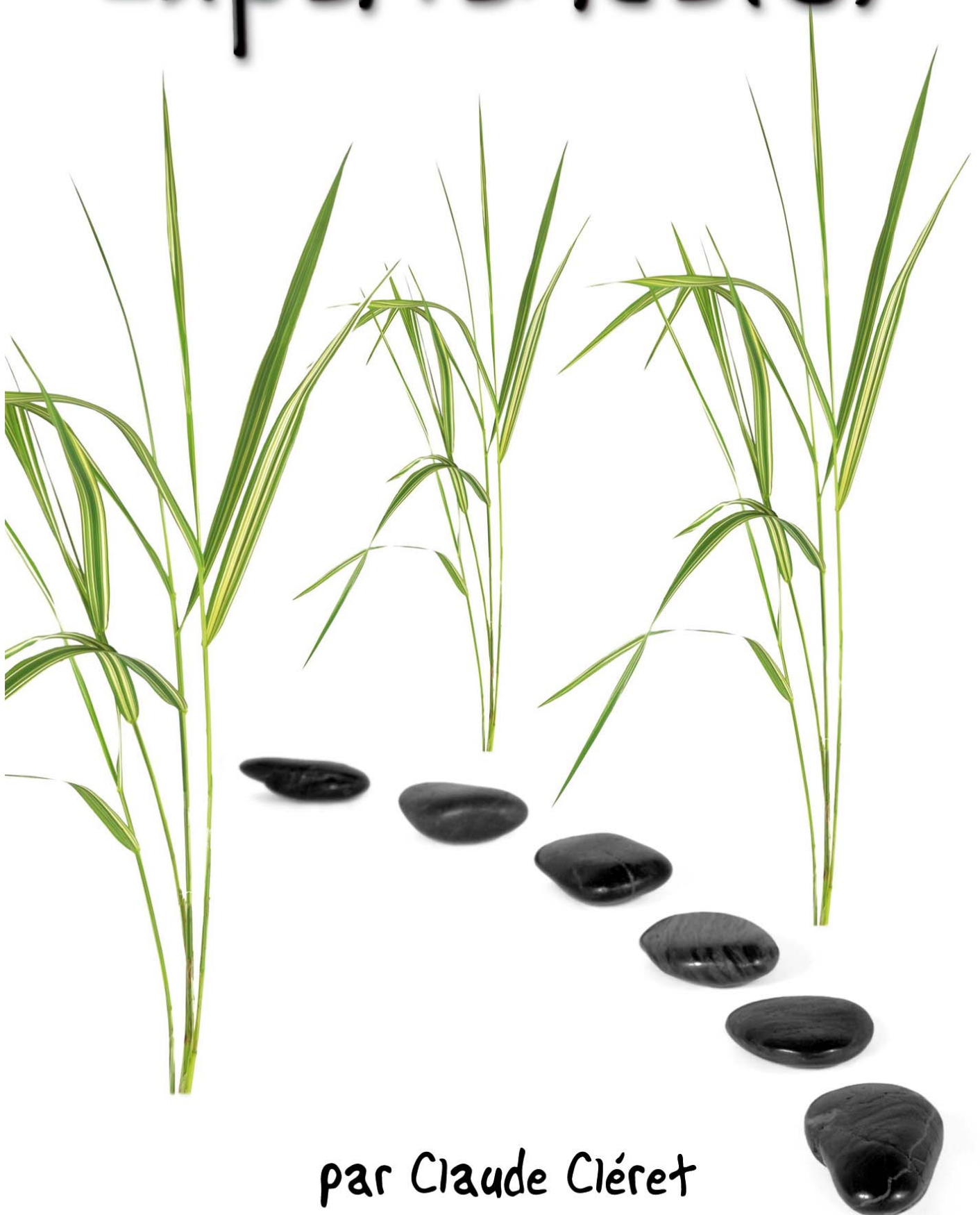


Expérience(s)



par Claude Cléret

TABLE DES MATIERES

Préambule.....	3
A toi qui lis ce livre... ..	3
Règle n°1 : ne jamais parler de ses réalisations spirituelles.....	3
Croire, c'est voir... ..	4
Introduction : pourquoi rechercher des expériences	
spirituelles ?	7
La Question	7
Tourisme Spirituel ou Paresse Mentale ?.....	8
Le Rose pour un aveugle ?	9
Expériences.....	11
Méditations	11
Rêves Lucides et Sorties Hors du Corps.....	16
Vies antérieures	20
Manifestation/Loi d'attraction	23
Rencontres multidimensionnelles et autres phénomènes	
étranges	25
Et alors ?	27
Champion du monde... ..	27
Votre chemin spirituel	29
L'histoire de Nathalie : un témoignage parmi d'autres.....	31
D'autres témoignages	32
Et après ? Invitation au voyage... ..	35

AVERTISSEMENT

Ce document contient le récit d'expériences avec des réalités de nature spirituelle ou paranormale.

Je vous en déconseille la lecture si vous considérez que de telles expériences ne sont pas souhaitables, ou ne sont pas compatibles avec votre système de pensée.

PRÉAMBULE

A toi qui lis ce livre...

Chère lectrice, Cher lecteur,

Avant toute chose, sache que la seule raison d'être de ce livre, c'est toi.

Si tu y réfléchis quelques instants, tu verras qu'il a fallu très longtemps, et de nombreux détours, pour que ces pages te parviennent. Tellement de hasards...

Mais dans notre univers quantique, rempli du miracle de la vie, le hasard est-il véritablement une hypothèse raisonnable ?

Donc si ce livre existe, c'est d'une certaine façon pour que toi qui lis ces mots à l'instant même, tu le tiennes un jour – ce jour - entre tes mains. Peut-être te donnera-t-il matière à penser. Peut-être t'ouvrira-t-il des portes. Peut-être même te mettra-t-il sur le chemin que tu es amené à suivre et qui te donnera un sens...

Toujours est-il que c'est pour toi que je révèle ce que contiennent ces pages, et c'est pour toi encore que je bafoue la toute première règle...

Règle n°1 : ne jamais parler de ses réalisations spirituelles

Dans la tradition de l'enseignement spirituel, il existe une règle essentielle : ne jamais parler de ses réalisations. Pourtant, c'est ce tabou que nous allons briser.

Cet interdit nous vient des Temples et il avait deux raisons d'être : éviter les combats d'ego entre les adeptes et éviter de conditionner leurs expériences.

Ces deux conditions ne tiennent plus aujourd'hui, tellement nos sociétés matérialistes ont perdu le sens d'une véritable recherche spirituelle. C'est le

partage d'expériences et l'échange qui nous permettront de retrouver le chemin que nous avons perdu.

Lors de mon parcours personnel, je suis tombé sur de nombreux enseignants spirituels. Initialement très impressionné par leur savoir, je me suis rendu compte qu'il ne s'agissait, la plupart du temps, que d'érudition théorique et non de véritable Connaissance. Comme dans l'histoire de l'homme qui a vu l'homme qui a vu l'ours, ils me disaient ce que d'autres avaient dit que d'autres avaient vu.

Pourtant, sans expérience personnelle authentique, il n'est pas de véritable chemin spirituel. Ainsi, les grands maîtres, Jésus, Bouddha, Mahomet... ont tous prêché en faveur de l'expérience directe. « Venez et Voyez », « Chacun d'entre vous peut faire ce que je fais », « Pratiquez par vous-même mes enseignements, et jugez par vous-même », etc.

Si vous me permettez cette analogie, vous pouvez passer des années à lire des livres sur le vélo... Cela ne vaudra jamais 5 secondes... de cheveux dans le vent !

Cela ne veut pas dire qu'il faut mépriser les connaissances théoriques. Au contraire, elles sont essentielles pour savoir où chercher. Elles sont les épaules de géant sur lesquelles nous pouvons nous percher pour nous rapprocher des étoiles.

Mais il est fondamental de témoigner de la réalité de ces phénomènes que notre cerveau rationnel trouverait plus simple d'ignorer.

Croire, c'est voir...

Oh, je ne me fais pas d'illusions... Si vous êtes sceptique, je ne vous convaincras pas et je n'aurai, d'ailleurs, pas cette ambition. C'est vrai, après tout ! Je peux être un rêveur, un affabulateur, un illuminé...

