



Libre

en esprit

n°1

Vivre dans la Lumière de la Vérité



Peut-on encore mentionner, publiquement ou même en privé, le Message du Graal "**Dans la Lumière de la Vérité**" de Abd-ru-shin ? Ne faudrait-il pas carrément ne plus en parler et se concentrer uniquement sur ce qu'il enseigne ? Ne plus faire la promotion du Message lui-même en tant qu'œuvre, mais plutôt celle des Lois naturelles qu'il décrit et de leur Logique parfaite ?

Nous pouvons légitimement nous poser la question, en voyant les piètres résultats au niveau spirituel mais aussi les graves atteintes à la réputation de l'œuvre et de l'auteur, qu'une approche prosélyte, trop directe ou sectaire, a jusqu'ici donnés.

AIMER le Message du Graal, ce n'est pas idolâtrer telle ou telle version du livre terrestre ; ce n'est pas juste en citer des extraits à tout bout de champ, ni parler comme un clone de son auteur ; ce n'est pas non plus mettre l'accent sur le messager, en un culte personnel contraire à sa volonté, au détriment du contenu du message lui-même... Non, car ce sont là les errements classiques des adeptes d'une religion, pas le comportement d'esprits libres !

Aimer le Message du Graal, c'est avant tout profondément chérir la **Parole de Vie** dont il est l'expression, pas pour s'en auto-exalter mais pour la rendre toujours plus vivante en soi. Aimer le Message du Graal, c'est avoir reconnu, après une étude ressentie, la **Vérité** qu'il transmet, et s'efforcer à chaque instant de la respecter en soi et

de s'en montrer digne. Aimer le Message du Graal, c'est donc suivre le chemin que sa Lumière nous montre et agir en premier lieu **en nous-même** en fonction de ses précieuses indications. C'est à **NOUS** de nous exposer **en premier** pour protéger le Trésor sacré, si nous souhaitons l'honorer, et non l'inverse (exposer le trésor, au risque de le salir, et nous cacher derrière) ! Tel est l'engagement commun des auteurs ici réunis.

Loin de textes uniformes et sans saveur, comme s'ils étaient écrits par une intelligence artificielle ayant assimilé tous les écrits du Graal existants, loin de supposées "communications de l'au-delà" qui s'apparentent tout autant à des resucées, vous ne trouverez ici que des textes avec une **approche originale** ou un **point de vue inédit**, car imprégnés par la chaleur du vécu personnel unique de chaque auteur, selon sa propre expérience individuelle du Message et de la Parole.

Puissent les textes ici partagés favoriser des prises de conscience, stimuler au mouvement spirituel, et aider chacun/e à toujours plus aimer la Parole du Message, dans la conscience de la valeur inestimable de son Savoir !

Faire redécouvrir et aimer le Message du Graal, tel est le défi que souhaite relever la revue "Libre en esprit".

Jérôme Lemonnier



Sommaire

Éditorial	2
L'évolution spirituelle "pour les nuls"	4
Qu'est-ce que le mouvement spirituel ?	8
Témoignage : Au décès de mon père	12
En image	15
Y penses-tu ?	16
L'apprenti de la Lumière	19
Questions et Réponses	22
Paroles de Abd-ru-shin	26



Site internet :

www.libreenesprit-messagedugraal.com

Courriel :

contact@libreenesprit-messagedugraal.com



ÉVOLUTION SPIRITUELLE

“POUR LES NULS”

(et comment tout cela a dérapé...)

Le plan de départ pour l'évolution du germe d'esprit dans la matière était relativement simple : l'expérience de la pesante matière dense devait avoir un effet tonifiant sur notre noyau spirituel, de par la contrainte du quotidien qui était imposée à la volonté de l'esprit. L'intellect ayant simplement un rôle d'exécutant dans les tâches de communication, de production et de survie, l'esprit était alors constamment sollicité dans son action, ce qui exigeait une vigilance de tous les instants de sa part. On peut comparer le processus, d'une certaine façon et à petite échelle, à quelqu'un qui fait des exercices dans l'eau pour développer un meilleur tonus musculaire. L'environnement plus dense de l'eau exige une plus grande force pour se mouvoir que l'air ambiant. Une fois sorti de l'eau, l'individu se sentira à la fois plus fort et plus léger, sensation en partie véritable. L'exemple par contre reste imparfait, car l'effet tonifiant de l'environnement matériel sur l'esprit est infiniment plus complexe à décrire dans la réalité.

Je suis béat d'admiration devant la perfection ultime de l'agencement des différentes enveloppes – essentielle, subtile, astrale et matérielle - qui recouvrent l'esprit dans la matière, et ce, malgré une disparité aussi grande des plans avec lesquels elles sont composées. Cet agencement, dans la grande perfection de leur conception, permet en effet une communication fluide entre toutes celles-ci, en autant qu'il n'y ait pas d'interférences causées par des causes externes comme la maladie, ou le

plus souvent par les conséquences de la mauvaise orientation de notre volonté. En effet, irradiant ses propres vibrations de façon à imposer une harmonisation entre les différentes enveloppes qui le recouvrent dans la matière, l'esprit a, dans les meilleures conditions, cette double propriété d'avoir à la fois une connexion vers le royaume spirituel d'où il est issu, et d'assumer également une pleine supervision de son action dans la matière. Ce qui peut sembler pour nous aujourd'hui une tâche beaucoup trop disparate dans notre conception beaucoup trop étroite de l'intellect, reste quelque chose de parfaitement possible pour l'esprit, dont la conscience peut surnager ainsi la matière sans se dissocier des préoccupations premières de celle-ci.

Donc, grâce à l'extrême ingéniosité de ses enveloppes, l'esprit était à la fois connecté à la matière, d'où il pouvait tirer pleinement les expériences absolument nécessaires à son évolution, et également aux Hauteurs lumineuses, d'où il tenait la guidance intuitive nécessaire à la bonne direction de celle-ci, le tout alimenté par la nostalgie sacrée l'incitant constamment à se mouvoir vers le chemin de retour, vers son origine spirituelle.

Par la suite, l'évolution de l'esprit humain dans la matière a d'abord été entravée, puis complètement compromise, par l'hyper-développement de l'intellect. Il est important de comprendre que cet hyper-développement n'est pas survenu avec un désir de l'étude pour les sciences ou par la



propension à la réflexion personnelle. La compréhension de la Création ainsi que la réflexion visant à développer une faculté de jugement personnel et autonome sont des éléments essentiels à notre évolution, alors qu'elles contribuent à éveiller en nous l'admiration de la perfection des Lois et de leur Créateur.

L'hyper-développement de l'intellect a plutôt comme origine un DÉSIR, une incitation à concentrer son attention sur des aspects matériels que l'intellect peut identifier et dont il peut retirer ainsi une grande stimulation. Une conception simpliste du problème incite souvent à penser qu'il s'agirait par exemple de « propensions matérialistes », telles qu'accumuler des biens matériels ou exercer un pouvoir indu sur les gens. Bien qu'il s'agit là d'impulsions naturelles de l'intellect, le processus réel toutefois est beaucoup plus généralisé et beaucoup plus pernicieux que ces exemples classiques, de sorte que les vœux de pauvreté et de renonciation à l'exercice de toute action n'en sont nullement la porte de sortie.

