

L'illumination

Une expérience spirituelle

PREAMBULE

Pour commencer

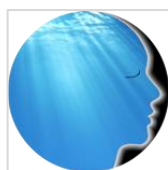


Entre Noël 2007 et le nouvel an 2008, j'ai eu une discussion un peu poussée sur la religion et la spiritualité, avec ma sœur ainée et mon beau-frère, tous les deux catholiques très pratiquants. Ma sœur était dans une période de doute suite au décès d'un membre de la famille de mon beau-frère, mort jeune d'une leucémie. Je lui ai donné mon point de vue sur la vie et la mort, et pour étayer ce dernier, je leur ai raconté une expérience hors du commun que j'avais vécue des années auparavant. Comme je terminais mon récit en expliquant comment cela avait représenté un pas énorme dans l'évolution de ma spiritualité, ma sœur s'est levée, est allée chercher une revue catholique parue quelques semaines plus tôt et m'a lu un article du courrier des lecteurs, dans lequel une femme relatait l'expérience qu'elle avait vécue peu de temps auparavant, avec pratiquement les mêmes mots que je venais d'utiliser pour décrire mon propre ressenti. J'en suis resté c..., car je ne m'étais alors jamais vraiment posé la question de savoir si d'autres personnes avaient pu vivre la même chose que moi. C'était comme si pendant toutes ces années cette expérience avait accaparé mon esprit au point que cette idée ne m'ait jamais effleuré.

Du coup, l'idée de trouver un moyen de communiquer sur cette expérience et de pouvoir me mettre en relation avec des personnes intéressées, a commencé à germer dans un coin de mon cerveau. C'est donc à cette époque que j'ai écrit mes premières lignes que j'ai d'abord placées sur un blog comme cela était à la mode à cette époque. Cette première ébauche est restée quelques mois en ligne et n'a probablement été lue par personne avant que le site d'hébergement ne soit fermé, mon fournisseur d'accès à internet ayant été racheté par un plus gros que lui.

Il m'a fallu encore plusieurs années pour me décider à renouveler l'expérience, mais cette fois avec une vision différente du but à atteindre.

L'expérience



Ce que j'avais relaté de façon succincte à ma sœur et à mon beau-frère concernait une expérience que j'avais vécue en octobre 1992, et qui peut être résumée de la manière suivante :

Une prise de conscience de l'Être, absolu, infini, intimement lié au « Tout ».

Oui, je sais, dit comme cela, ça semble empathique, mais en fait, essayer de résumer ce que je vais exposer par la suite, semble vain, les mots ayant ici une limitation extrêmement frustrante.

La notion du « Tout » est elle-même difficile à faire comprendre à quiconque n'a pas vécu ce genre d'expérience. De mon point de vue, c'est le mot qui se rapproche le plus et qui explique le mieux ce concept. Je sais que seuls ceux qui ont vécu une prise de conscience similaire comprendront parfaitement ce que cela signifie en lisant ces lignes.

Je vais tenter de restituer dans les lignes qui vont suivre, mon vécu face à cette expérience, c'est-à-dire l'avant, le pendant, l'après avec ses multiples aspects, afin d'essayer d'apporter un peu d'éclaircissements sur cette notion de prise de conscience du « Tout ».

La religion



Pour commencer et pour me situer, quelques mots sur mon éducation religieuse. J'ai baigné dans la religion catholique toute mon enfance. J'ai fait la totale, catéchisme, communions, jusqu'à la confirmation. Jusque-là tout allait bien. C'est vers 15 ans que j'ai commencé à me remettre en question par rapport à la religion. Bon, à la base ça ne collait déjà pas entre la théorie de l'évolution et la genèse de la Bible. Mais, on peut comprendre que ce soit une parabole, une vue de l'esprit. Par contre, je trouve choquant que l'on ait fait avaler l'histoire du paradis, de la pomme et du péché originel à des générations, à tel point que j'ai vu une fois ma mère avoir une discussion plus que houleuse sur le sujet avec ma sœur aînée qui était en passe de devenir institutrice (et donc dépositaire d'un savoir plus cartésien) ! Cela m'a fait prendre conscience combien la religion pouvait être « dangereuse » pour la liberté de penser par soi-même !

À côté de cela, j'avais surtout remarqué qu'il y avait beaucoup trop de contradictions entre le message et les actes des « pratiquants ». Ce qui a commencé vraiment à me déranger, c'était l'hypocrisie des gens dans leurs actes de tous les jours par rapport aux discours qu'ils venaient écouter à la messe. Il y avait là quelque chose qui me dépassait. Et en plus, on pouvait passer un coup d'éponge sur tout ça en allant de temps en temps se confesser afin de recevoir le pardon de « Dieu le Père », qui plus est, via un intermédiaire... Et puis d'abord, comment un Dieu se disant être le Dieu d'amour pouvait-il être aussi un Dieu punisseur, etc., etc. Bon, il y en aurait beaucoup à dire, mais là n'est pas le débat ...

Je ne rejette quand même pas la religion en bloc, car elle peut véhiculer des notions et des valeurs très importantes, et apporter un réel soutien dans la vie de bien des gens. D'ailleurs, je pense que le fait d'avoir eu des parents pratiquants n'est pas un hasard (en fait, je ne crois pas au hasard), et même, je les remercie de m'avoir permis d'acquérir ces valeurs tout au long de mon enfance, car elles ont énormément participé par la suite à mon développement spirituel et à faire de moi ce que je suis.

La spiritualité



J'ai donc vécu une bonne partie de mon enfance dans cette culture religieuse, mais je pense que dès le départ, je n'étais pas fait pour cette forme de spiritualité où l'on doit prendre pour argent comptant ce que les autres vous racontent. Même si je suis né dans une famille très religieuse, il me semble que « tout petit déjà » j'avais une conscience qui allait au-delà de ces questions religieuses. On pourrait même parler d'une certaine forme d'éveil, prenant à l'époque l'apparence d'une curiosité démesurée pour tout ce qui m'entourait. D'ailleurs, au début des années 70, mes parents achetaient chaque semaine le fascicule de l'encyclopédie « Tout l'Univers » (un nom prédestiné), et je le dévorais littéralement comme ma dose de savoir hebdomadaire. J'étais, entre autres, fasciné par les mystères de la cosmologie et c'est par le biais de cet intérêt que j'ai vécu ce que je considère comme ma première expérience psycho-spirituelle.

Je devais avoir un peu plus d'une dizaine d'années et par une nuit étoilée, je regardais le ciel et me mis à essayer d'appréhender, d'imaginer, l'infini de l'univers. Et j'ai ressenti ce jour-là une sensation ineffable, comme un mélange de vertige, d'immensité pour ne pas dire d'infini, de joie incommensurable, le tout mêlé à la surprise et, à une sorte de frustration et de peur viscérale. Cela n'a duré que quelques secondes, mais a été tellement troublant et marquant que je ne l'ai pas oublié bien des années après.

