



L/L Research est une filiale de  
Rock Creek Research &  
Development Laboratories, Inc.

P.O. Box 5195  
Louisville, KY 40255-0195

# L/L RESEARCH

[www.llresearch.org](http://www.llresearch.org)

Rock Creek est une association  
sans but lucratif qui se consacre  
à la découverte et au partage  
d'informations susceptibles de  
contribuer à l'évolution  
spirituelle de l'humanité.

---

A PROPOS DU CONTENU DE LA TRANSCRIPTION QUI SUIT: Cette transmission reçue en télépathie est extraite des transcriptions de réunions hebdomadaires d'étude et de méditation tenues à Rock Creek Research & Development Laboratories et L/L Research. Elle vous est offerte dans l'espoir qu'elle vous sera utile. A l'instar des entités de la Confédération qui insistent toujours sur ce point, nous vous invitons à faire appel à votre discernement et à votre jugement pour évaluer son contenu. Si vous percevez de la vérité, tant mieux. Si vous ne vous sentez pas sur la même longueur d'onde, laissez de côté; car ni nous, ni ceux de la Confédération ne souhaitent mettre des obstacles en travers de votre chemin.

CAVEAT: La présente transcription a été vérifiée mais peut encore demander des corrections. Si vous constatez des erreurs, n'hésitez pas à nous en faire part, nous nous ferons un plaisir de les corriger. (Traduction française: Micheline Deschreider)

---

© 2011 L/L RESEARCH

## MÉDITATION DU DIMANCHE

22 AVRIL 2007

**Question du groupe:** Notre question d'aujourd'hui concerne les catalyseurs et la manière dont nous abordons nos catalyseurs. Nous nous demandons comment nous pourrions vraiment mettre ce que nous ressentons à l'épreuve, ou connaître nos sentiments, ou savoir quand nous avons travaillé avec succès, quand nous les avons peut-être travaillés en surface et puis enterré certains qui demandaient plus d'attention, en pensant que nous avions bien compris alors qu'en allant de l'avant on retombe dessus et faut les retravailler. Alors, Q'uo, s'il vous plaît donnez-nous une idée de la façon dont nous pouvons voir ce qui se passe dans notre vie avec nos catalyseurs, de manière à ce que nous puissions y travailler avec succès et dites-nous quand il y a vraiment à travailler davantage parce que soit nous les avons ignorés, soit nous les avons enterrés.

*(Retransmission par Carla)*

Nous sommes ceux connus de vous comme étant le Principe de Q'uo. Salutations dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique. C'est un grand honneur d'avoir été invités à nous joindre à votre cercle de recherche aujourd'hui. Nous ne pouvons assez vous remercier de l'occasion de pouvoir partager nos pensées avec vous en ce moment. Comme toujours, nous voudrions demander que chacun d'entre vous fasse usage de son sens de la discrimination lorsqu'il écoute ce que nous avons à dire, gardant les pensées qui lui paraissent utiles et

laissant les autres de côté. Cela nous permet de sentir que nous ne sommes pas susceptibles de transgresser votre libre arbitre ni d'interférer avec le processus de votre évolution spirituelle. Et nous apprécions votre courtoisie dans la manière dont vous vous occupez de vos pensées et dont vous gardez le temple de votre cœur, votre mental et votre esprit.

Aujourd'hui vous avez questionné à propos des catalyseurs et des réactions aux catalyseurs, et nous voudrions commencer par partager quelques pensées à propos du processus des catalyseurs et pourquoi il est même nécessaire d'avoir des catalyseurs.

Ainsi que le groupe en a discuté déjà, la voie spirituelle est une voie de transformation. Une énergie archétypale entoure et intègre votre expérience quotidienne avec l'éternel, l'infini, et le mystérieux. Vous êtes le point de rencontre de deux mondes, et vous êtes les traducteurs qui apprennent graduellement à pouvoir passer de l'un à l'autre des points de vue, parfois étonnamment différents, de ces deux mondes différents: dans le monde du temps/espace où les réalités métaphysiques comme les concepts et les pensées ont une espèce de masse telle que vous pensez que peuvent en avoir une personne ou une chaise, de sorte que ce sont des entités très réelles dans ce monde-là, et puis revenir dans le monde de tous les jours où ces pensées et concepts ne sont pas du tout solides et semblent tellement insubstantiels qu'ils sont même peut-être

inutiles. Vous êtes des éléments intégrateurs dans le dessein qui collecte les informations pour le Créateur et qui offre cette moisson au Créateur.