Dans la réalité, le processus prend sa source dans des actions aussi diverses que la vénération religieuse pour des objets de culte ou des personnages, le culte de la personne avec toutes ses variantes - allant de l'idolâtrie pour une personne à la vénération unilatérale d'un homme envers une femme, ou vice-versa -, la fascination admirative et arrêtée sur des formes de méthodes ou de techniques pratiques orientées exclusivement sur le physique, etc. Il faut également compter parmi les causes de l'hyper-activité de l'intellect, l'assouvissement d'une curiosité morbide à propos de détails inutiles visant des personnes ou autres objets d'attention. En fait, énumérer tous les exemples de stimulation intellectuelle serait beaucoup trop fastidieux,

mais surtout extrêmement trompeur, car l'aspect pernicieux de l'hyperactivité de l'intellect est justement de porter son attention et son évaluation de jugement sur l'ACTION proprement dite, alors que le point névralgique se situe à un tout autre endroit : soit le désir et la fascination préalables qui lui ont donné lieu, soit l'ATTITUDE et non l'action elle-même proprement dite. Et il faut surtout retenir qu'une personne retirant de la stimulation par le désir de jouir des impressions que son intellect retire de choses identifiables par lui, donc attisant le développement de l'intellect, n'est pas nécessairement une personne que l'on considérerait comme étant « intellectuelle », quoique cela ne soit pas exclu non plus.

Par un procédé autoactif implanté dès le début dans les fonctions fondamentalement créatrices de l'esprit, le processus aura deux effets déterminants. Le premier est que les puissantes formes-pensées produites par une telle stimulation formeront peu à peu une barrière qui brouillera d'abord, puis bloquera complètement la connexion de l'esprit aux Hauteurs lumineuses, en plus d'altérer passablement la qualité de l'expérience de celui-ci dans la matière. De par un curieux effet de cloisonnement de la conscience, la personne n'y verra que peu de différence, identifiant même les puissantes connexions aux courants denses générés dans la matière subtile qu'elle ressentira, comme étant une réelle connexion à une vie plus intense et plus stimulante. L'autre effet, encore plus déterminant, sera une répercussion au fil des générations sur l'évolution du cerveau antérieur. Celui-ci, stimulé dans son action, subira progressivement un hyper-développement physique qui sera légué génétiquement à la génération suivante.

La conséquence la plus drastique de ces effets de l'hyper-développement de

l'intellect est que l'esprit, se trouvant de plus en plus isolé à la fois de l'expérience matérielle et de la connexion aux Hauteurs lumineuses, se trouvera de moins en moins contraint à faire des efforts, sombrant ainsi de plus en plus dans une paresse qui passera progressivement de la torpeur passive au sommeil profond.

Pour illustrer tout ce processus, prenons quelqu'un qui marche dans la nature. Afin de bien se guider, il doit avoir les sens en éveil afin de lire les signes qui l'entourent, tels par exemple le vent, les nuages et la position du soleil. En même temps que ses observations le maintiennent alerte et vigilant, il fait également l'expérience vivante de ce qui l'entoure : la beauté des plantes, des animaux, des minéraux, l'odeur fraîche et embaumée de l'air, et ce, non pas en une contemplation passive, mais en tant qu'élément actif participant au mouvement générateur et créatif de ce qui l'entoure. Cette expérience, du fait qu'il y participe activement en sollicitant toutes les ressources de son être, le fera grandir et évoluer, tout en éveillant en lui un sens de l'orientation de plus en plus aiguë afin de bien parvenir à sa destination. Dans cet exemple, l'intellect représente la solide paire de bottes de marche que le randonneur porte. Celle-ci sera à son service en lui facilitant la marche sur le terrain accidenté et en lui donnant une meilleure prise sur les rochers lors de l'ascension de ceux-ci. Le sens de l'orientation quant à lui représente son sens du jugement, qu'il doit impérieusement développer pour lui-même.

Or, supposons que sur son parcours, le marcheur rencontre une personne qui le persuade qu'il serait beaucoup plus commode de faire le chemin en voiture. Dans son discours accrocheur, cette personne tentera d'orienter l'attention du marcheur

sur un point précis et facilement identifiable par lui, par exemple que la seule chose qui puisse compter est de se rendre à un point précis, qu'il y parviendra plus rapidement en voiture et que toutes les autres considérations sont complètement inutiles en plus d'être une perte de temps considérable. L'intellect adore ce genre de raccourci de pensée radical, puisqu'il est incapable d'une réflexion réellement profonde, et sera vite fasciné par cette idée. Une fois au volant de la voiture, le marcheur ressentira une forte stimulation, une sensation unique de puissance et de contrôle, en plus de la frénésie que lui procure la vitesse. Il se sentira « revivre » et « renaître » à nouveau, sans se douter que ces impressions ne sont que le fruit de la forte stimulation qu'il se sera auto-infligée de par sa connexion à des courants denses provenant des plans éthérés proches de la Terre, lui faisant perdre peu à peu ses repères fondamentaux se situant au-delà de ceux-ci. La nature qui l'entourait ne lui parvient plus alors qu'à travers une vitre interposée, transformant ainsi l'expérience complète et interactive dans laquelle il baignait en une simple contemplation passive et inerte.

Coupé de la moindre nécessité de faire des efforts, le marcheur assoupi s'endormira alors progressivement au volant, à moins que le choc violent d'un accident ne le tire brutalement de son sommeil. Il sortira alors péniblement de la voiture, complètement égaré, incapable de marcher et encore moins de s'orienter...

Si on veut transposer l'image dans la vraie vie, l'intellect a fini par se construire un monde qui peut fonctionner sans qu'il n'y ait aucune intervention de la part de l'esprit. L'intellect est certes animé et plein de vie, et s'alimente au niveau des courants subtils proches de la Terre, mais ses interventions sont la plupart du temps des routines qu'il a

intégrées, souvent faites par automatisme, et sa créativité est purement faite d'assemblages et d'une réorganisation se voulant « originale » d'éléments déjà existants, plutôt que d'une réelle innovation créatrice. Quelques fois, une lueur réellement chaleureuse et bienfaisante de l'esprit peut transparaître de temps à autre, mais la plupart du temps, ce dernier se laisse docilement guider par le pilotage automatique de l'intellect, parfaitement adapté au monde qu'il s'est créé. Dans ce monde, seules les qualités de performance et de pouvoir sont réellement promues et vénérées, alors que la réelle créativité se confine très souvent au bas de l'échelle, et encore, doit très souvent se confronter aux barrières rigides de ce qui est déjà établi.

Si l'intellect était l'instrument inerte et sans vie dont beaucoup se font l'idée, le monde qu'il s'est inventé serait certes sans chaleur réelle, mais plutôt inoffensif. Le problème est que, bien qu'il ne porte pas la Vie spirituelle en lui, il n'en reste pas moins diablement vivant dans la matière et agit selon ses propres impulsions, commandées par les seules valeurs qu'il peut identifier et dont il se nourrit par la stimulation. Dans le meilleur des cas, cela donne une sentimentalité émotive le rendant extrêmement vulnérable à la souffrance intérieure, et dans le pire des cas, une soif de pouvoir et de possession de laquelle découlent tous les moyens concrets pour parvenir à l'assouvir.

Le problème insurmontable qui survient lorsque l'on veut vulgariser l'évolution spirituelle de l'humain sur Terre consiste en l'impossibilité absolue de décrire ce qu'est la conscience et la mobilité de l'esprit. Cette impossibilité provient de l'extrême limitation qu'impose le langage, mais SURTOUT, du fait que la compréhension réelle de la notion dépend directement du fait d'avoir un esprit

ÉVEILLÉ, ce qui n'est pas le cas pour la très grande majorité d'entre nous. Tel que cela se présente, l'esprit pour la plupart d'entre nous est non seulement endormi, mais confiné dans un cloisonnement étanche, et ainsi isolé de la Vie véritable qui seule pourrait le sortir de sa torpeur.

