



m e s s a g e s

Il existe des mots qui ouvrent les consciences et peuvent éveiller pour cheminer vers un horizon meilleur, avec un regard bienveillant. Cependant personne ne détient une parole de vérité. Ayez la sagesse de toujours garder votre libre arbitre.

« Développez une envie d'**Harmonie**. Le plus grand travail et le plus difficile sera celui-là. »

« Travaillez le **recul** face à la vie. Ne vous laissez pas endiguer par les êtres qui vous entourent, continuez à expérimenter, acceptez la différence, regardez les êtres avec recul, observez, écoutez ce qu'ils disent avec recul... »

« La plus belle preuve d'Amour est aussi dans l'**acceptation de la différence**. Cela peut accéder à une nouvelle complémentarité, à un enrichissement de soi-même et des autres en retour. **Il serait bon de concevoir un nouveau schéma des relations**: chacun a son mode d'interaction, avec son énergie particulière et sa manière d'émaner. Certains ne communiquent qu'avec leur énergie, d'autres reçoivent aussi l'énergie des autres et échangent, d'autres encore ne font que recevoir, enfin il est des êtres qui décident de donner tout ce qu'ils ont de meilleur. »

« **Vous n'êtes pas seuls**, si vous daignez vous considérer dans un réseau très complexe, avec différents niveaux, vous terminerez plus vibrants, plus aimants, plus tolérants, vous comprendrez plus rapidement, vous vous rééquilibrerez plus aisément. »

« Alors, seulement, votre bien-être fera que vous serez plus vite **connectés**. Vous serez moins touchés par l'incompréhension d'autrui, son intolérance, l'inexactitude de ses propos et de ses gestes. Car, effectivement, plus vous serez connectés et moins vous serez touchés négativement. Plus vous serez aptes à aider autrui. »

« **Ne soyez pas déçus par certaines réponses** de proches... elles sont telles quelles, comme elles doivent l'être, au moment où elles sont émises. Cela n'a rien à voir avec la Vérité. Vous pouvez les contester et construire. Accepter et subir. Dans tous les cas... il faut **agir!** »

« Personne ne peut agir à votre place. C'est à vous de faire et c'est dans l'**ACTION** que l'énergie peut se développer, rayonner, être partagée. **Sans mouvement... il n'y a rien.** »

« C'est **tous les jours, à chaque instant et dans tous les domaines qu'il faut agir**. Comme une multitude d'étapes à franchir, comme un immense escalier à grimper, la vie doit être une marche en avant, une évolution, un mouvement. »

« **Tout est pendulaire**

action-réaction

aller-retour

attraction-répulsion

pénétration-retrait

C'est une loi de l'univers qui correspond à la respiration du cosmos. Tout est mouvement. »

« Tout être humain a comme but de **faire ses choix**. »

« **Choix**: Avec votre petit sac... vous avancez. Mais voilà qu'arrive un ours ou un aigle... que faites-vous? Ce sont des événements qui s'affichent involontairement devant vous et que vous avez à gérer. Alors ensuite, c'est à vous de faire ou de ne pas faire ce qu'il faut pour ne pas agresser l'ours ou laisser l'aigle dans son territoire, tout en l'observant de loin (par exemple...). Ainsi, **le but n'est pas de savoir d'avance ce que vous devez faire**, mais plutôt d'imaginer comprendre ce que vous avez dans votre sac pour avancer. Avez-vous de l'eau, de la nourriture? Et la route avance ainsi avec ses tours... et ses détours! Ses détours entraînent parfois des retards regrettables (dans ce cas, profitez pour réfléchir sur ce qui vous reste dans votre sac pour rattraper... ne vous laissez pas aller!!). Le jour où vous avez l'impression que vous n'avez plus rien dans votre sac... c'est là que vous avez oublié la petite poche de survie: là parfois où il y a... les friandises!!! Servez-vous: une barre et ça repart... allez-y, foncez. Vous êtes sur un chemin, bordé de fleurs, avec de nombreuses belles choses à voir.

