

Lumineuse

Les champs de
fréquence
auxquels nous
nous relions

Cultiver une vie de Lumière

Cet ebook a été publié sur [Amazon](#).

© Lulumineuse, 2021.

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de cet ebook.

Retranscription du format vidéo en format écrit par Sylvie Retailleau.

C'est un thème important que nous devons aborder. Depuis la nuit des temps ils existent des races qui n'habitent pas sur terre en même temps que nous et qui, pour diverses raisons, viennent nous visiter ou entrer en contact avec nous. Elles nous délivrent des informations, nous donne un coup de pouce, nous apporte leur aide. Quand nous parlons des guides ou des extra-terrestres, il est essentiel de ne pas mettre tout le monde sur un pied d'égalité. Ne percevez cependant aucun jugement de valeur dans ces écrits. Tous les extra-terrestres n'ont pas atteint un niveau très élevé d'évolution. Ainsi, quand nous nous « branchons », nous nous connectons à certaines fréquences. Il est important de comprendre qu'il existe une hiérarchie et différentes vibrations. Le mot guide a été galvaudé et il est facile de perdre son propre pouvoir d'orientation. Dans *Ami, l'enfant des étoiles*ⁱ, il est écrit : « je ne peux pas te dire mon prénom, car nous ne parlons pas la même langue, mais appelle-moi Ami, car c'est ce que je suis pour toi. Je suis ton ami ».

Qu'est-ce que cela signifie ? Il est une espèce si civilisée, si développée, qu'il prête main

forte aux races moins évoluées sur leur chemin, parce que tout simplement ils vivent sous la loi de l'amour et de la fraternité. Dans un de ses livres, Dolores Canon évoque également cela. Une personne sous hypnose entre en contact avec des êtres désireux d'aider l'humain. Quand elle demande comment les appeler, ils répondirent de la même façon : « appelez-nous amis parce que c'est ce que nous sommes ». Ainsi, n'hésitez pas à les considérer comme des amis, des frères ou de la famille. Il règne un esprit de fraternité dans cette aide au quotidien.

Les divers membres de l'équipe lumineuse qui nous accompagnent n'appartiennent pas aux mêmes champs de fréquence. L'invitation est ainsi de prêter attention aux champs de fréquence auxquels nous nous relierons.

Si nous prenons pour exemple les différents corps énergétiques, nous avons le corps physique, le corps éthérique, la petite enveloppe reliée au deuxième chakra, le corps émotionnel qui est le Saint-graal de l'être humain non éveillé. En effet, ce dernier passe la majorité de sa vie soit dans son corps émotionnel, soit dans son corps mental et ne

va pas dans les régions les plus subtiles de son être. Ainsi, il ne connecte pas avec une conscience plus élargie et plus vaste de son appartenance au Tout. Nous ne pouvons pas trouver la guidance dans notre corps émotionnel si nous ne le relient pas à notre corps divin. Le plexus est le centre de notre siège émotionnel. Nous avons ensuite le corps causal, le corps bouddhique et le corps divin. Chaque chakra est relié à un plan. Même si nous avons sept corps il n'y a pas que sept plans. En réalité, il existe douze niveaux. Mais, c'est un autre sujet que je n'évoquerai pas dans ces quelques lignes pour ne pas compliquer ce partage.

Ce que nous voulons, c'est nous relier aux bonnes fréquences afin de pouvoir fusionner intérieurement et avoir une vie lumineuse.

Prenons quelques exemples du quotidien pour illustrer ces propos.

Si une personne n'est pas consciente de son appartenance au Tout, elle se focalise sur son corps physique. Il est facile actuellement de trouver des exemples, notamment chez de nombreuses jeunes personnes pour qui l'apparence physique est devenue un culte. Elles se regardent à travers le miroir mais ne

se regardent pas de l'intérieur. Elles se focalisent uniquement sur leurs corps physiques et en viennent parfois à des déviances car elles ne voient que les détails de ce corps physique et ne perçoivent pas l'harmonie. Elles sont obnubilées par des détails physiques sur elles-même ou sur les autres personnes. Elles restent ainsi dans l'apparence des choses, la superficialité.