La domination de l'intellect cependant tire à sa fin. Pour reprendre l'analogie du marcheur assoupi au volant de sa voiture, celle-ci tombera bientôt en panne, faute de carburant. L'immense foyer des formes-pensées duquel il tirait sa stimulation sera purgé de tout élément non constructif et, de ce fait, le marcheur devra reprendre sa route à pied, réapprenant péniblement à retrouver l'usage de ses propres membres. Concrètement, l'intellect sera dépouillé de sa capacité à répéter sans effort les routines qu'il a intégrées, et la moindre action volontaire sera dorénavant redevable à la volonté de l'esprit. Beaucoup de personnes se représentent le début de cette nouvelle Ère avec les élans de joie d'un matin ensoleillé, mais bien peu soupçonnent le monumental effort qui sera exigé lorsque l'esprit, qui aura sommeillé dans un état comateux pendant aussi longtemps, devra dorénavant retrouver une vigilance de tous les instants. Pour beaucoup, ce ne sera pas la joie grisante de l'aurore qui marquera le début de cette époque nouvelle, mais plutôt le réveil pénible de la convalescence, où le moindre mouvement des membres engourdis et endoloris exigera les efforts les plus persévérants et les plus soutenus. La clarté de l'aurore cependant brillera non pas comme une inatteignable nostalgie, mais comme une réalité présente incitant le convalescent à redoubler ses efforts, afin d'y participer activement en tant qu'élément vivant et constructif dans la nouvelle Ère.

Carl Michael





QU'EST-CE QUE LE MOUVEMENT SPIRITUEL ?

Dans les milieux spirituels d'inspiration orientale, on parle beaucoup d'**éveil** spirituel. C'est le nec plus ultra pour le chercheur, l'objectif ultime à atteindre, celui qui lui permettra de vivre de façon constante la félicité de sa véritable nature, libéré de l'ego, donc délivré des tourments de son âme et de toute souffrance liée à sa nature humaine. Ah, atteindre "l'illumination" ! Devenir soi-même un *bouddha*, un "éveillé", libre de tout karma et donc du cycle des réincarnations ! Je l'avoue sans honte, j'ai moi-même longtemps cherché cet "éveil spirituel", dont je voulais qu'il règle en un tournemain tous mes problèmes de souffrance intérieure... et cette quête, malgré ses erreurs conceptuelles, m'a beaucoup fait progresser et apprendre sur moi, jusqu'à ce qu'elle me mène à une impasse.

Aujourd'hui, je suis convaincu que, même si la différence peut paraître subtile, le plus important à rechercher n'est pas tant l'**éveil** spirituel, mais le **mouvement** spirituel ! Je rejoins en cela un très cher ami à moi, qui ne cessait de m'en parler et de m'en vanter les mérites pendant mes années d'errance et de souffrance : "Jérôme, le mouvement spirituel est la réponse à **tout**, me disait-il en substance. Si vous vous mettez en mouvement spirituellement, tout s'éclaircira, se dénouera, se libérera. **Il n'y a rien de plus puissant que cela !**" Mais en même temps, à son grand regret, il se sentait démuné et impuissant à m'exprimer plus précisément que par l'expression "**donner-actif**" en quoi constituait ce

mouvement spirituel... Aujourd'hui où, par mon expérience vécue, en comparant mon "avant" et mon "maintenant", et en lien avec ce que j'ai entretemps assimilé du Message, je crois commencer à saisir un peu plus ce qu'il voulait me pointer, j'ai envie de relever ce défi ici !

Je dois tout d'abord dire qu'il en est du mouvement spirituel **au contraire** de la notion commune déformée d'éveil spirituel, qui suggère une transformation à un moment donné, et après il n'y aurait plus rien à faire. En ce qui concerne le mouvement spirituel, il n'y a jamais de fin, pas de limite... C'est toujours dynamique, pas statique, et c'est en cela que je trouve aussi cette notion plus adaptée, car elle se cristallise moins facilement sur un aboutissement ultime. Une fois un tant soit peu en mouvement, je dois **rester** en mouvement, alors qu'une fois "éveillé" je peux enfin me reposer sur mes lauriers ! C'est en tout cas ce que la notion actuelle suggère à l'intellect.

Qu'il soit bien clair que je ne prétends aucunement être à un niveau élevé de vibration spirituelle, oh que non ! Je ressens au contraire très bien que je suis encore bien loin d'un potentiel satisfaisant. Mais je veux juste témoigner ici de la **nette** différence ressentie entre le fait de ne **pas** être en mouvement intérieur et le fait de **s'être mis** un tant soit peu en mouvement, de s'être **réveillé** un minimum de la léthargie spirituelle. Comme quelqu'un qui sait qu'il ne dort plus, mais qui ne mesure



pas encore pleinement l'étendue possible de son réveil...

Qu'est-ce donc que le mouvement **spirituel** ?
Le mouvement de l'**esprit**, considéré là, bien sûr, comme le noyau de l'âme.

La première chose essentielle est qu'il ne doit, évidemment, surtout pas être confondu avec le mouvement **intellectuel**. **Cela n'a absolument rien à voir !** Au contraire, du point de vue de l'intellect ou du mental, le mouvement spirituel s'apparente même plutôt à un **non-mouvement**, puisqu'il ne met pas en jeu l'intellect ! Donc sans intérêt pour lui. Qu'il ne va non seulement pas rechercher, mais même fuir constamment, préférant les objets mentaux, distractions ou divertissements qui le stimuleront lui. Cela est évidemment dû au fait que l'intellect, de par sa nature, demeure toujours lié à l'espace et au temps terrestres, contrairement à l'esprit, et qu'il sera de ce fait toujours incapable de concevoir ce qu'est le mouvement de ce dernier.

Celui qui est "accro" au mouvement intellectuel, attaché constamment au (fait de) penser et à ses pensées, ne pourra donc jamais appréhender ni vivre le mouvement spirituel, tant qu'il n'aura pas pleinement pris conscience, en général par une forme de souffrance, de sa servitude. De même, évidemment, le simple fait de se référer à un savoir spirituel n'est pas du tout suffisant pour en avoir le mouvement automatiquement. Dans le cas du savoir apporté par le Message, du fait de la force contenue et transmise par la Parole vivante, qui **exige** le mouvement de l'esprit, le risque de récupération par l'intellect ou l'ego spirituel est même encore plus grand ! À la mesure de la Force. Car soit l'esprit utilise la Force, se réveille et se met en mouvement, soit il coulera, lesté par l'intellect, et consumé par la Force ! Selon la Loi, il n'y a pas ici de demi-mesure.

Par contre, si l'esprit s'active, l'intellect se met alors **au service** de l'esprit, ou mieux dit **il y est contraint** ! Finies alors les ruminations ou exaltations mentales, finie la quête incessante - et épuisante - de nouvelles informations pour s'en stimuler les neurones (peu importe leur valeur ou non, l'important pour l'intellect étant de toujours avoir du grain à moudre pour lui, afin de garder par le mental l'emprise sur l'être), fini le fait de se définir par ce que l'on pense et croit savoir, esclave volontaire et fier de ses pensées ! L'une des caractéristiques de la reprise en main spirituelle est justement la cure de **désintoxication mentale** qui s'opère alors rapidement, car il ne peut y avoir qu'un seul maître : l'esprit ou l'intellect. Or c'est uniquement lorsque le mental n'est pas tenu en bride par l'esprit qu'il en vient à se complaire dans ses pensées, voire dans ses projections mégalomanes ou paranoïaques, dans ses jugements ou ses fantasmes ! L'énergie non utilisée par l'esprit endormi se trouvant détournée et dévoyée par l'intellect.

Quand l'esprit reprend les rênes, il n'y a plus besoin de ces pis-aller pour se sentir exister ; c'est la fin de l'aveuglement des pensées et de la fausseté des jugements, de la méfiance généralisée et de la psychorigidité. Quand l'esprit est aux commandes, la **chaleur du cœur** remplace la froide sécheresse du mental bonimenteur. L'humain étant fondamentalement esprit, **c'est le mouvement spirituel qui crée la chaleur humaine**, le mouvement intellectuel ne créant, lui, que de l'agitation cérébrale ! Un être véritablement spirituel ne peut pas être un être froid, dur, toujours dans le jugement, pétri de certitudes, bref manquant d'amour pour lui-même et par extension pour son prochain. Je le sais, j'ai été un tel homme...