Depuis Descartes nous savons que le doute absolu est possible et que la seule chose dont nous pouvons prouver l'existence, c'est la conscience : « *Cogito*

ergo sum », je pense donc je suis. Nous demandons à voir avant de croire. Nous exigeons des faits, des preuves, des expériences contrôlées...

Pourtant, la mécanique quantique est venue inverser ce paradigme. L'observateur influe sur l'expérience. Et comme nous sommes nombreux à l'avoir constaté : **si on ne croit pas, si on n'admet pas au moins la possibilité de l'hypothèse, on ne voit pas.**

Ce n'est que quand nous sommes prêts à voir que la réalité se dévoile : Croire, c'est Voir – et non l'inverse.

Kuhn le montre bien dans *La Structure des Révolutions Scientifiques*. Alors même que la Terre était démontrée ronde, on la voyait toujours plate. Et ce n'est qu'après 500 ans que le Pape, drapé dans son infaillibilité, a réhabilité Galilée.

En mécanique quantique, les savants ont beau maîtriser leurs équations et refaire sans cesse les mêmes expériences, la nature illusoire de notre univers défie leur entendement, contredit leur intuition. Et pourtant, expérience après expérience, ils constatent que l'impensable est vrai...

Notre science est encore jeune. Outils et théories nous font défaut pour démontrer la véracité des expériences spirituelles ou pour en réfuter l'existence.

Cependant, des milliers de gens vivent des « choses », des dizaines de chercheurs ont accumulé des faits troublants. Personnellement, ces expériences ont transformé ma vie d'une façon indescriptible, tant du point de vue spirituel que du point de vue matériel. Si les expériences peuvent être sujettes à interprétation et à caution, leur résultat, lui, se constate clairement dans notre monde « réel » et ne peut prêter à débat.

*Donc ami sceptique, referme ce livre, sincèrement tu perdras ton temps...
Quant à toi, ami chercheur, je t'accueille à bras ouverts ! Viens, nous avons beaucoup de chemin à parcourir...*

Claude Cléret

INTRODUCTION : POURQUOI RECHERCHER DES EXPÉRIENCES SPIRITUELLES ?

La Question

Il y a encore quelques années, la spiritualité m'était un sujet totalement étranger. Ingénieur comme mon père et son père avant lui, mon enfance a plus été bercée par le bruit des broyeurs que par la musique des sphères. ☺

Cependant, il y a eu un moment où je n'ai plus eu le choix. Pour différentes raisons, je ne pouvais me satisfaire d'une vie purement « matérielle », métro-boulot-dodo, aussi prestigieuse soit-elle. Mon monde avait atteint sa limite. Et quand j'étendais la main, le décor me semblait de carton-pâte.

J'avais faim d'une chose inconnue et je savais que je n'aurais pas de paix avant de l'avoir trouvée. Toutes mes interrogations se résumaient en une question unique, très simple : Que se passe-t-il quand on meurt ?

C'est une question sans réponse, c'est entendu.

Mais quand on creuse le sujet, on se rend compte qu'il n'y a que deux possibilités après la mort physique :

- Tout est fini
- Quelque chose, une « conscience », continue.

Si vous écoutez au plus profond de vous, vous réaliserez que de cette alternative simple dépend votre perspective de l'Univers. En d'autres termes, les actions concrètes que nous entreprenons dans le monde matériel dépendent directement de la réponse que nous apportons à cette question.

Si la mort physique devait être la fin de tout, quel serait l'intérêt de la vie ? Dans cet univers là, il suffirait de rechercher son plaisir, d'éviter la peine, d'accumuler des biens matériels pour jouir, jouir encore, jusqu'au moment

final¹. Si vous êtes né riche tant mieux, pauvre tant pis. Univers aberrant, gratuit dans sa violence et son iniquité... Un petit tour et puis s'en va, la fleur aux dents ou le sang dans la bouche...

En revanche, en cas de continuation de la conscience, les choses deviennent intéressantes... Quelle que soit la suite de l'aventure, quelque chose continue qui donne un sens à tout cela. L'apparente injustice de notre passage terrestre peut alors céder la place à un véritable cheminement de la conscience dépassant notre compréhension. L'objectif devient alors d'expérimenter et d'apprendre, avant la poursuite du voyage.

Le philosophe Pascal s'est posé une question similaire et s'en est tiré avec une pirouette : « Même s'il n'y a pas de Dieu, autant croire : cela me coûte peu pendant peu de temps et me promet une récompense éternelle... ». Mais je ne pouvais pas me satisfaire d'une réponse de ce genre...

Tourisme Spirituel ou Paresse Mentale ?

« *La chair est triste, hélas, et j'ai lu tous les livres...* » a dit Mallarmé.

J'avais beaucoup lu aussi et tout cela n'était que des mots sur du papier. Des théories séduisantes, certes... mais je ne pouvais m'en contenter. **Tous les livres sacrés ne valent pas une seconde de véritable expérience.**

C'est pour cela que j'ai décidé de constater empiriquement ma nature spirituelle... et de mettre à profit ce savoir pour transformer ma vie et celle de mes proches.

Les expériences que je vais partager avec vous viennent de cette recherche.

¹ Remarquez d'ailleurs combien nos sociétés semblent se comporter suivant cette ligne de pensée. Cela traduit une perte de repères véritablement spirituels, où les dogmes et les rituels ont remplacé les pratiques authentiques.

Le Rose pour un aveugle ?

Je suis conscient de la difficulté de l'exercice. Certaines expériences sont très subtiles, les mots n'ont pas le même sens pour tout le monde, les émotions et sensations sont dures à décrire... Les risques de mauvaise interprétation sont grands. En plus, il est fréquent que chacun superpose son propre champ lexical d'interprétation, son propre vocabulaire.

Je dis Energie, on me répondra Ame, Aura, Esprit... Je parle de l'Univers, on m'objectera Dieu, Bouddha, Yahvé, Vishnou... Je dis Guide, on avancera Ange, Entité, Inconscient, Esprit des anciens...

Le spécifique n'est pas pertinent ici. Savoir que le chakra du cœur est rose ou vert, s'il tourne à droite ou à gauche, est sans doute intéressant si vous participez à un quiz télévisé mais sinon ? Ce qui compte, c'est comment le localiser, comment l'ouvrir, et qu'en faire après.

Il me semble primordial de s'intéresser à la vérité profonde de l'expérience, celle que chacun peut ressentir indépendamment de ses croyances.

Aujourd'hui, personne ne comprend vraiment comment fonctionne l'électricité au niveau quantique². Cela ne nous empêche pas d'en profiter ! Si on vous montre un interrupteur, vous pouvez passer des heures à vous demander si l'électricité est onde ou particule... ou alors vous pouvez appuyer sur le bouton et profiter d'une douce lumière.

L'interprétation, la théorie, ne change rien à l'expérience... même si elle est indispensable pour lui donner un sens et pour pouvoir aller plus loin.

Comment un aveugle ressent-il la couleur rose ? On n'en sait rien... Mais vous savez que la couleur rose existe, quelle que soit la langue avec laquelle on l'exprime, qu'on puisse la voir ou pas. C'est cette essence du rose qui m'intéresse... Ce parfum...

Ceci étant dit, commençons...³

² Véridique !

³ Bien entendu, ce qui suit ne représente que des exemples et n'est pas exhaustif...

EXPÉRIENCES

Méditations

La plupart des gens se trompent sur la méditation. Cette dernière n'a rien à voir avec les mantras, les mandalas, les gènesflexions, les Aums, les kôans... Ils ne sont que les arbres qui cachent la forêt.

La vérité, c'est que la méditation est une **technologie**.

Cela vous surprendra peut-être, mais la méditation est, au même titre que votre iPod, votre voiture ou votre télévision, une technologie, c'est-à-dire une méthode inventée par l'homme pour résoudre un problème typiquement humain.

Beaucoup de gens ont du mal à comprendre ce fait très simple, pourtant comment nier l'évidence ? L'homme a toujours cherché à se déplacer : il a inventé la roue, la carriole, la voiture, l'avion... De même, l'homme a toujours tenté d'accéder à la part divine de lui-même.