La disposition archétypale de votre troisième densité est celle d'un voyage de héros, dirons-nous. C'est un voyage officiel qui est à la fois très simple et étonnamment complexe. La simplicité du voyage est due au fait que tout ce dont a besoin le vaillant chevalier sur la route de la recherche, c'est la foi et la volonté. Ces deux énergies peuvent alimenter une vie entière, dans le meilleur et dans le pire, comme dirait cet instrument.

En même temps, la forme de ce voyage est quelque peu complexe parce que les énergies que vous portez sont toutes les énergies qu'il y a. Vous êtes un morceau holographique du Créateur infini unique, de sorte que le Créateur est présent dans le cœur de chaque cellule de votre corps. Le Créateur est aussi au cœur de votre vie, bien vivant, comme dirait cet instrument, en train d'attendre, dans ces chambres sacrées du cœur intérieur, d'être découvert et utilisé comme la ressource et l'atout qu'est toujours l'amour inconditionnel.

Votre voyage est un voyage dès le début de l'incarnation (où vous n'êtes pas précisément une ardoise vierge mais certes une âme très peu informée), jusqu'à la fin de votre vie où vous avez pris décision sur décision et rencontré circonstance après circonstance de manières qui se développent en motifs répétés, qui se développent en l'identification de vous-même en tant qu'entité qui fait les choses de cette manière.

Vos choix s'accumulent jusqu'à ce que vous ayez construit pour vous-même une maison dans laquelle vous vivez. Cette maison est faite d'idées concernant ce qui est bien et ce qui est mal. Et périodiquement vous nettoyez cette maison et vous balayez dehors vos vieilles idées, vous faites le nettoyage dans toutes ces icônes sur lesquelles vous cliquez, sur le bureau de votre vie, pour ouvrir les émotions et sentiments qui paraissent bons pour vous.

Un exemple de ce genre d'icône est la croix que cet instrument porte autour de son cou. De nombreuses émotions diverses sont possibles lorsqu'on regarde cet instrument qui porte sa croix. Cet instrument a une certaine raison pour porter cette croix et elle réagit à cette image d'une façon qui lui paraît l'aider à devenir une personne plus emplie de foi et plus orientée vers le service. C'est un pense-bête qui lui

est un rappel à chaque fois qu'elle la regarde lorsqu'elle baisse les yeux, puisqu'elle pend sur sa poitrine, ou lorsqu'elle la voit dans le miroir lorsqu'elle passe devant la commode de la salle de bain, par exemple. C'est une sorte de constant mécanisme d'harmonisation pour cet instrument.

Bien des choses, dans la vie de chacun, commencent à avoir cette sorte de capacité à modifier le ton ou la vibration du moment simplement en étant vues, entendues, humées, ou par tout autre signal sensoriel.

Dans ce voyage archétypal, le 'soi' est divisé, dirons-nous, comme toutes les couleurs de l'arc-en-ciel, en différents types d'énergie tels qu'il en est fait l'expérience dans le corps énergétique et divers types de dépenses d'énergie qui résultent de ce qui est absorbé par le corps énergétique.

Votre incarnation se fait dans une salle de classe ou école que cet instrument a nommée 'raffinerie d'âmes'. Pendant votre expérience incarnationnelle vous cherchez à créer pour vous-même une réalité personnelle qui vous paraît une amélioration en termes de Service D'Autrui, ainsi que d'autres idéaux que vous pouvez avoir, à partir de la façon dont vous vibriez et, disons, à partir de qui vous étiez ou de qui vous vous perceviez être lorsque vous vous êtes pour la première fois éveillé à votre désir d'aller de l'avant sur la voie de la recherche pour assumer, maintenant que vous vous êtes éveillé, un rôle proactif dans vos efforts d'encouragement à vous éveiller toujours davantage.