Donc, après avoir rejeté la religion catholique, poussé par ma curiosité et ma soif de comprendre, je me suis intéressé aux autres formes de religions et de spiritualités. Car même si je n'étais plus en accord avec la démarche de l'église, je n'ai à aucun moment rejeté l'idée d'une forme de « Conscience Supérieure ». Je n'ai plus voulu l'appeler « Dieu », car ce que j'en avais appris à travers la religion, ne cadrerait pas avec l'intuition que j'en avais, et le mot lui-même me paraissait trop limité et trop entaché du

conditionnement reçu tout au long de mon enfance pour pouvoir exprimer un tel concept. J'entrais donc dans une démarche de recherche spirituelle. Cela ne s'est pas fait du jour au lendemain, cette quête s'est étalée sur plusieurs années avec des étapes plus ou moins marquées, liées souvent à une recrudescence de lecture sur le sujet, entrecoupée de grandes périodes d'inactivité, pour ne pas dire d'oubli ...

Je me souviens que le tout premier livre que j'ai lu était un condensé du premier livre du Dr Moody « *La vie après la vie* ». J'y trouvais des concepts qui cadraient merveilleusement bien avec l'idée que je me faisais d'une « Conscience Supérieure ». Par la suite, je me suis attaqué au petit rayon de livres plus ou moins ésotérique de la bibliothèque de mon lycée, ce que j'avais d'ailleurs trouvé un peu surprenant pour une bibliothèque de lycée privé, qui plus est, tenue par un frère. Bien plus tard, j'ai dévoré le rayon autrement plus achalandé de la bibliothèque du comité d'entreprise de la société où je travaillais. Je continuais bien sûr à m'intéresser aussi à beaucoup de choses comme les sciences et la technique, ainsi qu'à un domaine très vaste, celui de l'espèce humaine et de son fonctionnement. Et du coup, cet intérêt pour l'être humain, m'a forcément amené à faire un travail sur moi-même, à travers la réflexion, l'observation, l'attention, avec des supports comme la sophrologie, la méditation et quelques stages de contrôle mental. Attention, je ne suis pas un forcené de ce genre de choses, je ne suis même pas très assidu, ce sont des choses que j'ai expérimenté plus par curiosité sur le sujet que par intérêt ou par sacerdoce. D'ailleurs suite à l'expérience de la religion, je suis devenu, par principe, un peu réfractaire à toute forme de dogme ou de règles.

C'est en fait dans le contexte d'une de ces périodes de recherche un peu plus frénétique à travers les livres qu'est survenue cette expérience de l'illumination. Il n'y a pas vraiment eu de signe avant-coureur, excepté peut-être quelque temps avant, une petite prise de conscience de la séparation d'avec la « Source » (c'est plutôt sous ce concept que je l'ai perçue cette fois-là, plutôt que comme le « Tout »). Lors d'une séance de méditation, j'avais eu la vision un peu particulière représentant la « Source » sous la forme d'un cercle central et d'individus « séparés » (sous la forme de dessins au trait d'un bonhomme) gravitant « tête en bas » autour de ce cercle, et où l'un des individus entra en contact avec le cercle par le sommet de sa tête pour ne plus faire qu'un avec ce dernier. Cette vision m'avait fortement imprégné du sentiment que nous avons « oublié » quelle était notre véritable origine et que l'un des buts de notre vie était d'essayer de se souvenir de qui nous « étions » réellement.

Avertissement

Concernant la limitation des mots ...



Je vais utiliser certain mot comme Dieu, divin, mais j'ai un peu de mal car je ne peux m'empêcher en les utilisant, de penser à la représentation religieuse qui y est assujettie. Ceci est dû au rejet que j'ai eu de la religion par rapport à ce que j'ai perçu comme un conditionnement reçu pendant des années, la religion s'évertuant à nous faire avaler des concepts formatés et relativement limitants, et donc à la peur que ce que j'essaie d'exprimer au travers de ces mots ne soit déformé par cette influence religieuse et de ce fait mal interprété.

Donc pour être clair quand je parle de Dieu c'est pour nommer le « Tout », la « Source » et quand je parle du divin, je parle de la capacité de toutes choses à exprimer un statut divin, c'est-à-dire de ne faire qu'un avec le « Tout ».

J'ai lu dernièrement que ce genre d'expérience était nommé d'une manière générale expérience « psycho-spirituelle », et plus particulièrement dans le cas d'une prise de conscience du « Tout », on parle de « sentiment océanique ». Personnellement, je préfère conserver le mot « Illumination » que je considère comme étant bien plus représentatif de mon vécu.

Il m'a aussi manqué bien des mots pour pouvoir essayer d'expliquer ce que l'on peut ressentir dans ce genre d'expérience. J'ai parfois tourné et retourné mes phrases sans avoir le sentiment de trouver la consonance juste pour exprimer ce que j'avais en tête, frustré par le manque de vocabulaire et avec la crainte de passer à côté de l'essentiel.

Il en va de même pour la structure de ce document que j'ai remaniée plus d'une fois. Elle me paraît toujours aussi décousue, car il est très difficile de retranscrire d'une manière ordonnée et linéaire quelque chose d'aussi multidimensionnel que l'expérience que j'ai vécue ainsi que l'information perçue pendant celle-ci.

L'ILLUMINATION

L'éveil

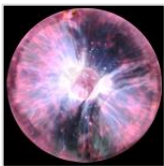


Je n'ai pas souvenir d'un déclencheur. En fait, je n'ai aucun souvenir de ce que j'étais en train de faire quand c'est arrivé. Ce qui s'est passé ensuite a été tellement fort que cela semble avoir occulté ce qui se passait juste avant.

Il y a un avant et un après l'expérience. Je pense que ce fait peut être rattaché à la notion d'Éveil que l'on trouve dans toute littérature sur le spirituel. D'autant que cela est très fortement ressenti en tant que tel pendant cette prise de conscience phénoménale. On peut d'ailleurs mettre une quantité d'expressions sur ce vécu, comme « une ouverture d'esprit sur l'infini » ou encore « passer des ténèbres à la lumière » ... ! Mais ces expressions restent néanmoins très limitées pour réussir à décrire parfaitement cette expérience extraordinaire.

Personnellement le mot premier mot qui m'est venu à l'esprit juste après cette expérience c'est « Illumination ». Oui, je sais, ça semble un peu fort, mais n'allez surtout pas penser « encore un illuminé », car rapporté au contexte, c'est vraiment très pertinent. Il faut bien comprendre que cette expérience démarre très fort par une ouverture de l'esprit sans commune mesure, cette phase étant vécue en dehors de toute notion temporelle et spatiale, comme dans un éblouissement. C'est vraiment comme si quelqu'un avait allumé la « lumière » alors que l'on se trouvait dans l'obscurité. Suite à cet apogée, il y a une phase d'euphorie qui a duré, dans mon cas, 3 bonnes journées et qu'après cela la redescente est un peu rude, un peu comme le phénomène visuel du « trou noir » après s'être pris un coup de flash. D'où aussi cette référence au mot illumination. Néanmoins, par la suite, l'éveil est permanent, on ne redescend jamais à « l'état » d'avant l'expérience. On est véritablement passé du royaume des aveugles à celui des voyants, de l'ombre à la lumière ...