C'est pourquoi il existe de multiples formes de méditation. On ne médite donc pas « comme ça », mais on médite toujours pour quelque chose, même si on ne peut pas forcément le définir clairement.

A différents problèmes correspondent différentes techniques de méditation. De même que vous n'essayez pas de visser avec un marteau, vous devez appliquer la technique méditative adaptée à votre objectif.

Personnellement, je médite dans un but bien précis : m'épanouir spirituellement. Vivre des expériences spirituelles et leur donner un sens. Confirmer par la pratique ce que m'enseignent la théorie et mon intuition, de manière à faire évoluer ma compréhension du monde matériel et spirituel et la

relation que j'établis avec eux. Me rapprocher ainsi de Dieu, de l'Univers, le servir. Pouvoir utiliser ce savoir afin d'aider les autres et le transmettre⁴.

Pour atteindre cet objectif, l'expérience m'a montré que deux choses sont nécessaires : faire le « silence » dans son cerveau organique⁵ et en même temps nourrir son « corps énergétique », son esprit⁶.

Pour atteindre cet objectif, j'utilise une méthode de méditation spéciale qui s'appelle : « la méditation des 3 chakras »⁷.

J'ai croisé trop de gens qui disent méditer depuis des années – voire des dizaines d'années – et qui n'ont réussi qu'à faire le vide... Alors quand je leur parle de mes expériences, ils ouvrent de grands yeux et ils me disent « Mon dieu, pourquoi ne m'a-t-on jamais dit ça ? Pourquoi est-ce que ça ne m'est jamais arrivé... à moi ? ». Il faut bien l'avouer, dans nos sociétés occidentales, la plupart des gens qui méditent n'ont reçu que la moitié du mode d'emploi.

C'est certainement parce que les instructeurs, dans leur grande sagesse, n'ont révélé qu'une partie du tout...

C'est un peu comme si les aspirants voulaient apprendre à marcher et qu'on leur dise : « Pour marcher, il faut rester en équilibre. Entraînez-vous à rester le pied droit en l'air ». Alors ils lèvent le pied droit, se mettent péniblement en équilibre et disent : « Ça y est, je marche, regardez ! ». La réalité, c'est qu'ils sont immobiles. L'équilibre est important, certes, mais sans le mouvement, la marche est impossible.

⁴ Nous sommes tous des enseignants spirituels en puissance. Le problème commence quand on différencie le maître et l'élève. Ce n'est pas une dualité, mais un continuum. Chacun de nous a quelque chose à transmettre. Chacun de nous a une vision forcément limitée et partielle de notre nature profonde. Chacun est responsable, avec ses mots, avec ses actions, de l'amélioration et du partage de cette vision.

⁵ Objectif principal de la Méditation3G.

⁶ Là encore, il existe de multiples mots pour désigner cette autre part de nous-mêmes. Je vous épargnerai le cours de sémantique en me contentant de cette approximation.

⁷ Enseignée dans mon programme Spiritualité3G.

Celle-ci est un équilibre dynamique. Certains mouvements font tomber et d'autres avancer. Il faut éviter les uns, rechercher les autres. La méditation est semblable : certaines « pensées » sont à éviter, d'autres à rechercher. Comme disait Bouddha, c'est comme la corde d'une cithare, elle ne doit être ni trop lâche, ni trop tendue.

Le problème c'est que la plupart des gens ne savent pas à quoi s'attendre. Dès qu'ils sentent un déséquilibre, une pensée « parasite », ils s'empressent de les supprimer. En confondant pensée du cerveau organique et signal reçu de la nature spirituelle de leur être, ils se privent de ce qu'ils recherchent désespérément.

Quand je vois tous ces hérons dressés sur leurs certitudes, immobiles sur un pied et que je leur dis : « On peut marcher », ils me répondent généralement : « non, non, surtout pas de mouvement, on risque de tomber, marcher c'est ne pas tomber... ». Alors ils restent sur place - moi je marche - et se demandent ce que peut bien être cette étrange pratique. ☺

Mais le pire, c'est qu'ils font parfois des efforts terribles, juste pour rester sur place... Ce n'est pas de leur faute, je ne les juge pas. Je comprends qu'il puisse être dur de s'entendre dire qu'on a passé dix ans assis sur un coussin quand on croyait méditer...

Je dis juste que, de même que marcher n'est pas simplement rester le pied en l'air, méditer ce n'est pas simplement avoir l'esprit vide. L'équilibre, la clarté mentale, ne sont pas des objectifs mais des moyens.

La véritable méditation, c'est le silence du cerveau organique mais aussi l'activité de nos corps énergétiques... C'est notre connexion avec les dimensions supérieures, avec l'essence de Dieu ou de l'Univers...

Ainsi « penser sans pensées » signifie que le cerveau organique s'est tu (sans pensées) mais qu'une autre partie de nous-même se révèle (penser). Dans le silence de l'esprit, nous accédons à un « sixième sens » qui est la clé de nos expériences, pour peu qu'on sache l'activer.

Quelle est ma légitimité, me demanderez-vous ? Qui suis-je pour m'exprimer ainsi allant contre l'enseignement *de premier niveau*⁸ de nombreuses écoles ? Ma légitimité, je la tire de mon expérience et, disons-le, de mes enseignants spirituels *de toute nature*.

Encore une fois, il ne s'agit pas d'être arrogant ou de vouloir afficher une supériorité illusoire sur qui que ce soit, en donnant l'impression d'avoir entendu la vérité directement de la bouche du Grand Mufti...

La seule chose que je dis, c'est qu'il est important d'adapter sa pratique à son objectif. La méditation dont je parle est une technologie qui nous aide à réaliser notre nature spirituelle. D'autres méditations servent simplement à faire le vide et il faut éviter de les confondre.

Laissez-moi prendre un exemple : si vous voulez faire une balade romantique, une carriole à cheval est parfaite. Si vous voulez aller vite d'un point à un autre, vous utilisez une voiture. Différents objectifs, différents moyens... Le problème commence quand vous souhaitez aller vite... et que vous persistez à penser que la carriole est ce qui se fait de mieux sur le marché. ☺

Tout ce long préambule pour expliquer que les expériences qui vont suivre viennent principalement de l'application de techniques très simples⁹, alors même que j'avais autant de capacités spirituelles innées qu'un fer à repasser... Et les résultats des pratiquants de la Méditation3G ou de Spiritualité3G me montrent que d'autres peuvent arriver aux mêmes résultats. Comme pour

⁸ Lorsque j'ai commencé à lire des textes « sacrés », je croyais les avoir compris. Mais j'ai saisi, plus tard, que je n'avais eu accès qu'à la partie émergée de l'iceberg, une simplification presque enfantine. Quand on creuse vraiment le sujet, on réalise que certains concepts sont volontairement simplifiés ; que l'adepte est invité à s'en détacher pour aller plus loin, comme s'il montait les marches d'un escalier où chacune est soutenue par la précédente. Mais si nous nous attachons à la compréhension de premier niveau, la première marche, nous restons bloqués. Là encore « quand le sage montre la lune, le fou regarde le doigt »... ce fameux doigt que je me suis si souvent mis dans l'œil. ☺

⁹ En particulier la Méditation3G (www.meditation3G.com) et la méditation des 3 chakras, disponible sur www.spiritualite3G.com

toutes les capacités humaines, il suffit de définir ses objectifs, d'appliquer la bonne méthode et d'y consacrer le temps nécessaire.

Pourtant, quand j'ai commencé à méditer, j'ai été déçu... Concrètement, à part - excusez-moi du mot - me faire ch... sur mon coussin en ayant mal au dos, il ne se passait pas grand-chose.

C'est sur la recommandation d'un de mes enseignants spirituels que j'ai commencé à utiliser la méditation des 3 chakras, sans trop y croire...

Un soir pourtant, j'ai senti comme une présence. Comme si quelque chose était autour de moi. Je la ressentais tout particulièrement dans mon dos et à l'arrière de mon crâne. Comme un effleurement, l'espoir d'un frisson... Peu à peu, j'ai commencé à la sentir au travail, en lisant, en écoutant la radio...