Les corps mental et émotionnel sont alors alimentés par la personnalité, le bas-astral, car nous ne connectons pas notre conscience avec les corps supérieurs, c'est à dire ceux qui sont reliés aux chakras supérieurs. Or, c'est avec ceux-là que nous pouvons canaliser, insuffler et recevoir l'inspiration des plans de lumière. À partir du moment où nous ne sommes pas éveillés, nous ne pouvons pas vraiment croire à ces présences divines et les manifester. Nous ne sommes pas allés dans ces étages-là. Imaginons par exemple une maison où nous n'aurions jamais vu l'énorme pièce qui se trouve sous les combles, un grenier déjà parfaitement aménagé. Nous serions restés au sous-sol, dans la cave ou encore au premier étage sans jamais s'être aventuré plus haut.

Nous alimentons les mêmes plans, comme le corps mental ou émotionnel et nous vivons notre vie à travers ces corps. Quand nous commençons à dire aux gens qu'il serait bien qu'ils surveillent leurs pensées et leurs émotions certains vont répondre qu'il s'agit d'un travail impossible à réaliser. C'est pourtant ce travail qui va modifier leur conscience. Cette entreprise intérieure est essentielle. C'est le but de ce partage.

Nous allons aborder des techniques imparables pour comprendre ce processus et pour se relier aux plans de lumière.

Nous sommes des humains qui avons déjà avancé et atteint un certain degré d'évolution. Nous avons déjà compris certaines choses. Quand nous sommes au stade mental nous nous évertuons à restituer des connaissances, apprendre et tout faire à travers le mental. C'est le reflet de la vie humaine ici. Tout est réalisé, manifesté par la personnalité, qui elle-même est nourrie par le mental.

Nous sommes actuellement arrivés à un tournant où l'humanité doit transiter pour passer du mental à l'Esprit, c'est à dire que le mental doit se soumettre enfin à l'Esprit.

Nous n'y sommes pas encore. Nous sommes toujours dans les tribulations du mental, les tribulations égotiques. C'est pour cela que dans nos sociétés actuelles il y a beaucoup de déballages égotiques dans tous les domaines, y compris dans la sphère spirituelle. Je ne suis pas ici pour en faire l'inventaire mais chacun pourra de plus en plus le constater par lui-même.

Je souhaite vous communiquer des outils très simples pour savoir comment se connecter à ces plans de lumière. Pour commencer, j'aimerais vous demander sur quoi sommes-nous déjà avancés ?

Par exemple dans notre maison, là où nous vivons, nous savons qu'il faut parfois ouvrir les fenêtres, passer le balai, faire le ménage. Il y a même des émissions de télévision qui montrent des personnes qui n'ont pas fait le ménage depuis une éternité et chez qui l'on envoie une équipe de nettoyage. Ce que je veux souligner par cet exemple, c'est que nous faisons le ménage dans notre maison, nous ouvrons les fenêtres quand il y a une odeur. Vous pouvez conscientiser que la maison que vous habitez est simplement la

manifestation de votre maison intérieure. L'humain ne fait que reproduire. Nous trouvons normal de nettoyer notre maison, d'ôter les poussières, de faire attention à ce qui encombre. Quant à l'inverse, il s'agit d'un nettoyage intérieur, il n'y a plus grand monde. Tous les jours, vous vous lavez les mains, vous faites votre toilette, vous prenez une douche. Tous les jours, vous avez conscience que des choses peuvent s'accumuler sur votre peau et qu'il est souhaitable de vous en séparer pour vous faire propre tout simplement. Extérieurement cela ne pose aucun problème de faire l'effort quotidien de ranger, nettoyer sa maison, se nettoyer soi-même et avoir un minimum d'hygiène. Seulement, l'humain s'arrête au plan physique, sur les chakras inférieurs, à la forme et à l'aspect des choses. À aucun moment il se dit qu'il doit appliquer cette hygiène de vie intérieurement. C'est là que l'humain va commencer à réaliser qu'il doit le faire également en lui-même. Quand vous faites quelque chose dans le physique, posez-vous la question de savoir si vous le faites aussi intérieurement. Quand vous prenez une douche, demandez-vous si vous êtes aussi en

train de le faire sur le plan subtil. La majorité des personnes qui reviennent du travail et prennent une douche ne le font que pour la peau. Pour une minorité, prendre une douche procure un bien-être intérieur, consciemment ou non. Certaines personnes prennent plusieurs douches par jour car elles ont l'impression que cela les apaise et les lave intérieurement. Ainsi, quand vous vous lavez, demandez-vous : « est-ce que je me lave intérieurement ? N'aurais-je pas besoin de me laver intérieurement ? Comment faire ? » L'eau coule sur votre peau et, mélangée avec du savon, permet à certaines particules d'être évacuées. Vous avez besoin d'un élément extérieur qui fait partie du Tout, pour vous nettoyer, transformer votre peau et la rendre originelle. Tant d'astuces se cachent dans le quotidien. La couleur de l'eau est toujours représentée par du bleu, alors qu'elle est transparente. Vous pouvez très bien prendre votre douche avec cette vibration du bleu et cette transparence. Je prends une douche de transparence et mon prisme devient pur. Je conscientise que l'eau qui coule sur mon corps existe aussi dans le monde subtil. Elle va venir purifier mes plans