Vous faites cela en recevant des catalyseurs et ensuite en choisissant comment vous allez réagir à ces catalyseurs. C'est là que les catalyseurs entrent dans ce voyage archétypal de chaque âme qui cherche à retourner au Créateur infini unique et à prendre conscience de ce qu'elle est et pourquoi elle est ici.

La nature même des catalyseurs reste inchangée. Mais ils provoquent ou déclenchent une réaction à partir des éléments chimiques qui les entourent. Ceci est un terme utilisé en chimie, et qui a une signification bien précise. C'est cela qu'est fondamentalement un catalyseur. Celui du nom de R a dit précédemment qu'il réalise que les catalyseurs proviennent de l'effet-miroir qu'il reçoit de ceux qui l'entourent, et nous sentons que ce concept mérite d'être examiné quelque peu en profondeur.

Peut-être avez-vous déjà entendu dire que lorsque vous rêvez, quelle que soit l'histoire que vous rêvez, elle contient divers personnages et ils paraissent être d'autres que vous. Cependant, de l'analyse de vos rêves vous comprenez qu'à un niveau ou à un autre toutes ces entités sont des parties de vous mais que, dans votre rêve, vous avez manifesté et séparé ces *personae* du reste de vous-même afin de pouvoir les examiner plus attentivement.

Dans votre vie éveillée le rêve se poursuit. Cependant la structure en est différente parce que votre subconscient n'est pas directement capable d'organiser une liste des priorités en ce qui concerne les choses les plus utiles qui peuvent vous arriver en tant qu'esprit cherchant à mieux se connaître.

Ce qui arrive dans la vie de tous les jours c'est que ce même esprit, qui plane sur toute la création, amène à chaque âme une riche moisson de gens et d'événements qui contiennent les semences des leçons pour lesquelles, en partie, vous vous êtes incarné afin d'apprendre.

Vous avez d'autres raisons de vous incarner. Vous avez désiré pouvoir rendre service et vous avez désiré être en cet endroit particulier en ce moment particulier à cause du basculement capital de conscience qui se produit en ce moment.

Mais à chaque fois que vous regardez une autre entité en face, spirituellement parlant, vous vous regardez vous-même en face et vous regardez en face le Créateur infini unique. Dès lors, quand quelqu'un dit quelque chose qui vous blesse ou qui vous rend heureux, la vie a manifesté les énergies qui circulent à l'intérieur de vous, de sorte que vous pouvez regarder dans le miroir d'une autre personne et dans le concept qu'a de vous cette personne, et voir des choses agréables ou douloureuses qui vous surprennent et sur lesquelles vous réalisez que vous avez besoin de réfléchir parce que ce sont des pensées nouvelles. Elles sont les semences qui vous ont été données ce jour par votre propre tempérament.

Dès lors, à la fin de chaque journée il est très utile de passer en revue les catalyseurs que vous avez relevés ce jour. Qu'est-ce qui vous a poussé vers le positif? Qu'est-ce qui vous a fait éprouver des émotions, dites négatives dans votre société, comme de la colère, de la culpabilité ou du ressentiment?

Le jeu de ces pensées dans votre tête est tentant et frustrant parce que vos pensées de surface fuient

comme de petits insectes à la surface d'un étang, trop rapides pour que leur mouvement puisse être compris ou isolé quand ils passent à portée. Toutefois, dans votre moment de solitude vous pouvez choisir de contempler les pensées que vous avez eues ce jour. Quelles réactions avez-vous eues aux catalyseurs que vous avez perçus?

Lorsque vous procédez à ce questionnement de vous-même, suivi d'un passage en revue de vos sentiments et pensées quotidiens, vous commencez à discerner un très riche éventail de motifs, de sorte que vous pouvez constater que: «Bon. À ce niveau-ci mon motif de dessin est tel, et quand je vais plus profond mon motif de dessin est tel autre».

Et il y a deux différentes façons, deux différents points de vue à adopter pour une même circonstance. De manière générale, les réactions de surface ou réactions instantanées des entités aux catalyseurs tendent à être fondées sur la peur et de courte vue. Naturellement, bon nombre d'entités de troisième densité ne se font pas taper sur la tête, dirons-nous, par les catalyseurs. Elles sont capables de rationaliser leurs réactions à divers types de catalyseurs de manières qui n'impliquent pas une nécessité de changer ou transformer le 'soi'.