Et j'ai compris que ce que je sentais était en fait une forme d'énergie tout autour de moi. Je n'en étais juste pas conscient la plupart du temps, mais elle était là. Elle faisait partie de moi... ou je faisais partie d'elle... Ce phénomène a été particulièrement sensible un soir où je venais d'essayer une toute nouvelle technique de relaxation et d'activation des corps énergétiques¹⁰.

J'avais visualisé la lumière en train de monter et de descendre dans chaque muscle de mon corps. Alors que je cherchais le sommeil, l'exercice fini, ce fut soudain comme si un courant d'eau puissant coulait dans mes cuisses. Un flot d'énergie, très doux, très agréable mais très puissant, glissait le long des muscles. Après quelques temps encore, je me mis à ressentir des picotements dans les avant-bras pendant mes méditations.

Cela s'est estompé en quelques semaines et j'ai alors commencé à ressentir des pulsations et des crispations très fortes, presque désagréables au niveau de mon chakra frontal. Cela arrivait pendant la journée, le soir, pendant ma méditation ou en dehors. Aujourd'hui encore, je ressens souvent cette pulsation lorsque je travaille sur des sujets spirituels de fond.

¹⁰ Exercice intitulé « relaxation profonde » sur Spiritualite3G.com

Voici pour les expériences du corps. En parallèle, mon cerveau voyageait, accédait à des informations jusqu'alors inconnues. Plusieurs fois une sensation de bonheur et d'amour intense me brûla. C'était beau et douloureux à la fois. L'impression d'être consumé de l'intérieur par une marée montante d'énergie... Du bonheur, encore, encore... C'est trop mais encore... Les larmes qui perlent au coin des yeux, la respiration qui s'apaise... Et au fond du cœur, le souvenir de cet amour enveloppant comme des flammes...

En contraste, le Vide est un endroit étrange. Comment vous dire... Il n'y a rien... Vous n'êtes même pas là pour l'observer. Vous êtes, c'est tout, dans un endroit qui n'existe pas. Et le fait d'être, en soi, n'a pas de sens. Vous êtes ce point, à la fois l'expérience, l'observateur et l'endroit où cela se passe. Tout cela à la fois, et qui pourtant n'est rien.

Je vous avais prévenu, c'est très bizarre et impossible à décrire. 😊

Lorsque je suis parvenu à mieux maîtriser mes expériences, j'ai vu des tunnels de lumières, des formes passer à côté de moi. J'ai « compris » des choses...

Ce qui m'amène à un autre type d'expérience qui m'est cher : les rêves lucides et les sorties hors du corps.

Rêves Lucides et Sorties Hors du Corps

Dans le domaine restreint où la science rencontre l'occulte, un débat fait rage. Comment différencier rêves lucides et sorties hors du corps ? La polémique est houleuse, les débats passionnés, les expériences saugrenues.

En ce qui me concerne, je suis capable de classer mes différentes expériences entre rêves lucides et sorties hors du corps. Mais dans ces domaines, tout est mouvant, et je n'y accorde pas plus d'importance que ça. Ce qui compte, c'est la beauté magique de ces expériences et le savoir qu'on peut en retirer.

J'avais pratiqué péniblement différentes techniques de rêves lucides pendant une semaine sans résultats. Naïf que j'étais, je m'impatientais de la lenteur de l'Univers à répondre à mes désirs.

Un soir, soudain, je file dans l'eau, mon corps lisse glisse en silence. Je saute, dans une myriade de diamants liquides, vers le soleil qui sourit. Liberté, élégance, bonheur... Je suis un dauphin. Je me réveille le cœur battant de joie, l'adrénaline dans mes veines. Jamais, je crois, je ne me suis senti aussi vivant.

Peu à peu, j'ai compris que la nature même de ces expériences rendait leur approche délicate. En effet, le cerveau organique « n'imprime » pas toujours la substance du rêve. Les mémoires s'effacent rapidement, le sens se perd.

Je m'en suis rendu compte lors d'une expérience involontaire, pour laquelle je n'ai pas d'autre explication que « rêve prémonitoire ».

J'avais trouvé la technique pour avoir chaque nuit entre 1 et 3 rêves « signifiants » (parfois plus, jusqu'à 6 en une nuit). Ces rêves étaient forts, je me réveillais la tête pleine d'images, les notant dans mon carnet avant qu'elles ne s'évanouissent. Rien que cet exercice m'a énormément appris.

Un jour où je consultais mon carnet de rêves, histoire de faire le point, je vis quelque chose qui me fit manquer un battement de cœur. Sous mes yeux se trouvait décrite une scène qui avait eu véritablement lieu dans le monde « réel » 3 mois auparavant... Soit quelques semaines *après* avoir eu ce rêve.

J'avais totalement oublié ce que j'avais pris pour des divagations oniriques : je croisais l'un de mes anciens patrons dans un petit bureau et il me racontait des choses étranges, parlant notamment d'un « calcul sur une base historique ».

Or, sans que j'en fasse le moins du monde le rapprochement, cette même scène s'était effectivement produite. J'avais croisé cet homme par hasard, nous nous étions enfermés dans un petit bureau, et il m'avait proposé de revenir travailler pour lui moyennant un salaire avec une augmentation *calculée sur une base historique...*

L'entrée dans mon carnet était datée et j'avais noté la date de la rencontre avec cette personne dans mon agenda. Le doute n'était pas permis : j'avais bien eu un rêve prémonitoire.

Ce qui est intéressant, c'est que cette discussion particulière, qui a dû durer dix minutes en tout, a été un point d'inflexion essentiel dans ma vie.

Il me proposait un travail intéressant, avec des conditions très avantageuses. Il me faisait vraiment une fleur, et j'ai hésité longtemps.

Pourtant, j'ai refusé. Et par ce refus j'acceptais, en fait, d'embrasser mon chemin spirituel et de voir où il me mènerait.

Pourquoi ai-je fait ce rêve ? Je n'en sais rien. Était-ce un signe, un écho, un avertissement ? Ai-je pu entrapercevoir les conséquences de mes décisions et en garder le souvenir inconscient ? Ai-je eu la chance de participer, par hasard, à un processus qui arrive toutes les nuits, nous aidant à affronter nos défis critiques à venir ?

Je ne sais pas et je n'aventurerai pas de théorie. Je n'ai que deux certitudes : à cette occasion, j'étais « connecté » à quelque chose ; j'ai fait le bon choix, *sans doute*, grâce à ce rêve.

Ce rêve prémonitoire est intéressant parce que je ne me suis jamais senti particulièrement doué en matière occulte. Je connais des gens qui font des rêves lucides comme on va chercher le pain. Mais moi d'habitude quand je dors, je dors et je ne me souviens de rien.

Sauf que j'avais trouvé la technique grâce à laquelle quelqu'un d'aussi peu doué que moi pouvait avoir accès, de façon privilégiée, aux enseignements du monde spirituel... par les rêves.

Ceci contredit très clairement notre consensus social habituel sur les pouvoirs de l'esprit, comme quoi ce serait un « don » que seuls certains pourraient posséder. Mon exemple illustre que c'est une capacité du cerveau humain comme lire, écrire, compter. Indépendamment des capacités innées, cela peut s'apprendre au même titre que la musique. Tout le monde peut apprendre à jouer du piano même si nous ne sommes pas tous Mozart.

Certains naissent avec des dons étonnants, vraiment, j'en ai rencontré... Mais plutôt que de les considérer comme des « anomalies » de l'expérience

humaine, je vous invite à les regarder comme des gens ayant développé un talent qui est à la portée de chacun.

A titre d'exemple, je citerai une expérience de « connexion spirituelle » étonnante. Avec une partenaire, nous devons nous poser mutuellement dix questions « ouvertes » (i.e. pas de réponse de type oui/non).

Sur 12 questions, j'en ai eu 10 « justes », dont 8 « parfaites ». Le plus étonnant c'est que ma performance était moyenne, sans plus, dans un groupe de 20 participants. Encore une fois, ces questions étaient ouvertes, le champ des possibles immense ; une explication par le hasard ou les coïncidences ne peut être satisfaisante.