Les caractéristiques d'un esprit en mouvement sont en fait assez évidentes, puisqu'il suffit de les déterminer par opposition aux caractéristiques de l'intellect :

Être mobile spirituellement, c'est déjà être **OUVERT** à ce que je vis. Car cela se saurait si la fermeture d'esprit était un gage d'évolution personnelle...

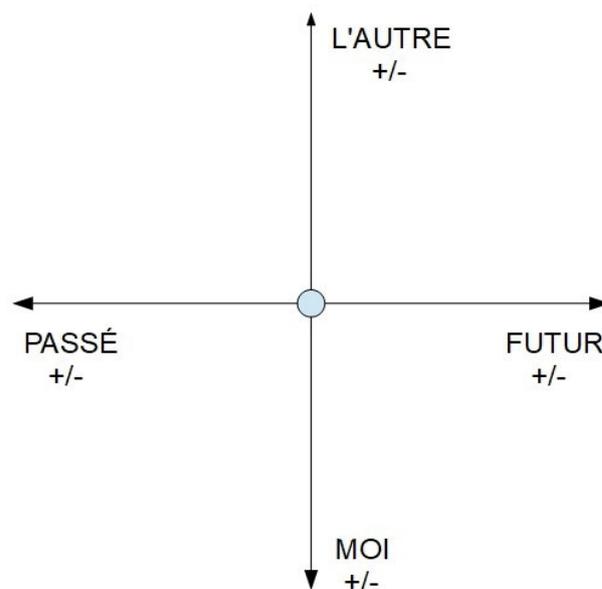
Il y a donc un **ACCUEIL** ! Pas un accueil passif, uniquement jouissant (plaisir du viveur), mais un accueil **actif**, où je me donne, où je donne de moi (plaisir du vivant).

Il y a donc une **ÉCOUTE** ! Avec une bienveillance et une disponibilité **préalables**, du fait de l'absence de filtre pré-jugeant, en conséquence de ma tête "vide" ou relativement vide (pensées en arrière-plan, et non plus accaparant au premier plan toute ma conscience).

Il y a donc une **PRÉSENCE** à ce-qui-est-là ! Une présence **attentive**, mais sans être crispée dans l'attention (pas de concentration, pas de "pleine conscience" au sens d'une quête de super-conscience où je voudrais être conscient de tout). C'est une attention **détendue**, non contrainte, libre, car ne projetant rien et **sans attente** - positive ou négative. J'ai longtemps souffert de la conscience que j'avais d'être séparé de mon environnement comme par une vitre transparente qui m'empêchait de goûter vraiment la vie autour de moi, et particulièrement celle de la nature. Cette vitre était celle de mon filtre mental, qui, en les atténuant considérablement, me coupait préventivement des impressions extérieures, par peur d'en être blessé. Ce filtre n'est plus là aujourd'hui. Si je dois me protéger de certaines choses, j'en suis avisé par mon ressenti et m'adapte en conséquence, mais cela se fait naturellement de par la mobilité

intérieure, et toujours de manière sélective et proportionnée, alors que le filtre mental précédent me tenait à l'écart de **toute** vie véritable.

Qui dit présence dit aussi **PRÉSENT** ! La véritable présence est effectivement une constante **présence au présent** - et même au présent (cadeau, don) du présent ! Car le présent est tout ce qu'il reste lorsque je ne vis plus ni dans le passé ni dans le futur, ni dans les pensées sur moi ni dans les pensées sur les autres, mais que je me replace, nu, au "centre de moi-même", là où, en tant qu'esprit, je suis libre des limites du temps et de l'espace, là où je ne suis plus soumis à l'intellect, qui est incapable lui de vivre le présent, incapable de se satisfaire d'être juste là, totalement **Ici & Maintenant** :



Ce centre représente d'ailleurs aussi pour moi le **foyer des pensées**. En restant ancré le plus possible en ce centre, je garde pur le foyer de mes pensées ! Dès que j'oublie ce centre, qui est le centre spirituel que je suis, dès que je m'en écarte ou que je n'agis plus à partir de lui, je retourne aussitôt dans l'espace et le temps ; mes pensées perdent autoactivement leur pureté et leur légèreté,

et je retombe dans la ruminant et sous domination de l'intellect. C'est pourquoi, comme c'est très clairement dit à la fin de la conférence "Le premier pas", il est en fait plus facile de chercher d'abord le **non-mouvement intellectuel**, en cherchant à **se déconnecter du mental ruminant** ("Faites le vide de vos pensées..."), plutôt que de vouloir chercher directement le mouvement spirituel, car cette quête sera récupérée par l'intellect, qui y appliquera ses stratégies habituelles, totalement inadaptées et inopérantes dans ce cas.

Aussi paradoxal que cela puisse paraître pour l'intellect, pour lequel ce centre du présent s'apparente à un point d'immobilité sur l'échelle des temps, rester ouvert et connecté au présent demande, **exige** pour s'y maintenir une **constante mobilité intérieure**, un état de **VEILLE de tous les sens de l'être**, intérieurs et extérieurs ! Un tel état dynamique s'avère bien plus difficile au début, bien plus exigeant que le simple et seul mouvement intellectuel des pensées, le plus souvent en mode totalement automatique et conditionné. Mais c'est ainsi seulement, lorsque je me **donne activement et totalement** à ce présent, et uniquement à ce présent, que je peux vraiment trouver la riche **expérience vécue** spirituelle ! Celle à laquelle chacun aspire au plus profond de son être, celle qui fait mûrir et évoluer, celle qui reste à jamais gravée en nous et qui ainsi seule donne en retour l'impression de vivre **vraiment** !

Il est beaucoup plus facile de parler du mouvement intellectuel que du mouvement spirituel, puisque les mots sont liés à l'intellect, mais lorsqu'on a commencé à se réveiller spirituellement, on le sent ! On ne sait pas bien le décrire, mais on le sent ! On le sent, car c'est **très différent** du mouvement ronronnant auquel on était

habitué jusqu'alors, et qui n'était que le mouvement intellectuel, le mouvement du mental. Le mouvement spirituel est à la fois plus doux, plus léger, plus profond... Il crée surtout la conscience intime d'une plus grande **connexion**, à la fois intérieure et extérieure, à quelque chose d'indescriptible, car bien au-delà du mental, mais de profondément vivant... Un **LIEN** avec les Hauteurs lumineuses ! Source de force et de joie ! Source de notre propre mouvement intérieur de vie ! À nous alors de l'entretenir sans cesse.

Ce mouvement spirituel étant le seul mouvement **vivant** (qui porte la vie en lui, et non comme un simple sous-produit), chacun peut travailler à voir et ressentir à quels moments de sa vie il se sent vraiment ainsi vivant **intérieurement, organiquement** (pas intellectuellement, mentalement ou senti-mentalement), pour ensuite s'attacher à nourrir et faire durer de plus en plus en lui la **vibration intime** correspondant à ces instants essentiels. Car la vie propre à l'esprit vie-vifie. Toujours. La vie de l'esprit adoucit, elle n'exalte pas. La vie de l'esprit dynamise, elle ne fatigue pas. La vie de l'esprit épanouit, elle ne sclérose pas. Dans le cas contraire, ce n'est pas la vie de l'esprit, c'est l'intellect à sous-vie !

La vraie vie humaine ne peut être que celle de l'**esprit**, mobile et conscient. Pleinement vivant et se donnant. Joyeux et heureux en retour.