Comprenez bien: **le chemin existe**, il vous porte... et vous supporte aussi! Mais **ce n'est pas lui ni votre petit sac de provisions qui vont choisir à votre place!** Utopie que cela!! Par contre, s'il vous plaît, pensez de temps en temps à regarder si vraiment vous avez pris un peu d'eau, si vous avez suffisamment pris connaissance des environs pour vous y aventurer et si vous êtes dignes de vous avancer sur cette pente. Le sac peut vous donner des forces précieuses... seulement si vous daignez vous y pencher: observez, reconnaissez, transformez vos rêves en de belles réalités possibles, en de vrais tableaux vivants. Donnez-vous la peine d'ouvrir les yeux. Cessez de vous gargariser d'illusions... si belles soient-elles! Choisissez. Ne faites pas de stupidités en choisissant le plus simple et le plus rapide... choisissez **le plus adapté** à la situation en fonction de ce que vous visez. »

« Vous devez comprendre que **votre corps** ne doit pas être pris comme un moyen ou une fin, mais comme un temple de résonance à travers lequel coule une magie. Votre devoir est d'en faire un temple d'amour et non de haine, de beauté et non de souillure, de respect et non d'agression. Travaillez la tendresse, l'approche de l'autre, la beauté des gestes et leur finesse, leur puissance aussi. Attention, c'est une magie. Soyez à l'écoute de vos envies, regardez leur niveau, leur provenance. Toute impression de souillure provient d'une mauvaise utilisation de l'énergie: la direction de l'énergie est inadéquate, il faut la prendre en main, l'accueillir, l'accepter, la modifier, puis la partager. »

« **Soyez à l'écoute de votre corps et de votre cœur** et mettez-y de la lumière. Vivez l'ultime réaction de votre corps comme un cadeau, **comme une bouteille lancée** dans le flot de l'océan cosmique. Cette bouteille ne se perd pas... elle EST. Elle est remplie d'un message et ce message va être trouvé par d'autres au-delà de l'océan. Appliquez-vous pour y noter un message rempli d'Amour et non un « au secours » tressaillant ou un papier déchiré et souillé. Lancez des bouteilles de bonheur, beaucoup de bouteilles, pour que beaucoup de personnes de l'autre côté

puissent les recevoir et combler leur soif de beauté, leur appétit de lumière, de pureté et d'al-légresse. Pour cela, concentrez-vous tous les jours sur ce corps, sur ces bouteilles. Vous êtes responsables de vos messages lancés. »

« Les **faiblesses physiques** sont là à des moments de perte énergétique. Elles sont là aussi une soupape de sécurité qui permet d'échapper à une sur-stimulation ou un surmenage. Les **faiblesses mentales ou émotionnelles** sont des fuites, elles sont parfois nécessaires en un temps donné pour comprendre les choses, les êtres, les événements, leurs sens et leurs conséquences, mais ensuite il faut s'abstenir. Pourquoi vouloir toujours contrôler? Il faut se laisser aller à plus d'amour, plus de circulation. C'est un mélange subtil dont le seuil n'est pas toujours définissable. »

« **Si vous manquez d'énergie**, c'est peut-être que vous vous battez contre vous-mêmes ou contre les événements de la vie. Allez dans le flot de la vie et vous lutterez moins. Dans cette alternative, vous pourrez vous laisser glisser sur les événements comme une feuille au gré des vagues (et non comme un radeau qui s'écartèle alors que vous ramez). »

« **Tous les sens** humains doivent être développés. **Le tactile**, bien au-delà du «tonico-postural» dont parlent les psychologues, ne peut être considéré que dans un domaine énergétique: chaque influx énergétique, même à distance, peut être percevable, au niveau tactile, puis au plus profond de la chair, comme une substance qui traverse littéralement les cellules. Ainsi, le toucher ne peut être faussé, il est teinté d'une énergie qui est authentique... bien sûr, cela influence le **mental, l'affectif et le physique**, parce que l'énergie se diffuse immédiatement dans toutes ces dimensions et même au-delà. Cela influence donc tous les états, tous les plans. »

« **Chaque action** que vous faites, normalement, est pour avancer, pour construire, pour créer. Vous n'êtes pas seuls, vous le faites avec beaucoup d'autres personnes et en relation avec beaucoup d'autres dimensions. »

« **Les êtres maltraités, abusés**, interagissent, mais en soumission. Ils sont acteurs soumis, boucs émissaires sans défense.

