSNc13cmknE>

Visite de la ferme permaculturelle de Limestone en Nouvelle-Galles du Sud, Australie. Brett Cooper gère cette propriété d'un hectare comme une ferme productive qui aide à nourrir une cinquantaine de familles. La visite comprend un aperçu du verger, de la porte

de la ferme de caravanes, des poulaillers et des canards, et de l'ombrière. Brett parle de ce qui l'a amené, lui et sa famille, à changer complètement de mode de vie et à s'épanouir.

AUS "Living a Radically Simple Permaculture Life on 1/4 Acre | Creatures of Place" (Vivre une vie permaculturelle radicalement simple sur 1/4 d'acre), <https://youtu.be/rCRukvZE2Vk>

Creatures of Place est un aperçu du monde merveilleux de l'artiste en tant que famille : Meg Ulman, Patrick Jones et leur plus jeune fils, Woody. Meg et Patrick vivent sur un terrain d'un quart d'hectare dans une petite ville australienne et ont conçu leur propriété selon les principes de la permaculture. Ils cultivent la plupart de leurs aliments, n'ont pas de voiture et utilisent plutôt leur vélo, consomment très peu d'électricité et puisent leur nourriture et leurs matériaux dans la forêt locale.

AUS "Permaculture Transformation In 90 Days" (Transformation permaculturelle en 90 jours), <https://youtu.be/AWtsrNuUAgE>

Ils ont donc décidé d'utiliser un mélange de terre végétale et de compost pour former des plates-bandes surélevées, car ils préféreraient s'asseoir sur le bord des plates-bandes surélevées plutôt que de se pencher dessus. Le plan consistait à utiliser du bois local bon marché pour construire les plates-bandes qui pourraient au cours des 5 à 6 prochaines années. D'ici là, ils auraient fabriqué suffisamment de compost et collecté assez de déchets agricoles pour reconstituer la couche arable sur l'ensemble de l'hectare et obtenir une belle zone productive duveteuse. Au cours des huit semaines suivantes, nous avons fabriqué 25 tonnes de compost, principalement à partir des ressources de la ferme, et nous l'avons mélangé à une partie de la terre arable provenant de la construction du barrage pour remplir les plates-bandes surélevées.

NZ "Amazing 23-Year-Old Permaculture Food Forest - An Invitation for Wildness" (Une étonnante forêt vivrière en permaculture vieille de 23 ans - une invitation à la nature), <https://youtu.be/6GJFL0MD9fc>

Dans la petite ville de Riverton, au fond de l'île du Sud de la Nouvelle-Zélande, se trouve l'étonnante forêt vivrière de Robert et Robyn Guyton, vieille de 23 ans. La propriété de deux acres a été transformée d'un terrain négligé en un écosystème prospère d'arbres indigènes et exotiques où les oiseaux et les insectes vivent en abondance. Robert et Robyn sont une grande source d'inspiration pour nous, non seulement en raison de leur approche magnifique de la guérison de la terre et de la sauvegarde des arbres et des semences du patrimoine, mais aussi en raison de l'impact qu'ils ont eu sur leur communauté locale.

NZ "Documentaire complet : Man Spends 30 Years Turning Degraded Land into Massive Forest (Fools & Dreamers)", <https://youtu.be/3VZSJKbzyMc>

L'histoire incroyable de la régénération, en 30 ans, de terres agricoles dégradées et infestées d'ajoncs en une magnifique forêt indigène néo-zélandaise. Regenerating a Native Forest est un documentaire de 30 minutes sur la réserve naturelle de Hinewai, sur la péninsule de Banks en Nouvelle-Zélande, et sur son kaitiaki/gestionnaire depuis 30 ans, le botaniste Hugh Wilson.

NZ "Man Quits Job in Finance to Grow Food and Develop Permaculture Food Forest From Finance to Farmer" (Un homme quitte son emploi dans la finance pour cultiver de la nourriture et développer une forêt vivrière en permaculture), <https://youtu.be/3jh1481J6qw>

Andrew Martin a travaillé dans le secteur de la finance en Australie, mais après avoir pris connaissance de l'état réel du monde alors que le pic pétrolier et le changement climatique commencent à faire sentir leurs effets, il a su qu'il devait laisser derrière lui ce mode de vie non durable et faire quelque chose d'utile pour aider à guérir la terre et à être plus résilient face au changement. Avec sa femme Beth, il s'est installé en Nouvelle-Zélande, où ils sont en train de transformer des terres agricoles désertiques et verdoyantes en une forêt permaculturelle productive et généreuse. Il est incroyable de voir

tout ce qu'ils récoltent après seulement trois ans.