Jérôme Lemonnier

<https://www.jecroisenlalumiere.net/>

Témoignage

AU DÉCÈS DE MON PÈRE

Il y a quelques années, mon père souffrant d'une maladie dégénérative, la Parkinson, et ma mère n'étant plus apte à s'en occuper, il a été placé dans un centre spécialisé pour personnes âgées. Nous avons toujours été proches l'un de l'autre de par nos affinités. J'allais le visiter de temps à autre, soit pour tout simplement lui tenir compagnie ou pour lui offrir une petite joie aussi simple que celle de le sortir à l'extérieur dans son quadriporteur. Mais nos meilleurs moments étaient ceux où nous partagions un repas ensemble, repas dont il avait lui-même choisi le menu, un menu simple mais à son goût et qui lui manquait ; j'apportais le nécessaire pour la préparation et la cuisson de ses mets préférés dans une petite salle réservée à cet effet dans le bâtiment. Ces moments, parfois ponctués de silence, étaient des moments heureux où il me parlait du passé et de son présent qu'il vivait avec un grand courage.

Puis un jour, durant l'un de ces repas, je l'ai ressenti très triste ; il était loin dans ses pensées et je les devinais presque, je lui ai donc demandé s'il voulait parler avec moi de ce qu'il pensait de la mort. [En ce temps-là, je ne lisais pas le Message du Graal et j'avais été élevée dans une religion, la religion catholique, alors je me faisais une idée totalement fautive et arrêtée de ce qu'est la vie de l'autre côté après la mort du corps terrestre, celle qu'on m'avait enseignée à l'église, c.-à-d. que le Paradis ou l'enfer nous attendait à la fin de nos jours et sans plus. Dans ma tête, le Paradis signifiait revoir ceux et

celles décédés qu'on a aimés sur terre et être toujours heureux.]

Ma suggestion de parler de la mort terrestre avait pour but de l'amener à cette belle pensée, mais sa réponse est tombée rapidement : « Je ne veux pas parler de la mort, Darquise. » Alors, là, je lui ai rappelé les personnes qu'il avait aimées et qu'il allait revoir. Il m'a répété, d'un ton qui n'acceptait aucune réplique : « Je ne veux pas en parler. » J'ai donc respecté son désir.

Quelques semaines plus tard, il décédait... mais non sans m'avoir auparavant « visité » à la boutique, durant le temps où je préparais un hommage pour lui, pour m'avertir qu'il était sur le point de quitter son corps terrestre ; cela de par l'odeur qu'il dégagait les derniers jours de son existence terrestre, car la même odeur s'était alors répandue autour de moi. J'en avais été ébranlée, et j'avais fermé la boutique subito presto pour me rendre où il était.

À propos des odeurs, fait en apparence anodin pour les autres, mais d'une grande importance pour moi : Depuis cette journée-là, il m'est arrivé à plusieurs reprises de recevoir les odeurs des gens que j'avais aimés, qui se préparaient à quitter la terre ou qui venaient de la quitter. Dans ces moments-là, je leur envoie de l'amour, même si sur le coup je ne sais pas nécessairement de qui il s'agit ; puis vient le temps, assez rapidement, où je reçois la nouvelle de qui venait l'odeur, alors mes

pensées d'amour s'envolent à nouveau vers lui ou elle.

Au sujet de mon père, entre le moment de son décès et celui de ses funérailles, qui ont eu lieu une dizaine de jours plus tard, quand j'étais seule je continuais de lui parler (dans ses dernières heures sur terre, je lui avais dit que je continuerais de lui parler), je me confiais à lui comme une enfant confiante en son père, je lui parlais de mes états d'âme et je lui envoyais tout l'amour que j'avais pour lui et qu'il pouvait ressentir, j'en étais certaine.

C'est aussi en ce temps-là, avant ses funérailles, que j'ai vécu une expérience que je n'ai pas tout de suite comprise et qui m'a aussi très ébranlée intérieurement. Cette expérience a marqué le début de grands changements dans ma vie (cette expérience et plusieurs autres évidemment, mais que je ne citerai pas ici). Là voici :

Un après-midi, alors que j'étais en mode « repos » sur le sofa, je me suis assoupie de fatigue après toutes les émotions et les échanges faits entre les membres de la famille, faisant suite au décès de mon père. Cet après-midi là, je suis entrée dans un cauchemar : j'ai rêvé que j'étais endormie et que j'essayais de me réveiller mais sans succès, et je criais pour recevoir de l'aide. Puis, un son fort m'a réveillée, le son d'un coup donné sur le coussin placé juste au-dessus de ma tête. J'ai soulevé la tête pour voir ce qui était arrivé et, l'espace d'un instant, j'ai vu le profil de mon père. Il était assis juste à côté ; un profil gris pâle et immatériel, mais réel.

Après cette expérience que je ne comprenais pas, j'ai commencé à prier pour lui, prier afin qu'il entre au Paradis. Dans mes prières, j'ai changé la formule du

"Je vous salue Marie" par "Sainte Marie, mère de Dieu, intercédez pour mon père maintenant qu'il est décédé" - [sourire]. (Je sais maintenant que SEUL DIEU EST SAINT.) Je comprends aussi maintenant que, cet après-midi là, j'ai vu mon père avec mes yeux de matière subtile. Je comprends qu'il s'est manifesté à moi tout naturellement à ce moment-là, du fait de ma confiance et de l'amour que je lui portais, et aussi pour m'aider et me faire comprendre qu'il était encore vivant et qu'il n'y a pas de séparation entre l'en-deçà et l'au-delà, que c'est un vaste ensemble homogène.

J'ai longtemps prié pour mon père, et je priais aussi afin de mieux comprendre ce qui m'était arrivé cet après-midi là... et j'ai reçu. Quelle Grâce ! Car un matin, en entrant au travail, un bon Monsieur que je n'avais jamais rencontré auparavant était installé à une table avec des exemplaires du Message du Graal et d'autres livres spirituels reliés au Message ; il discutait gentiment avec les gens et répondait à leurs questions. J'en ai profité pour zieuter les livres, puis il s'est approché de moi et s'est présenté. Nous avons un peu échangé, il répondait aimablement à mes questions, puis, devant l'intérêt que je portais au livre que je tenais dans les mains, il m'a offert de l'emporter avec moi pour mieux le consulter dans ma boutique située tout près, et de revenir plus tard. Le livre que j'avais dans les mains était « Les Dix Commandements de Dieu - Le Notre Père » du même auteur que le Message du Graal. Après avoir lu un Commandement, mon enthousiasme était grand ! Je ressentais un besoin urgent de me procurer tous les livres de cet auteur, ce que j'ai fait la même journée.

[J'ajoute ici que j'ai discuté à quelques reprises avec ce bon Monsieur qui s'installait de temps à autre près de ma

boutique pour vendre le Message ; des échanges toujours très inspirants ! J'ai bien aimé cet homme et j'éprouvais de la gratitude pour son passage dans ma vie, ce dont je lui ai d'ailleurs un jour fait part. Sa réponse, que voici, fut empreinte d'une grande humilité et très élevée : « Je ne suis que son instrument. » À son départ de la terre, quelques minutes avant que je ne lise le courriel annonçant son décès, j'ai reçu son odeur, mais une odeur indescriptible et des plus agréables, parfumée et qui s'approchait des roses, et même plus !!!]

Je commençai donc à lire le Message et je continuais aussi de prier pour mon père. Puis, un beau jour, couchée dans mon lit et dans le silence de la nuit, j'ai réfléchi à cette prière (le "Je vous salue Marie" dit à ma façon) que je faisais pour lui depuis son décès. Je me suis dit qu'il était là-haut quelque part et que j'étais sur terre ; qu'il avait peut-être encore besoin de mes prières, mais que j'en avais aussi besoin, moi et tous les autres qui vivaient présentement sur terre. Je me suis aussi dit, et ce sans aucune malice de ma part évidemment, qu'il avait fait son temps sur terre, que je faisais présentement le mien et que je me devais de bien le faire. J'ai donc commencé à LE prier intensément (Lui, Dieu le Père) de m'envoyer un signe, lorsque mon père de la terre n'aurait plus besoin de mes prières, mais seulement que je lui envoie des pensées d'amour quand je penserais à lui.