L'ouverture



Donc, au point critique de cette expérience, l'esprit s'ouvre d'une manière qu'il est difficile de relater. Comment dire ... c'est comme si vos capacités cognitives n'étaient plus limitées au « volume » de votre cerveau. Euh, même dit comme ça, cela ne semble pas vouloir dire grand-chose. Pour essayer d'être plus clair commençons par quelque chose que tout le monde connaît. Il arrive que lorsque l'on réfléchit, que l'on ait besoin de visualiser ou de se souvenir de quelque chose, on fasse une « projection mentale » sur son « écran intérieur ». Cette « projection » est en général à peu près équivalente à la taille d'un petit écran placé à quelques mètres devant soi. Et bien lorsque mon esprit s'est ouvert, j'avais la perception de mon « écran mental » comme illimité dans toutes les directions. Par analogie, c'est comme passer d'un simple écran de télévision au spectacle d'un film sur écran sphérique (type cinéma omnimax). C'est à la fois impressionnant et très déroutant, car pour reprendre l'exemple du cinéma sur écran sphérique, contrairement à ce dernier où il faut néanmoins tourner la tête pour réussir à appréhender l'ensemble de la scène, j'avais dans cette pensée « sphérique » une perception totale de l'ensemble sans avoir besoin de « diriger » ma pensée vers un point particulier ou un autre. De plus comme je n'avais plus ni la perception de mon corps, ni celle de mon environnement, j'avais vraiment l'impression d'être au centre de cet « espace de pensée ».

Et cette « pensée » était emplie de tout ce à quoi je m'étais intéressé pendant les années précédentes, sur la religion, la spiritualité, l'ésotérisme, la science, la physique quantique, la cosmologie, la psychologie, les relations humaines et bien d'autres choses encore. Tout cela placé comme dans un vaste puzzle où chaque pièce trouve sa place sans anicroche, ou tout est relié à tout avec une logique

parfaite. J'avais conscience de chaque partie du tout ainsi que de toutes les interactions entre chacune des parties, le tout formant une trame complexe, dynamique, indissociable et parfaite.

J'ai même eu un certain « temps » pour visualiser et appréhender une grande partie de toutes ces informations et des relations entre elles, dans la mesure où, mais là encore c'est difficile de faire comprendre cette notion, j'avais le sentiment d'être hors du temps. Ceux qui font de la sophrologie ou de la méditation peuvent avoir une idée de ce que je veux dire, mais je dis bien une idée car là encore le ressenti est totalement hors norme. D'ailleurs, je suis totalement incapable de dire combien de temps je suis resté dans cet état.

Malgré tout, je pense que ma capacité à saisir toute cette information, est restée bien en deçà de ce qu'il était (humainement) possible de faire, étant limitée par les possibilités du cerveau humain à enregistrer et à structurer une telle quantité d'informations. Et peut-être heureusement, car je pense que l'on pourrait facilement verser dans la folie face à ce maelstrom d'information et de compréhension. D'ailleurs même après le retour à la « normale », il reste très difficile de gérer cette quantité d'informations et je comprends que des personnes ayant vécu ce genre d'expérience puissent sombrer dans la psychose ou la déprime. Il m'a personnellement fallu plusieurs années pour « absorber » tout ceci.

Aujourd'hui, s'il me reste heureusement des réminiscences de toute cette information, je n'y ai malheureusement plus accès qu'au travers de mon « écran intérieur » habituel, ce qui fait que je ne peux en percevoir qu'une toute petite partie à la fois et de ce fait, j'en ressens une certaine frustration ...

Illimité



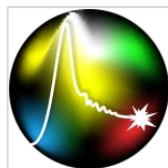
L'un des aspects de cette expérience est la prise de conscience de la non-limitation de l'être. Ce qui va justement à l'opposé de la religion, où l'on vous apprend ce que vous devez penser et comment rester dans les strictes limites de ce modèle de pensées. Ce que moi, j'ai découvert, c'est que nos limitations sont justement imposées par notre mode de pensée. En clair, si nous pensons que nous sommes limités ... et bien nous le serons !

Alors que justement, si l'on regarde autour de nous, un tas d'individus repoussent sans cesse les limites de l'humainement possible ... ça devrait donner à réfléchir. Bon d'accord, pour certains, c'est plus facile que pour d'autres. Mais le simple fait d'annuler une pensée restrictive, permet d'appréhender les choses d'une manière différente, et laisse la place à des pensées forcément plus constructives. Cela paraît évident à écrire ou à dire, mais c'est loin d'être aussi évident à faire.

Cette non-limitation a deux aspects : premièrement, comme je viens de l'expliquer la capacité d'aller bien au-delà de nos limitations mentales et physiques, la prise de conscience que tout est possible, et deuxièmement la perception de notre être illimité, complètement relié à la « Création », ne faisant physiquement (au sens physicien du terme) et spirituellement qu'un avec l'univers, le « Tout », et ce en contradiction complète avec la limitation de notre enveloppe physique (au sens corporel du terme).

L'APRES

Le retour



Après trois jours d'euphorie pendant lesquels je ne savais plus trop où j'étais, je suis donc revenu à un état « normal », mis à part bien sûr tout ce que j'avais « acquis » durant cette expérience. On n'est donc forcément plus tout à fait le même. On connaît un nouvel état de conscience de soi-même et des autres, et même si l'on avait plus ou moins une telle conscience avant, elle est beaucoup plus vive et présente dans nos actes de tous les jours. On éprouve le sentiment d'être plus vivant qu'avant, d'être à la fois quelque chose d'unique, mais aussi d'être relié à l'ensemble de la « Création », de l'univers visible et invisible et de ne faire qu'un avec le « Tout ».

Avec le retour à la réalité, la première question qui vient à l'esprit, c'est « *qu'est-ce qui m'est arrivé ?* ». Une expérience comme celle-là sort totalement de l'ordinaire et je n'avais aucun souvenir d'avoir lu ou entendu quelque chose à ce propos. C'est là que m'est venu à l'esprit le mot illumination. Du coup, je me suis fait la réflexion, que si j'étais né quelques siècles plus tôt, j'aurais été bon pour le séminaire. Heureusement, dans mon cas, je n'étais déjà plus porté sur la religion à ce moment-là !

Avec le temps, tout cela s'est bien sûr un peu estompé, mais il reste le souvenir de l'expérience et surtout la vision, le message perçu pendant cette dernière.

L'énergie, la vibration



L'un des aspects de cette expérience est le ressenti de l'énergie, de la vibration. C'est là encore difficile de trouver les mots pour l'expliquer. Je me sentais comme invincible, ayant une pêche d'enfer, par moments tout mon corps semblait « vibrer » à l'unisson, comme un immense frisson ou fourmillement, comme si chaque cellule, chaque molécule, chaque atome se mettaient en résonance avec tous les autres, comme si chaque infime partie du corps prenait conscience de faire partie de ce corps, au même titre que je me sentais moi-même uni au « Tout ». Et cela a perduré bien au-delà des trois jours qui ont suivi l'illumination.

Assez souvent, par exemple lorsque je me posais un peu pour repenser à ce qui m'étais arrivé, je ressentais une sensation d'ouverture, de circulation au niveau des chakras, principalement, dans mon cas, au niveau du front et du sommet du crâne, et parfois au niveau du plexus. Je connaissais ces sensations pour les avoir parfois perçues lors de séances de sophrologie ou de méditation, mais là encore le ressenti était bien au-delà de ce dont j'avais l'habitude.

