



RENOUVEAU. JOUR N°18

Entretenir la relation avec Dieu, vivre au quotidien dans la conscience de ce champ d'énergie qui nous entoure et dont nous faisons nous-même partie nécessite une grande part d'observation et de vigilance, afin d'apporter une réponse appropriée à « ce qui nous arrive ». J'en suis persuadée, ce qui nous arrive n'est jamais un hasard mais une indication, une invitation divine.

Le Champ est aussi appelé parfois l'Hologramme quantique. Qu'est-ce qu'un hologramme ? C'est une image dont chacune des parties contient aussi la totalité de l'image. *Cette idée d'hologramme illustre le fait que nous sommes à la fois dans ce Champ et que nous sommes ce champ : chacune de mes pensées, chacune de mes émotions crée la réalité qui m'entoure, qu'elle soit proche de moi ou plus lointaine.*

Si vous souhaitez approfondir votre approche de la question, voir les ouvrages de Lynn Mc Taggart :
Le champ de la cohérence universelle
La science de l'intention.

Cette manière de voir les choses nous invite à prendre pleinement la responsabilité de nos vies et des expériences que nous vivons. Elle invite à percevoir le monde comme une métaphore de ce qui se passe en chacun nous. Alors au lieu de me demander « pourquoi est-ce que ça m'arrive encore », comme si je n'étais que le jouet de la vie, je peux me poser plutôt les questions suivantes :

- pourquoi est-ce que je vis ce que je vis ?
- depuis quel endroit ai-je attiré cela en moi ?
- de quoi est-ce que le comportement de l'autre fait miroir, afin que je puisse en prendre conscience ?

Cette manière de vivre nécessite aussi un préalable : celui d'observer. Il s'agit donc dans un premier temps de développer une vigilance ou plutôt une conscience aiguë de ce que nous vivons : quels sont les événements qui se manifestent, quelles sont les émotions que nous ressentons, comment s'organise notre environnement ? Il s'agit aussi de raisonner en termes de synchronicités plutôt qu'en terme de hasard ou de fatalité.

Voici ce que vous pouvez observer au quotidien.

OBSERVER LES MESSAGES DU CORPS : ÉMOTIONS ET SYMPTÔMES PHYSIQUES

Il s'agit ici de comprendre les messages que l'Esprit que nous sommes nous envoie, via nos émotions et notre corps : quelles sont les prises de conscience que nous invitent à faire nos ressentis et nos maladies ?

Lorsque nous sommes alignés sur le plan divin, c'est que nous sommes câblés sur la « bonne fréquence » : à ce moment-là, tout est fluide, tout se déroule à merveille, les synchronicités sont parfaites.

Dès lors que tout est pas fluide, c'est le signe que nous commençons à être désalignés. Nous avons pris ou sommes en train de prendre une décision disharmonieuse, qui n'est pas en accord avec le plan divin. Cela crée un déséquilibre énergétique dans le Champ et la fluidité n'est plus. Si nous persistons dans cette voie, cela un déséquilibre énergétique dans un de nos chakras et nous ressentons une émotion désagréable. Par exemple, nous allons ressentir de la honte ou bien nous sentir tristes. A ce moment-là, nous sommes câblés sur la partie limitante de notre système de croyances, sur sa partie blessée et non sur la partie harmonieuse de notre système de croyances, qui lui est aligné sur l'Esprit que nous sommes.

Au bout d'un moment ce déséquilibre énergétique augmente et se transmet à la matière dans les organes situés autour du chakra en question, créant alors un symptôme physique. Nos maladies et nos douleurs sont de précieux indicateurs que quelque chose ne va pas dans notre vie.

C'est en prenant en compte ces messages qui nous alertent sur le fait que « quelque chose ne va pas » que nous pouvons nous interroger:

Les bonnes questions à se poser :

- pourquoi est-ce que je vis ça : quelle blessure passée, plus ou moins enfouie suis-je invité.e à regarder, à apprivoiser, à comprendre, à aimer ?
- quelle décision inappropriée est-ce que j'ai prise ou suis en train de prendre ?
- la Vie m'indique que je ne prends pas le bon chemin, quelle voie puis-je emprunter maintenant pour me réaligner sur le plan divin, sur ce qui est réellement bon pour moi ?