- Ils sont comme un temple dans lequel on se défoule au lieu de prier,
- comme une musique dans laquelle on introduit des notes dysharmonieuses qui gâchent l'accord avec l'univers,
- comme des partitions froissées que l'on a manipulé du bout des doigts ou à pleines mains.

Travailler sur soi permet de réorganiser les notes pour accéder à plus d'harmonie et repasser avec douceur la partition afin de pouvoir y lire l'histoire profonde. C'est ensuite en ayant une ferveur et une volonté d'harmonie avec autrui qu'il est possible de s'en sortir. Cette ferveur permet aussi de choisir des personnes bienveillantes, ce qui fait cesser le circuit de la soumission. C'est dans cet échange positif qu'il est possible de s'épanouir à nouveau, dans l'action qu'il

est possible de mieux comprendre et dans la lumière que l'on peut enfin reconnaître ses vraies valeurs. »

« **Comment s'en sortir ?** Comment procéder pour sortir d'un parcours traumatique : ne pas se cristalliser sur le passé et affirmer les notes positives du présent. C'est avant tout en s'affirmant que l'on affranchit tout le négatif. Le but à acquérir est de donner le maximum et le meilleur de soi. Mais avant que cela ne soit possible, il faut nettoyer, clarifier, purifier vos pensées et vos actes. Cesser d'être dans le cercle des réclamations pour devenir acteur. C'est la fin de la soumission. Courage. »

« **Construire de bonnes choses équivaut souvent à en détruire de mauvaises...** mais c'est à plus long terme. Si l'on veut détruire un réseau de pensées négatives, il va falloir son extinction, au bout d'un certain temps, pour que l'action soit réussie. Quand le processus en est à sa fin, il s'amoindrit et se disloque petit à petit pour ne plus avoir d'impact du tout, ni sur les êtres, ni sur les choses. Positivez ! »

« Le **positivisme** crée une belle protection psychique, cependant elle agit uniquement si toutes les conditions sont réunies:

- premièrement, être soi et authentique,
- deuxièmement, ne pas avoir de parasite...
- troisièmement, avoir la foi en de beaux concepts et créer de belles pensées avec son cœur. »

« Techniquement, comment est-ce que cela marche? Les énergies ont des polarités, elles attirent ou elles repoussent certaines particules. Si les particules non désirables sont attirées, c'est qu'elles correspondent à une polarité existante: il faut donc l'inverser et faire un processus alchimique par les lois de l'Univers.

Les formules magiques, les mantras ou les prières peuvent agir, le **Verbe** a une puissance énergétique. La **pensée** a son rôle, les **émotions**, les mouvements du **corps**, tout ce qui est **inté-rieur...** et tout ce qui est **extérieur** aussi (**l'environnement**), avec une interrelation entre chaque élément.

Ainsi, on peut **parler, penser, bouger** et faire recours à des **objets** avec lesquels on se sent bien, des **créations** qui ont un rôle actif et vibrant. On peut se connecter aux **éléments de la nature : l'air, la terre, le feu et l'eau** ont aussi une action, ainsi que le **soleil**. De tout temps, les hommes ont fait appel à tout cela et il s'avère qu'à l'heure actuelle, c'est encore efficace. Bougez. »

« La fréquence de la **lumière** est à la mesure de l'intensité énergétique correspondante. Plus vous dégagerez d'Amour, plus il se dégagera de lumière intérieure et plus il vous sera facile d'agir, plus il vous sera donné de réussir avec bienveillance. »

« **Comment faire avec le décalage qui s'opère au fur et à mesure que l'on travaille sur soi?**

Ce décalage est énergétique, il se base sur l'impossibilité d'échanger de l'énergie d'intensités différentes. Il faut le respecter. Il est toujours plus facile de communiquer avec la même dyna-

mique, mais il faut aussi voir que l'on peut toujours apprendre d'une autre pensée. De plus, pour échanger avec le maximum de monde, il est intéressant de connaître les réactions des genres différents (non seulement les connaître, mais aussi les comprendre...), afin de les respecter et ne pas les rabaisser avec une trop forte personnalité.