Jordan "Celebrating 10-Years at the Greening the Desert Project, Jordan",
<https://youtu.be/yI9wMtTvWps>

Le projet Greening the Desert (GTD) a commencé par l'achat d'un terrain il y a une dizaine d'années et s'est développé lentement jusqu'à atteindre une croissance exponentielle. Les choses ont commencé par le haut, littéralement, avec un grand réservoir d'eau qui alimente un bloc de douches et de toilettes situé juste en bas. Les toilettes sont équipées d'un système de compostage à sec qui fournit de l'engrais aux plantes du site, et les eaux grises des douches et des lavabos sont acheminées vers une roselière située à proximité. La roselière, toujours en hauteur dans le paysage, est ensuite en mesure d'irriguer par gravité de nombreux arbres sur l'ensemble du site. Tout cela est utilisé sur place pour un nettoyage biologique bénéfique.

La forêt vivrière, avec ses murs de pierre et ses rigoles de terre, se déplace à travers le paysage jusqu'aux cages à lapins et aux poulaillers, qui combinent les fumiers dans un système qui crée un mètre cube de compost toutes les cinq semaines. Celui-ci est utilisé dans le jardin de culture principal, un potager couvert d'ombre. Le surplus d'engrais (compost) est destiné aux arbres de la forêt vivrière et à la pépinière. Les eaux de ruissellement de la pépinière sont acheminées vers le potager.

Le bâtiment d'hébergement comprend un bureau, une salle de classe et huit chambres. Il s'élève sur deux étages et est construit en briques de terre et en bottes de paille. Le toit abrite un magnifique jardin composé de plates-bandes à mèches.

USA "Natural sequence farming How Peter Andrews rejuvenates drought-struck land Australian Story",
<https://youtu.be/-4OBcRHX1Bc>

Il y a près de 50 ans, le magnat du poulet frit David Bamberger a utilisé sa fortune pour acheter 5 500 acres de terres surpâturées dans la région des collines du Texas. En plantant des herbes pour absorber les pluies et remplir les aquifères des collines, Bamberger a consacré le reste de sa vie à restaurer le paysage dégradé. Aujourd'hui, la terre a retrouvé son habitat d'origine et peut se targuer d'une énorme biodiversité. Le modèle de gestion des terres de Bamberger est maintenant reproduit dans toute la région et il est considéré comme un visionnaire en matière de gestion des terres et de conservation de l'eau.

USA "Profitable Farming and Designing for Farm Success by Jean-Martin Fortier",
<https://youtu.be/92GDHGPSmeI>

Les outils et les techniques horticoles constituent la majeure partie de ce qui rend une exploitation maraîchère diversifiée rentable, mais dans cette présentation, JM Fortier, discutera de la façon dont l'étape de la conception de toute exploitation agricole pourrait être encore plus importante. S'appuyant sur l'expérience de son propre jardin maraîcher de 2 acres et sur celle d'un nouveau jardin de 5 acres qu'il est en train de mettre en place, JM développera certains des principes de conception qu'il a suivis.

USA "Permaculture Farm - After 12 Years", https://youtu.be/9n_ATKIY-fQ

Okfuskee Farm incorpore la conception de la permaculture Broad Acre, le pâturage en rotation, l'agriculture de marché et bien d'autres choses encore sur leur propriété de 20 acres. Elle est située à Silk Hope, en Caroline du Nord.

CAN "What Permaculture Got Wrong – Dispelling Five Common Myths",
<https://youtu.be/C0kVIS3rQ28>

Curtis Stone dirige une ferme urbaine commerciale appelée Green City Acres à Kelowna, en Colombie-Britannique, au Canada. Sa mission est de montrer aux autres comment ils peuvent cultiver beaucoup d'aliments sur de petites parcelles de terre et en vivre. Grâce au bricolage et à une infrastructure simple, il est possible de gagner sa vie de manière

significative dans son propre jardin ou dans celui de quelqu'un d'autre.