Ma partenaire et moi ne nous connaissions pas 2 minutes avant de commencer l'exercice. Nous n'avions rien en commun. Juste la pratique de la méditation des 3 chakras et l'application d'une technique de connexion spirituelle que nous venions juste d'apprendre.

En matière spirituelle, comme dans toute discipline, le talent inné peut jouer un rôle. Mais quel que soit votre point de départ, l'application de certaines techniques simples réalise véritablement des « miracles » qui peuvent transformer profondément votre vie.

Mais ceci nous éloigne du sujet et je vous propose de revenir aux sorties hors du corps.

Un soir, j'ai réalisé que je passais ma main à travers le mur. Elle brillait d'étincelles bleutées. J'ai été tellement surpris que je me suis senti aspiré dans mon corps physique et je me suis réveillé.

La même chose m'est arrivée lorsque je dormais dans une chambre inconnue, après un long voyage de nuit en voiture. J'eus l'impression que mes doigts s'étendaient à travers le matelas, pour venir toucher de longues bandes plates. Lorsque je me réveillai, je vérifiai : effectivement, le matelas était bien supporté par des bandes de tissu.

Une autre fois, je pris conscience que j'étais chez moi, à l'étage, devant mon ordinateur. Je n'arrivais pas à l'allumer. Je me suis alors rendu compte que j'étais sorti hors de mon corps. Je me sentis alors rappelé et passai à travers le

plancher pour réintégrer mon corps, qui dormait tranquillement dans la chambre du dessous.

L'expérience la plus marquante a été le jour où j'ai croisé mon père décédé. Il était jeune, en blouson de cuir fauve. Il me parlait gaiement. Alors je lui dis : « Tu sais, papa, tu es mort... ». Il commença par nier, puis se mit à vieillir subitement. Et d'un seul coup, je sentis la sensation habituelle du retour de mon corps « astral » dans mon corps physique.

J'admets tout à fait que cette expérience puisse être un rêve, un produit de mon imagination, le retour dans mon corps physique en plus (qui lui-même peut être imaginaire). Je laisse chacun libre de son interprétation.

Mais cela me fait penser à « Lifeline », l'expérience mise en place par le Monroe Institute où les participants vont aider les esprits des morts coincés dans un système de croyance - ou n'arrivant pas à croire qu'ils sont morts - à avancer dans la prochaine étape de leur développement spirituel.

Ce qui compte, une fois encore, est le changement induit sur ma vie. Que cette expérience soit réelle ou fictive, j'étais préoccupé par le fait que mon père, très matérialiste, puisse rester « coincé » au moment du Passage. Ma pratique spirituelle m'a permis, soit réellement, soit au niveau subconscient et symbolique, de me libérer de cette inquiétude.

Et puisque je parle de « Passage » et de ce qui nous arrive après la mort, j'aimerais évoquer le sujet des vies antérieures.

Vies antérieures

Mes premières expériences de régression dans les vies antérieures ont eu lieu totalement « par hasard ».

J'étais au Monroe Institute en Virginie, où je m'étais inscrit pour le stage « Gateway ». L'un des participants pratiquait la régression et nous a proposé d'essayer. Et il se trouve que j'avais autour du cou, « par hasard » toujours, une pierre associée aux vies antérieures (un cristal de fluorine noire).

Imaginez donc une quinzaine de personnes assises en tailleur sur un épais tapis blanc, dans une pièce entourée de lambris de bois chauds. J'ai « vu » plusieurs scènes, plusieurs vies... Je décris les 2 principales ici.

La première chose qui m'est apparue est un jeune garçon, 8-10 ans, chargé d'un lourd sac de farine, travaillant dur au moulin. Mais cet enfant ne bougeait pas. Il était mort, noyé dans la rivière, écrasé visiblement par un sac trop lourd. Ce fut une vision très courte mais très forte – un flash rempli de toute la souffrance de cet enfant.

Tout de suite, une autre vision s'est imposée. Je suis un soldat romain, ambitieux et violent, au moment de la guerre des Gaules (il me semble). Je dirige une petite escouade de dix hommes que je gère avec discipline. Cette guerre est l'occasion de me distinguer.

Ma violence, mon avidité, sont autant d'atouts pour démontrer ma valeur à mes chefs. La gloire par les armes, c'est ma seule chance d'échapper à un destin médiocre, une bête brute juste bonne aux travaux de force ou aux galères.

Pendant l'une de nos reconnaissances, nous capturons des druides. Notamment une jeune femme. Techniquement, je ne crois pas que les femmes gauloises étaient druides, mais ce détail n'a pas vraiment d'importance¹¹ – ce qui compte et j'y reviendrai, c'est l'impact de cette expérience sur moi.

Toujours est-il que cette femme me plaît. Je la garde à mes côtés, tandis que je monte les échelons. Au début essentiellement pour m'en amuser. Mais peu à peu, ma nature sauvage est impressionnée par cette femme éminemment spirituelle.

Un matin, alors que je me prépare au combat, elle vient me voir et me dit : « Ne pars pas, tu trouveras la mort ». Troublé, mais néanmoins décidé à ne pas me montrer lâche face à l'ennemi, je la fais taire et pars. Sur le champ de bataille, un couteau - une lance ? - me transperce de part en part.

¹¹ De nombreuses pistes pourraient l'expliquer, comme, par exemple, le fait qu'il s'agisse d'un autre contexte mais que mon cerveau organique a interprété d'une façon que je puisse comprendre, i.e. en le remettant dans la perspective familière de l'histoire de France.

J'ai longtemps tourné et retourné cette histoire dans ma tête. Peu importe qu'il s'agisse d'une vie antérieure ou d'une projection de mon subconscient, cette histoire est « sortie » lors de l'exercice de régression. Pourquoi celle-là ? Il ne faut pas être grand clerc pour voir une illustration du conflit entre mes deux aspirations : réussite sociale (le guerrier) et chemin spirituel (la femme druide).

A cette occasion, j'ai donc reçu un message très clair : suivre le chemin du guerrier est associé à la mort d'une partie de toi-même. Couplé à l'autre souvenir, celui de l'enfant écrasé par le poids du devoir et du travail, c'était une évocation très puissante.

J'ai souvent rejoué la scène dans ma tête depuis. Que pouvait faire ce pauvre soldat ? Refuser d'aller au combat, c'était la trahison, donc la mort. Partir avec la jeune druide, c'était renoncer à sa nature profonde, se couper de sa force.

Il m'a fallu longtemps avant de découvrir la voie du milieu... Au moment du choix, il était déjà trop tard... En écoutant la jeune femme plus attentivement dès le début, le soldat aurait pu s'éloigner peu à peu du chemin militaire. Rentrer à Rome peut-être. Mettre à profit le pouvoir matériel et la sagesse spirituelle pour faire le bien autour de lui. C'est au final ce chemin que j'ai choisi, dans mon temps et dans mes circonstances : la recherche de l'harmonie entre spirituel et matériel.

Donc vie antérieure ou pas, quelle importance ? Le vrai « miracle » tient dans le fait que j'ai pu accéder à cette histoire à un moment critique pour moi, et que ses enseignements ont éclairé ma décision d'une manière remarquable. Sans cette expérience, vous ne seriez sans doute pas en train de lire ces mots.

Quand j'en avais besoin, l'Univers, par des détours infiniment subtils, m'a tendu la main, comme il le fera à de nombreuses reprises par la suite.

Ce qui m'amène d'ailleurs à évoquer les moyens d'appeler l'Univers à son aide et ce qu'il faut en attendre, i.e. l'art occulte de la Manifestation.

Manifestation/Loi d'attraction

Vous connaissez sans doute ce principe qui dit que ce qu'on attire dans notre vie n'est qu'une conséquence de nos pensées (je simplifie, évidemment).

Lorsque j'ai découvert ce principe, j'étais comme un enfant avec un nouveau jouet. J'avais envie de l'essayer pour n'importe quoi !

Aujourd'hui, je suis conscient des dangers de cette pratique si elle est mal utilisée. J'ai mûri, aussi, et je suis arrivé à la conclusion que, la plupart du temps, la Manifestation est inutile. Ou bien on est aligné avec l'Univers et les choses se passent comme elles doivent se passer. Ou bien on n'est pas aligné avec l'Univers et... les choses se passent comme elles doivent se passer. ☺

Cependant, la pratique de la Manifestation est un profond accélérateur de développement spirituel et matériel.