Cependant, il n'est pas toujours possible d'apporter de bonnes nouvelles à des gens qui ne veulent pas l'entendre. Le but est alors de rester soi-même et de continuer d'agir intérieurement. »

« **La raison du plus fort est-elle toujours la meilleure** ? Non. Comment intervenir ? Sans force mal placée, mais avec puissance. Il faut agir vite. Le meilleur moyen d'y arriver est de se concentrer sur soi-même et faire intervenir les lois, les hiérarchies ou structures supérieures. Il existe des professionnels qui n'ont d'autres tâches que d'aider à cela. Le but est de couper court par le biais des services adéquats. »

« **L'influence** que l'on a sur les autres êtres est déterminante, mais tout est influence: nous sommes influencés par les autres êtres, les autres mondes et nous influençons les autres mondes. La réalisation de nos projets ne dépend pas que de nous: elle est aussi sous l'influence des autres et de la répercussion dans tout l'univers. Ainsi, le fait même de vouloir changer d'appartement, de travail ou d'autre chose appelle à des échanges, amène des solutions imprévues, canalise des résolutions correspondantes. »

« Vous avez le **libre arbitre**. Cependant, vous devez choisir en votre âme et conscience, au meilleur de votre forme. Le choix opéré orientera de nouveau le monde environnant, donc le monde entier. Les répercussions de vos décisions et de leurs concrétisations se répercutent loin, très loin, aussi à travers les temps. Effet papillon... »

« **La joie** qui vous accompagne dans votre vie est une source infinie d'Amour. Il est très important d'être joyeux! »

« **Pourquoi le mal?** Le mal est là par la force des choses humaines. Créés par les hommes, le pouvoir et la destruction sont inhérents et se veulent plus forts que le reste. C'est un parcours du combattant face au beau et à l'Amour, c'est à qui bouffera l'autre, sauf que le bien est plus fort que le reste lorsqu'il est bien installé.

La bonne façon de procéder est de se tenir sur ses 2 pieds et d'affirmer haut et fort que vous ne voulez que le bien, que le mal d'autrui ne vous touche plus, car il n'est pas dans vos pensées ni dans vos actes. Vous pouvez être triste pour tout le mal qui existe, pour ceux qui souffrent, pour la planète, vous pouvez leur envoyer le plus d'Amour possible, mais vous ne devez pas en rajouter. »

« **Problèmes de couple** : pour que la vie de couple soit au mieux équilibrée et vécue, en cas de problèmes de couple, visez l'avenir non pas comme une réparation, mais comme un nouveau départ sur autre chose, pensez que tout ce qui a été fait ne se récupère pas. Si c'est vraiment

ce que vous souhaitez au plus profond de vous, si vous vous écoutez... vous trouverez une voie dans l'harmonie. »

« **Temps de pause** : en coupant momentanément avec un proche ou un membre de votre famille, vous vous donnez juste le temps de souffler et de passer à autre chose, mais vous ne détruisez pas. On ne peut jouer longtemps le rôle du «comme si...». C'est en tout cas impossible de jouer cela pour tous les gens qui veulent avancer.

Le but est de construire dans l'Amour, de construire sainement, votre vie et l'accompagnement de celle des autres. »

Pourquoi, donc... avoir des moments d'arrêt? Pour réfléchir et comprendre que le chemin pris n'est peut-être pas le meilleur, que la route n'était pas si goudronnée que ce que l'on pensait, que les gens qui nous entourent n'avaient pas toutes nos envies ou nos illusions collées à la peau, mais parfois beaucoup d'autres qualités insoupçonnées. La vie exige de vous une adaptation permanente. Souvent, vous avez peur de l'inconnu... alors que vous êtes simplement dans des situations où vous ne savez pas l'avenir... Posez-vous et faites le point. »

« On ne doit pas tromper les êtres que l'on aime, ni les autres d'ailleurs! On ne doit pas anéantir des vies par de grands **mensonges**, on ne doit pas faire de doubles jeux qui font souffrir d'autres personnes. Et, en plus, on est responsable de ses enfants : on doit les aider à grandir, à comprendre, à faire leur vie dans le bien, pour toute action. On doit leur apprendre à ne pas mentir, et pour cela il ne faut pas le faire (ou simplement pour des mensonges momentanés qui épargnent l'équilibre des enfants...). Il faut dire les choses, mener une vie qui ne doit pas être cachée, car rien de ce que l'on fait ne doit être mauvais. On a parfois des désaccords avec certains amis ou avec certaines relations lointaines, alors il faut évaluer ce que l'on a l'intention de partager avec : on ne peut pas toujours tout dire, surtout pas si cela ferait plus de mal inutilement. On ne peut dire des choses qui choquent, que lorsqu'elles ont un but d'évolution ou d'éclaircissement. Parfois il existe des choses graves qui doivent se dire, pour être au clair, pour ouvrir les yeux à ceux qui ne peuvent le faire seuls. »