C'est le chercheur en spiritualité qui choisit proactivement d'emprunter cette voie transformatrice de recherche qui peut conduire à des couches plus profondes que des réactions instantanées et parfois instinctives, à approfondir la recherche de l'endroit où cette suractivation ou ce blocage se produit dans le corps énergétique, pourquoi il peut se produire, et comment ce blocage peut être éliminé.

À mesure que vous devenez plus expérimenté dans le passage en revue de vos pensées, vous devenez plus habile à trouver précisément ce qui déclenche vos catalyseurs. Mais à mesure que vous devenez plus expérimenté vous parvenez aussi à voir ce qui vous déclenche sans juger ce qui vous déclenche. Lorsque le jugement entre dans l'équation des sentiments et des émotions, la tendance naturelle de la personne qui ne pense pas est de juger ce qui a été pensé et de le mettre de côté dans une catégorie qui, bien que critique, ne le met pas de côté pour de bon. Elle le place dans une partie de la mémoire où les sentiments toxiques sont périodiquement recyclés, et redéclenchés par un autre catalyseur.

Dès lors, en général en faisant ce travail subtil vous savez fondamentalement que vous êtes en fin de compte devenu équilibré par rapport à ce catalyseur particulier quand celui-ci vous revient ou qu'il vous revient en mémoire, et que votre seule réaction à ce souvenir ou à cette occurrence est de sourire et de vous dire: «je me souviens de cette leçon. Je crois que j'ai réellement appris cette leçon et tout ce que j'éprouve pour toi, catalyseur, c'est de l'amour».

Il y a une différence très spécifique entre un catalyseur avec lequel vous n'en avez pas fini et un catalyseur que vous avez équilibré. Lorsque vous vous souvenez d'un catalyseur et que vous passez par quelque chose de triste ou par quelque chose qui vous est dit et que cela vous remet dans l'état émotionnel qui correspond à l'émotion que vous avez éprouvée au moment de l'incident initial de la réception du catalyseur, alors vous n'avez pas encore achevé votre travail sur la mise à l'équilibre de cette sorte particulière de dépense d'énergie.

Lorsqu'au contraire vous vous rappelez l'instant, ou que le souvenir de cette expérience vient à vous sans que vous ayez le sentiment d'y être mais seulement de reconnaître la présence de cette leçon, alors vous avez probablement achevé de traiter ce catalyseur.

C'est donc une question d'observation de vos déclencheurs et, lorsque vous êtes déclenché, d'examiner avec soin les pensées qui viennent et les sentiments qui accompagnent ces pensées. Ce que vous faites est une sorte de prospection. Vous cherchez l'or qui se trouve dans le minerai de votre esprit personnel, émotionnel, psychique, et mental.

La joie que procure cette sorte de travail vient de ce que vous trouvez de l'or au cœur de chaque leçon apprise et que cette leçon est, dirons-nous, un trésor céleste, un trésor de l'âme. Ce n'est pas quelque chose qui a une valeur quelconque dans le monde extérieur. Toute la valeur qu'il a appartient au monde dans lequel vous êtes un citoyen de l'éternité et un membre du principe de divinité.

Nous sommes ceux de Q'uo, et nous souhaiterions savoir s'il y a un suivi à cette question à présent.

*(Pause)*

Nous constatons qu'il n'y a plus de questions et cependant nous observons que cet instrument a encore de l'énergie, de sorte que, avec votre permission, nous voudrions poursuivre cette conversation avec vous. Est-ce que chacun de vous

trouverait acceptable que nous parlions un peu, avant de partir, de sujets qui nous intéressent? Nous sommes ceux de Q'uo.

*(Accord du groupe)*

Nous sommes ceux de Q'uo, et nous vous remercions d'accepter de passer à ce que cet instrument appelle 'la fortune du pot'.

Nous voudrions vous demander à tous de prendre maintenant un moment et de prendre conscience, dans le silence qui suit ces mots, de votre beauté et de votre perfection, et du fait que vous n'êtes jamais seuls.