Le principe de base est simple. L'Univers est énergie, vibration. Nos pensées aussi. Nos circonstances matérielles sont le résultat de nos pensées. Modifiez vos pensées et vous modifierez votre vie.

Si vous savez demander à l'univers de la bonne façon, vous pouvez obtenir un nouveau boulot, une voiture, un sandwich au saucisson... Bref, tout ce qui fait que la vie mérite d'être vécue... Je caricature, bien entendu, cela va beaucoup plus loin en réalité.

A ce sujet, l'Univers fait parfois preuve d'un humour étonnant. Alors que je me penchais sur le thème de la manifestation, j'ai réussi à manifester... un livre sur la Manifestation ☺. En deux mots, voici l'histoire.

Depuis plusieurs semaines je me battais avec le concept de la manifestation. J'aimais bien la théorie simple d'ouvrages comme « le Secret », mais elle ne tenait pas à 5mn d'examen critique. Je demandais donc à l'Univers de m'aider à mieux comprendre cette théorie et ses fondements. Pour tout avouer, je n'y croyais pas vraiment. C'était un peu comme un pied de nez à l'infini... Pourtant, quelques jours plus tard, j'ai été pris d'une formidable envie d'écrire, irrésistible... Et en une semaine, à raison de quelques heures par jour, j'avais écrit un livre d'environ 150/200 pages sur le sujet...

Il est difficile de partager cette expérience sans passer pour un fou ou un affabulateur. Mais c'est tout simplement comme si quelqu'un m'avait dicté ce que j'avais à savoir¹².

Ce traité était tout simplement meilleur que tout ce que j'avais pu lire sur le sujet. Je le dis sans orgueil, tout simplement parce que je considère que je ne suis pas l'auteur de ce livre, juste un intermédiaire.

Là encore, on peut débattre des heures sur la réalité de la manifestation. Toujours est-il que le livre existe et qu'il révèle des choses que j'ignorais moi-même. Je l'ai partagé avec un éditeur américain¹³ qui l'a instantanément publié, ce qui confirme qu'il s'agissait d'un ouvrage de qualité...

En appliquant les principes de ce livre, j'ai eu la chance de pouvoir manifester plusieurs choses.

Par exemple, je cherchais à changer de travail à un certain moment. Le marché était plutôt atone et mes exigences élevées. Je voulais pouvoir me dédier de façon plus poussée à ma recherche spirituelle mais sans sacrifier mes finances personnelles.

De façon concrète, je voulais travailler trois jours par semaine... tout en gardant le même salaire mensuel ! A première vue, cela paraissait tout simplement impossible.

J'ai donc dessiné sur une feuille de papier ce que j'attendais de ce nouveau travail : intéressant, avec des collègues sympathiques... et surtout, ne travailler que 3 jours par semaine sans perte de salaire. En 15 jours, j'ai reçu trois propositions, soit plus que dans les 6 mois précédents. Et j'ai fini par choisir une offre qui répondait à l'ensemble de mes critères, à une exception près... Je travaillais bien trois jours par semaine mais pour un salaire plus élevé que ce j'avais reçu en travaillant à temps plein !

¹² A noter que le fait de se faire « dicter » un livre n'est pas nouveau. Voir, par exemple, « Un cours en miracles » ou « Conversations avec Dieu ».

¹³ J'ai écrit ce livre directement en anglais. Pour une raison obscure, l'anglais a toujours été pour moi la langue de référence en matière de spiritualité.

Un autre exemple concerne l'école que nous avons créée avec ma femme. Tout était contre nous : pas de local, refus de toutes les mairies, pas de professeurs, pas d'élèves... Aujourd'hui, l'école compte 80 élèves, nous avons acheté un local, nous avons la bénédiction de la mairie, nous refusons du monde... Il serait trop long de raconter cette histoire en détail. Mais sachez qu'une multitude de petits miracles (financiers, politiques, opérationnels...) a été nécessaire pour parvenir à ce résultat.

Bref, comme vous voyez, la pratique de certaines techniques peut apporter un changement majeur dans votre vie.

Ceci étant dit, permettez-moi maintenant d'aborder des expériences particulièrement controversées... les entités multidimensionnelles.

Rencontres multidimensionnelles et autres phénomènes étranges

Nous parlons ici d'expériences paranormales extrêmes.

En ce domaine, je vous recommande la plus grande prudence. En effet, il est souvent difficile de distinguer rêve (voire fantôme) et réalité.

Je pourrais ainsi vous parler de ma rencontre, dans un état de conscience modifié par certaines fréquences musicales, avec un « être » qui m'a montré la création de l'univers, l'infini du temps, et le visage de Dieu... Ce ne serait d'ailleurs qu'une expérience parmi d'autres, comme mon séjour dans un endroit « entre » les dimensions. Mais quand on n'a pas vécu ces expériences, il est difficile de leur accorder plus de crédit qu'à un rêve particulièrement vivace.

Je citerai, par contre, deux expériences qui me semblent suffisamment concrètes pour, sinon convaincre, du moins susciter la curiosité.

La première concerne l'un de mes amis. Cet ami vit avec une entité multidimensionnelle. Il en parle comme d'un animal familier. Elle lui prend son énergie tous les soirs, refuse de sortir de sa maison, mais lui a sauvé la vie lors d'un début d'incendie. Mon ami est sain d'esprit, vit une vie « normale »,

etc. Il dépense juste beaucoup de temps et d'énergie à savoir comment « bien vivre » avec cette entité. Il n'a pas d'intérêt particulier à mentir, mais bon, là encore, on ne sait jamais...

Aussi intéressante que soit l'expérience des autres, rien ne vaut la constatation directe. C'est pourquoi je voudrais partager l'expérience directe de l'un de mes maîtres spirituels à l'œuvre.

Je participais à un séminaire pour « initiés » intitulé « Tempête Maya », au Mexique. Pendant tout le séjour, il avait fait grand beau. Un soleil de plomb chauffait la plage. Et pourtant, deux heures avant la dernière séance plénière, d'épais nuages noirs ont commencé à s'assembler. Une tempête mémorable s'est déchaînée. Deux heures après la réunion, le ciel était clair à nouveau.

De cette expérience, je ne sais que penser... Coïncidence, sans doute... Mais quand même... Surtout quand on sait que ce maître spirituel enseigne à ses élèves certaines techniques avancées¹⁴.

¹⁴ C'est d'ailleurs pendant ce séminaire que j'ai pu apprendre et pratiquer la dissipation des nuages par la force de la pensée. De mon point de vue, ça marche...

ET ALORS ?

Champion du monde...

J'ai rencontré une fois un type qui était champion national de billes. Il pouvait parler pendant des heures de ses exploits. Mais pendant qu'il parlait, je n'arrêtais pas de me dire : et alors ? C'est super pour lui, mais qu'est-ce que ça change pour moi ?

La réalité, c'est que toutes les expériences dont je vous ai parlé n'ont aucun intérêt. S'il s'agissait simplement de vivre des expériences spirituelles comme d'autres font des montagnes russes ce ne serait qu'un divertissement parmi tant d'autres.

J'en ai rencontré, de ces gens qui sont atteints de consumérisme sacré, d'avidité spirituelle. Il leur faut expérimenter ceci, tester cela, se vanter d'autre chose encore... Pour moi, c'est passer à côté de l'essentiel.

L'essentiel, c'est la transformation de nos vies sur le plan spirituel mais aussi sur le plan matériel, car les deux sont liés. C'est ça, la véritable expérience transcendante que nous recherchons tous. C'est l'expérience de second niveau, la méta-expérience si vous voulez.

C'est pour cela que je parle de « chemin spirituel ».

Dans un tableau impressionniste, une seule tache de couleur ne sert à rien mais toutes les taches ensemble peuvent former un chef-d'œuvre. Un pas seul ne sert à rien, surtout pour celui qui ne sait où il va... Mais sur un chemin balisé, une suite de pas vous amènera jusqu'au bout du monde.