mental et émotionnel. Je peux regarder cette eau qui vient laver mon plexus et mon chakra de la gorge. Je lave toutes ces pensées, tout ce dont je n'ai pas besoin intérieurement. Je les laisse s'écouler. Elles vont rejoindre la terre. Je peux aussi prendre une douche de lumière. C'est un exemple assez courant et très important. Il faut simplement comprendre que ce qui existe dans la matière existe également dans le monde subtil. Il est nécessaire de toujours chercher à savoir si nous appliquons ce que nous faisons aussi intérieurement. Voici un autre exemple. Je suis en train d'étendre le linge. J'aime faire cela ici, dans l'arrière-pays, en pleine nature. Je prends des habits mouillés, froissés, compressés. Que symbolisent ces vêtements ? Des couches dont nous recouvrons notre corps pour nous protéger ou nous donner une apparence. Nous les utilisons par confort et par commodité, par sociabilité aussi. Ils peuvent révéler quelque chose. Je suis donc en train de prendre des parties de moi, de nous, de ma famille. Je conscientise en réalité ce que je suis en train de faire. Ces vêtements viennent d'être lavés, ils sont propres et encore en boule. Je viens

les aplanir et les poser sur un fil. Dans la tranquillité de la nature, le vent va venir les sécher. Je viens peaufiner leur transformation. Ces vêtements ont récolté des pensées, des émotions. Ils ont été chargés de toute cette énergie-là. Prenez-vous conscience de cela quand vous mettez un vêtement au sale ? Pour ma part, il y a des vêtements que je ne vais pas porter certains jours, car je sais que cela ne va pas coller avec mon humeur de l'instant, que je ne suis pas dans le même état d'esprit. Je suis certaine que beaucoup d'entre vous le font déjà consciemment ou inconsciemment. Ainsi, je conscientise que j'ai lavé, purifié le linge. Intérieurement, je suis aussi en train de prendre les choses et de les étendre. Je les mets à plat finalement. Que va-t-il se passer ? La pesanteur causée par l'eau va devenir de l'air. Je suis en train de réaliser une transmutation. Je vous invite à mettre au jour tout ce que vous faites comme cela et de le relier aux plans subtils. De cette manière, vous vous rattachez à des sphères de plus en plus hautes, vous étendez votre conscience, vous vous reliez à des champs de fréquences supérieures, en vous. Voici un autre exemple.

Vous portez des lunettes de soleil. Vous les ôtez et machinalement, vous allez les nettoyer afin de voir plus clair. Conscientisez ce que vous faites à ce moment-là. Ce n'est pas pour rien que les lunettes ont été troublées et que vous êtes en train de les nettoyer maintenant. C'est un geste du quotidien n'est-ce pas ? Nettoyez-vous aussi vos lunettes symboliquement ? Que cela veut-il dire ? Physiquement si je nettoie mes lunettes, c'est pour mieux voir. Il y a des particules qui m'empêchent de voir. Je veux de la clarté dans ma vision et donc je les nettoie. Intérieurement, c'est la même chose. Si je veux de la clarté dans mes visions, si je veux voir de manière plus nette et plus précise, je dois ôter ce qui se trouve devant mes yeux. J'enlève ces voiles. Je regarde d'une nouvelle manière, j'essaie de regarder les choses différemment. Ainsi, gardez toujours à l'esprit que ce que vous faites machinalement sur le plan physique a aussi une réalité supérieure sur le plan subtil. De cette façon vous rejoignez toujours cette pratique intérieure quotidienne que vous avez avec votre premier, deuxième et troisième chakra, c'est à dire votre pratique

quotidienne avec vos sentiments, vos émotions, votre physique. Vous les rejoignez avec votre chakra du cosmos, celui qui vous relie au Tout. À chaque fois, intériorisez-vous avec ce que vous faites et posez-vous la question : ce que je fais là, suis-je en train de le faire aussi dans les régions supérieures de mon être ?