Après quelque temps, et ce pendant que je lisais le Message pour ma première fois, j'ai été exaucée ; j'ai reçu un signe, un signe incontestable pour moi. Quelle Grâce !

Pour finir ce partage, voici un paragraphe du Message qui nous rappelle l'importance

de bien vivre chaque minute de notre présent sur terre :

« La véritable adoration de Dieu ne se manifeste pas dans l'exaltation, elle ne s'exprime pas en marmonnant des prières, en mendiant, en s'agenouillant, en se tordant les mains ou en frissonnant béatement. Elle s'exprime au contraire par une joyeuse activité ! »

*L'adoration de Dieu
(Tome II, Conf. 21)*

*Darquise Poulin
Scellée à la Lumière*

En image

O toi, belle âme,
qui désire tant te défaire
des liens que tu t'es toi-même créés,
regarde au fond de ton grand et noble Cœur...
Là, se trouve la véritable "clé", qui fera de toi
un être "libre en esprit" !



Y penses-tu ?

LA BEAUTÉ DES PEUPLES

Il y avait ces peuples qui vivaient dans les forêts, sur les rivages de fleuves et les côtes. Ils avaient leurs croyances et les cultes par lesquels ils communiquaient avec les entités de la forêt, de l'eau, de la terre, de l'air ou du feu.

Leur existence quotidienne consistait en interactions conscientes avec ces forces de la nature, en tout fait et en toute cause.

Cette connaissance ne constituait-elle pas déjà une base spirituelle solide et un acquis sur lesquels l'on pouvait bâtir le nouvel enseignement ?

Or, au lieu de considérer et respecter ces croyances ancestrales, les missionnaires chrétiens s'employèrent à les diaboliser.

On dut convertir les peuples à la nouvelle religion en faisant table rase de leurs croyances, de leur vécu, de leur tradition et de leur culture.

On les dessouchait et les arrachait de leur racine pour les greffer à la nouvelle croyance.

Cette entreprise de lessivage spirituel, d'assimilation religieuse et d'aliénation culturelle procédait par la dénégation de l'autre que l'on drainait de force vers la nouvelle foi.

Or, ne devaient-ils pas se sentir exilés et bâtards dans la nouvelle croyance et la civilisation qui en émanait ?

Au fait, c'est sans ferveur et sans conviction qu'ils fréquentaient les églises, écoutaient les sermons, chantaient et mangeaient la communion et retournaient parfois, dans la détresse, consulter les mannes de la nature et les ancêtres qu'ils avaient abandonnés.

Ainsi écartelés, pris entre deux feux, entre un christianisme de façade et des traditions délaissées, ces peuples cheminaient bâtards, sans âme ni ferveur, sans racine.

Maintenant ils erraient et se cherchaient. Ils ne trouvaient d'assise ni dans la civilisation qu'on leur proposait, ni dans leurs traditions qu'ils délaissaient.

...

Pourtant, ils auraient pu profondément s'enraciner dans leur sol, dans leur propre culture avant de croître et jeter leurs branches vers d'autres horizons.

Hélas maintenant, ils ne pouvaient ni croître ni s'élever, faute de base et de racine.

Jean Paul Mencheko

<https://www.facebook.com/jeanpaul.mencheko.3>

ÉVITER L'OCCASION

La propension de tout vouloir, surtout ténébreux, c'est l'ardent désir de se matérialiser.

Moins la pensée est pure, moins elle est vivante et réelle, plus elle n'aspire qu'à s'extérioriser par la parole ou l'acte.

Car en vertu de la loi, ce qui est impur, par conséquent lourd et compact pèse résolument vers le bas, vers son essence et son seul terrain d'épanouissement.

Alors, en maîtrisant dans le silence ce genre de vouloir, en lui enlevant l'opportunité de s'exprimer en parole ou en acte, tu lui enlèves l'occasion d'exister. Et ne trouvant plus en toi le terrain propice à son épanouissement, son élan s'estompe et son énergie se dissipe.

N'est-ce pas la clé de l'illumination, de ne donner prise et assise qu'à ce qui a été éprouvé pur et lumineux ?

Car l'une des manières les plus sûres de décourager et tuer en soi ce qui est ténébreux, c'est de lui enlever l'occasion d'exister, de se manifester.

C'est pourquoi dans le champ intérieur, par la pratique du silence, il faut d'abord contenir, peser et éprouver chaque vouloir ou pensée.

Présence

<https://www.facebook.com/newseeds.7>

HOMME/FEMME, COMMENT ES-TU ?

À un moment de notre cheminement, nous nous rendons à l'évidence que nous avons davantage besoin de personnes vraies, qui sans détour peuvent nous faire connaître leur réel ressenti. Car la plupart de temps, nous sommes entourés de courtisans et de complaisants.

Les compliments flattent notre égo, même s'ils ne sont pas mérités.

Par contre, le reproche est accueilli comme une atteinte à la survie du moi, lequel dans ce cas est toujours à la défensive, prêt à mordre tel un animal blessé.

Et plus le moi est profondément enraciné, plus l'introspection se fait difficile.

L'on pourrait d'ailleurs mesurer le degré d'enracinement de l'égo en nous par notre attitude devant le reproche ou face à une remise en question de nos idées, de nos actes, de nos convictions.

Pourtant, l'aptitude à être réceptif à la critique ou au reproche sincère devrait s'intégrer dans ce que nous appelons soupesage, examen de conscience, introspection... etc.

Ceci devrait nous concerner, sans exception, de travailler à être moins négativement réactif à ce qui menace notre confort mental.

En effet, n'est-ce d'ailleurs pas ce faux confort que nous devons détruire, en travaillant davantage à mieux nous connaître et laisser moins de place aux prétentions et à la présomption ?

La plupart du temps en effet, nous croyons être plus que ce que nous sommes réellement.

Or, ce n'est point un tort d'assumer nos faiblesses, de reconnaître notre vulnérabilité, d'affronter nos limites.

Car être fort, c'est aussi savoir redescendre de son piédestal pour s'affronter tout nu.

Être fort, c'est oser affronter ses plaies et ses noirceurs possibles, sans rougir.

Présence

<https://www.facebook.com/newseeds.7>



L'APPRENTI DE LA LUMIÈRE

L'apprenti de la Lumière est un voyageur cosmique. Il ne s'installe pas.

Il est de passage sur terre pour acquérir plus de conscience de lui-même et pour dénouer tous les nœuds de son passé.

L'apprenti du monde cherche à faire son trou et à s'installer dedans.
Et bientôt les vers viendront s'installer avec lui.

L'apprenti de la Lumière évite de tomber dans les trous et s'installe dans le mouvement permanent de la vie.
Et bientôt des ailes viendront grandir en lui.

Il peut tout posséder et ne s'attache à rien.

Il est né nu et mourra nu.

L'apprenti de la Lumière sait que la vie ne s'arrête jamais. C'est un mouvement perpétuel. Et de toute façon, si on n'avance pas avec la Vie, la Vie, Elle, avancera sans nous.

* * *

L'apprenti de la Lumière veut penser par lui-même.

Tout ce qu'il entend, tout ce qu'il lit, tout ce qu'on lui enseigne, il va le confronter à son intuition et repousser tout ce qui lui semble confus.

Ce qui est vrai et se conçoit bien s'énonce clairement.

Ce qui est confus et se conçoit mal s'énonce obscurément.

Il rejette tout le verbiage qui entoure et excuse la foi aveugle et tout le vernis culturel qui masque le pourrissement des fondations.