A chacun son chemin, il suffit d'y retrouver le sien et de bien le vivre. Il faut aussi reconnaître que d'autres personnes peuvent avoir un autre chemin avec d'autres rythmes... et il est sain de le tolérer sans jugement primaire et facile (avec des coups de «mais il n'avance pas celui-là!»). Votre tâche ne peut se faire sans l'Amour et la tolérance des êtres différents. Pour les personnes que vous pensez fautives de fautes méchantes... alors recommandez-les à d'autres niveaux : les lois, une religion, des pensées philosophiques, un au-delà... mais n'en rajoutez pas à leur sort en pestant contre eux). La bienveillance n'est pas quelque chose de démodé ! Elle ne retire en rien l'action qui doit être lancée pour clarifier ou régulariser.

Quant à **savoir si vous êtes fait l'un pour l'autre**... Ou si vous allez finir votre vie ensemble... C'est un processus en déroulement chaque jour. Il n'est pas inscrit quelque part dans le grand livre qu'untel devra vivre toute sa vie avec unetelle, ni qu'il devra impérativement vivre jusqu'à

son dernier souffle avec. Cela ne veut pas dire qu'il n'existe qu'une seule manière de faire ce qu'il faut partager. La vie est faite de tests et d'initiations, rien n'est gratuit ni donné. Si, par contre, vous décidez vraiment de faire votre vie ensemble, alors vous pouvez vous donner les moyens de la réussir. Vous pouvez très bien décider de construire dans l'Amour et de résoudre vos problèmes ensemble, vous vous apporterez mutuellement beaucoup de richesse, et le partage ne pourra aller qu'en grandissant. Vous avez le pouvoir de décider de finir votre vie ensemble (comme vous avez le pouvoir de ne pas la finir ensemble...). C'est un choix, une liberté que vous pouvez prendre. »

« Vous pouvez **vous montrer sous votre vrai jour authentique**, sans trop de politesse ni cachotterie, tout en conservant la liberté d'autrui à son paroxysme, ainsi que son libre choix d'agir à sa guise. Si cela vous touche trop fortement... vous pouvez l'exprimer (SANS OUBLIER DE RAJOUTER LE LIBRE CHOIX D'AUTRUI), mais avec détachement. Par contre, dès que cela touche votre propre vie... alors vous avez une responsabilité d'action: où vous situez-vous, que voulez-vous au juste, que souhaitez-vous viser et comment voulez-vous y arriver? »

« Certains ont déployé beaucoup d'ingéniosité dans les démarches de **pouvoir** et **d'arrivisme...** et ont oublié comment avancer discrètement et simplement, dans l'humilité. Cessez de tout **calculer** comme si vous manquiez de tout! Vous avez tout ce dont vous avez besoin pour avancer... alors allez-y sans tristesses, envies, ni remords. La vie n'a pas besoin du dépouillement de tous biens... mais elle peut être marquée d'un certain lâcher-prise sur les choses. »

« **Votre devenir n'est pas écrit dans un grand livre magique**, comme certains le croient... par contre, sont écrites quelque part vos capacités. Apprenez à les activer. A la fin de la vie, regardez en face ce que vous avez effectivement développé. Les actions qui vous sont demandées tout au fil de la vie ne sont pas en fonction de votre **compte en banque**, mais en fonction de l'énergie que vous avez dégagée, en fonction de ce que vous avez créé. Nous sommes d'accord sur le fait qu'il faille des moyens minimum (surtout en occident) pour arriver à faire ce que vous devez. Mais ne vous fixez pas sur cela pour créer... Par contre si vous créez sans trop de moyens avec votre cœur et votre envie d'aider... alors les moyens découleront. Calculez correctement tous vos frais et ne vous leurrez pas : cela ne va pas tomber du ciel. »