Voici maintenant un exemple d'un autre genre. Imaginez, une amie vous parle de ses soucis et vous tentez de l'apaiser. Votre premier réflexe sera de lui proposer de se calmer d'abord puisqu'elle n'est pas en mesure de parler distinctement. Même si elle le veut, vous lui demandez à nouveau de se poser, de s'asseoir un peu, de reprendre sa respiration. Vous lui préparez une bonne tasse de chocolat chaud et après vous lui proposez de discuter. Voilà une scène du quotidien. Maintenant, en subtil, quand intérieurement vous êtes en panique, faites-vous la même chose pour vous-même ? Par exemple : « Lulu, laisse tomber, pose-toi cinq minutes, prépare-toi une petite tasse d'un chocolat bien chaud et après seulement, tu dérouleras les choses ». Cela signifie que les réflexes que nous avons dans la vie physique

auprès d'autres personnes doivent être également appliqués à l'intérieur de nous-même. Cela éviterait une quantité de messages de personnes qui n'ont pas pris la peine d'écouter les conseils de leur âme leur demandant de s'apaiser et qui me témoignent être catastrophés par ce qui leur arrive. Ce que vous savez faire pour un ami, apprenez à le faire aussi intérieurement. Votre âme vous conseille, elle vous guide.

Pour ma part, j'adore trier les choses pour y voir plus clair. Je déménage régulièrement et j'aime que ce soit organisé. Pourquoi ? Parce qu'intérieurement, j'ai l'impression que je fais de l'espace. Quand nous faisons du tri, nous nous détachons. Nous retrouvons certaines choses, nous faisons de la place et surtout nous y voyons plus clair. Quand vous êtes en train de faire le tri chez vous, que vous rangez votre armoire c'est souvent parce que justement vous avez besoin d'y voir plus clair. Encore une fois, posez-vous la question : « est-ce qu'intérieurement, je fais un tri » ? Pour 90% des personnes la réponse est non. Elles ne font aucun tri. N'importe quelle pensée entre dans leur tête, n'importe

quelle émotion est vécue à l'intérieur. Plein de choses arrivent en même temps et aucun tri n'est réalisé. Et après, l'on vient parler du « zéro déchets », n'est-ce pas étonnant ? Les principaux déchets que nous déposons sur cette planète sont nos pensées et nos émotions, celles que nous ne trions pas. Nous ne faisons aucun effort intérieurement et après nous voulons écouter les messages de nos guides. Comment votre équipe peut-elle vous parler si vous n'êtes pas disponibles ? À aucun moment il ne sera possible de s'écouter intérieurement si nous ne faisons pas l'effort de faire du tri intérieurement. Tout simplement parce que nous n'avons pas branché le câble. Nous n'avons pas relié consciemment la vie physique extérieure avec la vie subtile intérieure.

Au fil de mes déménagements, je vois les choses que je conserve. Ce sont principalement celles qui contiennent une valeur spirituelle. Ce que j'entends par valeur spirituelle, c'est par exemple ne pas garder un livre qui me remémore quelque chose de triste. Je ne vais pas garder un objet s'il n'est pas rattaché à un sentiment emprunt d'une

profonde et belle énergie. Je reçois régulièrement des cadeaux. J'en conserve certains car je ressens tellement d'amour dedans que cela nourrit mon intérieur et me procure une très belle énergie. Cela me fait réellement plaisir et est plus important que la grosse pile de papiers qu'il faut garder « au cas où ». Il est essentiel de toujours trier par rapport à l'intérieur de soi. Si je vais chez une personne qui n'a fait aucun travail intérieur et que je lui demande de trier les choses, elle ne va pas le faire en fonction de son intérieur, de ce qu'elle ressent, dans cette conscience-là des liens subtiles qui la rattache à l'énergie des choses. Elle va s'exécuter avec pour références sa construction mentale et ses apprentissages extérieurs. Concernant les personnes défuntes, nous ne sommes pas obligés de tout conserver non plus, mais simplement ce qui nous la ou les rappelle de manière positive. Une bague donnée par votre grand-mère par exemple peut être une passerelle entre les plans. Vous pouvez vous sentir infiniment en Amour quand vous pensez à elle. Il n'y a pas de lourdeur car vous savez qu'elle est vraiment très bien là où elle se trouve. Elle

est dans une grande lumière. L'objet devient alors la manifestation du lien tissé avec elle. La bague n'est pas importante en soi, c'est le lien subtil qu'elle permet qui l'est. La matière en elle-même n'est pas importante, c'est le sens avec lequel on la relie qui l'est. Ainsi, il existe de nombreuses symboliques. Par exemple nous mettons une alliance pour un mariage, pour former un couple marié. Sur le plan de la matière nous sacralisons ainsi le lien subtil entre deux être par un objet afin de symboliser leur union. L'objet est simplement la manifestation du lien subtil.