Nous voudrions aussi vous demander de vous ouvrir à la réception d'informations à un niveau silencieux. Ainsi que l'a dit celui connu comme Joshiah<sup>1</sup>, la communication silencieuse est de loin plus éloquente que les mots, car les mots sont de piètres tentatives de traduction du puissant et vivant pouvoir du concept dans les plates structures du langage.

Nous allons maintenant faire une pause. Nous sommes connus de vous sous le nom de Q'uo.

*(Pause)*

Mes amis, nous vous remercions d'être entrés avec nous dans cet espace de grâce et de sacré. Nous, de Q'uo, sommes extrêmement reconnaissants de pouvoir partager avec vous à ces niveaux silencieux. Et vraiment, de nombreuses sources d'information positive sont également heureuses de pouvoir interagir avec vous dans le silence. Toutefois, il est toujours nécessaire que vous demandiez la présence de ces entités dans vos méditations. Ceci pour éviter toute transgression de votre libre arbitre.

Nous avons plaisir à observer la surprise de cet instrument car naturellement elle n'a aucune idée de ce que nous allons dire. Ce que nous voulons dire n'est pas très long. Nous voudrions simplement encourager chacun à envisager avec de plus en plus d'empressement d'être enchantés des événements de la journée.

Il peut sembler en surface que l'expérience de la vie n'est faite que de mauvaises nouvelles dans le monde, de situations difficiles dans la vie personnelle et professionnelle, ainsi de suite. Mais le grand secret de la vie est de la regarder de près, sous la surface et

<sup>1</sup> *Josiah—Conscious Creation* est un ouvrage de channeling dont l'auteur est Bub Hill.

ses catalyseurs étonnamment variés, et de voir les paisibles bois, ruisseaux, et grottes de votre propre être.

Nous ne vous encourageons pas à vous retirer du monde. Nous ne vous encourageons pas à vous séparer de la société. Mais nous vous encourageons à arriver à vous apprécier d'une manière différente de celle dont la société pourra jamais vous apprécier.

À notre humble avis, votre culture est très déresponsabilisante. Elle paraît encline à retirer de votre mental toute pensée qui ne concerne pas le maintien du *statu quo* d'une vie en tant que consommateurs. Mais, mes amis, dans l'âme vous n'êtes pas simplement des consommateurs. En fait vous êtes potentiellement des co-créateurs, des êtres magiques, puissants, capables de fonctionner de manière à pouvoir changer la véritable nature du cœur de la planète Terre, sur le plan métaphysique.

Il est véritablement très difficile de se prendre au sérieux lorsque le voile est aussi épais. De plus il est difficile de se prendre au sérieux quand on comment tant d'erreurs, du moins ce que le 'soi' perçoit comme des erreurs. Et cependant, sous les pensées, jugements et détails de surface de votre personnalité se trouve une partie de vous que vous partagez avec chaque être vivant dans l'univers. Vous partagez la conscience de l'amour inconditionnel.

Cette conscience, vous l'avez en commun avec toutes les âmes. Ainsi que l'a récemment fait remarquer celui connu comme A, ceci est une démocratie spirituelle. Vous êtes précisément à égalité avec toutes les autres âmes. Vous faites tous partie du Créateur infini. Lorsque vous entreprenez de vous former une règle de vie, comme tentent de le faire chacun de ceux présents dans cette pièce, acceptez que le cœur et l'âme de cette règle soit l'amour. Laissez le centre être la conscience.

Qu'est-ce que la conscience? Dans vos écrits spirituels il y a diverses manières de considérer ce que le fond de l'être est réellement. Dans la foi chrétienne de cet instrument le fond de l'être est incarné dans une personne: la personne de Jésus le Christ. Et cette entité porte dans son histoire la vibration de l'amour inconditionnel d'une manière que n'importe qui peut comprendre, du moins dans les grandes lignes c'est-à-dire l'abandon de sa propre vie au service des autres et pour l'enrichissement de la vie d'autrui.