Il m'est aussi arrivé plusieurs fois, au moment de m'endormir, alors que je me trouvais dans un état profond de détente de ressentir cette énergie / vibration dans tout mon corps et en même temps cette sensation d'ouverture au niveau des chakras. Cela s'accompagnait d'un fort sentiment de joie, de plénitude et d'infini. C'est une sensation que je n'avais jamais ressentie auparavant.

Cette dernière sensation s'est arrêtée après qu'une de ces expériences vibratoires ait tourné bizarrement : me trouvant dans cet état, j'ai ressenti une sensation étrange, comme quelque chose qui se serait écoulé en moi, partant du sommet du crâne. Cette sensation n'était pas, à proprement parler, désagréable, mais elle n'était pas non plus agréable comparé au ressentie global. En fait, cette sensation de « remplissage » a plutôt été rapide et d'un coup est devenue angoissante sans aucune cause perceptible. Je suis alors immédiatement sorti de cet état de conscience modifiée en me redressant et en ouvrant les yeux, gardant quelque temps ce sentiment d'angoisse.

Malgré cela, il m'arrive encore aujourd'hui de retrouver un état de plénitude « presque » similaire (moins puissant, moins profond) pendant des séances de sophrologie ou en écoutant de la musique.

Les rêves



Un des autres aspects frappants de cette expérience est d'avoir fait, dans les quelques semaines qui ont suivi, des rêves qui étaient plus que de simples rêves. Je veux dire en temps normal, lorsque l'on se réveille, si par chance, on se souvient du rêve que l'on était en train de faire, en général le souvenir qui nous en reste est peu persistant, et l'est même d'autant moins que le rêve était insolite, décousu. À l'opposé, certains rêves que j'ai faits à pendant cette période étaient loin d'être farfelu et au travers d'une symbolique certaine, ils semblaient transmettre un message particulièrement fort. Qui plus est, le souvenir en était très persistant comme si j'avais « vécu » ces rêves. Ils sont restés gravés dans ma mémoire, même des années après. Le premier d'entre eux a été particulièrement fort, en voici un bref résumé :

« Le ciel était chargé de lourds nuages noirs, les gens semblaient se précipiter vers un bâtiment imposant au bord d'une mer déchainée. Le bâtiment attirait toute la population comme un phare, un refuge dans l'obscurité, bien que ce dernier ne possédât que quelques toutes petites lucarnes éparses sur des murs mastoc (un peu comme un blockhaus). Je me dirigeais à l'opposé de cette foule et me retrouvais bientôt sur une route, gravissant une montagne, chevauchant un âne. J'étais assis sur une selle, mais celle-ci me posait quelques soucis, car elle était mal harnachée, rendant mon équilibre précaire. »

Et je me suis réveillé.

Les autres rêves bien que très différents, avaient tous cette trame de fond semblant signifier : tu t'engages sur une voie qui n'est pas celle de tout le monde.

La Foi



L'un des aspects de la religion est la Foi, qu'on a bien souvent réduite à la croyance inconditionnelle à ce qui est allégué par les textes « sacrés » et les serviteurs de la Foi. Pour moi, la Foi a pris un aspect différent suite à l'expérience. Elle se rapporte maintenant à l'acceptation du savoir que m'ont apporté cette expérience et la prise de conscience immense qui l'a accompagnée. Ce qui n'est pas forcément plus simple, malgré le fait que bien des choses me semblent maintenant acquises intellectuellement, sans nul besoin de m'astreindre à croire.

Mais avoir cette vision des choses en tête et être à même de vivre pleinement les notions qu'elle véhicule dans chaque geste du quotidien, sont deux choses très différentes. C'est donc dans l'acceptation et l'intégration de tout cela dans mon expérience de vie que la Foi prend maintenant toute sa dimension et sa difficulté. Même s'il m'a semblé à plusieurs reprises avoir été à la limite où l'on peut basculer dans la Foi la plus totale, proche d'un état totalement libérateur de l'être, où l'on passe de l'humain au divin instantanément. Il me semble que cela est possible, bien que les quelques personnes avec qui j'ai évoqué cet aspect aient toutes été d'un avis contraire, prétendant que l'on ne peut avancer que petit à petit sur le chemin du divin.

Le doute, la dépression



L'un des aspects important de cet après, plus négatif celui-là, est le doute. Plusieurs mois après, avec le recul et aussi avec toutes les questions que cet événement a forcément apportés, il s'est invité dans mes réflexions profitant d'une période de dépression due au choc de l'expérience. La première grosse crise de doute est arrivée d'un coup avec cette question « *n'ai-je pas tout simplement pété les plombs ?* ». Cette interrogation est revenue régulièrement pendant plusieurs mois. Il faut reconnaître qu'un tel événement n'est pas anodin pour la santé psychique. En fait, je ne le souhaite pas à quiconque, car le raz-de-marée intellectuel qu'il provoque demande un énorme contrôle de soi. La remise en cause de bon nombre de notions ne se fait pas sans un certain bouleversement psychique.

Mais d'un autre côté, il est évident que cela sera vécu différemment pour chaque individu en fonction de sa personnalité et de ses croyances et que de toute façon il est à peu près certain qu'un tel événement n'arrive pas par hasard. Par exemple dans l'article que m'a lu ma sœur, la personne qui relatait son expérience semblait l'avoir très bien intégré dans son vécu de catholique pratiquant.

J'ai pu gérer cette phase dépressive sans trop de problèmes et j'en suis sortie d'autant plus rapidement que j'ai su en reconnaître très vite les symptômes, suite à l'expérience d'une grosse dépression que j'avais vécue plusieurs années auparavant. Mais dans mon cas, étant du genre à vouloir tout comprendre, cela m'a quand même valu quelques difficultés d'intégration. Aujourd'hui encore, je n'ai pas le sentiment d'avoir tout « digéré ». Et de temps en temps, dans les périodes où mon moral est un peu en baisse (quel qu'en soit la raison), le doute remonte à la surface. Et c'est un ennemi pernicieux, car a contrario de la parabole du grain de sénevé, aussi infime puisse-t-il être, il est capable de saper des pans entiers de votre être spirituel et de votre Foi. Il faut surtout bien prendre garde de ne pas le laisse s'installer.

Heureusement il ne tient jamais longtemps, car le souvenir de l'expérience elle-même et les sentiments de vérité, d'absolu, de perfection, ressentis pendant cette dernière, restent si fortement ancrés en moi, qu'ils finissent par balayer toutes formes de controverses, même si je n'ai rien de tangible pour me prouver que ce qui m'est arrivé a vraiment été.

La dualité



Oscillant entre Foi et doute, je ressens en moi, maintenant bien plus qu'avant, une dualité entre la partie pleinement consciente et « acceptante », et la partie attachée à une vision plus terre-à-terre, en proie au doute, manipulé par mon ego, cet aspect de moi ayant une peur panique de s'évanouir, de disparaître s'il se laissait entrainer totalement dans cette acceptation des choses.