Dans le film *Le seigneur des anneaux*ⁱⁱ, cela est très bien relaté. Un anneau représente les forces du mal. Un homme au cœur vaillant va être choisi pour aller détruire l'anneau, en compagnie de son ami. Le porteur de l'anneau, Frodon, le porte comme un énorme fardeau car il représente les tentations du mal. Cet anneau sacralise les forces du mal. Si vous visionnez ce film sans le sens subtil, il s'agit d'une simple quête et d'un anneau. Mais que représente cet anneau ? Il évoque le détournement de sa propre intériorité. Frodon, dans sa quête, va même se retourner contre son meilleur ami. Il va lui faire du

mal, lui dire des choses blessantes, car il se trouve possédé par ses propres démons intérieurs. Voilà ce qui arrive quand nous focalisons notre vie sur son simple aspect extérieur, du point de vu de la personnalité et non depuis les régions subtiles de notre être véritable, depuis l'intérieur. Dans sa quête, Frodon est perpétuellement tenté par les forces du mal. Il est comme aspiré, mais Sam, qui représente l'ami, la fraternité, va toujours réussir à le tirer vers la lumière. Il va toujours croire. Il va lui rappeler la comté, parsemé de belles maisons, les jolies collines, les fleurs du printemps. Inlassablement, il va ramener la lumière à l'intérieur de son ami. Sam donne une dimension spirituelle à la quête de Frodon. À la fin, il va même porter son ami jusqu'à la montagne du Destin, où Frodon va pouvoir détruire l'anneau dans les flammes du volcan.

Il existe de nombreuses allégories de ce type. Mais si nous les regardons simplement avec nos chakras inférieurs nous ne percevons pas les enseignements profonds de la vie subtile et des hauts plans de lumière. Ainsi, je vous invite à prendre conscience de toutes ces applications quotidiennes.

Quand je bois de l'eau, je réhydrate mon corps. Cette eau me fait vivre. C'est une énergie liquide, vibrante, qui est descendue dans les fréquences pour devenir cette fréquence liquide. En réalité, je suis en train de m'abreuver à la source. Mon corps physique a soif et je suis obligé de boire à la source cette bonne eau qui va me donner tout ce dont j'ai besoin. L'âme a soif. Cela signifie par exemple que quand vous êtes chez vous le soir, à vous abreuvez mentalement d'informations médiatiques, c'est la nourriture que vous vous donnez intérieurement. Si vous vous dites : mon âme aspire à la lumière, à l'expansion, je vais lire des choses qui m'inspirent, qui m'élèvent, je vais regarder des paysages, je vais boire à la source. Je vais me poser et faire la paix intérieurement. Je vais me déposer dans cet espace qui n'appartient qu'à moi et qui est aussi l'ensemble de l'univers. Je vais me rendre dans ma source intérieure et là tout va s'apaiser. Au lieu de cela, beaucoup de personnes vont préférer manger des chips bien grasses et salées, regarder des articles qui vont nourrir leur colère, des alertes qui mettent hors de soi et les éloignent de leur

source. C'est comme si elles oublieraient complètement de boire de l'eau. Quand vous boirez de l'eau, vous vous demanderez : est-ce qu'intérieurement moi aussi je bois à la source ? La question du vin m'est souvent posée. Certains pensent que boire du vin ne serait pas spirituel. Jésus, dans la Cène, boit du vin. À cette époque, il n'était pas mal vu de boire du vin, au contraire c'était très commun. À partir du monde physique, Jésus a tenté d'expliquer le monde subtil. « Le repos éternel est dans la demeure de mon père ». Quand il disait « mon père », cela représentait l'Amour, Dieu, la source. À cette époque, le masculin prédominait et il y avait un énorme manque évolutif au niveau de la considération de la femme. Quand il dit « Ceci est mon sang », Jésus sait très bien que le liquide va couler dans son sang et qu'il va modifier son comportement. Je veux que vous compreniez quelque chose de fondamental. Un être spirituel n'est pas quelqu'un qui boit ou non de l'alcool, mais simplement un être qui a conscience que boire a une incidence sur ses corps physiques. Il connaît les conséquences de son geste. Il peut même trouver un sens