"Ma réponse à Curtis Stone 'What permaculture got wrong... Dispelling Five Common Myths'",
<https://youtu.be/cS6uOWhjJE0>

UK "A Forest Garden With 500 Edible Plants Could Lead to a Sustainable Future" (Un jardin forestier avec 500 plantes comestibles pourrait conduire à un avenir durable),
https://www.youtube.com/watch?v=Q_m_0UPOzul

Au lieu de rangées bien ordonnées de monocultures, les jardins forestiers combinent des arbres fruitiers et à noix, des arbustes, des herbes, des vignes et des légumes vivaces dans un cadre apparemment sauvage. Ce type d'agroforesterie imite les écosystèmes naturels et utilise l'espace disponible de manière durable.

Martin Crawford, basé au Royaume-Uni, est l'un des pionniers du jardinage en forêt. Ayant commencé par un champ plat en 1994, son terrain a été transformé en forêt et sert de ressource éducative pour d'autres personnes intéressées par le jardinage forestier. Ce court métrage de Thomas Regnault se concentre sur le jardin forestier de Crawford, qui est abondant, diversifié et comestible, et qui pourrait être une réponse à l'avenir des systèmes alimentaires.

Vivre hors réseau

CAN "Retired Couple Living Off-Grid Shares Their 8-Year Experience" (Un couple de retraités vivant hors réseau partage son expérience depuis 8 ans), <https://youtu.be/2RAKB1z2MaQ>

Dans cette vidéo, nous rencontrons Art et Mary, un couple de retraités qui a entrepris de construire une maison économe en énergie et exempte d'allergènes, et qui a fini par vivre totalement hors réseau ! Ils ont un système solaire massif pour la majorité de leurs besoins en électricité, ils transforment tout leur bois de chauffage, cultivent et récoltent une grande partie de leur nourriture en été, et récupèrent l'eau de pluie pour arroser leur jardin !

Petite maison – « Tiny House »

"Open Concept Modern Tiny House with Elevator Bed #anawhite", <https://youtu.be/IIHjJd4tkvSU>

Pleine d'idées fraîches et originales sur les tiny houses, cette petite maison de rêve rustique et moderne de 24 pieds de long sur roues a tout ce qu'il faut... et un espace ouvert en plus ! Avec un lit au plafond à élévation automatique, un coin salon convertible, un bureau escamotable, un astucieux placard coulissant dans la douche, une étagère coulissante pour le garde-manger, une buanderie cachée et bien d'autres choses encore, cette minuscule maison offre un confort moderne dans un plan d'étage à aire ouverte.

"Tiny House Designed To Be Elderly Disability Mobility Friendly", <https://youtu.be/BIQ3yuUmBiw>

Cette tiny house présente de nombreuses caractéristiques adaptées aux personnes âgées ou handicapées, ce qui contribue à en faire un espace très vivable. Ces caractéristiques comprennent des éléments de conception tels que des rampes, des murs renforcés pour des mains courantes sécurisées, ainsi que des toilettes et une douche accessibles. On a veillé à ce qu'il n'y ait aucun risque de trébuchement dans la maison et les dimensions de la maison ont même été conçues pour permettre l'utilisation d'un fauteuil roulant dans la tiny house en cas de besoin.

"Jay Shafer's Stunning \$5,000 Tiny House", <https://youtu.be/kokfl0vn9ZM>

Son nouveau concept de tiny house vise à ramener les choses à l'essentiel et à la simplicité dans tous les aspects. Il s'agit donc d'une maison simple et agréable à vivre, simple à construire et simple à acheter. Ce nouveau modèle de tiny house coûte la somme remarquablement basse de 5 000 dollars américains !

"Living in a Tiny House Stinks (Sometimes)", <https://youtu.be/n7G7p1MPWIM>

Je vais être franc avec vous, et vous dire pourquoi (parfois) vivre dans une Tiny House est terrible. Dans cette vidéo, je parle des inconvénients, dans ma liste des avantages et des inconvénients, de vivre dans une petite maison.