Suivre un chemin spirituel c'est vivre des expériences mais avoir, en même temps, l'image globale en tête, la cohérence d'ensemble qui leur donne un sens. C'est se rapprocher de quelque chose et en avoir conscience. Suivre un chemin spirituel c'est, au fond, accumuler expériences et connaissances, sagesse et pouvoir, pour mieux servir « Dieu », ou Gaïa, ou l'Univers, ce que

vous voulez... Suivre un chemin spirituel, c'est aligner, enfin, les différents éléments de sa vie et leur donner un sens.

Pour illustrer ces propos, sachez qu'avant de vivre ces expériences je n'étais rien d'autre qu'un petit cadre stressé, perdu dans une vie qui le dépassait, rongé d'anxiété et perdant sa vie à la gagner.

Je pensais savoir beaucoup et ne savais rien. Je pensais travailler et ne faisais que me divertir¹⁵. Je pensais avancer mais je tournais en rond... Et ce n'étaient pas mes lectures ou mes activités méditatives qui pouvaient y changer quoi que ce soit...

Comme ces musiciens sur le pont du Titanic, je m'échinai à jouer de bonnes notes sur une partition que d'autres m'avaient donnée, sans réaliser que le monde était en train de changer. Sans réaliser ce qui se jouait et le rôle qui pouvait être le mien... Et ma vie s'écoulait, vide et sans but, entre mes doigts.

Depuis, ma vie a radicalement changée sur le plan matériel et sur le plan spirituel.

Sur le plan matériel, j'ai démissionné pour suivre la voie montrée par mon « Guide Intérieur ». J'avais une carrière, j'ai maintenant une Vie.

J'ai remplacé mon travail monodirectionnel de cadre bien propre sur lui par une vie multidimensionnelle qui réunit, avec les hauts et les bas propres à la vie matérielle, tout ce que j'aime. Je suis à la fois consultant, entrepreneur, inventeur, écrivain, enseignant...

J'aide de grandes entreprises, j'ai créé, avec ma femme, une école pour enfants en difficulté, je développe de nouvelles techniques spirituelles, j'écris des livres, j'enseigne ce que je sais à ceux que ça intéresse...

Dans sa globalité, ma vie m'apporte sécurité, confort matériel et plaisir, d'une façon qui m'aurait semblée encore hors de portée il y a quelques temps.

De plus, je SAIS que la même chose est accessible à quiconque suit un chemin spirituel authentique et « décomplexé ».

¹⁵ Au sens pascalien du terme, i.e. m'occuper l'esprit pour tenter de l'éloigner des questions fondamentales de l'existence.

Mais le plus important n'est pas là. Ce qui compte vraiment, ce qui est essentiel, est indescriptible.

« On ne voit bien qu'avec le cœur, l'essentiel est invisible pour les yeux » – Saint-Exupéry.

« Si vous écoutez avec votre cerveau, ce sera très long, mais si vous écoutez avec votre cœur, ce sera très rapide » - anonyme.

Les mots ne peuvent rendre justice à ce que je ressens parfois. Bonheur, confiance, amour, bienveillance, bien-être... n'en traduisent pas le centième.

Imaginez que vous soyez connecté à une source d'amour infinie, bienfaisante. Que cet amour soit là à chacun de vos pas. Que chaque instant de votre vie soit rempli de signes, de complicité avec cette force, à la fois divine et très proche. Que vous sachiez par expérience directe que cette force est toujours en vous, avec vous. Que vous n'ayez plus peur de la mort. Que le sens de l'Univers vous apparaisse évident, comme un roman dont vous connaîtriez intimement l'auteur. Que vous soyez sûr de votre rôle, de votre chemin, de votre contribution, de votre service, tout en acceptant les surprises inévitables du chemin... Que vous vous sentiez à la fois individu et totalité, onde et corpuscule, matière et esprit...

Prenez ces sentiments, multipliez-les par dix, cent, mille... Cela vous donnera une première idée de ce qui m'anime parfois. Je le dis sans honte ni fierté. Je ne cherche pas à faire envie ou pitié, c'est simplement comme ça. Je vous dis simplement : regardez cette porte... regardez le trésor qu'il y a derrière. Voici comment j'ai trouvé ma propre clef. La vôtre y est peut-être...

Votre chemin spirituel

Je suis conscient que mes propos ne parleront pas à tout le monde. Pour certains, cependant, ces mots résonneront de façon spéciale.

Certaines personnes ont en elles une aspiration très particulière. Elles ont un rôle à jouer pour l'évolution de notre conscience globale, même si elles ne le savent pas encore.

Elles sont nées pour servir – au sens noble, grandiose - la Vie de façon extrêmement profonde. Cela ne veut pas dire qu'elles sont plus ou moins importantes que d'autres. Juste qu'elles ont cette envie, ce désir, qui ne pourra pas être comblé tant qu'ils n'y auront pas répondu.

J'appelle ces personnes les Cellules Blanches.

Quand on a faim, on mange... Certaines personnes ont cette faim, mais ne savent pas comment l'apaiser. La réponse passe nécessairement par un chemin spirituel authentique.

Mais je vais trop loin, et j'anticipe sur des choses que je préfère taire pour l'instant.

Revenons donc à nos expériences spirituelles, ou plus précisément aux vôtres.

En effet, tout ceci n'a de sens que parce que cela peut être partagé. La pratique nous démontre plus que les théories les plus abouties.

Je souhaite partager, avec le plus grand nombre, un chemin spirituel authentique. Pour cela, j'ai mis au point un programme de développement spirituel basé sur le vécu d'expériences qui s'appelle Spiritualité3G. Croyez-le ou pas, mais ce programme marche.

J'ai beaucoup parlé de moi dans les pages qui précèdent. En effet, j'ai préféré vous parler de mes expériences, que je sais authentiques, plutôt que vous citer les propos d'un tiers, toujours sujets à caution. Cependant, je reçois tous les jours des témoignages de participants, et je crois que ce sont eux qui en parlent le mieux.

Je partage donc, ci-dessous, quelques-uns de ces témoignages. Les messages ne sont ni corrigés, ni édités ; les noms, en revanche, sont modifiés pour respecter la confidentialité de ces personnes.

L'histoire de Nathalie : un témoignage parmi d'autres...

J'aime beaucoup l'histoire de Nathalie.

Tout d'abord, elle montre clairement les effets que peut produire un véritable programme d'expériences spirituelles.

Et ensuite parce que les expériences et les réactions de Nathalie sont typiques. Elle a vécu en quelques jours ce que certains mettent des mois à expérimenter, ce que j'ai personnellement mis des années à trouver. Mais l'émotion, l'incrédulité, le bonheur, la révélation, sont là, intacts...

Message n°1 :

J'ai déjà parcouru votre site et déjà pratiqué "prendre contact avec votre guide".

Je dois dire que je me suis sentie très bien, j'ai effectivement senti une présence, un sourire complice mais pas de visage, je n'ai pas non plus vu clairement une réponse à ma question mais j'ai perçu un sentiment d'évidence sur ce parchemin vierge...

Reste à moi de le découvrir avec le temps. De plus quand j'ai eu en main mon parchemin j'ai clairement vu une très belle rose rouge devant moi. Je ne sais pas ce que cela peut signifier !!!

Message n°2 :

Bonsoir Claude,

J'ai pratiqué la méditation des Chakras.

Je pensais vraiment que cette méditation était plutôt une relaxation pour atteindre un niveau de détente au bord de l'endormissement. Mais à ma grande surprise, cette méditation dégage une expérience pour le peu très surprenante (excuse la répétition de mots).

J'ai fait ma méditation le matin au réveil, décidée d'avoir une bonne énergie pour la journée.

Tout c'est bien déroulé et au moment de la respiration par le 2ième chakra j'ai revu le sourire agréable et chaud de "l'être" qui me regardait. Stupéfiant, le même que dans la méditation du guide. Et là, des larmes, beaucoup de larmes, un flot de larmes de bonheur je crois, comme une retrouvaille qui m'a fait énormément plaisir... Puis il m'a tendu la main quelques secondes

puis c'est mis à tourner, encore et encore et j'étais bien, tellement bien. Et au 3ième chakra, j'ai eu une sensation de plénitude, de bien être.