initiatique à travers cela. Dans le livre de No Eyes, *Le marcheur de rêves*, est nommé marcheur de rêve, la personne initiée, la personne qui a établi une certaine maîtrise d'elle-même. L'initiée de No Eyes, celle qu'elle a pris sous son aile, la néophyte Marie Summer Rain, croit qu'elle va rencontrer quelqu'un d'incroyable quand elle est conduite auprès d'un marcheur de rêve. Or, quand elle arrive à la cabane et qu'elle voit le maître Ryan allumer une cigarette et boire un coca, elle suppose qu'il ne s'agit pas de lui. Ce dernier lui explique ceci : quand les gens vont à la rencontre d'un maître, ils pensent toujours qu'ils vont voir une espèce de grand barbu dans sa grotte, entouré de lumière. Il ajoute qu'il ne fume pas tout le temps, mais qu'il le fait consciemment. Profondément, dans son être, il a pris conscience que cela va avoir des conséquences sur sa santé, son corps et sa vibration, mais il en assume l'impact physiologique. Il a même la capacité de transmuter cela, à condition de ne pas s'empoisonner tous les jours. Il y a donc une différence entre conscientiser ce que nous faisons et se considérer comme spirituel et

par conséquent s'interdire de le faire. Il s'agit simplement de considérer là où se place la conscience. Par exemple, si je vais en altitude, je vais avoir conscience que je vais avoir moins d'oxygène. Je vais assumer les conséquences de ce manque d'oxygène. Voilà en quoi consiste la conscience. L'inconscience est de penser que cela ne va rien nous faire. Je ne souhaite pas faire de débat ici, mais simplement démontrer à l'initié que vous êtes qu'il doit toujours chercher à prendre conscience des effets intérieurs de ses choix. Voilà comment il reste dans les régions supérieures de son être. Je ferme cette parenthèse sur comment, au quotidien, je peux conscientiser le plan subtil pour m'y relier en permanence.

À force de conscientiser ce travail intérieur, peu à peu des êtres sont attirés par votre hygiène intérieure, par cette nouvelle place, cette nouvelle disponibilité, cette nouvelle lumière qui émane de vous. Ces entités des mondes de lumière se sentent de plus en plus proches de vous. Avant, c'était trop pollué, il n'était pas possible de circuler. Elles ne pouvaient pas se rapprocher de vous.

Aujourd'hui, nous avons fait ce travail de débroussaillage dans un jardin rempli de fougères, d'arbustes, de chiendent, où précédemment nous ne pouvions rien planter. Nous avons créé des allées. Là, c'est rangé, propre, et les petits lutins et les fées se disent que c'est un magnifique potager rempli d'amour, d'harmonie. Ils vont aller y faire rouler les perles de rosée parce qu'ils trouvent cela formidable. Quand un agriculteur aime ses terres, ses fruits vont devenir de plus en plus gros, de plus en plus goûteux et de plus en plus beaux, parce qu'il y a mis l'énergie source en abondance : l'Amour. Imaginez que ce jardin est en vous. Vous allez attirer des entités du monde des lumières, de vraies lumières qui vont venir vers vous au quotidien. Vous aurez toujours l'impression d'être merveilleusement bien accompagnés, parce que tout ce travail les a attirés. Nous n'attirons pas les mouches avec du vinaigre. En conséquence, la vie devient plus simple, nous avons l'impression que tout coule de source, plus calmement, que c'est plus facile. Oui, c'est plus facile parce que ce travail-là est génial. C'est comme mettre une pièce dans votre tirelire intérieure, chaque

jour, toute votre vie. Vous pouvez être sûr que vous établirez une fortune intérieure sublime au moment où vous devrez quitter ce plan. Vous aurez amassé des richesses spirituelles incroyables tout au long de votre vie, au lieu d'accumuler des possessions extérieures. Vous avez accumulé de la lumière, vous avez fait du tri. Vous avez fait attention à ce qui transitait en vous. Donc, au moment de partir, vous serez serein, puisqu'une ribambelle d'entités des plans de lumière sera là avec vous. Vous êtes en famille, vous êtes bien. Voilà ce qu'il est important de comprendre. C'est pourquoi il est primordial de prêter attention aux plans auxquels nous nous relient.