Cette dualité apparaît aussi parfois dans mes propres réflexions sous la forme de pensées que j'attribuerais à mon moi « supérieur » en opposition aux pensées habituelles issues de mon moi de tous les jours. Cet état de dualité de pensées entraine différents états contradictoires, oscillant entre, l'admiration de la justesse, la richesse et la grandeur de ces pensées que j'aime à attribuer à celle du « Maître intérieur », la frustration lorsque me laissant entrainer au jeu des questions-réponses entre mon ego et mon moi supérieur, il arrive que ce dernier s'évapore subitement lorsque l'échange devient trop poussé ou inversement que c'est moi qui « raccroche » sous la pression des évidences dérangementées assénées par le Maître intérieur, et parfois, surtout au début, la peur d'un effet psychotique dû à l'expérience, heureusement vite oublié grâce à la perception intuitive que l'autre, ce Maître intérieur n'est bien qu'un autre aspect de moi-même, mais libéré des contraintes et des peurs de l'ego et ayant une vision parfaite et juste des choses.

Je sais au fond de moi que c'est dans cet aspect de notre véritable nature divine que nous devrions tous essayer de nous re-connaître, pour arriver à une espèce de fusion de notre moi humain et de notre moi divin, abolissant ainsi toute forme de dualité. Il me semble manifeste que c'est maintenant l'étape suivante de l'évolution de la conscience.

LA VISION – LE MESSAGE

Le Tout



La prise de conscience du « Tout », alors là ... vaste sujet indicible. Il faut pourtant que je m'y attaque, car c'est quand même bien un aspect primordial de l'expérience, pour ne pas dire l'aspect fondamental.

Le « Tout », c'est la Création, le monde visible et invisible, l'univers tout entier et plus. On peut aussi dire Dieu lui-même, dans le sens créateur, mais où le Créateur et sa Création ne font qu'un, ne sont qu'une seule et même chose. Et où nous sommes nous-mêmes partie de cette Création et donc ne faisant nous-mêmes qu'un avec cette Création et donc avec le Créateur. Je pense que c'est probablement ce que Jésus voulait exprimer en disant « Je fais un avec le Père ».

D'un point de vue non spirituel (je n'ose pas écrire scientifique, car on touche là aux limites des connaissances actuelles de la science), on peut dire que nous sommes constitués, nous autres êtres humains, des mêmes « constituants élémentaires » que tout ce qui nous entoure, tout ce qui existe dans cet univers. Même si les scientifiques classent aujourd'hui les quarks et leptons dans la famille des constituants « élémentaires » de la matière, il est possible, voire probable que les techniques actuelles ne nous permettent pas encore d'appréhender les véritables constituants de base de notre univers. Néanmoins, déjà à ce niveau, il n'y a pas beaucoup de différences entre un être vivant, l'air qu'il respire, l'herbe qu'il foule de ses pieds et la terre dans laquelle pousse cette dernière.

Si l'univers n'est qu'un processus d'agrégation et d'organisation « intelligente » d'une forme d'énergie fondamentale, et bien je pense que l'on a là une représentation d'un « Dieu » créateur, omniprésent, omnipotent et omniscient, bien plus probable que les représentations que l'on trouve sur les images pieuses.

La compréhension que j'en ai eue, va encore plus loin que cela. Si à la base « Dieu » n'est que pure pensée/énergie, sa « projection » dans la « matière » n'est que le résultat d'une mise en mouvement de cette énergie originelle par la vibration. Là, ça commence à être dur d'exprimer ce que j'ai en tête. En fait, les scientifiques n'ont encore pas été capables de « voir » un atome. Aujourd'hui, on peut « observer » l'emplacement d'un atome à travers l'interaction de ce dernier avec l'élément de mesure (microscope à effet tunnel), mais on n'a pas réellement pu observer l'atome en lui-même. Ce qui n'a rien d'étonnant, quand on sait, qu'un atome est constitué en théorie de quasiment 100% de « vide », d'une part parce que ses constituants élémentaires représentent moins de 0,00000000000001% du « volume » de l'atome et d'autre part parce que ces constituants ne sont que des particules « d'énergie ».

On peut donc dire que de l'énergie en vibration donne l'illusion de la manière. Cela me rappelle l'expérience que j'avais faite étant gamin, en démontant les deux cloches d'un réveil mécanique et en asseyant de saisir le marteau de la sonnerie alors que ce dernier vibrait pour sonner. Je ne pouvais saisir celui-ci, car il vibrait avec force et trop rapidement, par contre j'avais l'impression de sentir quelque chose de bien plus épais que le marteau lui-même entre mes doigts. D'ailleurs si la matière a seulement l'apparence d'exister parce que de l'énergie vibre très vite, est-ce que l'on ne rejoint pas là le concept de certaines religions comme quoi l'univers n'est qu'illusion.

Quoi qu'il en soit, ce qu'il m'est apparu clairement c'est que nous ne sommes pas séparés du « Tout », de la « Source », qu'à la base nous en procédons totalement, que nous ne faisons donc qu'un avec. Ce qui signifie que si l'on dit que le « Tout » est Dieu, et bien nous sommes Dieu ! C'est cela notre héritage ! Si je fais allusion à un héritage, c'est en référence à l'une des paraboles de Jésus que j'apprécie le beaucoup, à savoir celle du fils prodigue qui revient chez son père pour réclamer son

héritage ... Il y a, dans ce que je rapporte, une explication de cette parabole bien plus pertinente que celle que nous sert l'église !

À la lumière de ce nouvel éclairage, je me permets d'ailleurs de rectifier ce que nous dit la religion, à savoir : Jésus n'est pas Le Fils unique de Dieu, ni Dieu fait homme, nous le sommes tous, et nous sommes tous des Christs potentiels à même de nous souvenir de notre essence divine et de l'exprimer. Bon, je vous l'accorde, ça ne semble pas pour tout de suite, mais pour commencer, il faut déjà que l'idée fasse son chemin. Et pour égratigner un peu aussi les scientifiques, ne pourrait-on pas imaginer que le Big Bang n'est pas la naissance de la matière et de l'univers à partir de « rien », mais la propagation d'une vibration primordiale, source de mouvement, de changement et donc de vie, initiée au sein d'une énergie primordiale, que nous sommes actuellement incapables d'appréhender d'un point de vue scientifique, mais dans laquelle « baignerait » l'univers. D'ailleurs les physiciens cherchent encore aujourd'hui une grande partie manquante de la masse de l'univers, plus de 90% ce n'est pas rien, et savent aussi maintenant, que le vide de l'espace interstellaire n'est pas le vide absolu que l'on croyait et qu'il peut y « naître » des particules, bon soit, instable et retournant au « néant » quasi instantanément, mais il faut bien qu'elles procèdent de quelque chose ... !

De plus pour essayer de réconcilier un peu les darwiniens et les créationnistes, si le « Tout » est à la base une forme d'énergie consciente et intelligente (à défaut d'autres mots) et que dans le dessein « d'expérimenter l'existence », il a initié l'univers en incluant à sa Création les règles parfaites que reconnaissent aujourd'hui les physiciens et une dynamique d'évolution néanmoins laissée aux lois du hasard, on tient là un modèle susceptible de mettre d'accord les moins radicaux des deux bords.