L'apprenti cherche la conviction, car il s'agit de sauver son être. Et sans conviction, il n'est pas d'appui pour s'élancer.

Il se déconditionne de tous les schémas et remet son mental à zéro. Comme un enfant.

L'apprenti de la Lumière marche sur ses deux jambes. Il n'est pas crédule.
Mais il a besoin de plus en plus de vigilance et d'intuition.
Il va sortir de la masse et prendre le chemin de son individualité.

* * *

La vie ne tolérera plus les esprits asservis et enchaînés.

L'apprenti de la Lumière comprend que seuls les hommes libres et dégagés arriveront à s'épanouir sous les rayons intensifiés de la Lumière.

C'est dans ce sens que la Vie est très sévère. Elle exige des hommes libres dans ses troupes.

Il se dit que c'est un dynamisme de liberté.

Il va falloir s'éveiller. Voilà la nouveauté : l'obligation de s'éveiller. La Vie va prendre les choses en main.

Jusqu'à présent c'était l'homme qui prenait les choses en main.

L'apprenti de la Lumière constate qu'avant il fallait dormir pour être tranquille et qu'aujourd'hui il faut se réveiller si l'on veut vraiment être tranquille.
On change de temps...

* * *

L'apprenti de la Lumière prend la voie du milieu.

Il n'est :

ni ascète, ni jouisseur
ni sadique, ni masochiste
ni peureux, ni téméraire
ni surmené, ni avachi
ni surdoué, ni stupide
ni exalté, ni indifférent.

Il prend le sentier de la crête des montagnes.

S'il s'écarte de la crête, il glisse et tombe dans le ravin.

Et il n'est pas de sentier au fond des ravins.

La voie du milieu est la voie la plus haute.
C'est la voie de l'équilibre.

L'apprenti de la Lumière ne perd jamais de vue son sentier. C'est un sentier étroit. A chaque pas, il fait attention où il pose son pied.

* * *

L'apprenti de la Lumière se demande quelle est la différence entre les fruits du monde et les fruits du Ciel.

Les fruits du monde ne calment jamais la faim. Plus on en mange et plus on en veut et les désirs s'accroissent au fur et à mesure qu'ils sont satisfaits.

Les fruits du Ciel rassasient l'être et le font grandir. Leur saveur est tellement exquise qu'elle fait oublier celle des fruits du monde.

Le désir du monde diminue au fur et à mesure que le désir du Ciel augmente.

Indescriptible est la joie de celui qui retrouve le chemin du Ciel.
Il vit comme un roi, même caché sous l'habit d'une vie modeste.

L'apprenti de la Lumière se souvient d'une parole chère à son cœur :
« Cherchez d'abord le Royaume de Dieu, et tout le reste vous sera donné. »

Extraits de
L'apprenti de la Lumière
par Jean-Yves Magrou

Questions et Réponses

QUESTION :

Même en tant que lecteur du Message, je m'interroge souvent sur ce qui peut spirituellement amener certaines personnes à avoir, soit une vie très difficile du fait d'une maladie gravement handicapante (par exemple, la maladie de Charcot, terrible maladie neurodégénérative), soit une terrible expérience de vie ponctuelle (grave accident ou agression gratuite, voir par exemple dans les faits divers).

Je n'ai pas de doute que «tout soit juste» selon les Lois, même si terrestrement ou humainement je peux moi-même, dans des partages humains, approuver par compassion des «ce n'est pas juste», mais j'aimerais bien mieux comprendre, au niveau des fils des Lois, ce genre de situations.

RÉPONSE :

Un parcours de vie confronté à la maladie de Charcot déclenche une immense empathie envers les souffrances de l'âme concernée, dont un des aspects les plus difficiles pour moi serait de vivre aux dépens justement de ceux que l'on aimerait soi-même servir. Montrer une âme sensible à la souffrance des autres est un trait très noble de personnalité, mais tout comme vous le présumez, les Lois sont d'une perfection absolue malgré nos possibles incompréhensions du moment.

Votre interpellation nous donne l'occasion de revoir et d'approfondir, en tout cas telle que je la conçois, la notion de « karma ».

Le premier problème qui intervient habituellement, lorsque l'on se familiarise avec la notion de la réciprocité des effets, est une récupération assez simpliste que l'intellect va en faire, avec laquelle il va décréter assez sommairement ses jugements : "il lui arrive cela parce qu'**il l'a mérité**" ! Combien de fois j'ai entendu même des adhérents du Message sortir cette brique déjà toute moulée de la boîte à réflexions préfabriquées, sans y faire intervenir aucune autre considération. En réalité, c'est un peu plus complexe que ça et, malheureusement, lorsque ces mêmes personnes se trouvent à être confrontées à ce qui a toutes les apparences d'une injustice, elles vont souvent tomber dans la colère et la révolte, car il leur manquait le portrait élargi.

Déjà, tout comme l'a évoqué Abd-ru-shin dans les Questions et Réponses, l'injustice terrestre n'est pas toujours équivalente à un karma, puisque nous vivons tous dans des promiscuités de genres différents, ce qui peut nous amener à être victime de préjudice simplement par pur hasard de circonstance. Mais où se trouve le karma alors ?



Prenons par exemple deux personnes qui sont victimes du même acte arbitraire de méchanceté. L'une serait complètement tributaire de ce genre d'agression de par sa nature vile, et l'autre, de par sa nature plus noble, serait complètement étrangère intérieurement à ce genre de manifestation. La première se sentira profondément trahie, agressée, diminuée et ressentira comme un affront suprême cette agression. L'autre par contre, qui en souffrira certes beaucoup, sera beaucoup plus apte à demander l'aide intérieure qui lui permettra de mieux s'en sortir. L'expérience lui permettra même d'acquérir une meilleure résilience, de par la force intérieure qu'elle y aura développée. C'est comme ça, à ma compréhension, que se manifeste le karma.

Dans le cas d'une maladie comme la maladie de Charcot, la notion de karma est un peu plus complexe également, mais toujours dans les paramètres d'une rigoureuse perfection des Lois. Rappelons-le, il y a des maladies qui sont karmiques, et d'autres qui ne le sont pas. Il y a cependant une certaine analogie entre des personnes qui subissent des actes arbitraires d'agressions et celles qui subissent des maladies, selon qu'elles sont nobles ou non et selon qu'elles sont tributaires d'un karma ou non.

Une personne noble intérieurement, et qui est atteinte d'une maladie grave, cherchera de l'aide intérieurement et y parviendra beaucoup plus facilement que la moyenne, de par les liens lumineux qu'elle porte en elle. Cette aide lui parviendra de plusieurs façons possibles, selon les particularités de la destinée de cette personne : soit qu'elle reçoive une guérison qui pourrait s'apparenter à un miracle ; soit qu'elle reçoive une Force particulière, qui lui permettra de lui donner la résilience nécessaire pour surmonter avec sérénité les limitations que lui apportera la maladie, ce qui lui fera faire un bond de géant dans son évolution ; ou soit qu'elle reçoive une aide particulière pour se détacher relativement rapidement de la matière, afin de poursuivre sa progression sur des plans beaucoup plus lumineux. Il faut préciser ici que notre façon de penser, fortement influencée par l'intellect et qui limite notre regard au simple horizon terrestre, nous induit très souvent dans cette conception assez rigide que la seule issue valide et acceptable à l'égard d'une maladie serait absolument la guérison physique. Or, du côté de la Lumière, l'issue ultime de l'âme (puis ultimement de l'esprit) est la poursuite du parcours de celle-ci **hors de la matière** dès qu'elle a terminé son apprentissage et son mûrissement sur la Terre. Et sur ce point, **seule** la Lumière connaît réellement les besoins de notre destinée, peu importe les notions étroites que nos conceptions puissent avoir.