OBSERVER « L'UNIVERS MÉTAPHORE »

Comme nous venons de le voir, nos émotions et les symptômes physiques de notre corps peuvent être observés et analysés comme des signes d'alignement ou de désalignement avec le plan divin. Mais en réalité, si on écoute bien, tout dans notre vie est message. L'Esprit que nous sommes nous adresse des messages en permanence via tous les événements que nous vivons. C'est la notion d'univers-métaphore.

Le monde de l'Esprit nous envoie en permanence des informations, auxquelles nous sommes connectés, même si ce n'est généralement que subconsciemment. Pris par la vie quotidienne, nous écoutons davantage le bavardage de notre mental que les infos du monde de l'Esprit. Pour y avoir accès, il suffit juste de calmer ce bavardage du mental et nous intéresser à ces informations du monde de l'Esprit. La télévision et la radio émettent des émissions en permanence et parfois nous allumons notre poste pour les capter, et parfois nous l'éteignons pour faire autre chose. C'est le même fonctionnement ici.

Votre vie entière est une guidance divine vous permettant de vous orienter précisément. A vous de développer une vigilance par rapport aux messages qui vous sont envoyés.

Rien n'arrive pas hasard et chaque situation, chaque événement peut vous en apprendre beaucoup sur vous et vous donner des indications précises sur ce qui est approprié pour vous et ce qui ne l'est pas. Avec de l'entraînement, vous apprendrez à reconnaître ce qui est bon pour vous et ce qui est moins. Vous apprendrez aussi à vous connaître, à vous faire confiance et à affiner vos critères. Plus vous irez sentir et expérimenter qui vous êtes et ce que vous vivez à travers les messages que la vie vous envoie, plus vous vous sentirez divinement guidé et plus vous avancerez en confiance.

Maison, voiture, objets du quotidien : tout peut être observé et conscientisé... **Etre attentif à tout ce qui est présent dans votre vie vous permet de développer deux dimensions spirituelles fondamentales : la Conscience et la Présence.**

Quand vous observez tout ce qui passe dans votre vie, je vous invite à accorder une place particulièrement importante à tout ce qui est vivant : les animaux qui peuvent faire partie de votre environnement, et bien sûr les autres humains.

OBSERVER LA RELATION À L'AUTRE

En effet, l'autre n'est qu'un miroir de nous-même : il nous permet de prendre conscience de qui nous sommes, par différenciation. Il nous permet de prendre conscience de nos qualités : ce que sont celles que nous apprécions chez l'autre. De même, l'autre nous donne à chaque seconde l'occasion de prendre conscience de ce que nous n'aimons pas chez nous : c'est ce que nous lui reprochons. Si je rencontre des personnes qui doutent de moi et que ça me fait souffrir, c'est que je doute de moi. Si j'ai du mal à me sentir aimée, c'est que je ne m'aime pas suffisamment moi-même. Si j'essuie des critiques, c'est sans doute que mon estime de moi n'est pas des plus élevées. Etc.

L'autre est le miroir parfait dont j'ai besoin pour prendre conscience de qui je suis, par comparaison et différenciation.

L'autre n'est pas « ceci » ou « cela », il est simplement miroir de qui je suis : ce que je vis avec l'autre est uniquement lié à qui je suis. Souvenez-vous que nous n'avons accès qu'à l'expérience que nous faisons des choses et non à la « réalité » des choses. Et l'expérience que nous faisons de ce qui arrive est en permanence filtré par notre paradigme, par les lunettes à travers lesquelles nous voyons la réalité. L'autre agit comme un révélateur de ce que je ne peux pas voir : on ne peut pas se regarder dans le miroir si on n'a pas de miroir.

Nos relations avec les autres sont donc de merveilleuses occasions de grandir en amour de soi et de devenir la meilleure version de soi-même.