J'ai vraiment été surprise de cette méditation parce qu'elle a eu un effet auquel je ne m'attendais pas. Il est très difficile d'expliquer ce que l'on a ressenti. Cela paraît tellement imaginaire que moi-même j'ai du mal à y croire.

*Mon message est un peu long mais je ne voulais pas omettre de détails.
Merci pour tout ce bonheur.*

PS : Je pense que les personnes qui liront mon message resteront septiques, parce que moi-même j'en suis encore retournée.

Toutefois si vous estimez que mon expérience peut enrichir votre site et que vous avez vécu des expériences similaires alors cela me rassure un peu. C'est une expérience assez troublante mais agréable.

D'autres témoignages

Témoignage de Michèle

Bonsoir Claude :-D

Je vous dis un GRAND MERCI de m'avoir fait bercer dans un « pays » des rêves et découvrir une lointaine contrée « inédite » !

J'ai A-DO-RE !!!

- De la bonne musique, dans un environnement exotique, qui produit ses effets, qui, quelque part, donne envie de gesticuler, pour ne pas dire « danser » dans cet état. Peut-on bouger le petit pied, au moins, à l'instar d'une écoute harmonieuse d'un orchestre par exemple ?

- De la très profonde, j'insiste, re-la-xa-ti-on facile d'accès.

- Des techniques d'hypnose enrichies : l'an passé, j'avais acheté une méthode d'autohypnose, dont je n'arrive toujours pas à adopter à ce jour (cela me donne l'insomnie plus qu'autre chose, un problème aux intestins, probablement dû au relâchement, et un problème à la nuque qui me donne la sensation que mon cou va se détacher de ma tête, donc j'ai arrêté) et très franchement, je dirais que c'est vraiment de la poubelle à côté de ce que, vous, vous veniez de me faire découvrir!)

Maintenant, j'aimerais vous parler de ce que la M3G et la M3GC couplées me font comme effet afin que nous puissions faire le point :

Tout d'abord, je ne peux plus m'en passer, il n'y a pas eu une seule journée durant laquelle je ne l'aie pas pratiquée pour une quelconque raison !

(...)

- J'estime que « Aux Portes des Rêves » est un exercice vraiment très susceptible de développer les facultés d'imagination et de créativité et de développer en nous un esprit POSITIF et c'est vraiment généreux comme pas possible de nous faire partager cela !

- Cet exercice est tellement bénéfique qu'il me fait esquisser un grand sourire involontaire sans raison pendant la séance.

- Ensuite, je ressens des chatouillements dans certains membres, cela peut changer d'endroit d'une écoute à l'autre, bien que je ne vienne de pratiquer Aux Portes des Rêves que la deuxième fois.

Je vous laisse et vous prie de m'excuser de ce que je vous écris ici spontanément et j'espère que je ne serais pas rongée de remords après vous avoir écrit. Désolée d'avoir été aussi longue et désordonnée et je vous remercie de m'avoir lue jusqu'à la fin.

Bien amicalement et à très bientôt !

Témoignage de Brigitte

Bonsoir Claude,

Je suis à la 3e audition d'"Aux portes des rêves". Je trouve cela "planant" : j'ai l'impression de faire un voyage chamanique (d'après l'idée que je peux m'en faire à travers mes lectures car je n'en ai pas l'expérience). C'est peut-être aussi pour cela que j'y rencontre des animaux sauvages comme le jaguar, que je regarde sans inquiétude.

Témoignage de Paul

Bonjour Claude Cléret

Je suis très enthousiasmé par votre méthode. Nous avons un plein d'énergie, du succès. Nous sommes dans le meilleur possible. Être un bénéficiaire de cette méthode, c'est pour moi une voie de se découvrir et vivre pleinement conscient en soi. Je vous remercie pour toute cette assistance à travers vos cours.

Je me joins à vous pour exprimer mes vœux de voir toujours plus de personnes trouver une vie meilleure par la voie de ces méditations.

Recevez mes sincères félicitations.

Témoignage de Marie

Bonjour Claude,

Je voulais te faire un compte rendu de ma première méditation des 3 chakras. sensationnel!

J'ai eu des visions a chaque chakras. Pour faire abrégé,

Le chakra racine : un votrex avec des spirales rouges et bleues qui se sont agrandies au fur et a mesure que je chargeais en lumière et a la fin, plus qu'un point noir.

Le chakra du coeur : une fleur (type immortelle) dont les pétales dorées etaient vecteur du transfert de l'énergie. elle s'est retrouvée en moi comme du miel s'écoulant dans les cellules. un vrai tourbillon doré.

Le chakra du 3 eme oeil : sensation que la lumière passait de l'extérieur vers mon intérieur a travers un iris. vision de la tête d'un fakir (tête avec un turban et une longue barbe) avec en second plan, un groupe de huttes en paille rassemblées pour former un temple.

Je ne comprends pas toute la symbolique, mais je pense que c'est fort déjà ce que je perçois.

*

* *

Bon, j'arrête-là, je pense que vous voyez le topo. ☺

ET APRÈS ? INVITATION AU VOYAGE...

Mon objectif en écrivant ce petit guide était de partager avec vous un exemple de chemin spirituel : des expériences chargées de sens, conduisant à un développement spirituel et matériel.

J'espère vous avoir convaincu que vivre des expériences spirituelles n'est ni futile, ni compliqué. Loin d'être un simple « divertissement », rechercher des expériences spirituelles se traduit par une transformation profonde de notre être. Pour beaucoup, c'est une révélation sur notre nature profonde. Cela donne à notre vie une dimension complémentaire, et, disons-le, un Sens véritable. Je pense que c'est l'une des activités les plus fondamentales qui soient pour notre transformation présente et future, individuelle et collective.

De plus, aussi étrange que cela puisse paraître, vivre des expériences spirituelles n'est pas compliqué. Cela n'est pas réservé à quelques surhommes ou quelques ermites isolés. Comme toute discipline humaine, cela peut être appris, développé, maîtrisé. Cela demande, par contre, de connaître les bonnes techniques.

En tant qu'espèce, je pense que nous en sommes à la troisième génération de notre développement spirituel. Après des siècles de domination par les religions, puis des décennies de diktats matérialistes, nous sommes maintenant mûrs pour réaliser une synthèse entre matériel et spirituel. C'est à cette spiritualité de 3ème génération que je vous invite.

J'ai dépensé beaucoup de temps et d'argent avant de trouver une voie qui donne de véritables résultats. Mon objectif, ainsi que je m'y suis engagé, est de partager ce chemin avec le plus grand nombre.

Je vous invite donc à ce voyage merveilleux, à la découverte de vous-même et des secrets de l'Univers.

Je vous remercie d'avoir lu ce guide jusqu'au bout, et je vous dis à bientôt !

A votre chemin spirituel...

Claude Cléret

www.Spiritualite3g.com

Développez votre spiritualité grâce à Spiritualité3G !



Les expériences mentionnées dans ce livret vous parlent ? Vous voulez aller plus loin sur votre chemin spirituel ?

Alors découvrez Spiritualité3G en profitant de l'offre spéciale réservée aux utilisateurs de la M3G.

Spiritualité3G est un programme de développement spirituel complet qui réunit méditations guidées, enseignements et accompagnement.

Il se distingue par :

- * La rencontre entre pratiques traditionnelles et technologies modernes : travail énergétique, entraînement cérébral...***
- * L'établissement d'une synthèse aconfessionnelle entre spiritualité et science : mécanique quantique, théorie M...***
- * Le développement des pouvoirs de l'esprit comme support au développement spirituel***
- * Une variété des ressources pédagogiques : cours, méditations guidées, musiques de méditations, exercices pratiques, vidéos, articles...***
- * Et un espace réservé exclusivement aux abonnés sur le forum Spiritualité3G ; un lieu d'échanges privilégié pour répondre à vos questions.***

***Pour rejoindre ce programme, il vous suffit d'aller sur :
<http://www.meditation3g.com/cadeau.html>***

*A votre chemin spirituel,
Claude*

(à noter que cette offre spéciale est réservée aux utilisateurs de la M3G)