Mais comment faire ? Beaucoup de gens ne savent pas encore comment procéder. Cela touche à la morale. La société, aujourd'hui, essaie de faire passer la morale pour quelque chose de ringard, de dépassé. Or, ça ne l'est pas. Être bienveillant, être souriant, être compatissant, être dans l'aide, dans la fraternité, être vraiment dans le don et l'Amour n'a rien de désuet. Faire les choses selon la morale, s'élever dans les plus hauts

sentiments n'a rien de ringard. C'est ce qui vous permet de prendre l'échelle pour aller dans les plans de lumière, recevoir cette lumière et être nourri par ses rayons. Quand vous buvez, ne vous dites plus, je bois parce que j'ai soif. Quand vous mangez, vous prenez soin de choisir vos légumes, cette tomate cœur de bœuf magnifique. Vous avez cette passion de choisir les meilleurs ingrédients pour votre salade. Et intérieurement ? Choisissez-vous aussi la bonne nourriture ? Regardez-vous, lisez-vous, écoutez-vous ce qui vous met en joie, ce qui vous nourrit, vous fait du bien ? Il est important de comprendre que nous nous relions à des sphères subtiles en permanence. Plus vous allez faire le tri et faire de la place, plus vous allez constater autour de vous les êtres qui ne le font pas. Comment pouvons-nous aider ces êtres-là ? Les reproches sont inutiles car ils incitent à plus d'encombrement intérieur encore. Au contraire, pointez les jolies choses : « tu as vraiment une belle peau, ta voix est magnifique, tu sais écouter les gens, etc. » Il y a toujours quelque chose de splendide en chacun.

Comment fonctionne la lumière en nous ? Par exemple, une personne a un tout petit feu à l'intérieur. Si vous lui dites cela, ce sera encore pire. À l'inverse, si vous mettez de l'eau à son moulin, si vous rajoutez des bûches dans son feu, cela va faire grandir sa lumière. « J'adore ce que tu viens de dire », « Ce que tu as fait est vraiment génial ». Voyez ses qualités et pointez-les. C'est ce qui est important. Nous devons le faire pour nous et pour les autres également. Récemment, j'ouvre un réseau social et je vois une photo d'une personne faire un doigt d'honneur, sous couvert d'une spiritualité où il est bon de ne pas être parfait et où il faut accepter ses parts d'ombre. Je ne comprends pas comment cela peut fonctionner. C'est un peu comme si nous voulions la paix dans le monde en distribuant des armes à tout le monde. Comment espérer la bienveillance en injuriant à tout-va ? Si l'on veut faire pousser des roses dans son champ, on a plutôt intérêt à semer des graines de rosier. Si l'on veut des tomates, sèmons des graines de tomates. Si l'on veut de la lumière, mettons de la lumière. Quand je vais sur ces réseaux sociaux, je veux voir de la lumière, des belles

choses, de vrais conseils. Je veux être en mesure de me dire que cette idée est géniale, je vais pouvoir l'appliquer dans ma vie et que ça va vraiment m'aider. Je ne veux pas voir de messages qui me confortent dans ma médiocrité. Bien sûr que non je ne suis pas parfaite et alors ? Qui a dit que c'était une course à la perfection ? C'est l'Amour, la lumière qui est perfection. Et, nous voulons simplement nous abreuver de cette perfection. Nous voulons nous en nourrir. Nous voulons nous relier à ces plans-là pour grandir en conscience. Voilà ce que nous sommes venus faire ici. Ces plans de fréquence sont habités par des tas d'entités. Ouvrez les yeux. Nous pouvons voir environ trente mille étoiles avec nos yeux la nuit quand un ciel est dégagé et non pollué par les lumières. Nous pouvons voir loin avec nos yeux, nous pouvons sentir un malaise, la joie, nous pouvons regarder quelque chose et ressentir de l'émotion. Nous sommes capables de toucher, de voir beaucoup plus loin que nos corps physiques. Toutes les strates sont peuplées d'êtres. Donc, si vous allez tout en bas, dans les tréfonds, dans les abîmes, vous y trouverez des entités qui sont

dans la même énergie. Regardez comment nous attirons ces personnes-là. Je vois des publications qui relatent que la vie est dure, qu'il est arrivé ceci ou cela, que l'on doit se battre etc. Je comprends que la vie soit parsemée d'expériences, mais c'est ton propre regard sur la vie qui fait que tu luttas autant et qui nourris cette impression. Comme le miel attire les abeilles, il y a toutes les personnes qui vont répondre sur la même fréquence. Vous verrez que le tri se fait tout seul dans l'univers. Ce sont simplement les champs de fréquence qui se manifestent. Si vous pouvez le constater sur des articles ou des critiques de films, cela se vérifie également à l'échelle de l'univers, tout simplement. Sur tous les plans de la création existent des entités, plus le plan est élevé, plus les entités sont lumineuses. Plus vous faites de la place à l'intérieur et plus elles vont tourner autour de vous. Plus vous vous rendez lumineux, vous vous élevez intérieurement, plus vous faites ce travail de maîtrise intérieure, d'acceptation, plus vous lâchez le contrôle, plus vous cultivez de belles énergies. Plus nous nous consacrons à ce travail et plus nous attirons des entités