Voilà pour une première approche, mais le « Tout » ne se résume pas seulement à cet aspect, ce qui suit en est autant indissociable que la réalité et l'imaginaire.

L'Amour



Il y a sur ce sujet aussi beaucoup de choses à dire, mais pour commencer, je me dois d'aborder toutes les facettes que peut représenter cet unique mot afin de bien comprendre de quoi on parle. Car le problème, c'est que dans beaucoup de langages il n'y a pas de différence pour désigner ce qui se rapporte à la relation entre individus et ce qui se rapproche plus d'un état d'être où l'amour peut être redistribué, partagé, donné. On trouve d'abord l'amour de la relation à deux, l'amour des parents envers leurs enfants et réciproquement, l'amour des autres en général, et aussi l'amour plus puissant de ceux qui se consacrent entièrement aux autres.

En effet dans ce que l'on appelle généralement une relation d'amour entre deux individus, on trouve plein de choses qui n'ont parfois rien à voir avec l'amour. Et peut-être encore moins dans la relation « amoureuse ». Bon, je ne voudrais avoir l'air rabat-joie, il y a bien des fois où il y a des sentiments sincères. Mais quand même, quand on creuse un peu, on trouve souvent des relations inconscientes de dépendances et surtout des relations où il y a une demande très forte justement en termes d'amour et/ou de reconnaissance, de l'un ou de l'autre, voire pire, des deux. En effet, comment peut-on construire une relation durable sur la base d'une demande que l'autre n'est pas à même de remplir, car étant lui-même en demande ! Dans le second cas, si l'un est demandeur et l'autre à même de répondre pendant un temps à la demande, comment une telle relation peut s'inscrire dans la durée si ce déséquilibre perdure sans sortir de cette dépendance affective à sens unique. Et là, on reste dans des schémas simples et généraux, sans tenir compte de tout ce qui fait la richesse mais aussi la difficulté des relations humaines.

À ce point, il est donc important de comprendre que je ne parle pas de l'amour sentiment. En effet, ce dernier va bien souvent à l'encontre du processus de connaissance de soi et de l'autre, car comme on

le dit souvent dans ce cas « l'amour rend aveugle ». Mon épouse a toujours trouvé regrettable le fait que je ne sois jamais tombé amoureux et encore pire le fait que j'ai du mal à dire « je t'aime ». Je ne l'en aime pas moins, mais pour moi, à ce niveau, les mots ne représentent pas grand-chose. Ils ne sont pas représentatifs de ce qu'est mon « état d'amour ». Par contre quand je la serre dans mes bras pour un instant de tendresse, il se dégage de moi quelque chose de plus fort qu'un simple sentiment, mais cela se passe surtout à l'intérieur et transparaît peu à l'extérieur. Mon problème vient peut-être du fait que je ne sais pas traduire en mots ce ressenti. Ceci ne fait pas de moi un être froid et sans aucun sentiment, bien au contraire, mais pour ce qui est de l'amour, c'est pour moi quelque chose de permanent et de naturel qui ne varie pas en fonction des sentiments et de l'humeur.

J'ai utilisé un peu plus avant le mot reconnaissance, il a son importance, car pour avoir observé le comportement des gens, il m'est apparu que bien souvent une des premières, pour ne pas dire la première motivation des gens dans la vie est, même si elle est la plupart du temps totalement inconsciente, une demande de reconnaissance. Cela transparaît à tous les niveaux relationnels d'un individu dans la société, quel que soit son âge. Et plus on manque ou on a manqué de reconnaissance et donc d'amour pendant l'enfance plus cette demande est forte. Car cette reconnaissance passe forcément à travers l'amour, en particulier celui des parents. Quand on a compris, il est assez facile de percevoir ce manque. Par exemple quand la conduite d'un individu paraît incompréhensible, il suffit parfois de se poser la question « que cherche-t-il à obtenir à travers son comportement ? ». Sans trop se creuser les méninges, on arrive souvent à des communs comme l'argent, la célébrité, le pouvoir ... mais si l'on va plus loin dans le raisonnement, au travers de ces choses c'est avant tout de la reconnaissance et donc de l'amour qu'il recherche. Parce que la plus belle forme de reconnaissance, c'est l'amour et que c'est un besoin inaliénable pour tout individu.

Et s'il existe une telle demande à la base, c'est parce que bien souvent ce qui manque vraiment, c'est celui qui me paraît un des plus importants, l'amour de soi-même. Attention, je ne parle bien évidemment pas là d'un amour narcissique. Il est vrai que beaucoup de personnes qui n'ont pas reçu suffisamment d'amour à des moments où la demande est normale comme pendant l'enfance, restent ancrées dans cette demande une fois adulte, qui plus est, n'ayant bien souvent pas eu l'exemple d'adultes capables de « donner » de l'amour, ils n'ont même pas idée de la manière dont cela fonctionne. Du coup, l'amour de soi n'est absolument pas inné alors qu'il est pourtant primordial. Le scénario idéal serait que chaque individu acquière cet amour durant son enfance à travers l'amour et la reconnaissance de ses parents.

Malheureusement on en est loin, et du coup pour pallier à cette déficience, c'est à chacun d'essayer d'apprendre à se connaître, à se re-connaître et finalement à s'accepter tel qu'il est, en faisant si possible abstraction de toutes les fausses idées, les soi-disant conventions et valeurs parfois hypocrites de notre société. Cette forme de reconnaissance, cette fois individuelle, est un élément important, qui s'exprime dans le mot lui-même par l'idée de faire connaissance à nouveau (re-connaissance) avec soi-même et peut-être aussi par le mot naissance que l'on y trouve. L'acceptation découle d'une prise de conscience honnête et sincère de soi-même et c'est dans cette démarche que l'on trouve l'amour de soi. Ce n'est d'ailleurs que suite à ce genre de reconnaissance, à petite ou à grande échelle, que l'on peut commencer à se changer si on le désire. Mais cela est un autre sujet. Ce n'est donc qu'en s'aimant d'abord soi-même que l'on peut acquérir une forme de non-dépendance à la reconnaissance et à l'amour des autres, car on devient pour ainsi dire son propre fournisseur et il n'y a plus alors aucune limitation en termes d'approvisionnement. C'est de cette manière que l'on peut passer à la suite, c'est-à-dire aimer l'autre, l'autre pouvant être à cette étape tout le monde ou une personne en particulier. Car l'Amour est avant tout un Don, ce n'est pas quelque chose qui se réclame, mais quelque chose qui se donne.