OBSERVER LE FLUX DE LA VIE

Voici une notion très très facile à comprendre, mais beaucoup moins faciles à mettre en oeuvre. En effet, cela demande de la pratique, de la pratique, de la pratique. Car il s'agit tout simplement de vivre ce qu'est la vie : **non pas une série de problèmes à résoudre mais un mystère dans lequel entrer** ou plus exactement, un mystère avec lequel faire corps, un mystère à embrasser, en sachant que nous n'aurons jamais toutes les réponses pour le comprendre.

Exemple : ma voiture tombe en panne.

> Quelles sont les questions que je peux me poser ?

Observer le flux de la vie, c'est observer ce qui a tendance à se produire et ce qui a tendance à ne pas se produire.

Il y a en réalité deux tendances :

- la tendance des choses à se produire. Tout est fluide, se déroule à la perfection. Les événements s'enchaînent facilement et logiquement, sans heurts et sans retard. Je dispose des bonnes informations au moment où j'en ai besoin, je rencontre les bonnes personnes au bon moment.
- la tendance des choses à NE PAS se produire. Il y a un grain de sable (ou la plage entière) dans l'engrenage. Je dépense de l'énergie sans résultat, je ne trouve pas les personnes dont j'ai besoin ou elles ne sont pas disponibles, je n'ai pas accès aux informations nécessaires pour faire avancer mes

projets. Tout semble difficile et compliqué, j'ai l'impression de devoir déployer des montagnes d'énergie pour arriver à mon objectif. Et même, parfois je n'y parviens pas.

Il y a toujours une direction, une tendance. Tous les événements que nous vivons nous donnent des indications sur qui nous sommes et sur qui nous ne sommes pas mais aussi sur la direction à suivre.
> Exemple : je veux joindre quelqu'un au téléphone et soit ça sonne occupé, soit ça sonne dans le vide, soit la secrétaire me dit que la personne que je souhaite joindre est absente... Il y a une direction : ce que je veux a tendance à ne pas se produire.

Décider d'aller dans la direction de ce qui a tendance à se produire (même si on peur, parce que cela nous emmène vers l'inconnu et ce que l'on n'avait pas prévu), et de ne pas aller dans la direction de ce qui a tendance à ne pas se produire (même si on en avait très envie) permet de gagner énormément d'énergie et de s'aligner plus facilement sur le plan divin.

APPORTER LES RÉPONSES ADAPTÉES À CE QUE VOUS OBSERVEZ

On peut bien sûr se plaindre, se vivre comme une victime mais cela non seulement ne change en rien les expériences désagréables que nous vivons, mais ne transforme pas notre avenir. Nous ne savons pas toujours pourquoi les choses nous arrivent, mais nous avons en revanche toujours la possibilité d'en tirer le meilleur parti. Il ne s'agit pas de se résigner, mais d'accepter. D'accepter nos parts blessées et souffrantes, nos parts d'ombre. Car c'est ainsi qu'on accède à la possibilité de les guérir.

Plus vous allez observer ce qui se passe dans votre vie, plus vous allez devenir conscient de ce qui se joue vraiment dans votre vie, plus vous saurez comment agir depuis la profondeur de votre être, et non plus ré-agir à ce qui se passe à l'extérieur de vous.

Plus vous comprendrez que tout ce qui vous arrive de désagréable n'est qu'une invitation à grandir en amour de vous, plus vous aurez la force et le courage d'aller à la rencontre de tout ce que vous n'aimez pas chez vous, de tout ce que vous ne voulez pas voir de vous. Et plus vous osez contacter ces parts blessées et souffrantes de vous, plus vous vous aimerez. Et vous ne verrez plus du tout la vie de la même manière, vous agirez depuis qui vous êtes vraiment, depuis votre essence. Vos décisions seront basées sur l'amour et non plus sur la peur. Vous embrasserez pleinement la vie et ses mystères au lieu de dépenser tout votre énergie à régler vos problèmes.

Essayez, et vous verrez.