élevées. Nous allons dégager le plan mental pour aller toucher des vérités qui sont toujours plus profonde. À chaque fois que vous rencontrez une entité lumineuse, vous voyez qu'il y a des entités encore plus lumineuses. Ça ne s'arrête jamais. Pourquoi appelle-t-on cela le ciel et non le plafond ? Parce qu'il n'y a pas de fin. C'est infini. Le ciel est à l'intérieur de nous aussi. C'est pourquoi tous les extra-terrestres, les guides, les maîtres ne sont pas au même niveau. Nous vibrons tous à notre propre fréquence. À notre échelle, nous allons éclairer celui qui est un petit peu plus jeune que nous en conscience. Sur mon chemin, je peux laisser un sillon qui va éclairer certaines personnes et moi-même, je suis éclairée par d'autres personnes. Parfois, le soir, je décide de m'endormir dans la lumière. Je me fais un écrin de lumière intérieurement. Cette lumière est mon père et ma mère. C'est la lumière de la vie. Je vais dans cette lumière-là. C'est la protection ultime. C'est merveilleux de faire cela. Je n'ai pas besoin d'aller brûler de la sauge ou danser nue sous la pleine lune, sauf si j'y trouve un but spirituel. Mes efforts sont toujours

récompensés intérieurement. Si j'ai envie de m'endormir dans la lumière, je m'endors dans la lumière. Certains parlent de rituels. Ils peuvent cependant parfois être rattachés à des aspects très lourds de l'ésotérisme. Le plus important est de se réinventer chaque jour. Plus vous ferez de la place et plus vous aurez des inspirations énormes pour justement pratiquer de nouveaux rituels, instaurer de nouvelles manières de faire, de vous endormir, de penser, de regarder. Tout évolue tout le temps en permanence, à partir du moment où vous faites ce lien permanent avec le monde intérieur qui se déroule autour de vous. Toujours.

Avant de retrouver la clarté, avant de retrouver la lumière après avoir traversé des états de pénombre, de difficulté, pensez toujours : ai-je fait le ménage ? Ai-je fait le tri ? Ai-je été mon ou ma meilleure amie ? Ai-je fait cela ? Ai-je lavé mes lunettes ? Ai-je étendu le linge ? Ai-je procédé à tout ce travail d'hygiène intérieure ? Quand ce travail est quotidien, je touche chaque jour les strates les plus hautes et les plus lumineuses. Plus ça va et plus je vais haut. Le but n'est pas de montrer que j'accède à ces

plans, mais d'être intérieurement de plus en plus léger et en paix. Quoi de plus lumineux que la source du bonheur elle-même ? La source du bonheur est la paix intérieure, c'est la stabilité intérieure, c'est quand l'harmonie et la paix s'établissent à l'intérieur de vous. Naturellement, nous devenons accros. Nous estimons que cela ne vaut pas la peine de se faire du mal en pensées, en actions et en émotions. Évidemment. Parfois cependant, nous avons besoin d'avoir une petite session où nous allons cultiver de mauvaises pensées, parce que nous sommes encore en train d'apprendre. Nous avons quelquefois la nécessité de traverser un état de déprime, de détresse, pour en retirer une force. Il est inutile de se culpabiliser quand nous vivons des états contraires, des états de non-amour, car ils nous enseignent cette puissance intérieure justement. L'initié va ainsi se désolidariser de ces états qui le font tomber, qui le plombent car un jour il les aura assez explorés. Tout ce qu'il aura envie de faire, c'est de s'aventurer au-delà, vers sa lumière, de plus en plus. Car il sait qu'en allant de plus en plus profondément dans la noirceur, c'est la mort qui l'attend. Si, au contraire,

nous allons toujours plus haut vers la lumière, il n'y a pas de fin. Il n'y a que l'éternité. C'est cela la vie éternelle.

La matière est la conséquence des plans subtils. La vraie victoire a lieu une fois que vous vous dominez vous-mêmes à l'intérieur. Voilà pourquoi un grand sage a dit : celui qui gagne est celui qui s'est vaincu lui-même.

ⁱ Livre au format pdf gratuit sur Internet et disponible
relié chez Be Light Editions

ⁱⁱ Film réalisé par Peter Jackson et tiré du roman de J.
R. R. Tolkien