Je reconnais, pour l'avoir fait, que faire le travail de la connaissance de soi n'est pas chose aisée même si l'on a au départ une certaine conscience de soi. Accepter de se regarder dans le miroir avec toute la franchise nécessaire demande parfois une certaine volonté, voir un certain courage. La connaissance et une conscience plus étendue vont ensuite de paires tout au long du travail que l'on effectue sur soi-même, mais aussi au travers des autres. Car les autres sont indissociables dans l'apprentissage, d'une

part parce que l'image qu'ils nous renvoient est aussi importante que l'image que nous nous faisons de nous-mêmes et d'autre part parce qu'il est impossible de se connaître au travers de notre seul et unique référentiel. La compréhension du fonctionnement de l'être humain que l'on acquière à travers les autres nous permet aussi en retour de mieux comprendre notre propre fonctionnement, qui nous permet à nouveau de mieux comprendre les autres et ainsi de suite jusqu'à un point critique où la reconnaissance, la prise de conscience, et l'acceptation nous amènent à l'amour de soi. Au fur et à mesure de cette progression vers l'acceptation, il faut aussi s'évertuer à bannir toutes formes de jugements envers soi-même et implicitement envers les autres. C'est aussi cela l'amour, l'acceptation des choses et des autres sans jugement, sans critiques. D'ailleurs, inversement, le fait de faire ce travail modifie un autre aspect de l'existence relatif cette fois-ci au jugement des autres. Car si l'on est dans « l'Être », implicitement on est plus dans le « paraître ». Ayant accepté ce que l'on est, le jugement des autres n'a plus aucune importance, il n'est plus besoin de se comporter pour faire « comme si ... » face aux regards des autres.

Cette acceptation de soi est aussi une des facettes de ce que l'on appelle le bonheur. J'ai toujours dit à ceux qui voulaient bien l'entendre que la recette du bonheur était de « savoir se contenter de ce que l'on a », mais dans le sujet présent, on pourrait plus précisément dire « apprendre à se contenter de ce que l'on est ! ». Mais cela ferait aussi un autre sujet, même si tout ceci relève bien de la même « tambouille ».

Il n'est donc pas égoïste de s'occuper de soi, si cela procède d'une démarche allant vers le véritable amour de soi, sachant que cette ultime étape nous amènera aussi à la conscience de l'autre, et que débarrassé du besoin de « se sentir aimé » pour combler un manque, on pourra alors entretenir une relation en toute sérénité avec tout ce que l'on pourra donner, apporter à l'autre, sans aucune arrière-pensée ni frustration, et donc avec toute la joie que cela confère.

Jésus nous a enseigné que l'amour était la voie. Je dirais l'une des voies, ou plutôt la finalité de toutes les voies. Bouddha nous a montré une autre voie, celle de l'esprit, de la libération du mental. Mais finalement ces deux voies ne sont-elles pas deux facettes d'une même chose. Comme je l'écrivais ci-dessus la connaissance de soi amène à l'amour de soi et donc à l'amour des autres. N'est-ce pas là la logique qui démontre que l'un ne va pas sans l'autre. Le dépassement des préjugés et des limitations de notre mental amène systématiquement à un état « d'Être » qui est un état « d'Amour ».

Et cet état d'être participe grandement à tout un tas de petits et de grands sentiments de joie et de bonheur au quotidien. Si chacun était à même de vivre cet état, la vie en serait grandement simplifiée et autrement plus joyeuse, car cet amour suscite le respect des autres et de toutes choses. De plus dans cette situation, chacun se trouve dans un mode de don permanent, toujours en surplus, sans aucune demande ni attente, ce qui fait que tout ce que les autres vous donnent de la même manière est reçu comme un immense cadeau source d'une joie ineffable.

Mais l'Amour qui transparaît pendant l'expérience est plus lié à ce sentiment d'appartenance au « Tout » qui nous envahit comme une félicité comme celle que peut ressentir un enfant dans les bras de sa mère. Cet amour apparaît comme implicite du fait de cette unicité avec la Création mais aussi dans la mesure où l'on reconnaît que « l'autre » fait aussi partie du « Tout » et que face à l'autre, il n'est donc même plus possible d'avoir un quelconque ressentiment, puisque nous ne procédons que d'une seule et même entité, d'une même nature. Dans cet état d'être, l'amour n'est plus une chose que l'on doit se forcer de donner à un tiers, il apparaît comme unique relation possible.

On voit donc que l'amour mène implicitement à la conscience du « Tout » et inversement. Ce ne sont donc que deux facettes d'une seule et même chose, d'un même état.

Le présent



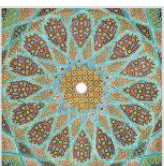
L'instant présent est aussi un aspect important des choses. Je n'ai personnellement pas tellement changé sur ce point suite à l'expérience, car il m'a toujours semblé être quelqu'un ayant cette conception du temps, de l'existence. Je suis relativement bien ancré dans l'instant présent, d'ailleurs il y a des années que je ne porte plus de montre et j'ai toujours eu une très mauvaise perception du « temps qui passe ». Je suis toujours surpris d'entendre les gens dire « *comme cette semaine a passé vite* », « *c'est déjà la fin de l'année, je ne l'ai pas vue passer* », etc. En fait, aussi loin que je m'en souviens, j'ai toujours eu la perception que seul cet instant existe, qu'il n'y a pas de temps qui s'écoule. Seul existe le changement dans cet instant unique et aussi paradoxal, puisque d'une certaine manière il n'existe pas au sens que chaque instant présent se succède sans jamais avoir le « temps » d'exister. Tout ce que nous pouvons faire en termes de pseudo mesure de temps, ne représente que la manière de créer un référentiel par rapport à des événements qui reviennent dans l'instant présent de manière cyclique. De plus, si l'univers et la matière qui le constitue ne sont qu'« illusion » alors il y a de grandes chances pour que le temps le soit aussi.

Par ailleurs, cette sensation du temps qui passe et de la notion de passé qui s'y rattache, peut facilement devenir un piège quand justement, on ne vit pas dans le présent. Je vois bien des personnes qui souffrent de leur attachement au passé que ce dernier ait été bon ou mauvais. Les personnes qui se rattachent à de bons souvenirs pour oublier leurs quotidiens moins heureux, souffrent parce qu'elles ne sont pas capables d'apporter des solutions à leurs difficultés présentes du fait qu'elles fuient ce présent et ses problèmes en se réfugiant dans le passé. Les personnes qui se laissent hanter par des souvenirs douloureux ne peuvent vivre pleinement le présent même s'il est plus heureux, car elles y superposent constamment un passé qui fausse la réalité de l'instant.

Mais les personnes qui se projettent trop dans le futur, n'y trouvent pas plus leur compte. Les personnes qui fuient un présent trop ordinaire, voire médiocre en s'imaginant des perspectives plus heureuses ne sont pas non plus à même d'agir et d'influer correctement sur le présent pour réellement y apporter de l'amélioration. Et les personnes qui ont un emploi du temps surchargé qui leur donne souvent l'illusion d'exister, ne profitent pas de l'instant présent, toujours en train de penser à ce qu'elles vont faire après. Elles finissent bien souvent par se retrouver frustrées et malheureuses de tout ce qu'elles ont pu manquer.

Parce que le vrai bonheur se trouve dans l'instant présent, pas hier ou peut-être demain. Non, là, maintenant. Prenez une grande inspiration et sentez-vous là, vivant, dans l'instant présent, rien que ça si on le ressent pleinement, c'est déjà une sensation de bonheur, et ce quelle que soit votre situation réelle dans la vie. Cela vous apporte une vraie vision de la « réalité » et vous ne pouvez avoir prise sur cette réalité que si vous en êtes totalement conscient, sans fausse vision du passé ou du futur pour interférer.