« Tous les **problèmes administratifs** sont à régler au plus vite, au plus clair et au plus net, pour que vous puissiez accéder à un autre niveau. Évitez toute chose en suspens. Assumez-vous. Sinon demandez de l'aide. »

« Le rythme infernal n'est pas une condition sine qua non à votre vie, mais le courage, la volonté et la pureté doivent vous donner la force d'agir au bon moment, avec vos propres capacités. Confiance. Entraide. Réflexions. »

« Lorsque vous allez à une fête, ne voulez-vous pas y arriver le mieux habillé possible? Avec le plus de joie possible et un rayonnement adéquat? Vous devez **vous préparer**, vous laver, vous

observer dans une glace (très important) et pouvoir vous regarder dans les yeux longuement sans vous faire mal, ni vous gausser d'ego, simplement pour sonder votre vie intérieure du moment. Suite à cela, il vous faudra soigner vos plaies (qui dépassent ou que vous cachez). Vous vous «préparez», simplement. Et lorsque vous vous sentez enfin prêts... il faut encore avoir le courage et la force d'enfiler les bonnes chaussures, de pouvoir démarrer votre voiture et de bien conduire pour être sûr d'arriver!! Il est étonnant de voir combien certaines personnes sont peu soigneuses de leur vie. »

« Concentrez-vous sur votre cœur et demandez-vous comment il fonctionne exactement. Comment il réagit aux attitudes extérieures, comment il peut s'affoler en présence de certains faits et surtout comment il se coupe des autres, comment il s'arrête, quelles sont alors ses possibilités de s'arrêter. Suite à ces réflexions, vous pourriez vous dire que c'est comme votre toilette d'avant la fête... cela peut s'étendre à d'autres niveaux, à d'autres plans. »

« Dans votre conscience, vous êtes là pour **faire avancer une tâche**, pour donner le mot à vos enfants et faire passer le message à vos meilleurs amis (sans trop vous étendre...). Le ressort de l'humanité en dépend. L'être humain a besoin de tous ses organes, et entre autre de son cœur, bien sûr. Mais le cœur ne peut fonctionner sans l'aide des autres organes! Il faudrait au moins avoir des oreilles qui entendent autrui, des yeux qui veillent bien voir autour. C'est chez vous, devant votre glace que commence votre mission, durant votre toilette, dans votre conduite et dans votre manière de regarder autrui... et oui! C'est tout simple au premier abord. Conscience... »

« **Le but a atteindre** n'est pas impossible ni hyper lointain: il EST déjà intégré dans votre manière de vivre, à des degrés divers. »

« **La vie** est une grande opération: à la fin, on calcule, on additionne et on soustrait, on multiplie et on divise chaque état vibratoire, chaque seconde. Tout est gravé. »

« Passez en **action vos prises de conscience**. »

L'Amour dont vous disposez est rempli de solutions à vos distorsions quotidiennes. Soyez patients, bons et aidants, soyez pacifistes et accommodants... La vie n'est pas faite que de blocages, ni uniquement de freins, elle est aussi faite pour vous permettre de faire de belles choses. Commencez autour de vous et faites en sorte à ne pas trop critiquer les voitures qui n'avancent pas assez vite!! Respect. »

« Attention, **un message positif ne veut pas dire sourire à tout le monde** et se faire avoir jusqu'à l'os... Non! Cela veut simplement dire rester intègre, en soi, garder le cœur qui sourit, développer une pensée positive et aménager un entre deux non violent. Le but est de rester tels que vous êtes. Sans juger autrui sur son état... vous ne savez jamais toutes les causes d'un problème ou d'un blocage: peut-être la personne vient-elle juste de parcourir de grands chemins

rocaillieux: alors soyez tolérants. »

« **La digne route** que doit prendre tout homme sérieusement volontaire, est celle de la dignité de pensée et d'action. »

« Soyez convaincus de votre **bon choix de route** mais assurez-vous que vous avez pris la destination la plus courte, que vous avez les dernières cartes routières et que vous êtes en pleine forme pour conduire... sinon, abstenez-vous ou faites une pose. »

« **Bonne route** sur le chemin de l'évolution intérieure ! C'est une belle route si l'on veut bien en assumer les quelques règles de contournements et/ou déviations. »