Une nouvelle fois, vous voyez l'importance et le caractère sacré des catalyseurs que vous recevez dans la vie. Souvent, dans la vie de chaque personne il y a un sentiment d'être sur la croix et de souffrir. Rappelez-vous le reste de l'histoire, mes amis, quand vous éprouvez cela. La conscience christique ne reste pas sur la croix du sacrifice, mais ayant accepté ce sacrifice qui est inhérent à la croissance, à la transformation et au service, l'entité connue sous le nom de Jésus le Christ a pris son essor vers les mondes célestes.

Et vous le pouvez aussi, lorsque vous faites l'expérience du sentiment d'être sur la croix, de ce sentiment de souffrance. Cependant, vous êtes aussi conscience. Et la conscience peut vous aider à prendre votre essor. Par conséquent, il y a énormément de puissance dans votre capacité à vous souvenir, quels que soient les détails de votre règle de vie, que le vrai centre, le vrai cœur de votre pratique sont l'éblouissante prise de conscience et le constant souvenir de qui vous êtes. Vous êtes le Créateur infini unique sous une forme très jeune et très ignorante. Vous acquérez de l'expérience. Vous commencez à créer pour vous-mêmes, dans cette incarnation, un sentiment de plus en plus fort de votre identité et de la raison pour laquelle vous êtes ici. C'est une très bonne idée que d'avoir une règle de vie.

Par exemple, la règle de vie de cet instrument l'appelle à la vénération le matin et le soir. Brièvement le matin et encore plus brièvement le soir, cet instrument dépose tout ce qui est autre dans sa vie mentale, émotionnelle et physique. Un son de cloche retentit lorsque les deux parties d'un gong sont pressées l'une contre l'autre, pour annoncer le début de ces moments sacrés. C'est un moment de souvenir et un moment de recentrage. Ce genre de dévotion est bien utile dans une règle de vie, et nous félicitons celui du nom de M qui a dit qu'il souhaite poursuivre son travail sur ce point.

Une autre bonne technique de travail en suivant une règle de vie c'est de réfléchir aux moments où vous sentez que quelque chose d'important ou d'essentiel s'est produit de façon vibratoire plutôt que verbale ou consciente. Lorsque vous éprouvez ces moments, prenez le temps d'y entrer plus profondément, de vous réjouir du cadeau du moment présent, et d'utiliser aussi ce moment d'inspiration pour vous consacrer davantage à l'amour et à la lumière du

Créateur unique, et à être des agents de cet amour et de cette lumière.

Lorsqu'il y a un haut niveau de capacité intellectuelle dans une âme en recherche, les moments passés dans le silence (ce qui est anti-intellectuel et profondément engagé dans des zones de mystères et de paradoxe) sont très utiles pour pouvoir mettre à l'équilibre et rendre plus souple la personnalité qui vous porte tout au long de cette expérience.

C'est indéniablement un cadeau que de pouvoir prendre le 'soi' au sérieux, assez au sérieux pour accomplir le travail de recherche spirituelle, et de pouvoir se prendre à la légère afin que l'on ne s'épuise pas complètement aux rigueurs de la route. Lorsque vous demandez à votre 'soi' de devenir plus discipliné, gardez la capacité de laisser aller toute la discipline et de savourer le moment.

Vous n'êtes pas des machines. Cela ne vous servira à rien, en fin de compte, de vous forcer à des dévotions qui pour vous sont vides de sens. Nous vous encourageons plutôt à suivre, comme le dit souvent cet instrument, la ligne de résonance de votre expérience. Vous recevrez de très, très nombreuses occasions de travailler en suivant votre processus. Il vous en arrivera tous les jours si vous les laissez se présenter.

Accordez-vous aussi des moments de loisir, des moments où vous êtes un papillon dans le vent, un nuage dans le ciel, une bulle dans l'océan. Cet instrument apprécie un chant de Paramahansa Yogananda, dont les paroles sont: «je suis une bulle, fais de moi la mer». Voilà votre voyage.

Nous vous remercions de nous avoir permis de parler longuement. Cela a été un honneur et une bénédiction que de pouvoir partager avec vous notre dévotion au Créateur infini unique et notre intense désir d'être au service d'entités telles que vous, que nous admirons énormément pour votre persévérance dans la recherche de la vérité.

Nous sommes connus de vous comme étant le Principe de Q'uo. Nous vous laissons comme nous vous avons trouvés: dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique. Adonai. Adonai. ❀