La prière



Un petit mot sur cette arnaque. Dans bien des religions, on vous apprend à prier, c'est-à-dire à « demander » à Dieu ou aux divinités d'intercéder en votre faveur ou pour quelqu'un d'autre. Si l'on comprend que Dieu est « Tout » et que vous êtes partie de ce « Tout », et bien il n'y a aucune entité quelque part pour « écouter » vos prières. Par contre, vous êtes ce que vous pensez, et vos pensées étant directement reliées au « Tout », alors une pensée juste et répétée peut interférer avec la nature profonde de la « Création », avec cette énergie primordiale qui est le « Tout ». Au lieu d'une demande, une prière se doit donc d'être la visualisation d'un résultat en sachant que cela « est ». Au sommet de ce mécanisme, on trouve le miracle qui n'est autre que le résultat d'une pensée parfaite interférant immédiatement avec la nature des choses, que cette pensée soit issue d'une grande Foi religieuse ou non. Ce n'est pas Dieu qui agit, mais l'individu

lui-même. D'ailleurs Jésus ne disait-il pas « *ta Foi t'a sauvé* », traduction : c'est toi qui as eu la vision parfaite de ta guérison et c'est le pouvoir lié à ta nature divine qui a agi, moi je n'ai rien fait ...

D'ailleurs, on reconnaît aujourd'hui que notre moral agit sur nos défenses immunitaires, ce qui signifie que notre mode de pensée, positif ou négatif, influe directement sur notre santé. Imaginer un peu le résultat, si en permanence, on utilisait consciemment nos pensées d'une manière positive et constructrice. Nous sommes constitués de cette énergie primordiale qui s'est projetée et condensée dans la « Création », alors théoriquement qu'est-ce qui nous empêche, étant aussi partie du « Créateur », du « Tout », d'agir directement sur cette énergie et de la remodeler à travers une vision parfaite, activant le pouvoir issu de notre héritage divin. Bien sûr, aujourd'hui rien ne permet d'affirmer tout ceci, mais si l'esprit avait un tel pouvoir, notre incapacité de faire de telles choses ne pourrait-elle justement provenir du fait que nous pensons que nous en sommes incapables ?

L'Expérience



L'un des points marquants résultant aussi de mon expérience concerne justement « l'Expérience ». Je parle cette fois de quelque chose qui représente le pourquoi de ce que nous sommes et plus généralement de l'univers dans lequel nous « existons ». Je sais, c'est confus, mais ce n'est pas évident à expliquer. En fait cette idée ne m'est pas « apparue » lors de l'illumination, mais s'est imposée comme une évidence quelque temps après, lors de la lecture du livre « *Conversations avec Dieu* » de Neale Donald Walsch.

Pour l'expliquer, je vais repartir du postulat exprimé plus avant : si Dieu / La « Source » / Le « Tout » était à un moment donné, pure pensée / énergie, il n'était que cela. Il ne pouvait « expérimenter » ce qu'il était. Il s'est donc « projeté » dans la « matière » devenant à la fois « Créateur et Création ». Ce n'est que dans cette espèce de simultanéité que Dieu peut expérimenter ce qu'il est, à travers tous les niveaux de sa Création. Mais une des règles de base imposées fut que cet univers soit « relatif », pour que lorsque la conscience émergera dans la Création, le « Tout » puisse en faire l'expérience. Je m'explique : si cet univers était « absolument parfait » on ne pourrait prendre conscience de cette perfection n'ayant rien d'autre pour comparer ! Il fallait donc qu'il y ait du « négatif » pour pouvoir prendre conscience du « positif », relativement parlant, bien évidemment. Car il est manifeste que nous ne sommes pas vraiment à même de juger, à notre niveau de conscience et de perception très limitée (comparé à celle du « Tout »), de ce qui est réellement positif ou négatif, bien ou mal, sauf à travers les conventions sociétales et religieuses de la stricte époque où nous vivons (ce qui est jugé mal aujourd'hui pouvait être bien il y a longtemps et inversement). Il fallait aussi peut-être que toute forme de conscience soit ignorante de sa véritable nature afin que cela puisse fonctionner et que « l'Expérience » puisse s'acquérir et se vivre au travers des hasards de l'évolution. Mais cela n'est pas certain, il est aussi possible qu'à un moment la conscience de ne faire qu'un avec le « Tout » ait été perdue, oubliée. Néanmoins l'évolution semble aujourd'hui appeler à un retour vers cette conscience.

CONCLUSION

Conclusion



Voilà, je n'ai fait qu'effleurer ce que j'ai en tête, il y a bien d'autres sujets à aborder. Il me faudrait encore des pages et des pages pour essayer d'approfondir le contenu de cette expérience, probablement sans trouver la satisfaction d'une tâche bien accomplie. Mais là n'était pas le but et de toute façon pour ceux qui s'intéressent à ce qui touche à la spiritualité, ils auront certainement retrouvé dans mon récit bien des choses qu'ils ont déjà lues ou entendues. Mon but est simplement de témoigner de mon expérience et de la manière dont je l'ai vécue et intégrée.

Je tiens aussi à préciser que cette expérience n'a pas fait de moi quelqu'un de meilleur ou de mieux que les autres, elle a simplement fait de moi quelqu'un de différent avec une nouvelle vision de l'existence et certainement, quelqu'un d'encore plus humble qu'avant. Du moins, c'est comme ça que je le ressens.

De plus, je demande expressément à tous ceux qui liront ce récit et surtout à ceux pour qui la lecture de ces lignes aura généré un « écho intérieur », de ne surtout pas y « croire ». Tout ceci est « ma vérité », elle est le fruit de mon expérience. Si ce récit vous a interpellé, je vous engage simplement à rechercher votre propre vérité, allez la chercher à l'intérieur de vous-même par la réflexion, la méditation ou tout autre moyen à votre convenance. Je vous promets que les réponses viendront, car dès que l'on rentre dans ce genre de démarche, il se crée une dynamique qui m'a surpris plus d'une fois. D'ailleurs pour faire référence une dernière fois à la Bible, il est dit « *Demandez, et l'on vous donnera, cherchez, et vous trouverez, frappez, et l'on vous ouvrira* ».

Et si d'aventure, vous trouvez des réponses, des portes ouvertes, voire plus et que cela correspond étonnamment à ce que je viens de vous relater, alors bienvenue au club ...

Pour terminer, je citerais le passage d'un autre livre, « La vie des Maîtres » de Baird T. Spalding, que j'ai lu quelque temps après mon expérience sur les conseils de mon médecin, afin de m'aider à y voir un peu plus clair suite au bouleversement lié à l'illumination. Dans ce passage l'un des Maîtres explique sa vision de l'avenir :

« [...] *L'homme nouveau voit Dieu comme un esprit cosmique imprégnant tout. Guidé par des pensées subtiles, il révisé sans hésitation les bases fondamentales de sa vie passée. Il revient à sa source pour ne faire qu'un avec elle, sachant qu'elle représente le côté toujours silencieux de sa pensée divine consciemment amalgamé en pensée avec l'esprit infini.* [...] »