Dans le cas par contre d'une personne qui est tributaire d'un karma, ou qui serait simplement attachée à la Terre, le premier réflexe sera, dans la plupart des cas, de « partir en guerre » contre la situation et de « combattre » la maladie jusqu'au dernier souffle. Ces personnes sont souvent louées pour leur courage et l'ardeur avec laquelle elles mènent leur « combat » contre la maladie, mais dans la réalité, elles se trouvent à prolonger de façon indue des souffrances atroces qui auraient pu leur être évitées, ainsi qu'une agonie particulièrement souffrante et débilite. Mais, pire que ces souffrances, la lourdeur accablante que leur âme porte suite à ce parcours de colère

et de défiance, la suit bien au-delà de la libération qu'aurait pu lui apporter le décès du corps physique.

Bien sûr, nous ne faisons là qu'effleurer les nombreux aspects du karma, et tout cela, évidemment, est modulé par les décisions personnelles que prendront ces personnes face à la maladie. Une personne particulièrement endurcie pourrait par exemple y dénouer un très lourd karma, de par un éveil intérieur qui pourrait se produire au dernier moment, tout comme une personne particulièrement évoluée pourrait y perdre son âme, en décidant de partir en croisade belliqueuse contre son état. Mais dans tous les cas, la perfection absolue des Lois se manifeste jusque dans les moindres ramifications !

Pour pousser encore plus loin, la connaissance étendue de ces Lois ne nous met pas à l'abri des tendances à deux dimensions de l'intellect, qui aime bien juger sommairement les choses. Quelqu'un par exemple qui se désensibiliserait des afflictions dont pourraient souffrir ses proches, sous prétexte que les Lois seraient « parfaites », s'attirerait lui-même un karma qui lui apporterait également son lot de souffrance ! La connaissance vivante des Lois ira toujours de pair avec la **réelle empathie**, celle qui cherche à aider concrètement de par la chaleur du cœur, tout en ayant les ressources intérieures pour demander une Aide providentielle de la Lumière, toujours dans la perfection de ses Lois (aucune intervention n'est ainsi possible dans le cas d'une maladie karmique dont la cause n'est pas spirituellement reconnue et dénouée).

* * *

QUESTION :

Je me surprends encore à juger mentalement les choses et les situations, et cela me dérange beaucoup... Comment en arriver à un simple accueil, vivant et intime, de ce qui est ?

RÉPONSE :

S'il est une chose que j'ai apprise depuis mon parcours avec le Message, c'est qu'il faut éviter le piège de l'intellect qui cherche à poser des conclusions simplistes sur de la simple observation. Dans toutes les situations, j'ai appris que **les éléments en jeu sont tellement multiples et complexes qu'il ne faut jamais porter un jugement dans la prétention d'en avoir saisi tous les tenants et aboutissants.**

Évidemment, le mode binaire de l'intellect nous incite à porter un jugement sur les choses par un simple repère d'étiquette. Exemple : couple hétéro = naturel, couple de même sexe = pas naturel. C'est, en fait **beaucoup** plus nuancé que ça ! Juste pour aborder ce sujet

précis, l'identité de genre se définit avant tout de par le genre qu'a choisi le germe spirituel au début de son parcours (positif ou négatif), peu importe s'il porte maintenant un corps physique d'un autre genre, pour des raisons qui sont expliquées dans le Message. Donc un couple de même sexe peut, malgré l'apparence, être néanmoins un couple « hétéro » au niveau de l'esprit ! Et l'on pourrait développer encore beaucoup sur le sujet. Certains couples de même sexe entretiennent une relation d'amour sincère et de respect mutuel et, par ailleurs, certains couples hétéro entretiennent une relation toxique où le mépris, la domination et la manipulation sont les principaux vecteurs. Donc, en prenant en compte ces considérations, ce n'est pas le type de couple qui devrait nous servir de base exclusive pour poser un jugement de valeur à savoir ce qui serait bon ou mauvais, naturel ou pas.

Mais avant tout, et nous pourrions en dire autant sur les arts et la musique, nous sommes présentement, nous humains de la Terre, particulièrement en cette époque, **à des années-lumière** de ce qui devrait constituer le cadre d'une certaine « normalité » en tant qu'esprit humain d'évolution. Donc, peu importe ce que nous pourrions trouver de bien, de normal, d'inspirant et de convenable, notre mode de vie est, selon le cours réel de notre parcours d'évolution, encore complètement anormal. Et le pire est que notre discernement est pris en souricière dans les œillères de nos perceptions limitées, et nous sommes ainsi incapables de concevoir tout ce qui pourrait se trouver en dehors. Autrement dit, non seulement ce que nous trouvons « normal, beau et harmonieux » se trouve encore très loin de ce qui devrait l'être, mais nous avons même perdu en plus tous les moyens de nous en rendre compte !

Et pour en rajouter une couche, l'écart entre ce que nous trouvons « normal » et « anormal » en ce moment reste, tout étant relatif, quand même relativement modeste par rapport à **l'énorme distance** qui sépare notre état présent de ce qui devrait être notre réel statut d'esprit en réelle progression dans la matière !

Donc, à mon avis, la tolérance, la compréhension et l'empathie, non pas d'une attitude qui subit mais plutôt celle qui est au contraire chaleureusement alimentée par le désir authentique d'être utile au prochain, nous sont beaucoup plus bénéfiques que de poser des jugements qui ne prennent en compte, de toute façon, qu'une seule parcelle de la véritable Réalité.

Paroles de **ABD-RU-SHIN**

« **Bénis** êtes-vous de pouvoir devenir sachants ;
car ainsi obtenez-vous aussi la sécurité
dans vos pérégrinations à travers les créations,
vous connaissez précisément le chemin et le but !
Cela vous donne force, joie, paix, simultanément protection
et un vouloir encore accru pour le bien !
Que la sainte force de Dieu soit avec vous qui voulez suivre,
reconnaisants, les bons chemins !
A M E N. »



Dein Wort ist die Wahrheit = Ta Parole est la Vérité

L'Alpha et l'Oméga du savoir spirituel se trouve dans l'œuvre :

Dans la Lumière de la Vérité

Message du Graal
Abd-ru-shin

« *R*ejetez loin de vous tout fait de vous tourmenter par vos pensées, faites confiance pour cela à votre *esprit*, qui se fraiera déjà le chemin correctement, si vous ne l'emmurez pas vous-mêmes. Devenez *libres en esprit* ne signifie rien d'autre que *laissez à l'esprit en vous son chemin !* Il ne *peut* alors pas du tout faire autrement que de cheminer vers les hauteurs ; car son genre même l'attire avec certitude vers le haut. Vous l'avez retenu jusqu'à présent, si bien qu'il ne pouvait plus s'épanouir, vous aviez ainsi entravé son envol ou ses ailes.

Le terrain pour l'édification d'une humanité nouvelle, que vous ne pouvez ni ne devez contourner, repose dans cette seule phrase : *Gardez le foyer de vos pensées pur !*

Et c'est *par cela* que l'être humain doit commencer ! C'est son *premier* devoir, qui fait de lui ce qu'il *doit* devenir. Un *exemple* pour tous ceux qui aspirent à la Lumière et à la Vérité, et qui veulent reconnaissants servir le Créateur par la nature de leur être tout entier. Quiconque accomplit *cela* n'a plus besoin d'autres directives. Il *est* tel qu'il doit être, et recevra de ce fait intégralement les aides qui l'attendent dans la Création et qui le conduisent vers le haut, sans interruption. »

Abd-ru-shin
Le premier pas
(Tome 1, Conf. 12)



 **Libre en esprit** . n°1 / 4^e trimestre 2023

Directeur de la publication et rédacteur en chef : *Jérôme Lemonnier*
Maquette et mise en page : *Eric Herr*

Photos de couverture : © *Ioreanto - AdobeStock.com*, © *Francescozano - AdobeStock.com*
Tous droits réservés - reproduction interdite